

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**BİR GRUP ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİNİN İLETİŞİM
BECERİLERİ İLE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Gülsüm Melike BÜYÜK

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İSTANBUL – 2020

TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Gülsüm Melike BÜYÜK
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Bir Grup Üniversite Öğrencisinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 15.04.2020
- SAYFA SAYISI** : 77
- TEZ DANIŞMANI** : Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN
- DİZİN TERİMLERİ** : Yaşam doyumu, İletişim, İletişim Becerileri, Öğrenciler.
- TÜRKÇE ÖZET** : Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki araştırılmak istenmiştir. Katılımcıların iletişim becerilerini değerlendirmek için İletişim Becerileri Ölçeği, yaşam doyumunu değerlendirmek için Yaşam Doyumu Ölçeği ve sosyodemografik veri ölçeği kullanılmıştır. Ölçek puanları ile demografik özellikleri ve diğer faktörler arasındaki ilişkiler elde edilen veriler kapsamında incelenmiştir.
- DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Gülsüm Melike BÜYÜK

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**BİR GRUP ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİNİN İLETİŞİM
BECERİLERİ İLE YAŞAM DOYUMLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Gülsüm Melike BÜYÜK

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN

İSTANBUL – 2020

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Gülsüm Melike BÜYÜK

15.04.2020



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Gülsüm Melike BÜYÜK' ün “**Bir Grup Üniversite Öğrencisinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki**” adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

Prof. Dr. Ayten ERDOĞAN
(Danışman)

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hatice GÜNEŞ

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2020

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ
Enstitü Müdürü

ÖZET

İnsanlar dünyaya geldiğinden bugüne kadar olan süreçte devamlı kendi düşüncelerini iletmek, etrafındakilerle bir şeyler paylaşmak, çevresindeki kişilerle iyi ilişkiler kurmak için her zaman iletişimi kullanmışlardır. Bu iletişim sürecinde insanlar sosyal bir kimlik elde ederler, hem bireysel hem de toplumsal hayatlarında gelişim gösterirler. İletişim ve yaşam doyumu birbiriyle ilişkili kavramlardır. Ancak ülkemizde üniversite öğrencilerinde İletişim ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sayısı kısıtlıdır.

Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki araştırılmak istenmiştir. Katılımcıların iletişim becerilerini değerlendirmek için İletişim Becerileri Ölçeği, yaşam doyumunu değerlendirmek için Yaşam Doyumu Ölçeği ve sosyo demografik veri ölçeği kullanılmıştır. Ölçek puanları ile demografik özellikleri ve diğer faktörler arasındaki ilişkiler elde edilen veriler kapsamında incelenmiştir.

Çalışmamızda öğrencilerin iletişim becerileri ve yaşam doyumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Öğrencilerin iletişim becerileri ve yaşam doyumları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Ayrıca öğrencilerin iletişim becerileri ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile okudukları program türü ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Son olarak iletişim becerileri ile yaşam doyumu arasında önemli bir ilişki olmadığı görülmektedir.

İletişim becerilerinin yüksek olmasının yaşam doyumundaki artış ile paralel olduğuna dair hipotezimiz bu çalışmada doğrulanamamıştır. Burada örneklem sayısının kısıtlı olması, sadece belli bir şehir ve üniversiteden veri toplanması bu sonucun bulunmasında etkili olabilir. Bu nedenle çok daha büyük örneklemede, çeşitli iller ve üniversitelerin dahil olduğu çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Doyumu, İletişim, İletişim Becerileri, Öğrenciler.

SUMMARY

People have always used communication to convey their thoughts, to share things with those around them and to establish good relations with those around them since the time they were born. In this communication process, people acquire a social identity that helps them develop both in their personal and social lives. With this study, the relationship between the communication skills and life satisfaction of university students was investigated. Since there are limited number of studies on this subject in Turkey, we thought it is important to evaluate that subject.

The aim of this study is to explore the relationship between the communication skills and life satisfaction of university students. A socio-demographic data form was filled for every subjects, Communication Skills Scale was used to evaluate the communication skills and Life Satisfaction Scale was used to evaluate life satisfaction of the participants. Relationships between scale scores, demographic characteristics and other factors were examined within the scope of available data.

In our study, it is seen that there is a significant difference between gender groups on the communication skills and life satisfaction scores of the students. It is seen that among age groups there is no significant difference on the communication skills and life satisfaction scores. In addition, it is found that the communication skills scores is significantly different between various types of programs. In our study, it is seen that there is no significant difference between program type and class levels on students' life satisfaction scores. Finally, there is no significant relationship between communication skills and life satisfaction scores.

Our hypothesis that the better communication skills would be parallel with the higher levels of life satisfaction could not be confirmed in this study. Here, this result might be due to having a limited amount of samples or collecting data only from a certain city and university. Therefore, there is a need for further studies to be conducted in various cities and universities with larger samples.

Key words: Life Satisfaction, Communication, Communication Skills, Students.

İÇİNDEKİLER

	SAYFA
ÖZET	I
SUMMARY	II
İÇİNDEKİLER	II
KISALTMALAR	V
TABLolar LİSTESİ	VI
EKLER LİSTESİ	VII
ÖN SÖZ	VIII
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: İLETİŞİM BECERİLERİ	4
1.1. İLETİŞİM VE İLETİŞİM BECERİLERİ	4
1.1.1. İletişimin Amacı ve Önemi	7
1.1.2. İletişimin Özellikleri	9
1.2. İLETİŞİMİN ÖGELERİ	9
1.2.1. Kaynak	10
1.2.2. İleti	10
1.2.3. Alıcı	11
1.2.4. Kanal	11
1.2.5. Geribildirim	12
1.3. İLETİŞİM TÜRLERİ	13
1.3.1. Sözlü İletişim	13
1.3.2. Sözsüz İletişim	15
1.4. İLETİŞİM PROBLEMLERİ	16
1.5. İLETİŞİM BECERİLERİ İLE İLGİLİ LİTERATÜR TARAMASI	17
İKİNCİ BÖLÜM: YAŞAM DOYUMU	22
2.1. YAŞAM DOYUMU	22
2.1.1. Yaşam Doyumunun Önemi	23
2.1.2. Yaşam Doyumu Boyutları	24
2.1.2.1. Öznel ve Nesnel Yaşam Doyumu Göstergeleri	24
2.1.2.2. Belirlenmiş Mutluluk Alanı, Yaşam Koşulları ve İstemli Denetim Alanı	26
2.1.3. Yaşam Doyumu ile İlgili Kuramlar	27
2.1.3.1. Aşağıdan Yukarıya ve Yukarıdan Aşağıya Kuramları	27

2.1.3.2. Bağ (Associatianistic) Kuramları	27
2.1.3.3. Yargı (Judgemen) Kuramları	28
2.1.3.4. Ereksel (Telik) Kuramları.....	28
2.1.3.5. Etkinlik (Activity) Kuramları	28
2.1.4. Yaşam Doyumunu Etkileyen Etmenler.....	29
2.1.4.1. Yaşam Doyumuna Etki Eden Bireysel ve Demografik Faktörler .29	
2.1.4.2. Yaşam Doyumuna Etki Eden İş İle İlgili Faktörler	30
2.1.4.3. Yaşam Doyumuna Etki Eden Çevresel ve Toplumsal Faktörler..32	
2.2. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ LİTERATÜR TARAMASI	33
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM	37
3.1. ARAŞTIRMANIN DESENİ	37
3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ	37
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	40
3.4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU.....	40
3.4.1. İletişim Becerileri Ölçeği.....	40
3.4.2. Yaşam Doyumunu Ölçeği.....	40
3.5. VERİLERİN ANALİZİ	40
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	42
4.1. İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ VE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNE AİT BULGULAR	42
4.2. CİNSİYET DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR	43
4.3. YAŞ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR.....	44
4.4. PROGRAM TÜRÜ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR	44
4.5. SINIF DÜZEYİ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR.....	45
4.6. KORELASYON ANALİZİ	46
4.7. REGRESYON ANALİZİ	46
TARTIŞMA VE YORUM	48
SONUÇ VE ÖNERİLER	51
KAYNAKÇA	52
EKLER	-

KISALTMALAR

A.G.E.	:	ADI GEÇEN ESER
ANOVA	:	ANALYSIS OF VARIANCE
ARK.	:	ARKADAŞLARI
IBM	:	INTERNATIONAL BUSINESS MACHINES
SPSS	:	STATİSTİCAL PACKAGE FOR SOCIAL SCIENCES
VD.	:	VE DİĞERLERİ



TABLolar LİSTESİ

	SAYFA
Tablo-1 İletişim Tanımları	4
Tablo-2 Ankete Katılan Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımı	37
Tablo-3 Ankete Katılan Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımı	37
Tablo-4 Ankete Katılan Öğrencilerin Program Türüne Göre Dağılımı	38
Tablo-5 Ankete Katılan Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	38
Tablo-6 Ankete Katılan Öğrencilerin Okudukları Bölümlere Göre Dağılımı	38
Tablo-7 Ölçeklere Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları	40
Tablo-8 İletişim Becerileri Ölçeği Normal Dağılım ve Homojenlik Analizi Sonuçları	42
Tablo-9 Yaşam Doyumu Ölçeği Normal Dağılım ve Homojenlik Analizi Sonuçları..	42
Tablo-10 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları	43
Tablo-11 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları	43
Tablo-12 Yaş Değişkenine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları	44
Tablo-13 Öğrencilerin Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları	44
Tablo-14 Program Türü Değişkenine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları	44
Tablo-15 Tukey Testi Sonuçları	45
Tablo-16 Öğrencilerin Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları	45
Tablo-17 Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları	45
Tablo-18 Öğrencilerin Sınıf Düzeylerine Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları	46
Tablo-19 İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Testi Sonuçları	46
Tablo-20 İletişim Becerilerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin Regresyon Analizi ile Gösterilmesi	47

EKLER LİSTESİ

- EK-A** GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU
- EK-B** KİŞİSEL BİLGİ FORMU
- EK-C** YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ
- EK-D** İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ
- EK-E** ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ



ÖN SÖZ

Öncelikle İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Eğitimi almış olmaktan dolayı çok memnunum. Öğrendiğim bilgiler ve kıymetli hocalarımla aktardıkları konular gerçekten benim için çok faydalı ve çok anlamlı oldu. Hayatı ve insanları daha geniş bir bakış açısından incelemem için yeni bir başlangıç daha olmuş oldu ve bu önemli perspektiflerin bana kattığı değerler paha biçilemez.

Bu tezi hazırlarken de zaten bayağı bir ilgili olduğum iletişim becerileri ve yaşam doyumu konusunu seçtim. Bunu seçme nedenim de şuydu: Benim için beden dili ve iletişim zaten her zaman çok önemli konular olmuştu ve insanların iletişim kabiliyetleri ne kadar artarsa yaşam doyumlarının da bir o kadar artacağına inancım tamdı. Bunu üniversite öğrencilerinde denemek istemiştim çünkü bu dönemde gerçekten insan bireyselleşiyor ve bazı şeylerin daha net farkına varmaya başlıyoruz. Eğer üniversite yaşamında iletişim becerileri gelişirse bu ileriki dönemler için gerçekten büyük bir gelişmenin ilk adımı olabilir.

Bu süreçte benden kıymetli bilgi ve tecrübelerini esirgemeyen, sorularımız olduğunda bizi her daim dinleyen ve cevapları mümkün olduğunca vermeye çalışan ve bize sürekli destek olan maddi ve manevi olarak yanımda olan saygıdeğer hocalarıma teşekkür etmeyi bir borç bilirim.

Aile ve çift terapisi dersimize giren öğretim görevlisi Kahraman Güler hocamıza, Bilim Felsefesi ve Metodoloji dersimizi veren Dr. Öğretim üyesi Hayati Yavuzer hocamıza, Bilişsel Terapiler Ve Cinsel Terapiler derslerine giren Dr. Öğretim Üyesi Rıdvan Üney hocamıza, Bireysel Psikoterapiler dersine giren Doç. Dr. Güzin Mukaddes Sevinçer hocamıza, Grup Psikoterapileri dersimiz giren Dr. Öğretim Üyesi Tuncay Barut hocamıza, Psikoterapötik Görüşme Teknikleri ve Semiyoloji dersimize giren Prof. Dr. Ahmet Ertan Tezcan hocamıza ve son olarak da Teze Giriş ve Seminer dersimizi veren Dr. Öğretim Üyesi Kemal Er hocamıza saygılarımı sunuyorum ve bize kattıkları değerli bilgiler ve yeni hayat görüşleri ve bakış açıları için sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak da bu süreçte bana değerli katkıları olan, benden yardımını esirgemeyen ve sürekli iletişim içinde olduğum, hatalarımı düzelten ve hayata dair yeni bakış açıları kazanmama vesile olan kıymetli, değerli hocamız ve tez danışmanım olan Sayın Prof. Dr. Ayten Erdoğan Hocama sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Ayrıca bu süreçte bana maddi manevi yönden destek olan arkadaşlarıma ve aileme yanımda oldukları için teşekkürü bir borç bilirim.

Ayrıca aralarda sırf derslerini dinlemek için derslerini almadığım ama dinlememe izin veren Dr. Öğretim Üyesi Recep Emre Tan, Dr. Öğretim Üyesi Yasin Genç ve Dr. Öğretim üyesi Arzu Somay ve Dr. Öğretim üyesi Onur Okan Demirci hocalarıma da teşekkür etmek istiyorum.

GİRİŞ

a. Problem Durumu

Bireyler yapısı itibariyle toplum içinde yaşayıp arkadaşlıklar kurmakta, devamlı bir topluluk ile hayatlarını sürdürmektedirler. Bu yapının devam edebilmesinde iletişim önemli rol oynamaktadır. Bireyler yalnız kalmak istemeyip bir gruba ait olmak isteyecek, etrafındaki diğer kişilerle iyi ilişkiler kurmak isteyecek, sürekli olarak başkalarıyla bir şeyler paylaşma, yardımlaşma vb. davranışlarda bulunmak isteyecektir. Bu davranışlar için gerekli tek unsur ise iletişimdir.¹

İnsanlar dünyaya geldiğinden bugüne kadar olan süreçte devamlı kendi düşüncelerini iletmek, etrafındakilerle bir şeyler paylaşmak, çevresindeki kişilerle iyi ilişkiler kurmak için her zaman iletişimi kullanmışlardır. Yani iletişim bir döngüye dayanan, devamlılık arz eden, sürekli olarak ilerleme ve gelişme kaydeden bir süreçtir. Bu iletişim sürecinde insanlar sosyal bir kimlik elde ederler, hem bireysel hem de toplumsal hayatlarında gelişim gösterirler. İletişim sayesinde zamanla bireylerin duygu ve düşünce dünyası gelişim gösterir ve bu sayede de insanlar hayatlarını, kendilerini değerlendirme fırsatı bularak bu yönde kendilerini de hayatlarını da istedikleri gibi yönlendirebilirler.²

İletişim, insanların günlük yaşantısında kullandıkları, diğer bireyler, toplum içindeki roller vb. her şeyi ifade ederken kullanılmaktadır. Geçmişten günümüze taşınan değerlerimiz, gelenek göreneklerimiz iletişim sayesinde günümüze ulaşan ve hatta geleceğe aktarılacak olan olgulardır. Bu yapının tamamı yani toplumsal yapı temel olarak sadece iletişim sayesinde sürdürülmektedir.³ Kültürel ve toplumsal tüm değerler iletişim sayesinde var olmaya devam etmekte ve gelişim göstermektedir.⁴

Açıkgöz 2003 yılında yaptığı çalışmada iletişim kurmanın amacını, gönderici ve alıcı arasındaki duygu-düşünce ve bilgi birleşimi olarak ifade etmiştir. Bu açıdan iletişimin iki yönlü olduğunu söylemek mümkündür.⁵

Yaşam doyumu kavramı ise, insanların kendi iç dünyalarında yaşadığı sorgulama hali ve hayatı nasıl algıladıklarının özümsemesi şeklinde ifade edilebilir. Bu bağlamda insanların kendi hakkında düşündükleri, kendilerini nasıl gördükleri ise

¹ Feyzullah Eroğlu, **Davranış Bilimleri**, Beta Yayınları, İstanbul, 2015, s. 16.

² Mehmet Temizkan, **İletişim Süreci ve İletişim Becerileri**, F. Temizyürek, İ. Erdem, M. Temizkan (Ed.), Konuşma Eğitimi ve Sözlü Anlatım İçinde, Pegem Akademi, Ankara, 2013, ss. 2-16.

³ Ünsal Oskay, **İletişimin ABC'si**, Der Yayınları, İstanbul, 1999, s.24.

⁴ Aysel Usluata, **İletişim**, İletişim Yayınları, İstanbul, 1994, s.18.

⁵ Kamile Ün Açıkgöz, **Etkili Öğrenme ve Öğretme**, Kanyılmaz Matbaası, İzmir, 2003, s. 17.

oldukça önem taşımaktadır. Bireylerin sosyal hayatının bu düşünceleri etkilediği de bilinmektedir.⁶

Yaşam doyumu, bireylerin hayata ait tutumlarının dışında bir de öznel iyi oluş olgusunu kapsamaktadır.⁷ Başka bir ifadeyle insanların hayat ile ilgili algılarını özümseyerek bir sonuca bağlaması olarak da ifade edilebilir.⁸ Öznel iyi oluş, insanların hayata dair tüm algı ve hislerini ifade ederken yaşam doyumu, öznel iyi oluşun esas aldığı içsel süreçleri açıklamaktadır.⁹ Yani yaşam doyumu hayat ile ilgili tüm değerlendirmeleri içermektedir.¹⁰

Yaşam doyumu bir davranış olarak düşünülecek olursa bireylerin hayatlarını değerlendirme veya yargılama olgusu olarak açıklanabilir. Başka bir ifadeyle insanların sevip sevmediği, beğenip beğenmediği, hoşlanıp hoşlanmadığı yönlerini analiz etmesidir. Bu sayede yaşam doyumu bireylerin zihinsel ve bedensel yaşantılarında nasıl ilerleme kaydettiklerini ortaya koymaktadır.¹¹

b. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır;

- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile iletişim becerileri ne düzeydedir?
 - İletişim becerileri ve yaşam doyumu ölçeklerine katılan öğrencilerin cinsiyeti, bölümü, okuduğu program türü, yaşı ve sınıfı açısından farklılık bulunmakta mıdır?
 - Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve iletişim becerileri arasındaki ilişki anlamlı mıdır?
 - Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının iletişim becerilerine etkisi nedir?
- Bu kapsamda ele alınacak hipotezler aşağıdaki gibidir;
- Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile yaşam doyumları cinsiyete göre farklılık göstermektedir.

⁶ Ed Diener, "Subjective Well-Being: The Science Of Happiness And A Proposal For A National Index", *American Psychologist*, 2000, Cilt: 55, Sayı:1, ss. 34-43.

⁷ Ed Diener, Emmons Robert, Larsen Randy ve Griffin Sharon, "The Satisfaction With Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, 1985, Cilt: 49 Sayı: 1, ss. 71-75.

⁸ Ruut Veehoven, *Questions On Happiness: Classical Topics*, Modern Answers Blind Spot, F. M. Argyle Strack ve N, Schwarz (Ed.), Subjective wellbeing, 1991, s. 7-26

⁹ Ed Diener, "Assessing Subjective Well-Being: Progress And Opportunities", *Social Indicators Research*, 1994, Cilt: 31 Sayı: 2, ss.103-157.

¹⁰ Şenay Vara, Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ege Üniversitesi, İzmir, 1999, s.34, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

¹¹ Dean Heller, Dewey Watson ve Hies, R. "The Role of Person Versus Situation in Life Satisfaction: A Critical Examination", *Psychological Bulletin*, 2004, Cilt: 130, Sayı: 4, ss. 574-600.

- Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları okudukları program türüne göre göre farklılık göstermektedir.

- Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları yaşa göre farklılık göstermektedir.

- Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları sınıf düzeylerine göre farklılık göstermektedir.

- Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile iletişim becerileri birbirini etkilemektedir.

- Üniversite öğrencilerin iletişim becerileriyle yaşam doyumları arasında ilişki bulunmaktadır.

c. Araştırmanın Önemi

İletişimin alt boyutları olan ilişki ve bilginin yaşam doyumu ile etkileşimi oldukça önemli seviyededir. İletişim bireyler için önemli bir ihtiyaçtır ve güçlü ilişkiler ile de bilgi artışı ile de bireylerin yaşam doyumunda önemli artışlar görülmektedir.

Ülkemizdeki üniversite öğrenci sayısının gün geçtikçe artması ve ortalama dört yıllık bir süreç içerisinde öğrencilerin belirli bir alanda uzmanlaşmasına yönelik eğitim öğretim verilirken, bunun yanında belirlenecek olan sosyal, kültürel ve sportif faaliyetlerin, öğrencilerin kişisel gelişimleri açısından önem arz edeceği düşünülmektedir. Üniversite yılları gençlerin yaşlılarıyla iletişim kurma olanağının arttığı ve karşı cinsle sevgi ilişkisi kurma olanağının olduğu yıllardır. İletişim açık ve sosyalliğin iyi olması yaşam doyumunun fazla olması ile ilgili bulunmuştur. Ancak ülkemizde üniversite yıllarındaki bireylerde bu iki kavram arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma sayısı kısıtlıdır. Bu anlamda iletişim becerileri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılacak bu çalışma literatüre katkı sağlayacağı için önem taşımaktadır. Bu nedenle bu çalışmada ile üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak istenmiştir.

d. Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerin iletişim becerilerini ve yaşam doyumlarını değerlendirebilecek düzeyde bilgi sahibi olduğu varsayılmıştır.

- Ankete katılan üniversite öğrencilerinin anket sorularına içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.

e. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın kesitsel olması ve örneklem sayısının sınırlı olması en önemli kısıtlılıktır.

Bu araştırma İstanbul ilinde 2019-2020 eğitim-öğretim döneminde İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde okuyan öğrenciler ile sınırlandırılmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

İLETİŞİM BECERİLERİ

1.1. İLETİŞİM VE İLETİŞİM BECERİLERİ

İletişim kavramını birçok farklı şekilde açıklamak mümkündür. Genel bir ifadeyle hayattaki canlıların tümünün ortak olarak kullandığı etmenlere bağlı bir süreç olarak ifade edilebilir.¹² Literatürdeki bazı çalışmalara göre yapılmış iletişim tanımları ise aşağıdaki gibidir;

Tablo-1 İletişim Tanımları

Yazarlar	Yıllar	Tanımlar
Kızılcılık ve Erjem	1992	İletişim, duygu ve düşüncelerin kişiler, sosyal topluluklar, gruplar arasında söz, vücut hareketleri, görüntü, yazı gibi aracılıklarla takas edilmesini sağlayan sosyal etkileşim süreci, düşünce ve bilgilerin herkes tarafından aynı düzeyde anlaşılır olması, paylaşılması ve karşılıklı etkinin yayılım sürecidir.”
Mutlu	2004	İletişim; fikirlerin, bilgi, beceri ve duyguların gibi simgeler yardımıyla iletimidir.”
Cüceloğlu	2007	İletişim, iki kişi arasında yer alan anlam alışverişidir.”
Dökmen	1998	İletişim bilgi üretim, aktarım ve anlamlandırma sürecidir.”
Vardar	1998	İletişim, anlatıcı ile dinleyici arasında bildiri alışverişi; karşılıklı bildiri aktarılması; bildiri faaliyetlerinin çift taraflı görünümüdür.”

Tabloda verilen tanımlardan da yola çıkarak iletişimi insanların birbirlerini anlamak için kullandıkları yol olduğunu söylemek mümkündür.¹³ İletişim, bireylerin duygu ve düşüncelerini birbirlerine ifade ederken onları bir arada tutacak ortak bir yol meydana getirmeyi amaçlamaktadır.¹⁴

Bireyler yapısı itibarıyla toplum içinde yaşayıp arkadaşlıklar kurmakta, devamlı bir topluluk ile hayatlarını sürdürmektedirler. Bu yapının devam edebilmesinde iletişim önemli rol oynamaktadır. Bireyler yalnız kalmak istemeyip bir gruba ait olmak isteyecek, etrafındaki diğer kişilerle iyi ilişkiler kurmak isteyecek, sürekli olarak başkalarıyla bir şeyler paylaşma, yardımlaşma vb. davranışlarda bulunmak isteyecektir. Bu davranışlar için gerekli tek unsur ise iletişimdir.¹⁵

İnsanlar dünyaya geldiğinden bugüne kadar olan süreçte devamlı kendi düşüncelerini iletmek, etrafındakilerle bir şeyler paylaşmak, çevresindeki kişilerle iyi

¹² Hasan Tutar ve Mustafa Kemal Yılmaz, **Genel İletişim: Kavramlar ve Modeller**, Erkam Matbaa, İstanbul, 2001, s.36.

¹³ Muazzez Babacan, **Yazılı ve Sözlü Anlatım “Kompozisyon Bilgileri”**, 3F Yayınevi, İstanbul, 2008, s.47.

¹⁴ Raşit Kaya, **Kitle İletişim Sistemleri**, Teori Yayınları, Ankara, 1985, s.22.

¹⁵ Eroğlu, a.g.e., 2015, s.16.

ilişkiler kurmak için her zaman iletişimi kullanmışlardır. Yani iletişim bir döngüye dayanan, devamlılık arz eden, sürekli olarak ilerleme ve gelişme kaydeden bir süreçtir. Bu iletişim sürecinde insanlar sosyal bir kimlik elde ederler, hem bireysel hem de toplumsal hayatlarında gelişim gösterirler. İletişim sayesinde zamanla bireylerin duygu ve düşünce dünyası gelişim gösterir ve bu sayede de insanlar hayatlarını, kendilerini değerlendirme fırsatı bularak bu yönde kendilerini de hayatlarını da istedikleri gibi yönlendirebilirler.¹⁶

İletişim, insanların günlük yaşantısında kullandıkları, diğer bireyler, toplum içindeki roller vb. her şeyi ifade ederken kullanılmaktadır. Geçmişten günümüze taşınan değerlerimiz, gelenek göreneklerimiz iletişim sayesinde günümüze ulaşan ve hatta geleceğe aktarılacak olan olgulardır. Bu yapının tamamı yani toplumsal yapı temel olarak sadece iletişim sayesinde sürdürülmektedir.¹⁷ Kültürel ve toplumsal tüm değerler iletişim sayesinde var olmaya devam etmekte ve gelişim göstermektedir.¹⁸

İletişim aşağıda belirtilen özelliklere sahiptir;¹⁹

- Alıcı kanalı da kaynak kanalı da aktiftir.
- İletiler sözlü olarak da sözsüz olarak da iletilebilir.
- İletişim kurulan süreç içerisinde idrak etme düzeyi de aktif konumdadır. Bu sayede alınan iletiler yorumlanabilir.
- İletişim kurulabilmesi için mutlaka başka kişi veya kişiler de olmalıdır.
- İletişim kurmanın temel amacı bulunduğumuz çevrede aktif olabilmektir.
- Yaşadığımız her yerde iletişim vardır.
- Birçok farklı boyutta iletişim kurmak mümkündür.

Gönderici, alıcı, ileti ve kanal olmak üzere dört temel öge iletişimi oluşturmaktadır. Mesajı gönderen gönderici olarak adlandırılır.²⁰ İletişim göndericinin hedef aldığı kişi veya gruplarda bulunan tutumları güçlendirmek veya göndericinin isteği yönünde değişiklik yapmaktır. Bundan dolayı gönderici alıcıyı iyi bilmeli ve iletisini bu bağlamda belirlemelidir.²¹ Gönderici en iyi şekilde iletişim kurabilmek adına alıcının tüm duyularına hitap edebilmelidir.²² Mesajı alan kişi ise alıcı olarak adlandırılır. Alıcının göndericinin iletildiği mesajlar ile tutumlarını güçlendirmesi veya göndericinin isteği yönünde değişiklik yapması gönderici ile alıcı arasındaki iletişimin olumlu olduğuna işaret etmektedir. Alıcının tutumlarını güçlendirmesi, göndericinin

¹⁶ Temizkan, a.g.e., 2013, ss.2-16.

¹⁷ Oskay, a.g.e., 1999, s.24.

¹⁸ Usluata, a.g.e., 1994, s.18.

¹⁹ Eroğlu, a.g.e., 2015, s.16.

²⁰ Kaya, a.g.e., 1985, s.22.

²¹ Murat İnceoğlu, *Tutum Algı İletişim*, Siyasal Kitabevi, Ankara 2011, s. 51.

²² Mehmet Özkan, *İnsan İletişim ve Dil*, Akademik Kitaplar, İstanbul, 2010, s. 26.

isteği yönünde değişiklik yapması veya iletiyi kendi düşünceleri ile değiştirmeden iletiyi tam olarak kavrayıp onaylaması gerekmektedir.²³ İletişim süreci boyunca alıcının beklentilerini belirten beş adım aşağıdaki gibidir;

- İletiyi alması,
- İletiyi anlaması,
- İletişimi benimsemesi,
- Harekete geçmesi,
- Geri bildirim sağlamasıdır.²⁴

İletişim süreci boyunca alıcıya gönderilmek istenen her şey ileti olarak adlandırılmaktadır.²⁵ Göndericinin göndermek istediği iletileri alıcıya ulaştıran araçlar ise kanal olarak adlandırılmaktadır.²⁶

İletişim sürecini oluşturan dört temel öge bulunmaktadır. Bunlar;

Kod ve Kodlama: Bir işaret sistemi olan kod, kişiler arasındaki iletilerin anlamlı bir şekilde gönderilmesini sağlamaktadır.²⁷ Kodlama ise gönderici ve alıcı arasındaki anlaşma dilleri olarak ifade edilmektedir. Bu yöntem ile iletinin içerikleri kod sistemine tahvil edilmektedir. Gönderici ve alıcı arasında kullanılan dil uyumu ne kadar geniş çaplı ise aralarında geçen iletişim de o derece güçlü olmaktadır.²⁸

Kod Açma ve Yorumlama: Göndericinin iletmiş olduğu iletinin alıcı tarafından alınıp çözümlenerek anlaşılması kod açma olarak ifade edilmektedir. Yorumlama ise kod açılma işleminden sonra iletinin yeniden analiz edilmesini ifade etmektedir.

Gürültü: Göndericinin iletmiş olduğu iletinin açıkça anlaşılmasını etkileyen her şey gürültü olarak ifade edilmektedir.²⁹

Geri Bildirim: Gönderici bir iletiyi kodladıktan sonra kanal yardımı ile alıcıya göndermektedir. Alıcı ise bu iletinin kodunu açıp yorumlamaktadır. Yorumlama işlemi ile alıcı iletiye kendine göre anlam kazandırır. Daha sonra kendisi bir ileti kodlayarak bireye iletir. Açıklanan bu işlem geri bildirim olarak adlandırılmaktadır. Geri bildirim bu şekilde sürekli olarak devam etmektedir.³⁰

Bireylerin gönderdiği iletileri doğru olarak kodlayıp iletmesi ve aldığı iletileri de doğru olarak yorumlaması sürecini kapsayan kabiliyetlerin tamamı iletişim becerisi

²³ Eroğlu, a.g.e., 2015, s. 16.

²⁴ Salih Güney, *Davranış Bilimleri*, Nobel Yayınları, Ankara, 2013, s. 34.

²⁵ Kaya, a.g.e., 1985, s. 22.

²⁶ Eroğlu, a.g.e., 2015, s. 16.

²⁷ Erol Mutlu, *İletişim Sözlüğü*, Ark Yayınevi, Ankara, 2004, s. 43.

²⁸ Rıza Filizok, *Anlam Analizine Giriş*. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İzmir, 2001, s. 49.

²⁹ Kaya, a.g.e., 1985, s. 22.

³⁰ Kaya, a.g.e., 1985, s. 22.

olarak ifade edilmektedir.³¹ Bireylerin aralarında olumlu ilişkiler kurmasını sağlayan, bireylerden yeterli yanıtlar alabilmesine olanak tanıyan ve bireylerin toplumsal yaşantılarını basitleştiren kalıplaşmış davranışlar iletişim becerisi kapsamındadır. Bahsedilen bu davranışlar etkili dinleme, duygu ve düşüncelerini net olarak açıklama, empati esaslı olarak karşıdakinin sözlü veya sözlü olmayan iletilerini anlaması olayıdır.³²

İletişim becerisi kavramını başka bir ifade ile açıklayacak olursak; iletenler ve iletilenler arasındaki duygu geçişini sağlayan ilişki kurma yeteneğidir.³³ İlişkilerin etkili şekilde kurulabilmesi için gönderici ve alıcının aynı dili konuşmaları, aynı kodları bulundurmaları ve iletinin gönderim şekli ve algılanıp yorumlanma şekli son derece önem taşımaktadır. Bu süreçte gönderici ve alıcının duygu, düşünce, peşin hüküm ve nesnel tutumları ile kendilerini açıklayabilmeleri, anlatabilme ve anlayabilme kabiliyetlerinin etkisi bulunmaktadır.³⁴

İletişim hayatın her alanında bireyler arasında gerçekleşmektedir. Bundan dolayı etkili iletişim bireylerin yaşam doyumunda artış sağlamaktadır ve yaşamlarına zenginlik katmaktadır. Etkili iletişimin faydaları aşağıdaki gibi sıralanabilir;³⁵

- Bireylerin kendilerine olan bakış açılarında, algılama düzeylerinde vb. gelişim sağlamaktadır.
- Diğer bireylerle olan etkileşimleri pozitif olarak etkilemektedir.
- Genel insan ilişkileri ile ilgili farkındalık kazanılmasına olanak tanımaktadır.
- Bireylerin sorun çözüme, eleştirel düşünme yeteneği kazanma, karar verme vb. toplumsal kabiliyetlerini etkili olarak kullanmasına olanak tanımaktadır.
- Meslek yaşantısında bireylere yardımcı olmaktadır.
- Dünya genelinde iletişim ile ilgili donanımlı olmayı sağlamaktadır.

1.1.1. İletişimin Amacı ve Önemi

İletişim içinde olan bireylerin kendini açıklayabilmenin sevincini yaşamaları, bunun fark edildiğini hissetmeleri, karşılarındaki bireyi etkilemek isteyip bu doğrultuda

³¹ İbrahim Deniz, İletişim Becerileri Eğitiminin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin İletişim Becerisi Düzeylerine Etkisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, 2003, s. 24, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

³² Fulya Yüksel Şahin, İletişim Becerilerine Genel Bir Bakış. A. Kaya (Ed.). Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim İçinde, Pegem Akademi, Ankara, 2010, ss. 32-55.

³³ Rasim Bakırcıoğlu, **Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü**, Anı Yayıncılık, Ankara, 2016, s. 61.

³⁴ Aysel Uzuntaş, "Etkili İletişim: Anlatabilmek ve Anlayabilmek", **Kastamonu Eğitim Dergisi**, 2011, Cilt: 21, Sayı: 1, ss. 11-30.

³⁵ Mestan Küçük, **İletişim Kavramı ve İletişim Süreci**. E. N. Orhon ve U. Eriş (Ed.). İletişim Bilgisi İçinde, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir, 2012, ss. 2-20.

hareketlerine yön vermeleri iletişimin amaçlarındandır. Yani iletişim bir var olma sürecini amaçlamaktadır³⁶

Hem ileti gönderip hem de almayı kapsayan iletişimde mesaj iletilmiş ancak alıcıya ulaşmamış ise iletişimin amacına ulaşmadığını söylemek mümkündür. Bıçakçı yaptığı bir çalışmada iletişimde bulunmak, öğrenmek, bir şeyler paylaşmak, tesir etmek, yönlendirmek, mutlu olmak vb. varılmak istenen bir takım amaçlarının bulunduğunu ifade etmiştir. Bu amaçları aşağıdaki gibi açıklamak mümkündür;³⁷

Var olmak: Bireyler yaşamlarını devam ettirebilmek için toplumla iletişim içinde olmalıdır. Bireyler iletişim yardımıyla kendisini diğer bireylerle ifade edebilir. Toplumla beraber düşünülen birey, iletişim ağlarını ve kanallarını değerlendirmektedir.

Öğrenmek: Öğrenmek kavramı, bireylerin yaşamı boyunca ilerleyen bir süreci ifade etmektedir. Yaşadığı çevrede olanlara karşı duyarsız kalamayan bireyler, çevresini bilmesi, bilinmezlikleri en aza indirmesi amacıyla sürekli öğrenme ihtiyacı duyacaktır. Bu sayede de iletişim içinde bulunmasını mecbur hale getirecektir.

Paylaşmak: Bireylerin yaşadığı sürece yaşanan olaylarla alakalı olarak toplumun içindeki diğer kişilerle paylaşım halinde olacaktır. Paylaşmayla kişiler arasında ortaklıklar gerçekleşir, karşılıklı hoşgörüler oluşur, sosyal onay meydana gelir. Paylaşım ilk olarak duygu, düşünce ve bilgi paylaşımı ile başlar ve sonrasında yenilik yapma, öğrenme ve düzenleme ile gelişim ve değişim sağlanmaktadır.

Etkilemek ve Yönlendirmek: İletişim bakımından kişilerin tutum ve hareketlerinde farklılık meydana getirmek varılacak en son amaçtır. Toplumsal bir varlık olan bireyler işbölümü ve ortaklık yapmalıdır. Bu durum da diğer insanlar ile aynı istek, duygu ve düşünce paylaşımıyla gerçek olacaktır.

Mutlu Olmak: Bireyler dinlenmek, tepkilerini açığa çıkarmak, üzüntülerini ve sıkıntılarını unutmak, duygusal olarak rahatlamak için eğlenir ve bu sayede de mutlu olurlar. İletişimin yardımıyla bireyler sahip oldukları bilgi ve beceriyi başkalarına aktarma imkânı bulurlar.³⁸

İletişime verilen önem gün geçtikçe artmaktadır. Bunun sebebi iletişimin bilgiyi aktarım ve paylaşım unsuru olmasından kaynaklanmaktadır. İletişim yardımıyla bilginin açığa çıkması ve paylaşılması mümkün olmaktadır.³⁹

³⁶ Sabahat Bayrak, *Örgütlerde Etkili İletişim ve İletişim Yönetimi*, 1995, s. 74, (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

³⁷ Halil Can, *Organizasyon ve Yönetim*, Siyasal Kitabevi, Ankara, 1997, s. 42.

³⁸ Kamile Demir, *Örgütlerde İletişim Yönetimi Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2003, s. 31.

³⁹ İlker Bıçakçı, *İletişim ve Halkla İlişkiler*, Media Cat Yayınları, Ankara, 1998, s. 14.

1.1.2. İletişimin Özellikleri

İnsani gereksinimlerin meydana getirdiği, hatta bireylerin esas faaliyetlerinden biri olan iletişimin bazı temel özellikleri aşağıdaki gibi ifade edilebilir;⁴⁰

- İletişim bireylerin hareketlerinin bir eseridir.
- İletişim hareketli bir olgudur.
- İletişim belli kalıplara bağlı olarak gerçekleşmektedir.

Kaya, 2006 yılında yapmış olduğu çalışmasında iletişimin temel özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamıştır;

• İletişim için gerekli temel ihtiyaç insanlardır. Bireyler birbirlerini anlamak istediği sürece iletişime ihtiyaç duymaktadırlar.

• İletişim paylaşım odaklıdır. Yani gönderici ve alıcı bir ileti çerçevesinde ortak anlaşmalara olanak tanımaktadır.

• İletişim içerisinde jestler, mimikler, sesler, sözcükler v. sembollerden oluşmaktadır.

Baltaş ve Baltas ise (1997) yılında iletişimin özelliklerini aşağıdaki gibi ifade etmiştir;

- İletişim için başlangıç önem taşımaktadır.
- İletişim bilgi ilişkisinden daha fazlasını ifade etmektedir.
- İletişim bireyler arasında yapılmaktadır.
- İletişim sürecindeki ögeler bir bütünü oluşturmaktadır.

Bütün bu ifade edilen özelliklerden yola çıkarak iletişimin insanların çevresi ve kendi hayatı üzerinde belirleyici olabilmesi için verilen çabayı yansıtmaktadır. Kısaca iletişim temel anlamda çevre üzerinde etkin olmayı, davranışları ve tutumları güçlendirip değiştirmeyi amaçlamaktadır.⁴¹

1.2. İLETİŞİMİN ÖGELERİ

Bilgilerin, duygu ve düşüncelerin paylaşım süreci tamamlandığı zaman iletişim de önem kazanmaktadır.⁴² İletişim sürecinin hızlı ve etkin olabilmesi de bu paylaşımların algılanma süresi ile ilişkilidir. İletişim, “gönderici ve alıcı arasındaki ileti alışverişi” olarak düşünüldüğü durumda ise bu kavram bir süreç olarak değerlendirilmelidir. Bu süreç dahilinde bir kısım olaylar ve değişimler meydana

⁴⁰ Erdal Erdoğan, *İletişimin Temel Özellikleri*, 2008, <http://www.erdalerdogdu.com/pr-halkla-iliskiler/iletisimin-temel-ozellikleri/> (Erişim Tarihi: 02.04.2020).

⁴¹ Sadi Gökçaya, Okul Müdürlerinin İletişim Becerilerinin Öğretmen Algılarına Göre İncelenmesi (Kırklareli İli Örneği), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul, 2009, s. 42, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁴² Mehmet Şişman, *Eğitimde Mükemmellik Arayışı (Etkili Okul)*, Pegem Akademi, Ankara, 2002, s. 36.

gelmektedir. Sonuç olarak başlayan bu olaylar da başka olaylara dönüşmektedir. İletişim süreci boyunca da iletişimin nereden başladığı veya nasıl son bulduğu belirli değildir.⁴³

Alıcı iletiyi aldıktan sonra anlamlandırıldığına göre geri bildirimde bulunmaktadır. Gönderici alıcının verdiği geri bildirimde göre iletinin doğru algılanıp algılanmadığını anlayabilir. İletişimin etkili olup olmadığı sürecin ilerleyişinden anlaşılabilir.⁴⁴

İletişim süreci yedi unsurdan oluşmaktadır. Bunlar;⁴⁵

- Gönderici (kaynak),
- Gönderici ve alıcının algılama ve değerlendirme şekli (kod),
- Mesaj (İleti),
- Kanal (iletişim aracı),
- Alıcı veya amaç (mesajın iletilmek istendiği taraf),
- Geri besleme (feed-back),
- Gürültü (mesajın iletilmesine engel olan tüm bozucu faktörler)'dür.

İletişim sürecinin gerçekleşmesi için öncelikle göndericinin iletiyi kanal yoluyla alıcıya göndermesi ve geri bildirim alması gerekmektedir.⁴⁶

1.2.1. Kaynak

Fikir paylaşımında bulunmak isteyen kişi veya gruplardır. İletişim sürecinin gerçekleşmesi için kaynağı mutlaka olmalıdır.⁴⁷ İletişim, kaynağın iletiyi göndermesiyle başlamaktadır. İletişimde, iletinin veya mesajın ne olacağını kaynak belirlemektedir.⁴⁸

1.2.2. İleti

İletişim sürecinde aktarılmak istenen fikir ya da bilgi olarak tanımlanmaktadır. İleti, jest ve mimikler, yazı ve ses gibi unsurlar da olabilmektedir.⁴⁹ Gönderilmek istenen mesaj duygu ve düşüncelerin aktarılmasında önemli bir yere sahiptir.⁵⁰ Zıllıoğlu (1993) yılında yapmış olduğu bir çalışmada mesajı aşağıdaki gibi açıklamıştır;

- Mesaj gönderilmek istenen alıcıya göre düzenlenmelidir.

⁴³ Ahmet Yatkın ve Ümmühan Nazan Yatkın, *Halkla İlişkiler ve İletişim*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2006, s. 54.

⁴⁴ Demir, a.g.e., 2003, s. 31.

⁴⁵ Tutar ve Yılmaz, a.g.e., 2003, s. 36.

⁴⁶ Üstün Dökmen, *İletişim Çatışmaları ve Empati*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1998, s. 19.

⁴⁷ Demir, a.g.e., 1998, s.31.

⁴⁸ Korkmaz Alemdar ve İrfan Erdoğan, , *İletişim ve Toplum*, Bilgi Yayınevi, Ankara, 1990, s. 27.

⁴⁹ Ayşe Demir, *Eğitim Kurumu Yönetici Adaylarının Eğitim Yönetimi Ders Notları*, MEB Yayınları. Ankara, 2002, s. 79.

⁵⁰ Zühal Baltaş ve Acar Baltaş, *İletişim Becerinizin Anahtarı Sessiz Diliniz, Beden Dili*, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1997, ss.158-160.

- Mesaj alıcıya uygun olarak aktarılmalı ve gerekli semboller kullanılmalıdır.
- Mesaj, alıcının ihtiyaç duyduğu konulara yönelik olmalı ve alıcının dikkatini çekmelidir.
- Mesajın başarılı bir sonuç vermesi için alıcının değerlerine ve davranışlarına uygun olması gerekmektedir.

Barkan ve Eroğlu yapmış olduğu bir çalışmada mesajın etkili olması için sahip olması gereken bazı özellikleri aşağıdaki gibi açıklamıştır;

- Mesajın etkili olabilmesi için anlam üretmesi gerekmektedir. Bunun için iletinin duyu merkezlerinde nasıl etki ettiği oldukça önemlidir.
- Mesaj kalıcı olmalı ve anlam bütünlüğünü sağlayabilmelidir.
- Mesaj ne kadar kalıcı olursa etkisi de o kadar uzun sürebilmektedir.
- Mesajın etkili olabilmesi için alıcının yaratıcılığını harekete geçirmesi gerekmektedir. Bunun için de çeşitli semboller kullanılmalıdır.⁵¹

1.2.3. Alıcı

Kaynağın aktarmak istediği iletinin hedefi olan kişi veya gruplardır.⁵² Her alıcı iletilmek istenen iletiyi almak istemeyebilir. Bunu belirtmek için de bazı tepkiler verebilmektedir. İletilmek istenen mesaj alıcının dikkatini çekebilmeli ya da ihtiyaç duyduğu konulara yönelik olmalıdır. Bu şekilde olursa alıcı iletiyi anladığı vakit harekete geçer. Alıcının rahat anladığı ve harekete geçtiği mesajlar genellikle alıcıya yönelik olanlardır. Alıcının mesajı aldıktan sonra mesaja uygun olarak tepki vermesi beklenmektedir.⁵³

1.2.4. Kanal

Mesajın alıcıya ulaşması için gerekli olan yöntemlerdir. İletilmek istenen mesaj, duyu organlarından en az birine ulaştırılmalıdır.⁵⁴ İletişim boyunca duyu organları dışında kitle iletişim araçları da kullanılmaktadır. Burada önemli olan alıcının ilgisini çekebilecek yöntemler kullanılabilmesidir.

Fiske (1990) yılında yapmış olduğu çalışmada kanalı üç şekilde ifade etmiştir. Bunlar;

1. Sunumsal kanallar: Bu kanallar ses, yüz ve bedenden oluşmaktadır. Aktarılan ifadelerin doğal dili kullanılmaktadır.

⁵¹ İrfan Erdoğan, *İletişimi Anlamak*, Erk Yayınları, Ankara, 2002, s. 34.

⁵² Demir, a.g.e., 2003, s.31.

⁵³ Yılmaz Gürses, Eğitim Örgütlerinde Yöneticilerin Etkili İletişim Kurma Becerilerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma (Kütahya Merkez İlçe Örneği), Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya, 2006, s. 47. (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵⁴ Demir, a.g.e., 2003, s. 31.

2. Temsili kanallar: Bu kanallarda yazı, resim, kitap gibi öğeler kullanılmaktadır.

3. Mekanik kanallar: Sunumsal ve temsili kanalları aktarmada kullanıldığından dolayı daha büyük teknolojik sınırlamalar olduğu görülmektedir. Bu kanallar telefon, televizyon bilgisayar ve internetten oluşmaktadır.

Demir (2002)'e göre; İletişim sürecinin başarılı olmasında duyu organlarının kullanım sıklığının önemi büyüktür. Kanalda en çok etkili olan görsel ve işitsel araçlar olduğu görülmektedir.

1.2.5. Geribildirim

Kaynağın gönderdiği mesajın kaynağa geri dönmesidir. İletişim sonunda geri bildirim alınmıyorsa tek yönlü iletişim gerçekleşir. Çift taraflı ileti alışverişine iletişim, tek taraflı olanına ise iletim denilmektedir. İletinin alıcıya doğru bir şekilde aktarılıp aktarılmadığını anlamak için geri bildirim sonucuna bakılmalıdır. Alıcının geri bildirimde bulunmaması iletişimin gerçekleşmediğini göstermektedir. Yüz yüze gerçekleşen iletişimde geri bildirim çok hızlı alınmaktadır.⁵⁵

Kirkland ve Manoogian (2005) yılında yapmış oldukları çalışmada geribildirim kontrolünün aşağıdaki gibi olması gerektiğini ifade etmişlerdir;

- Alıcı tarafından geri bildirim devamlı olarak alınmalıdır. İletişimde bilgi alışverişi söz konusu ise bu sürekli olması beklenen bir durumdur.

- Verilmek istenen mesaj belirlendikten sonra alıcının geri bildirimde bulunması beklenilmelidir, yalın ve sade dil kullanılmalıdır.

- Geri bildirimde bulunurken davranışlar açıklanmaya çalışılmamalı, soğukkanlı olunmalı ve sonunda teşekkür edilmelidir.

- Geribildirim sonucunda davranışlarla ilgili tavsiyeler alınmalıdır.

- Alınan geribildirim sonucunda konu hakkında kısaca bahsedilmelidir.

- Geri bildirimde bulunmak istemeyen kişilere baskı kurulmamalı ve saygılı olunmalıdır. Aksi takdirde ilerleyen süreçte fikirlerini değiştirmeleri zorlaşır.

- Alınan geri bildirimler mutlaka değerlendirilmelidir.

- Geri bildirim en önemli özelliklerinden biri de kişinin kendisinde farketmediği ve değiştirmek istediği davranışları olduğunu algılamasıdır. Geri bildirim, kişinin performansını düşük gördüğü zamanlarda kendisini hedef almayı amaçlar ve sağlar.

- Geri bildirim hedeflerin belirlenmesinde ve hedefe ulaşıp ulaşılmadığını anlamada önemli bir yere sahiptir.

⁵⁵ Demir, a.g.e., 2003, s.31.

1.3. İLETİŞİM TÜRLERİ

Dökmen (1998) yılında yapmış olduğu çalışmasında iletişimi 4 şekilde açıklamıştır. Bunlar;

İçsel İletişim: Bireyin kendi dünyasında bir konu hakkında mesajlar bulması ve yorumlamasıdır.

Kişilerarası İletişim: Gönderici ve alıcıyla gerçekleşen iletişimdir.

Örgüt içi iletişim: Grup veya örgüt içinde gerçekleşen iletişimdir.

Kitle iletişimi: Mesajların oluşturulduktan sonra toplumsallaştırılması ve alıcılar tarafından algılanmasıdır.

İletişim, başka bir araştırmacıya göre ise işleyiş açısından yüz yüze veya uzaktan olmak üzere iki şekilde, grup yapısına, iletinin gönderilişine, ele alınan yöntemlere ve kodlara göre sınıflandırılmaktadır.

İşleyiş açısından iletişim iki şekildedir. Bunlar; tek yönlü ve çift yönlü iletişimdir. Yüz yüze veya uzaktan iletişimde, alıcının ve göndericinin aynı yerde bulunmasıyla ilgilidir. Grup yapısına göre sınıflandırılırken ise kişilerin biçimsel veya biçimsel olmayan grubu oluşturup oluşturmadığına bakılmaktadır.

Mesajın akış tarafına göre sınıflandırma yatay, dikey ve çapraz olarak üç şekilde incelenmektedir.

Kullanılan araç ve yöntemler bakımından sınıflandırıldığında ise görsel, işitsel ve görsel-işitsel olarak incelenmektedir.

Taraf olanlara göre iletişim; iletişimde bulunanlara göre incelendiğinde içsel iletişim, insanlar arasındaki iletişim, topluluk iletişimi, örgütsel iletişim, toplumsal iletişim ve kültürel iletişim olarak incelenmektedir.

Genellikle kullanılan sınıflandırma yöntemi ise kullanılan kodlara göre olan iletişimdir. Bu iletişim sözlü, yazılı ve sözsüz olarak ayrılmaktadır.⁵⁶

1.3.1. Sözlü İletişim

Konuşma dili sözlü iletişim olarak ifade edilmektedir. Konuşmanın temelini meydana getiren dil bir simgeler bütününden oluşmaktadır. Sosyal ve kültürel değerlere dayanan bir kavram olan konuşma bireylerin gerçekleştirdiği bir eylemdir.⁵⁷ Bu tanımlamalar ile konuşma genel anlamda ifade edilmek istenirse bireylerin yüz yüze gerçekleştirdiği etkili bir iletişim yöntemidir. Çünkü konuşmada sözlerin yanında jest ve mimikler de kullanılmaktadır. Ayrıca bireyler arasında karşılıklı gerçekleştiği için anlaşılmayan kısımlar için soru sorularak daha net anlaşma imkânı da

⁵⁶ Emel Bahar, *İletişim*, Detay Yayıncılık, Ankara, 2012, s. 34.

⁵⁷ Merih Zıllıhoğlu, *İletişim Nedir?*, Cem Yayınevi, İstanbul, 1993, s. 56.

tanımaktadır.⁵⁸ Bireyler arasında gerçekleşen bu diyalogların tamamı da sözlü iletişim olarak adlandırılmaktadır. Radyo, televizyon ve telefon gibi farklı türlerde de sözlü iletişim gerçekleştirilebilir.⁵⁹ Bu nedenle de gelişmekte olan teknoloji de iletişimin ilerlemesine ve yeni iletişim hatlarının oluşumu da sağlanmaktadır.⁶⁰

Sözlü iletişim içerisinde birçok avantaj bulunmaktadır. Anlaşılmayan konuşmaların kontrol edilebilir olması, konu ile ilgili sorular sorulabilmesi bunlar arasındadır. Ayrıca sözlü iletişim geri bildirim imkanı da tanımaktadır. Bunların yanı sıra sözlü iletişim içerisinde dezavantajlar da bulunmaktadır. Bahsi geçen bir kelimenin yazılı iletişime göre yanlış anlaşılma ihtimali daha yüksektir. Bu nedenle bir konu hakkında yapılan planlar, politik konuşmalar ve stratejik konular sözlü iletişim için uygun değildir. Bunların zamanla unutulması veya farklı algılanması mümkün olmaktadır.⁶¹

Sözlü iletişimi meydana getiren iki öge bulunmaktadır;

Dil: Sözlü iletişimin bir şekilde gerçekleşmesi için dil gereklidir. Bu nedenle de sözlü iletişimin en temel ögesi dildir.⁶² Bireylerin var olmalarının asıl sebebi konuştukları dil ve gerçekleştirdikleri zihinsel faaliyetlerdir. Bu özellikler insanları diğer canlılardan ayırmaktadır.

Dili oluşturan semboller sayesinde bireyler olayları, duygu ve düşünceleri inceleme imkanı elde edebilmektedir.⁶³ Bahsedilen bu olayların, duygu ve düşüncelerin anlam kazanması ise bireylere bağlıdır. Bu süreçte dile anlam kazandıran bireyler tecrübelerinden yararlanmaktadır. Yani dilin anlam kazanmasının belirli bir bilgi birikimine ve bireylerin tecrübesine bağlı olduğunu söylemek mümkündür.⁶⁴

Dil Ötesi: Dil ötesi kavramı ile bireylerin söylediklerini ne şekilde ifade ettiği esas alınmaktadır. Konu ile ilgili literatür ele alındığında bireylerin söylemek istediklerinin yanında bunu ne şekilde ifade ettiklerinin de önem taşıdığı görülmektedir. Bunun için doğru kelimeleri kullanmak ve karşı tarafa uygun bir şekilde iletmek önem taşımaktadır. İletilen mesajın nasıl algılandığının yüksek oranda dil ötesi ile ilgili olduğunu söylemek mümkündür.

Dil ötesi kavramı başka bir ifadeyle, kelimelerin vurgulanarak cümlede gerekli yerlerde duraklama yapılmasının sağlanması, ayrıca konuşmada kullanılan sesin

⁵⁸ Can, a.g.e., 1997, s. 42.

⁵⁹ JE Chapeaux, **Organizational Behavior**, West Publishing Company, New York, 1996, s.366.

⁶⁰ Stephen Robbins, **Organizational Behavior: Concepts, Controversies, Application**, 8th Edition, Prentice Hall Inc., 1998, s.301.

⁶¹ Emel Bahar, **İşletme Becerileri Grup Çalışması**. Detay Yayıncılık, Ankara, 2006, s. 24.

⁶² Orhan Gökçe, **İletişim Bilimleri**, Siyasal Kitabevi, Ankara, 2006, ss. 13-14.

⁶³ Dökmen, a.g.e., 1998, s. 19.

⁶⁴ Gökçe, a.g.e., 2006, ss.13-14.

şiddeti gibi özellikler ile açıklanmaktadır.⁶⁵ Bu açıdan bir cümlede kullanılan kelimelerin farklı tonlamalarda ve vurgularla kullanılması cümlenin anlaşılması açısından farklılık gösterecektir. Bu açıdan iletişim becerisinin %60'ı beden dili, %30'u ses tonu ve %10'u sözcüklerden oluşmaktadır.⁶⁶

1.3.2. Sözsüz İletişim

İletişim kelimeler ve cümlelerle sınırlı bir kavram değildir. Çünkü iletişim jest, mimik ve fiziksel hareketlerin tümünden oluşmaktadır. Bunların eksik olduğu iletişim türünde iletilmek istenenin aktarılması oldukça zor olmaktadır. İletişim, bireylerin karşı karşıya geldiği ilk anda başlamaktadır. Bireylerin karşı karşıya gelmesiyle başlayan her türlü davranışlar, sözlü veya sözsüz konuşmalar ile iletişim bütünü oluşmaktadır.⁶⁷

Sözsüz iletişimin bireyler açısından iki önemli nedeni bulunmaktadır. Birincisi, bireyler sözsüz iletişim aracılığıyla iletilerini aktarabilmektedir. Bireylerin giyimleri, duygu ve düşüncelerini belirtmek için yapmış olduğu faaliyetler bunun bir göstergesidir. İkinci nedeni ise sözsüz iletişim sözlü iletişimi destekler niteliktedir. Çünkü birey konuşmalarıyla birlikte jest ve mimiklerini de kullanmaktadır. Bu da dinleyicinin konuşan bireyi daha net bir şekilde anlamasını sağlamaktadır.

Sözsüz iletişimde kullanılan göz teması ve vücut dili kullanımı da büyük bir öneme sahiptir.⁶⁸ Konu ile ilgili Miller bir araştırmasında sözsüz iletişimin kullanım nedenlerini aşağıdaki gibi ifade etmektedir;

- Sözsüz iletişimde sınırlı kelime kullanılmaktadır.
- Sözsüz iletişimde kullanılan işaretler oldukça güçlü niteliktedir.
- Sözsüz iletişimde kullanılan ifadeler daha güçlü nitelikte ve inandırıcıdır.

Birden fazla iletinin gönderilmesi için farklı ileti kanalları gereklidir. Sözsüz iletişim jest, mimik, vücut hareketleri ve giyim tarzını da kapsamaktadır. Bu kapsamda sözsüz iletişim davranışlar bütünü olarak da açıklanabilmektedir.⁶⁹

İletişim ile ilgili yapılan bir çalışmada vücut dilinin %60'ının, sesin %30'unun ve kelimelerin %10'unun iletişimi etkilediği belirtilmiştir. Buradan yola çıkarak toplumsal hayatta vücut dilinin kelimelerden daha güçlü olduğu bulgusu elde edilmiştir. Vücut dili iletişimde en etkili unsurlardan biridir. Bireyler bilerek veya bilmeyerek günlük hayatta devamlı vücut dilini kullanmaktadırlar. Hatta bir çalışmada, bireyler arasındaki

⁶⁵ Murat Sezgin ve Akgöz Erkan, **Genel ve Teknik İletişim**, Gazi Kitabevi, Ankara, 2009, s. 16.

⁶⁶ Bahar, a.g.e., 2012, s. 34.

⁶⁷ Lülüfer Küçükahmet, **Sınıf Yönetimi**, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2004, s.43.

⁶⁸ Dökmen, a.g.e., 1998, s.19.

⁶⁹ Bahar, a.g.e., 2012, s.34.

iletişimin %75'inin vücut dilinden oluştuğu bulgusu ifade edilmiştir.⁷⁰ Bu da sözsüz iletişimde kullanılan öğelerin toplumsal yaşantıdaki önemi ifade etmektedir.

1.4. İLETİŞİM PROBLEMLERİ

İletişimi olumsuz etkileyen bazı problemler iletişim süresince meydana gelebilmektedir. Bahsedilen bu problemler esas olarak gönderici ve alıcı arasındaki farklı durumlardan kaynaklanmaktadır. İletişimde meydana gelen problemleri aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür;⁷¹

- Bireyler günlük hayatlarında iletişime gereksinim duyduklarını farketmeyerek bunu rutin bir olgu olarak görmektedirler.

- Bireyler iletişimin amacı ve önemini tam olarak kavrayamamaktadır.

- Bireyler iletişim becerilerini etkin bir şekilde nasıl kullanacağını bilmemektedir.

- Bireyler iletişim kurabilmek için gerekli yeteneklere sahip olamamaktadır.

Bireylerin kişilik özellikleri, algı ve tutumları, kültürler arası çeşitlilikleri, yaşadıkları ortamları, iletişim çeşidi, etkin iletişim becerileri gibi birçok unsur iletişim boyunca bireylerin iletişim kurmasını etkilemektedir.⁷² Gönderilen mesajın gönderim türü veya iletiyi gönderen birey kabul görmeyebilir, gönderilen mesaj dinlenmeyebilir, yanlış anlaşılabilir ortaya çıkabilir, alıcı ile gönderici arasında anlaşmazlıklar olabilir. Bu gibi sorunların iletişim süresince iletişimi etkilemesi mümkündür.⁷³

İletişim problemlerinden iletişim boyunca gönderilen iletilerin anlaşılır nitelikte olmaması, göndericinin alıcıyla aynı kanaldan iletişim kurmaması, çevre nedeniyle oluşan gürültüler, yanlış anlamalar, önyargılı yaklaşımlar ve düşünceler, sade bir dilin kullanılmaması gibi nedenler iletişimin fiziksel ve teknik kapsamını meydana getirmektedir.⁷⁴

İletişim engellerinin ortadan kaldırılması için yapılması gerekenler ise aşağıdaki gibidir;⁷⁵

- Hoşgörülü olunmalı, farklı bakış açılarına anlayış gösterilmeli,

⁷⁰ Bıçakçı, a.g.e., 1998, s. 14.

⁷¹ Tutar ve Yılmaz, a.g.e., 2001, s. 36; Ferruh Uztuğ, *İletişim Engel ve Etmenler*, Genel İletişim İçinde, Pegem Yayıncılık, Ankara, 2006, ss. 197-218.

⁷² Zeynep Başarer, Dilek Başarer ve Pervin Naile Demirkaya, "Kişiler Arası İletişim Engelleri Ölçeği Geliştirme", *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2016, Sayı: 43 ss. 290-303; Fidan Korkut-Owen ve Aslı Bugay, "İletişim Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2014, Cilt: 10, Sayı: 2, ss. 51-64.

⁷³ Dökmen, 1998, ss. 49-51.

⁷⁴ Bayrak, a.g.e., 1995, s. 74; Tuğçe Çedikçi-Elgünler ve Tuğçe Çedikçi-Fener, "İletişimin Kalitesini Etkileyen Engeller ve Bu Engellerin Giderilmesi" *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication TOJDAC*, 2011, ss.35-39; Erdoğan, a.g.e., 2002, s. 34; Zeyyat Sabuncuoğlu ve Murat Gümüş, *Örgütlerde İletişim*, Arıkan Yayıncılık, İstanbul 2008, ss. 28-31; Yatkın ve Yatkın, a.g.e., 2006, s. 54.

⁷⁵ Elgünler Çedikçi ve Fener Çedikçi, a.g.e., 2011, ss.35-39; Tutar ve Yılmaz, a.g.e., 2001, s.36.

- İletişimi engelleyen çevresel faktörler ortadan kaldırılmalı,
- Alıcının ruh hali iyi bir şekilde algılanmalı,
- Kaynak, olumsuz duygu durumlarını alıcıya direkt iletmemeli,
- İletişim kanalı doğru şekillendirilmeli,
- Sözsüz iletişim sözlü iletişime uygun kullanılmalı,
- Geribildirimlerde bulunulmalı,
- Sabırlı, anlayışlı ve empatik olunmalı,
- Etkin dinleme becerisine sahip olunmalı,
- Mesaj net, açık, anlaşılır bir şekilde iletilmelidir.

1.5. İLETİŞİM BECERİLERİ İLE İLGİLİ LİTERATÜR TARAMASI

Baki (2018) yılında yapmış olduğu çalışmada Türkçe öğretmeni adaylarının konuşma öz yeterliliklerinin ve iletişim becerilerinin farklı değişkenleri analiz edebilmek için 209 öğretmen üzerinden inceleme yapılmıştır. Bu çalışma sonucunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı değişkenler olduğu gözlenmekte iken sınıf düzeylerine göre ise anlamlı farklılık olmadığı bulgusu elde edilmiştir.

Dülger ve Atalar (2018) yılında yapmış oldukları çalışmada ise üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini incelemeyi hedeflemişlerdir. Bu doğrultuda 400 öğrenci üzerinde belirli değişkenler esas alınarak analiz gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda ise iletişim becerilerinin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı değişkenlerine göre anlamlı bir fark göstermediği bulgusu elde edilmiştir. Bunun dışında iletişim becerilerinin annenin eğitim düzeyi, akademik düzey, televizyon izleme süresi ve sosyal medya kullanım süresi değişkenleri ile aralarında anlamlı bir fark bulunmadığı bulgusu elde edilmiştir.

Erözkan (2005) yılında yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörlerini araştırmak istemiştir. Bu doğrultuda 380 öğrenci üzerinde belirli değişkenler esas alınarak analiz gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırma sonucunda cinsiyet, sınıf düzeyleri ve farklı yaş grupları ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılık elde edilememiştir. Ayrıca öğrencilerin benimsediği bağlanma modelleri ve benlik saygısı değişkenleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu bulgusu elde edilmiştir. Bunun dışında iletişim becerileri ile güvenli bağlanma modeli arasında orta ve düşük seviyede; korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma modelleri arasında negatif ilişki bulgusu elde edilmiştir.

Gülbahar ve Sıvacı (2018) yılında yaptıkları çalışmada öğretmen adaylarının iletişim becerileri ile sınıf yönetimi yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek

istemişlerdir. Yapılan bu çalışma sonucunda ele alınan değişkenler ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Sungur (2018) yılında yapmış olduğu çalışmasında üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile bireyler arası ilişki boyutları arasındaki ilişkiyi tespit etmek istenmiştir. Yapılan bu çalışma sonucunda cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Karlı (2007) yılında yapmış olduğu çalışmasında ilköğretim okullarında yönetici ve öğretmen iletişimini incelemek istemiştir. Yapılan bu çalışmada ilköğretim okullarında yöneticiler ile öğretmenler arasındaki iletişimin nasıl olduğu incelenmiştir ve erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere göre algılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenler yaş ve kıdem değişkenleri ile incelendiğinde yöneticilere karşı perspektiflerinin olumlu olarak arttığı bulgusu elde edilmiştir. Eğitim değişkenine göre incelendiğinde ise lisans ve yüksek lisans mezunu öğretmenlerin algılarının diğer eğitim seviyelerindeki öğretmenlere göre daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Özbudak (2009) yılında yapmış olduğu “Yönetici-Öğretmen İletişimi: İstanbul İli Küçükçekmece İlköğretim Okulları Örneği” adlı araştırmasında; ilköğretim okullarındaki yönetici ve öğretmen arasındaki iletişiminin nasıl olduğunu tespit etmek ve bu iletişimi etkileyen unsurları belirleyerek bunlarla ilgili önerilerde bulunmak istemiştir. Yapılan çalışma sonucunda ise yöneticilerin; öğretmenlerin ilgi alanlarını tam olarak bilmediği, öğretmenlere güven verdiği, alınacak kararlara öğretmenlerin de katkı sağlamasına önem verdiği, öğretmenlerin sunduğu düşüncelere önem verdiği, öğretmenlerle adil şekilde ilişki kurmaya çalıştığı, öğretmenlerin başarılarını tebrik ettiği, bazen öğretmenlere değerli olduklarını hissettirdiği, öğretmenleri kırıncı laflar söylemediği, öğretmenlere değersiz olduklarını hissettirmedeği, öğretmenleri dikkate aldığı, öğretmenleri yanlış anlamadığı, öğretmenlerin ifade ettiklerini dikkate aldığı, kendisini öğretmenlerden ayrıcalıklı görmediği, öğretmenleri ödüllendirirken bazen nesnel hareket ettiği, öğretmenlerin problemleriyle ilgilendiği bulguları elde edilmiştir.

Cesur (2009) yılında yapmış olduğu “Ortaöğretim Müdürlerinin Liderlik Stilleri ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin Öğretmen Algılarına Göre Değerlendirilmesi” adlı araştırmasında 168 öğretmen üzerinden inceleme yapılmıştır. Araştırma sonucunda okul müdürünün özgürlük sunan liderlik modeli hareketleri sergilediğini düşünen öğretmenlerin erkek ve eğitim seviyesi lisans olan öğretmenler olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Doğan vd. (2013) “Okul Yöneticileri ve Öğretmenler Arasındaki İletişim Sürecinin Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi” adlı çalışmada ilköğretim ve ortaokul öğretmenlerini ele almışlardır. Yapılan bu çalışma sonucunda okulda çalışan bireyler arasında yatay iletişim olduğu, öğretmenlerin fikir ve önerilerinin dikkate alındığı, ders

dışında sosyal aktiviteler için toplanıldığı, olumlu bir çalışma ortamı oluşturulduğu, yöneticiler ve öğretmenler arasında birebir iletişimin önemli olduğu, problemlerin karşılıklı olarak paylaşıldığı, yönetici ve öğretmenler arasında resmi ve resmi olmayan iletişim yollarının açık olduğu, ast ve üst arasında dikey iletişimin olumlu bir şekilde ilerlediği, statü farklarının olduğu ifade edilse de olumlu iletişim ortamı olduğu bulgularına ulaşılmıştır.

Şener (2015) yılında yapmış olduğu çalışmada okul yöneticilerinin iletişim becerileri ile örgütsel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek istemiştir. Bu doğrultusunda Elazığ'da çalışmakta olan okul yöneticileri ile bu yöneticilerin okullarında bulunan öğretmenler, öğrenciler ve velileri üzerinde incelemeler yapılmıştır. Yapılan bu araştırma sonucunda, iletişim becerileri faaliyetlerinde aktif rol alan deney grubundaki okul yöneticilerinin, faaliyetlerde bulunmayan kontrol grubundaki okul yöneticilerine göre başarılarının daha fazla olduğu, kendi iletişim becerilerine ilişkin düşüncelerin olumlu yönde etkilendiği, deney grubunda yer alan öğretmenlerin, öğrencilerin ve velilerin kontrol grubuna göre yöneticilerinin iletişim becerilerini daha iyi seviyede inceledikleri bulgusu elde edilmiştir.

Badiyepymaiejahromi ve ark. 2018 yılında yaptıkları çalışma ile hastanelerde görev yapan hemşirelerin iletişim becerilerinin niteliklerini incelemek istemiştir. Yapılan çalışma sonucunda hemşirelerin eğitim seviyeleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu, eğitim seviyesi arttıkça iletişim becerisinin de anlamlı olarak arttığı bulgusu elde edilmiştir.

Cleland vd., (2005) yılında yaptıkları çalışma lisans öğrencilerinin iletişim becerileri öğrenimine yönelik tutumları arasındaki değişiklikleri incelemiştir. Yapılan bu çalışma sonucunda kadın öğrencilerin olumlu iletişim becerilerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir. Ayrıca 1. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri ile ilgili puanları 2. ve 3. sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Ronan ve ark. (2004) yılında yapmış olduğu çalışmada şiddet, başa çıkma ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek istemiştir. Yapılan bu çalışma sonucunda iletişim becerileri, sosyal sorun çözme, daimi öfke, öfke teknikleriyle cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiştir.

Usman ve Siddiqui (2018) yılında yaptıkları çalışmada tıp öğrencilerinin iletişim becerileri ile ilgili düşüncelerini incelemek istemiştir. Yapılan bu çalışma sonucunda olumlu iletişim becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Klinik öncesi ve klinik dönemi ile olumlu iletişim becerileri davranışları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin olumlu iletişim becerileri ortalama puanları, tıp eğitiminin beş yılı ile anlamlı olarak ilişkili olduğu bulgusu elde edilmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

YAŞAM DOYUMU

2.1. YAŞAM DOYUMU

Normal hayatta yaşam doyumu genellikle mutluluk şeklinde ifade edilmesinin yanı sıra kişilerin genellikle odak noktası olmaktadır. Mutluluk kavramı, bireylerin davranışlarının en kuvvetli ve tek motivasyonu olarak algılanmaktadır. Neugarten 1961 yılında yaşam doyumu kavramını ortaya atmıştır. Kavramın tanımlanabilmesi için doyum kavramının açıklanması gerekmektedir.

Doyum, bireylerin beklentileri kapsamında gereksinim, arzu ve isteklerinin giderilmesi şeklinde ifade edilmektedir. Başka bir ifadeyle doyum, canlıların temel biyolojik ve psikolojik gereksinimlerinin karşılanmasıyla istikrarlı duruma gelmesi olarak tanımlanmaktadır. Dolayısıyla yaşam doyumu, bireylerin beklentileri ve sahip oldukları arasında yapılan karşılaştırmadan elde edilen sonuç olarak tanımlanabilir. Ayrıca yaşam doyumu denildiği zaman, özel bir duruma mahsus bir doyumun tersine daha bütüncül bir bakış açısıyla bütün hayattaki doyum akla gelmelidir. Bir nevi iyi olma durumudur da denilebilir.⁷⁶

Yaşam doyumu bireyin kendi yargılama sürecine dayalı olmaktadır.⁷⁷ Bu bağlamda yaşam doyumu nesnel bir standart yerine kişilerin öznel nitelendirmeleri ve kendilerine yakışır gördükleri standartlar kapsamında ele alınmalıdır. Bu düşünce hazırda var olan hayata bakış tarzı, bu yaşamı değiştirme eğilimindeki isteği, geçmiş ve gelecek doyumu ile etrafındakilerin o bireyin yaşamı hakkındaki fikirlerini kapsamaktadır. Yaşam doyumu alanları incelendiğinde ise, iş, meslek, sosyal ve ekonomik durum, bireyin sağlığı, öz saygısı ve dış çevreden söz edilmektedir.⁷⁸

Yaşam doyumu incelendiğinde, bireyin kendi yaşamını etrafındaki standartlarla karşılaştırarak bir iyilik durumu meydana getirmesi, kendi hayatını muhakeme etmesi sonucunda oluşturduğu duygu durumu ve sosyal bağlantıları sonucunda meydana getirdiği bir tatmin olma hali şeklinde tanımlanabilmektedir.⁷⁹ Yaşam doyumu kişinin mutlu olması ile alakalı olan kavramlardan öznel iyi olma durumunun zihinsel tarafını temsil etmekte iken, öznel iyi oluş durumunda zihinsel tarafının yanında duygusal

⁷⁶ Vara, vd., a.g.e.,1999, s. 34.

⁷⁷ Ed Diener, Wolsic, B., and Fujita, F., "Physical Attractiveness and Subjective Wellbeing", *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, Sayı: 69, ss.120-129.

⁷⁸ Meliha Tuzgöl Dost, "Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi", *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2007, Cilt: 2 Sayı: 22, ss.132-143.

⁷⁹ Ercan Yılmaz ve Vildan Altınok, Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 2009, ss. 451-469.

tarafını da temsil ettiği gözlemlenmektedir. Bu açıdan olgulara verilen duygusal tepkilerin ve doyumun zihinsel tarafını da içermektedir.⁸⁰

Bireysel ve kültürel değerlerin de öznel iyi olma durumu ile yakından bağlantılı bulunduğu düşünülmektedir. Bu bakımdan kişiler hoşlarına giden bir çeşit pozitif duygulara girdiklerinde yüksek bir öznel iyi olma durumu içerisindeyler. Sağlıklı bir hayat ve ruh sağlığı ile alakalı diğer detaylar göz önünde olmasına karşın, öznel iyi olma durumu, kişinin kendi yaşamına dikkat kesilmesi ve kendi hayatına ilişkin kişisel kendi nitelendirmeleri üzerine dikkat çekmektedir.⁸¹

Yaşam doyumunu, kişinin kendi seçimlerine göre belirlemiş olduğu kıstaslar çerçevesinde hayatı ile ilgili değerlendirme yapmasıdır. Yaşam doyumunu üzerinde etkisi bulunan unsurlar, bireyin fikirleri, ev ve aile hayatı, sosyal çevresi vb. unsurlardır.⁸² Schmitter'e göre ise yaşam doyumuna etki eden unsurlar, kişinin hazırdaki hayatından tatmin olması, amaçlarına erişebilir olması, kendi görüntüsünden memnun olması, sosyal ve ekonomik manada refah seviyesinde olması, bireysel özelliklerinin pozitif olması gibi unsurlardır.⁸³

Yaşam doyumuna etki eden bir diğer unsurda yaş unsuru olmaktadır. Bu konuda yapılan çalışmalarda çeşitli bulgular bulunmaktadır. Bazı araştırmacılar yaşam doyumunun yaş ile beraber azaldığını düşünürken, bazıları ise yaş ile beraber daha arttığını belirtmektedirler.⁸⁴ Benzer biçimde yaşam doyumunu ile yaş arasındaki bağlantıya bakarak genç ve yaşlı kişilik kapsamında çok az bir farkın mevcut olduğunu ve bunun kırk beş yaş civarında olduğunu belirten araştırmacılar da bulunmaktadır.

Bu kapsamda yaşam doyumunu yüksek olan bireylerde aşağıda ifade edilen kıstaslar aranmaktadır.⁸⁵

2.1.1. Yaşam Doyumunun Önemi

Yaşam doyumunu kişinin yaşamının bütünü göz önüne aldığı edindiği olumlu veya olumsuz yargısı, yaşama yönelik genel davranışlarıdır. Hayata dair olumlu yargı ve nitelendirmeler, olumsuz olanlara kıyasla fazla olduğunda kişinin hayat kalitesinin ve doyumunun yüksek olduğu ifade edilebilir. Yaşam doyumunun üç

⁸⁰ Ed Diener, "Subjective Well-Being2, *Psychological Bulletin*, 1984, ss. 542-575.

⁸¹ Diener, a.g.e., 1984, ss. 542-575.

⁸² Aynur Gülcan, Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Fatih Üniversitesi, İstanbul, 2014, ss. 34-38, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁸³ Aşkın Keser, "İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama", **Çalışma ve Toplum**, 2005, Cilt: 4, Sayı: 7, ss. 77-96.

⁸⁴ Nazlı Balkanlı, Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2008, s. 64. (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁸⁵ Bülent Dilmaç ve Halil Ekşi, "Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi", **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 2008, Sayı: 20, ss. 279-289.

önemli yönü mevcuttur.⁸⁶ Bu yönlerden birincisi, duygusal tarafı ağır basan bir terim olması, ikincisi beklentilerin ne düzeyde giderildiğini belirtmesi ve sonuncu da yönetim şekli, maaş, terfi gibi birbiriyle bağlantılı olan tutumları beraberinde taşımasıdır.

Yaşam doyumu kişinin kendi hayatının kavramsal bir nitelendirmesi ya da muhakemesidir. Buradan bakıldığında yaşam doyumu bir davranış olarak da ifade edilebilir. Ayrıca yaşam doyumu kişinin yaşamının beğendiği veya beğenmediği yönlerinin kısa bir incelemesi şeklinde de ifade edilebilmektedir. Yaşam doyumu hayat kalitesinin belirtilerinden birisidir. Fiziksel ve zihinsel sağlıkları ile birlikte kişilerin nasıl bir ilerleme kaydettiğini göstermektedir.

Yaşam doyumu olan kişilerin öz saygıları, kişisel kontrol duyguları, dışa dönük durumları ön plandadır.⁸⁷ Ayrıca bu kişiler ileriye dönük pozitif ve umutlu bir bakış tarzına sahiptirler. Bazı kimselere göre yaşam doyumu, yaşamda ideal bir hayata sahip olma şeklinde ifade edilse de genellikle yaşam doyumu kişinin iç dünyasında hissetmiş olduğu huzur ve manevi bağına bağlı olmaktadır.

Yaşam doyumu yalnızca fizikselden ziyade duygusal anlamda da iyi olma durumunu ifade etmektedir. Bu bireyler, hayattan almış oldukları doyumu aile ve çalışma yaşamından ayrı tutmayarak bir bütün şeklinde değerlendirerek, hayatlarından duymuş oldukları tatmin duygusu ve huzurun sürekliliği için önemli görmektedirler. Böylece yalnızca hayatın görünen bölümündeki doyumdan çok kişinin zihinsel, psikolojik ve duygusal iyi olma durumunda etkilediği için yaşam doyumu önem arz etmektedir.

2.1.2. Yaşam Doyumu Boyutları

Yaşam doyumu, soyut ve somut çoğu boyutu kapsayan geniş bir tanımdır. Bu kavramlar “Öznel ve Nesnel Yaşam Doyumu Göstergeleri” ve “Belirlenmiş Mutluluk Alanı, Yaşam Koşulları Ve İstemli Denetim Alanı” alt başlıkları altında detaylı olarak açıklanmıştır.

2.1.2.1. Öznel ve Nesnel Yaşam Doyumu Göstergeleri

Tam anlamıyla bir hayat incelemesinin subjektif ve objektif ifadeleriyle beraber kapsamalıdır. Bireyin incelemeleri veya istekleri doğrultusunda iyi olmasını belirleyen öznel göstergeler iken, kişi bilincinde olmasa da veya arzulamasa bile kendisi için subjektif şekilde iyi olan şeyler ise nesnel göstergelerdir.⁸⁸

⁸⁶ Fred Luthans, *Organizational Behavior: An Evidence-Based Approach* (12th ed.). New York: McGraw-Hill/Irwin, 2011, ss. 48-52.

⁸⁷ David Myers ve Ed Diener, “Who is Happy?” *Psychological Science*, 1991, Cilt: 6, Sayı: 1, ss. 10-19.

⁸⁸ Bengt Brülde, “Happiness and the Good Life Introduction and Conceptual Framework”, *Journal of Happiness Studies*, 2007, Cilt:8, Sayı: 1, ss.1-14.

Diener ve Suh (1997), nesnel ifadelerin nesnel veri elde etmek, halkın düzgüsel düşüncelerini aktarmak vb. pozitif kıstaslarının yanı sıra bazı güçsüz taraflarının da olduğunu belirtmişlerdir. Elde olan verilen hata payının olması, bazı verilerin rakamla gösterilmesinin imkânsız olması, nesnel göstergelerin tercihinde de objektif nitelendirme yapılması ve göstergelerin derecelendirilmesi ile ilgili kişiler arası değişiklikler, nesne göstergelerin güçsüz yönlerindedir. Nesnel göstergeler genel anlamda, kişinin iyi olmasına dair bütüncül veri elde edememektedir. Nesnel göstergeler ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiler düşük çıkmaktadır.⁸⁹

Bazı ifadeler yalnızca objektif veya yalnızca subjektif göstergelerin ölçülmesi ile yeterli olmamaktadır. Kişi nesnel şartlarını doğru nitelendiremeyebilir ve değişik öznel neticeler elde edebilir. Kişiler hayat kalitelerine dair yapmış oldukları öznel ve nesnel nitelendirmelerle dört değişik yargıya ulaşabilmektedir. Gerçek cennet ifadesi, kişilerin hayat şartlarının gerçekten iyi olması ve kişinin kendisini iyi hissederek hayatından doyum almasıdır. Aptalların cenneti ifadesi, nesnel şartların iyi olmamasına rağmen kişinin kendini iyi hissetme ve doyum elde etmesidir. Gerçek cehennem ifadesi, nesnel şartların iyi olmaması ve kişinin kendini kötü hissetmesi, hayatından doyum alamamasıdır. Aptalların cehennemi ifadesi ise, nesnel şartların iyi olmasına rağmen kişilerin hayatlarından doyum elde edememesidir.⁹⁰

Yapılan araştırmalarda objektif ve subjektif göstergelerin bağlantısı hakkında disiplinler arasında anlaşma sağlanamamıştır. Buna sebep ise, öznel nitelendirmelerin ve algının meydana gelmesinin şartlar, istekler, karakter, güç yapısı ve medya ile bağlı olması durumudur. Ekonomistler genellikle eğitim, sağlık, zenginlik gibi nesnel unsurları kullanmakta iken, sosyal bilimciler yaşam doyumunu, mutlu olmak vb. öznel unsurları ve zihinsel, duygusal nitelendirmeleri kullanmaktadırlar.⁹¹

Andrews ve Withey (1976)'e göre objektif ve subjektif göstergeler arasında ayırım yoktur. Nesnel göstergelerin öznel nitelendirmelere dönüştüğünü ve çoğu öznel nitelendirmenin gerçekte nesnel ölçümler ile ilgili doğru bilgi sunduğunu öne sürmektedirler. Cummins (2000)'e göre, kişiler çoğunlukla 40-100 arasında sola çarpık yani negatif dağılımlı yaşam doyumuna sahip olmaktadır. Diğer bir ifadeyle bireylerin yaşam doyumları 40 puanın altında kalmamaktadır. Sonuç olarak ise, yaşam doyumuna dair negatif dağılım hayat şartlarından bağımsız şekilde kişilerin çoğunlukla mutlu olduğunu ifade etmektedir. Fakat nesnel hayat şartlarının ciddi

⁸⁹ Diener vd., a.g.e., 1985, ss. 71-75.

⁹⁰ Sirgy, Joseph. Michalos, Alex. Ferris, Abbott. Easterlin, Richard, Patrick, Donald and Pavot, "William, The Quality of-Life (QoL) Research Movement: Past, Present, and Future", **Social Indicators Research**, 2006, Cilt: 76, Sayı: 3, ss. 343-466.

⁹¹ Robert Cummins, "Personal Income and Subjective Well-Being: A Review", **Journal of Happiness Studies**, 2000, Cilt: 1, Sayı: 2, ss. 133-158.

şekilde kötü olduğu durumlarda nesnel göstergelerin yaşam doyumuna anlamlı etkisi bulunduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, sadece öznel veya sadece nesnel yaşam doyumunu tam ve doğru bir sonuç sunmamaktadır. Bu yüzden gerek nesnel gerekse de öznel göstergeler yaşam doyumunu araştırmalarında göz önünde tutulmalıdır.

2.1.2.2. Belirlenmiş Mutluluk Alanı, Yaşam Koşulları ve İstemli Denetim Alanı

Pozitif psikolojinin öncülerinden olan Seligman (2007), sürekli mutluluğun esas yöntemlerini, belirlenmiş mutluluk alanı, hayat şartları ve istemli kontrol şeklinde ifade etmiştir.

Belirlenmiş mutluluk alanı, kalıtım ile tespit edilmiş mutluluk oranını belirtmektedir. Nesnel şartlar ve iyi olma arasında yüksek bir ilişki olmaması, kişinin tecrübelerinin sadece dış şartlardan etki görmediği, kalıcı var oluş özelliklerinin önemli olduğu ifadesini kanıtlamıştır.⁹² Bu kalıcı özelliklere kişilik denilmektedir.

Hayat şartları, Seligman hayat şartlarını esas olarak yaş, para, evlilik, toplumsal hayat, sağlık, eğitim, cinsiyet ve din olarak ifade etmiştir. Hayat şartlarının mutlu olmakla bağlantısı olmakla beraber bu ölçü sanıldığı kadar fazla olmamaktadır. Yaşam şartlarının yaşam doyumuna etkisi oldukça az olmaktadır. Birey başına düşen gelir artış göstermesine rağmen Japonya gibi ülkelerde mutluluk oranının artmaması veya dünyanın en fakir ülkelerinden bir, olan Kolombiya'nın yüksek suç düzeyine rağmen mutluluk sıralamasında 55 ülke içinde 8. olması, hayat şartları haricinde kalan ve yaşam doyumuna etki eden diğer önemli faktörlerin varlığını desteklemektedir.

İstemli denetim alanı, mutlu olmak ile alakalı dış şartlar ve kişilik haricinde kalan kişinin kontrolündeki bölgedir. Kişi şartlarını tercih edemese bile bu şartlar karşısında istediği tavrı takınmakta, davranışını tercih etmekte serbesttir görüşüne bağlı olmaktadır.⁹³ Pozitif bir psikolojide mutluluğu artıran temel faktörler, usuller, terapiler daha çok bu alana dikkat kesilmektedir. Mutlu olmayı arttıran temel faktörlere, davranışların farklılığı, tutumların farklılığı ve gönüllü aktiviteler sayılabilir. Bu aktiviteler ait olma, öz yeterlilik ve serbestliği arttıran veya genel ruhsal ihtiyaçları gideren aktiviteler olabileceği gibi, kişinin yapısına, amaçlarına, beklentilerine ait aktiviteler olarak da sayılabilir. İstemli denetimin mutluluk üzerindeki etkisi, şartların farklılığına göre daha da devam ettirilebilir olmaktadır. Aktivitelerin kalıcı mutluluk elde

⁹² Ed Diener ve Eunkook Suh, "Measuring Quality of Life: Economic, Social, and Subjective Indicator" *Social Indicators Research*, 1997, Sayı: 40, ss. 189-216.

⁹³ Emil Viktor Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı: Psikoterapi ve Humanizm*. (Çev. S. Budak): Öteki Psikoloji Dizisi, Ankara, 1999, s. 26.

ettirmesi için uzun süre yapılması, fakat entegrasyonun getirebileceği negatif durumlardan kaçınmak için ise aktivitenin süresinin normal olması gerekmektedir.⁹⁴

Yaşam doyumu ile alakalı esas ölçütler incelendiğinde, yaşam doyumu nitelendirmelerinde kalıtımsal unsurlar, hayat şartlarını ve istemli alan mutlaka dikkate alınmalıdır. Yaşam doyumunu meydana getiren temel ölçütlerde belirlenmiş alan kişilikle, hayat şartları hayat alanlarındaki doyumla ve istemli kontrol bölgesi, genel yaşam doyumu ile belirlenmektedir. Bu şekilde yaşam doyumuna dair literatürdeki bütün ölçütler incelenerek yaşam doyumuna dair bütüncül bir bakış açısı elde edilmiştir. Bahsi geçen ölçütlerin kuramsal temeli ve birbiriyle ilişkileri göz önünde bulundurulmalıdır.

2.1.3. Yaşam Doyumu ile İlgili Kuramlar

Yaşam doyumu ile alakalı kuramlar, aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramı, Bağ Kuramı, Yargı Kuramı, Ereksel (Telik) Kuram, Etkinlik Kuramıdır.

2.1.3.1. Aşağıdan Yukarıya ve Yukarıdan Aşağıya Kuramları

Bu kuram yaşam doyumu ve mutluluk durumlarının anlık bir durum mu yoksa bireysel bir nitelik mi olduğunu değişik fikirler tarafından ortaya koymaktadır. Aşağıdan Yukarıya Kuramı, mutluluğun deneyimlerinin toplamı olmakta ve özelden genele bir nitelik içerdiğini ifade etmektedir. Başka bir ifadeye göre ise, bu kurama göre yaşam doyumu bir fiil olarak meydana gelmektedir. Bu kurama ters bir kuram olan Yukarıdan Aşağıya Kuramı ise, mutluluğu bir kişide genel kişilik özelliklerinden olduğunu ve kişinin fiillere olan tutumunun buna göre belirlendiğini ifade etmektedir.

Felsefecilere göre mutluluk, genel ifadelerden çok özel fikirlerle ilgili bir kavram olmaktadır.⁹⁵ Bu kurama göre mutluluk, bazı pozitif duyguların bir araya gelmesiyle kendini belli etmektedir. Mutlu bir hayat, buna yönelik deneyimlerin toplamını anlatmaktadır.⁹⁶ Böylece, kişi değişik duygu durumlarına göre mutlu ya da mutsuzdur. Bu kuramın temelini felsefeci olan Kant ortaya koymuştur.⁹⁷

2.1.3.2. Bağ (Associatianistic) Kuramları

Bu kurama göre, zihinde mutluluğa yönelik bir ağ mevcut olmaktadır. Bu doğrultuda bu ağı pozitif olan kişiler durumlara ya da olaylara negatif tepkiler

⁹⁴ Sonja Lyubomirsky, Kennon Sheldon and David Schkade, "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change" *Review of General Psychology*, 2005, Cilt: 9, Sayı: 2, ss. 111-131.

⁹⁵ Diener, a.g.e., 1984, ss. 542-575.

⁹⁶ Sultan Kalfa, Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Serbest Zaman Doyumlarının İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla, 2017, ss. 26-28, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁹⁷ Ünsal Yetim, *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2001.

sergilemektedir. Yapılan bir araştırmada konuya dair olarak kişilerin duyguları çerçevesinde yaşadıklarını hatırlayabildiklerini ifade etmektedir.⁹⁸ Yapılan araştırmalar mutlu kişilerin beyinde çok fazla ağlara sahip olduklarını belirlemiştir. Fakat mutsuz olan kişiler arasında sınırlı ve dar kapsamda bir ağ mevcut olmaktadır.⁹⁹

2.1.3.3. Yargı (Judgemen) Kuramları

Bu kuramda olması gereken durum ile var olan durum karşılaştırılmaktadır. Var olan durum ortalama seviyede ise yaşam doyumunu bu kurama göre yüksek olmaktadır. Kişiye göre bu değerlendirmelerin ortalamaları oldukça önemlidir. Kişi yaşıtlarıyla kendini karşılaştırmakta, bunun sonucunda da kendisini karşıdaki kişiden iyi görüyorsa bir doyum elde etmektedir.¹⁰⁰

2.1.3.4. Ereksel (Telik) Kuramları

Ereksel Kuramına göre, mutluluk temel gereksinimlerin giderilmesi veya amaçlananlara ulaşılabilmesi ile sağlanmaktadır. Bu kurma dair araştırmalar ele alındığında, belli gereksinimlerin giderilmesiyle kişilerin mutlu olduğu ancak gereksinimlerin giderilmemesi durumunda mutsuzluğun kaçınilmaz olduğu belirtilmektedir.¹⁰¹ Literatüre bakıldığında gereksinimlerin karşılanmasının mutluluğu sağlayacağını belirten araştırmalar bulunmakta ancak bazıları ise istek ve arzuların temizlenmiş olmanın mutluluğun kaynağı olduğu öne sürmektedir. Ancak genel varılan sonuç ise gereksinimlerin mutluluk kavramı ile doğru orantılı olduğudur.¹⁰²

2.1.3.5. Etkinlik (Activity) Kuramları

Etkinlik Kuramında varılan ortak düşünce kişilerin fiillerinin ve deneyimlerinin kendi mutluluklarının temel kaynağı olduğudur. Bu doğrultuda yapılan değerlendirmeler, eski kaynaklarda mutluluğun arzu ile yapılan fiillerle bir ilişkisi olduğunu öne sürmektedir. Fakat günümüzdeki yapılan çalışmalarda ise bu durum açıklanmıştır. Arzu ile yapılan fiiller, sosyal etkinlikler, egzersizler ve günlük pozitif davranışlar gibi durumlardır. Dolayısıyla bu kuram kişinin bireysel yargılarına yanıt bulduğu takdirde mutlu olamayacağını ne sürmekte ve bu sebeple mutluluğun sürekli olmasını istemek doğru olmamaktadır. Bu yüzden kişiler mutlu olmak için

⁹⁸ Gordon Bower, "Mood and Memory", *American Psychologist*, 1981, ss. 129-148.

⁹⁹ Yetim, a.g.e., 2001, s. 37.

¹⁰⁰ Diener, a.g.e., 1984, ss. 542-575; Yetim, a.g.e., 2001, s. 37.

¹⁰¹ Warner Wilson, "Corralates of Avowed Happiness", *Psychological Bulletin*, 1967, Sayı: 67, ss. 294-306.

¹⁰² nsal Yetim, Kişisel Projelerin Organizasyonu ve rnts Açısından Yaşam Doyumu, Sosyal Bilimler Enstitüsü Ege Üniversitesi, İzmir, 1991, s. 48, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

fiillerine dikkat kesilmekten çok arzuladıkları fiilleri yaparlarsa mutluluğun kendiliğinden geleceğini savunulmaktadır. Ayrıca kişiler kendilerine daha çok zaman ayırıp kendileri ile alakadar olmaları onların yaşam doyumunu arttıracaktır.¹⁰³

2.1.4. Yaşam Doyumunu Etkileyen Etmenler

Yaşam doyumuna etkileyen etmenler bireysel ve tanımlayıcı etmenler, iş ile alakalı etmenler, çevresel ve sosyal etmenler olarak üç temel grupta açıklanmaktadır.

2.1.4.1. Yaşam Doyumuna Etki Eden Bireysel ve Demografik Faktörler

Bireysel ve tanımlayıcı etmenler bünyesinde toplanan değişkenlerin kişiler üzerinde değişik şekilde ve seviyede etkili oldukları bilinmektedir. Değişkenlerin başlıcaları, kişilerin olaylara ya da durumlara pozitif ya da negatif yaklaşım şekilleri, hayat değerleri ve hayattan beklentilerinden oluşmaktadır. Bireysel özelliklerinin de kişilerin yaşam doyumunu anlayışlarının üstünde etkileri bulunmaktadır. Kişinin büyümüş olduğu çevre, edindiği ya da edinemediği kültür gibi farklı özelliklerde görülen değişiklikler, yaşam doyumunu anlayışında da değişikliklere yol açmaktadır.¹⁰⁴

Kişisel özelliklerin etkisinde yaşam doyumuna bakıldığında, yaşam doyumunu seviyesi yüksek olan kişiler yaşadıkları tatsız hadiseleri daha pozitif bir bakış açısıyla yorumlamaktadırlar. Bu kişiler hadiselere olumlu açıdan yaklaşarak sonunda yine mutluluklarına katkı sağlayacak biçimde tutum sergilemektedirler. Bu durum iyi kişilerin yaşam doyumlarının da yüksek olmasına yönelik açıklık sağlamaktadır.¹⁰⁵

Cinsiyet etmeni bakımında yaşam doyumunu inceleyen çoğu araştırmada kadınların hayatlarından aldıkları doyum seviyesinin erkeklerin aldıkları doyum seviyelerine göre daha yüksek çıktığı belirtilmiştir. Aynı zamanda yaş etmenini de ele alan çoğu çalışmada yaşam doyumuyla kişinin yaşı arasında U şeklinde bir ilişki olduğunda bahsedilmiştir. Bu sonuçlar incelendiğinde, gençler ile yaşlıların yaşam doyumunu seviyeleri orta yaştaki insanlarınkine kıyasla daha fazla olmaktadır.¹⁰⁶

Yaşam doyumunda statü, eğitim ve gelir seviyesi gibi tanımlayıcı özellikler de etkilidir. Eğitim seviyesinin yaşam doyumundaki etkisinin bulunduğunu öne süren araştırmaların alanyazında bulunmasının yanında eğitim seviyesinin statü ve gelir seviyesi ile bir araya gelmesi halinde yaşam doyumuna etki ettiğini ifade eden

¹⁰³ Diener, a.g.e., 1984, ss. 542-575, Sezgin İnci, Aday Öğretmenlerin Duygusal Zeka İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişki, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale, 2014, s. 17, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

¹⁰⁴ Mahmut Özdevecioğlu, İş Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma, **11. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi**, 2003, ss. 693-710.

¹⁰⁵ Richard Ryan, M., Deci, Edward, L., "On Happiness Andon Hedonic and Human Potentials: A Review of Research Eudaimonic Well-Being", **Annual Review of Psychology**, 2001, Sayı: 52, Sayı: 1, ss. 141-166.

¹⁰⁶ Özdevecioğlu, a.g.e., 2003, ss. 693-710.

araştırmalar da bulunmaktadır. Statünün yaşam doyumunu artırıcı bir etkisi olduğu aıklanmışken, yüksek eğitim seviyesine düzeyine sahip olan kişilerin yüksek beklentilerinin olması durumunda eğer bu kişilerin sahip oldukları statü düşükse ve bu durumdan dolayı da mutsuzluk yaşıyorlarsa yaşam doyum düzeyleri düşmektedir. Gelir seviyesi etmeni açısından bakıldığında ise, kişilerin gelirinin artmasıyla beraber yaşam doyumlarının da artmakta olduğu ifade edilmektedir.¹⁰⁷

Günlük olarak düzenli şekilde egzersiz ve spor etkinlikleri yapan kişilerin yaşam doyumlarının bu düzenli hareketleri yapmayan bireylere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra dini inançları olan kişilerin yaşam doyumları da dini inancı olmayan kişilere kıyasla daha fazla olmaktadır. Aynı zamanda yakın arkadaş çevresi bulunan, iş hayatında iyi arkadaşlık bağlantıları bulunan kişilerin yaşam doyumları olmayanlara kıyasla daha fazla çıkmaktadır.¹⁰⁸

Neugarten'in (1961) doyumunu tanımlarken, kişilerin hayatları ile alakalı hedeflerine ulaşıp ulaşmadığı üzerinde durmuş ve bununla birlikte hedeflere ulaşmanın haricinde diğer unsurlara da dikkat edilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Neticede yaşam doyumuna, cinsiyet, medeni hal, yaş, sağlık, çalışma durumu, iş, eğitim gibi demografik özellikler haricinde fiziksel etkinlikler ve rekreasyon çalışmalarına katılım seviyelerinin de etki ettiği tespit edilmiştir. Yaşam doyumunu ile alakalı yapılan araştırmalar, cinsiyetin, ırkın ve gelir seviyesinin yaşam doyumunu ve mutlu olma durumunu açıklamada etkisi bulunmakla beraber ruhsal unsurların, bireysel yönelimlerin, baskın kültürün ve yakın ilişkilerin yaşam doyumuna açıklamada diğerlerin kıyasla daha çok etki yarattığı ne sürülmüştür.¹⁰⁹

Kendini iyi hissetmek de yaşam doyumuna etki eden etmenlerden birisidir. Bilhassa sağlık bakımından incelenirse de kendini psikolojik ya da ruhsal olarak iyi hissetmek de bu durumda etkili olmaktadır. Kişi yaşamında teorik olarak her şeyi elde etse de zihinsel olarak saplantılı ve takıntılı bir karaktere sahip olursa kendi yaşamından doyum elde edemeyecektir.¹¹⁰

2.1.4.2. Yaşam Doyumuna Etki Eden iş ile İlgili Faktörler

Yaşam doyumunu kavramı, iş yaşamından ayrı dşnlmeyeceği için iş doyumunu ile yaşam doyumunu arasında kuvvetli bir bağ vardır. ¹¹¹iř yaşamı, kişinin iş haricindeki

¹⁰⁷ Keser, a.g.e., 2005, ss. 77-96.

¹⁰⁸ Nick Donovan and David Halpern, *Life Satisfaction: The State of Knowledge and Implications*. Prime Minister's Strategy Unit., London, 2002, s. 59-61.

¹⁰⁹ Durmuş mnet, niversite ğrencilerinde zgecilik Davranışının Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ve Yaşam Doyumu Bağlamında İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 2012, s. 67-69, (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**),

¹¹⁰ Keser, a.g.e., 2005, ss. 77-96.

¹¹¹ Keser, a.g.e., 2005, ss. 77-96.

günlük yaşamındaki çoğu alana da etki etmektedir. Bu etkilerin birisi de kişinin yaşam doyumu olmaktadır. Bireylerin büyük bir kısmı gündelik hayatlarının önemli bir kısmını iş yerinde geçirmektedir. Bu bağlamda iş doyumuna etki etmekte olan otonomi, iş atmosferinin bireylerdeki etkisi, iş sorumluluğu, işin sıradanlaşma oranı, maaş, iş güvenliği, mükâfatlandırma gibi iş ile alakalı unsurların, bireylerin yaşam doyumunda da etkisi olduğundan söz edilmektedir.¹¹²

Çağımız koşullarında çalışan bireylerin kişisellikleri iş hayatlarında daha fazla öne çıktığından, işlerine ve işyerlerine olan bağlılıkları etki görmekte ve giderek güçsüzleşmesine yol açmaktadır. Dolayısıyla işyerlerinin, çalışanlarını işletme içerisinde tutabilmeleri güç duruma gelmektedir. İşletmelerin çalışanlarını işyeriyle bütünleşmiş hissetmelerini sağlaması ve bu şekilde kendisini işine vermiş olan bu çalışanlarını ellerinde tutabilmek için çalışanların işyeri haricindeki hayatlarına önem vermesi, bilhassa sosyal ve aile hayatlarını izlemesi ve önemsemesi sorunlu hale gelmiştir.¹¹³

Yaşam doyumunun yüksek seviyede elde edebilmesinde iş ve hayat istikrarının sağlanması oldukça önemli olmaktadır. Kişilerin iş ve ev arasında sağlıklı bir istikrar oluşturmaları durumunda, yüksek iş performansı sağlanmaktadır. Böylece çalışan kişiler işyerlerinde daha uzun süreyle tutulabilmekte, işletmeler yapılarına daha nitelikli eleman bulundurmakta, işyerinde daha az hastalık izni alınmakta ve işe devamsızlık yapılmamakta, çalışan kişiler daha yüksek motivasyona ve bağlılık düzeyine sahip olmaktadır. İş ve hayat dengesi elde edilmesi ile meydana gelen yaşam doyumu sayesinde kişiler daha aktif, olaylara karşı daha kesin ve net yaklaşan, daha üretici ve yüksek morale sahiptirler.¹¹⁴

Yaşam doyumunu etkileyen bir diğer unsur ise iş ortamında kişiye kapasitesinin üzerinde iş sorumluluğu vererek ondan yüksek performans istenmesidir. Bu durum kişide gerilim yaratarak üzerinde çok fazla baskı ve stres hissetmesine, yetersizlik hissi ile yaşam doyumunun azalmasına yol açmaktadır. Son zamanlarda teknolojinin hızla gelişmesi, yeni iş imkânlarının küresel seviyede rekabete neden olması da çalışanları baskı altına girdirmektedir. Bu baskı kimi zaman pozitif neticeler ortaya çıkarıp kişinin kendisini geliştirmesine yardımcı olsa da çoğu zaman iş ortamında sağlanan olanakların az olmasından ötürü kişi istenilen performansın tersine kendisini

¹¹² Alper Tutçu, Duygusal Sermayenin İş ve Yaşam Doyumu Üzerine Etkisine İlişkin Duyuşsal İyilik Algısının Aracılık Etkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2018, s. 48, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

¹¹³ Keser, a.g.e., 2005, ss. 77-96.

¹¹⁴ Julie Morgenstern, **İkisi Bir Arada: İş hayatında Verimlilik ve Tatmin**. (Ö. T. Akal, Çev.), Optimist Yayınları, İstanbul, 2006, s. 52.

beklenen seviyede ilerletememektedir. Kişi yetersizlik hissine kapılarak bu baskıyı yaşam doyumunun üzerinde olumsuz etki olarak görmektedir.

2.1.4.3. Yaşam Doyumuna Etki Eden Çevresel ve Toplumsal Faktörler

Kişisel ve toplumsal kimlik olayı yaşam doyumuna erişmede etkili olan unsurlardandır. Yaşadığı toplumun değerlerini taşıyan kişiler ve bunu içselleştirdiği için mutlu olan kişiler yaşam doyumunu elde edebilmektedir. Bunun yanı sıra yaşanmakta olunan ülke ve o ülkenin hayat şartları, senelik enflasyon düzeyi, kredi faizleri, milli gelir seviyesi gibi çoğu çevresel unsur kişilerin yaşam doyum seviyelerinde pozitif ya da negatif açıdan etkili olmaktadır.¹¹⁵

Enflasyon seviyesi yaşam doyumuna etki eden önemli çevresel unsurlardandır. Aşırı enflasyona maruz kalan ülkelerin paralarının satın alma gücü de giderek azaldığı için, bu ülke toplumunun yaşam doyumlarında gözle görülür bir azalma yaşanmaktadır.¹¹⁶ Kişilerin işlerini kaybetmesi halinde çalışmakta olduğu sektörde bulunan diğer işletmelerde iş bulabilme imkânı, istediği anda bir başka sektörde çalışma fırsatı, sendikal haklardan mahrum kalmaması yaşam doyumunu ile birebir bağlantılı olmaktadır.¹¹⁷

Yaşam doyumunda etkili olan toplumsal faktörler, değişik toplumlar ve kültürler arasında olan kişilere göre farklılık göstermektedir. Yaşamını sürdürmekte zorlanan, eğitim sistemi oturmamış az gelişmiş bir toplumda kişilerin yaşam doyumunu diğerlerine kıyasla daha az olmaktadır. Yaşam doyumlarının artması için öncelikli olarak temel gereksinimlerinin karşılanması gerekmektedir. Fiziksel ve temel gereksinimlerin giderilmesi bireyin gelecekteki gereksinimleri için değerli bir kaynak meydana getirmektedir. Kişiler öncelikli olarak bu gereksinimleri gideremezlerse, yaşam doyumları negatif olmaktadır.

Kişiselleşmiş toplumlarda kişide yaşam doyumunu en fazla hayalindeki amaçlara ulaşamadıklarında negatif olarak etki görmektedir. Bu amaçlar, iyi bir gelecek, güzel bir iş, eş, arkadaş çevre gibi faktörlerdir. Gelecek amaçları olmamış, sosyal yaşama katılımı düşük olan, insanlarla sıcak ve iyi bağlantılar kuramayan ya da ideal eş tercihi hayal kırıklığı ile sonuçlanan biri birey yaşamda doyum elde edememektedir.¹¹⁸

¹¹⁵ Tutucu, a.g.e., 2018, s. 48.

¹¹⁶ Donovan ve Halpern, a.g.e., 2002, ss. 59-61.

¹¹⁷ Mahmut Özdevecioğlu ve Nihal Çakmak Doruk, "Organizasyonlarda İş-Aile ve Aile İş Çatışmalarının Çalışanların İş ve Yaşam Tatminleri Üzerindeki Etkisi", *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2009, Cilt: 33, Sayı: 1, ss.69-99.

¹¹⁸ Yakup Baştemur, İş Tatmini ile Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkiler: Kayseri Emniyet Müdürlüğü'nde Bir Araştırma, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes Üniversitesi, Kayseri, 2006, ss. 37-42, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

Kulüp, dernek vb. gibi toplumsal olgulara katılım sağlama, aile hayat tarzı, aileden uzakta olma, iş harici yükümlülükleri, akrabalık ilişkileri, kişilerin sosyal ve ailevi yükümlülükleri kişinin yaşam doyumunu etkilemektedir. Ailesine, yakın akrabalarına ve bir bütün olarak etrafındakilere karşı yükümlülüğü daha az bulunan kişilerin yaşam doyumlarıyla, yükümlülükleri daha çok olan bireylerin yaşam doyumları kıyaslandığında fark olmamaktadır.¹¹⁹

Toplumsal bağlantılar, yaşam doyumuyla alakalı önemli bir hayat bölgesini teşkil etmektedir. Bu durumun sebebi, eş, çocuklar veya arkadaşlar gibi yakınların sosyal destek sunması, maddi katkı sağlaması, boş vakitlerinde eşlik etmesi, mutluluğunu ve üzüntüsünü paylaşması durumudur. Kişinin toplumsal bir çevre edinmesi evli olmak veya bir hayat arkadaşının olması da yaşam doyumuna pozitif olarak etki göstermektedir. Kişilerin aile fertleriyle ve arkadaşlarıyla olan pozitif yönlü bağlantıları benzer şekilde yaşam doyumuna olumlu olarak etki etmektedir.

Yaşam doyumunu etkileyen çevresel faktörler dikkate alındığında, kişisel güvenliliğin ve serbestliğin en baskın olduğunu gözlemlenmektedir. Kişilerin buldukları ortam, aile ve iş çevresi içinde olmak üzere, güvenli değilse kaygılı ve endişeli bir hayat sürmektedirler. Çevresel güvenliğin mevcut olmadığı ülkelerde yaşam süren çoğu insan diğer ülkelere göç etmek mecburiyetinde kalmaktadır ve yaşam doyumunu doğup büyüdüğü ülkeden çok başka ülkelerde aramaktadırlar. Demokratik bir toplumda yaşam süren kişiler güven içerisinde bulduklarından yaşam doyumları da güven içinde yaşamayanlara kıyasla fazladır.

Kişinin kendisini çevresine ait hissetmesi yaşam doyumunu bakımından önemli olmaktadır. Etrafında rahat yaşam sürebileceği düzenli güzel ortamların bulunması yaşam doyumunu pozitif yönde etkilemektedir. Temiz, güvenli, kültürel ve eğitici imkanlar sunan bir çevre kişiye huzur, güven ve mutluluk hislerini kazandırmaktadır. Bütün bunların yanı sıra cinsel kimlik ayrımının fazla olmadığı çevrelerde yaşam süren kişiler de yaşam doyumunu elde etmektedirler. Ters durumlarında yaşayan kişilerin yaşam doyumunu cinsiyet anlamında azalma göstermektedir.

2.2. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ LİTERATÜR TARAMASI

Braun (1977), yılında yaptığı çalışmasında gençlerin iyi ve kötü duyguları daha çok açıklayabildiklerini, fakat ihtiyaçların daha fazla genel hoşnutluk söylemlerini belirttiklerini öne sürmüştür. Bununla birlikte değişik olan sonuçların anlamlı kılmak amacıyla gerçekleştirilen meta analiz araştırmasında yaşam doyumunu ile yaş arasındaki ilişkinin sifıra yakın olduğunu ispatlamıştır.

¹¹⁹ Özdevecioğlu, a.g.e., 2003, ss. 693-710.

Goldbeck vd., (2007), yılında Almanya'da gençlerle yapmış oldukları çalışmalarında yaş arttıkça yaşam doyumunun da arttığı sonucunu elde etmişlerdir. Gençlik zamanında arkadaşlık ilişkilerinin aile ilişkilerine kıyasla yaşam doyumuna etkisinin daha fazla olduğunu öne sürmüşlerdir.

Myers ve Diener (1995), yılında yaşam doyumunu konulu yaptıkları çalışmalarında cinsiyetin ve sosyo-ekonomik seviyenin yaşam doyumunu yorumlamada hiçbir etkisi bulunmadığını öne sürmüşlerdir. Bununla birlikte iyi olmayı açıklama anlamında psikolojik değişkenlerin daha etkili olduğu öne sürülmektedir.

Rohe ve Stegman (1994), yılında yapmış oldukları çalışmayla düşük gelire sahip bireylerin ev sahibi olmalarının yaşam doyumunu ile ilişkisini ele almışlardır. Sonuç olarak, ev sahibi olan kişilerin kiracılara kıyasla yaşam doyumlarının anlamlı şekilde fazla olduğunu belirtmişlerdir. Mülkiyet ve yaşam doyumunu arasında kuvvetli bir bağ olduğu tespit edilmiştir.

Armsden ve Greenberg (1987), yılında yaptıkları çalışmada, öz saygı seviyeleri yüksek olan öğrencilerin ve sosyo-ekonomik seviyeleri yüksek olan öğrencilerin yaşam doyum seviyelerinin de fazla çıktığını ispatlamışlardır. Aynı zamanda cinsiyet değişkeninin yaşam doyumunu bakımından anlamlı bir farklılığa sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Zullig vd., (2005), yılında yapmış oldukları çalışmalarında aileleriyle beraber ve ayrı yaşamakta olan gençleri karşılaştırmışlardır. Sonuç olarak ailelerinden ayrı yaşayan gençlerin yaşam doyumunun daha fazla olduğunu öne sürmüşlerdir.

Tuzgöl ve Dost 2007 senesinde yaptıkları çalışmada, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarını bazı unsurlara göre incelemişlerdir. Çalışma sonucunda ise, akademik başarısı ve iktisadi durumu yüksek olarak algılayan katılımcıların yaşam doyum puanları diğerlerine oranla daha fazla çıkmıştır. Aynı zamanda dini inancı güçlü olan ve geleceğe yönelik beklentilerinin gerçek olacağına yönelik olumlu fikirleri olan kişilerin yaşam doyum puanlarının daha fazla çıktığı ispatlanmıştır.

Köker 1991 yılında yaptığı çalışması, ergenleri konu alarak Türkiye'de genç yaş grubu ile bu konu hakkında yapılan ilk çalışma olması ve faydalı sonuçlar çıkarması bakımından oldukça önemli önemli bir çalışmadır. Çalışma sonucunda yaş bakımından herhangi bir değişikliğe rastlanmazken, cinsiyet bakımından incelendiğinde yaşam doyum bakımından kadınların erkeklere kıyasla daha doyumlu olduğu belirlenmiştir.

Tümlü ve Recepoğlu 2012 yılında yaptıkları araştırmada, üniversite akademik elemanlarının psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Araştırma sonucunda, yaşam doyumunu ile psikolojik dayanıklılık arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu elde edilmiştir. Medeni durum, unvan, yaş,

hizmet yılı, cinsiyet ve buldukları üniversitedeki hizmet yılına göre anlamlı olarak farklılık olduğu ortaya çıkmıştır.

Koçak ve İçmenoğlu 2012 yılındaki çalışmalarında, duygusal zeka ve yaratıcılık seviyesinin yaşam doyumu seviyesini yorumlama kuvvetini incelemiştir. Edinilen verilere doğrultusunda, duygusal zekâ alt boyutları ile yaratıcılık seviyelerinin yaşam doyum seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yaratıcılık seviyesinin yaşam doyum seviyesinin ters yönde anlamlı bir yorumlayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Eryılmaz 2012 yılında yapmış olduğu çalışmada, üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılığı yorumlamada yaşam doyumu, öz saygısı, iyimserlik ve kontrol odağı ele alınmıştır. Araştırmada edinilen bulgularla yaşam doyumu, öz saygısı, iyimserlik, kontrol odağı unsurlarının psikolojik sağlamlıkla düşük ve orta seviyede olumlu yönde anlamlı ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

Eren 2008 senesinde gerçekleştirdiği çalışmada, onkoloji hemşirelerinin iş ve yaşam doyumlarını araştırmıştır. Araştırma sonucunda bireylerin medeni durum ve cinsiyetlerinin ortak etkisinin, hastalık durumu ve cinsiyetlerinin ortak etkisinin yaşam doyumunu üzerinde farklılık yaratmadığı ortaya konulmuştur. Lisansüstü mezunlarının lisans ve altı olan hemşirelere oranla, lisans mezunlarının da ön lisans mezunu hemşirelere kıyasla anlamlı seviyede fazla olduğu belirtilmiştir.

Erdem vd. 2004 yılında yaptıkları araştırmada hemodiyaliz hastalarıyla yaptıkları araştırmanın sonucunda, eğitim düzeyi ve yaş arttıkça yaşam doyumunun da arttığı sonucunu elde etmişlerdir.

Özer 2001 senesinde yaptığı bir çalışmada, huzurevinde ve aile ortamında yaşayan kişileri ele almıştır. Çalışma sonucunda yaşam doyumu puanlarının aile ortamında yaşayanların huzurevinde kalanlardan, yine aile ortamında yaşam süren erkeklerin kadınlardan yüksek çıktığı, bunun dışında aile ortamında yaşayan erkeklerin huzurevinde yaşayanlara göre daha fazla çıktığı saptanmıştır. Medeni durum, eğitim durumu, boş zamanları değerlendirme, meslek ve sağlık durumlarıyla yaşam doyumu arasında da ilişki bulunduğu görülmektedir.

Ünal, Karlıdağ ve Yoloğlu 2001 yılında yaptıkları çalışmada, doktorlarda tükenmişlik ve iş doyumu seviyelerinin yaşam doyumu düzeyleriyle ilişkisini Malatya'da görev yapan 384 doktorla araştırmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre, yaşam doyumu puanları kadınlarda erkeklere göre, doktorlukla alakalı ek işi bulunanların bulunmayanlara göre, evlilerin bekârlara göre, aylık maaşını yeterli olanların olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda 40 yaş üzerinde bulunanlar, 6 yıldan çok görev yapanlar ve öğretim üyesi olanların yaşam doyumunun diğerlerinden daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Diener 1984 yılında yaptığı çalışmada, huzurevinde yaşayan yaşlıların yaşam doyumlarıyla bedensel etkinlikleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma elde edilen verilere göre, yaşam doyumunu ile sağlık arasında güçlü bir ilişkinin varlığına rastlanmıştır.

Lazzari 2000 yılında yaptığı çalışmada erken ve geç ergenlikte bireysel yaşam doyumunu, psikolojik iyi olma hâli ve duygusal zekâ seviyesi arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Ahlaki gelişim ve kimlik çözülmesinde kişisel doyuma dikkat edilerek, psikolojik iyi olma durumu ve yaşam doyumunu bireysel doyumun duygusal zekâdan daha iyi yorumlayacağı elde edilmiştir.

Moller 1996 senesinde yaptığı araştırmada Güney Afrikalı üniversite öğrencilerine üzerine odaklanmıştır. Çalışmada gelir düzeyi, etnik niteliklerle yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN DESENİ

İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde eğitim görmekte olan bir grup üniversite öğrencisinin iletişim becerileri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi için bu çalışma yapılmıştır. Araştırma, iletişim becerileri yaşam doyumunu etkileyebileceği varsayımı altında yapılmıştır.

3.2. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Bu araştırma için ele alınan ana kütle, İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde eğitim görmekte olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın ana kütlesi 2019-2020 eğitim sürecinde İstanbul'da okumakta olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Ana kütle için ulaşmak zor olacağı için ve zaman kaybı, maliyet gibi sorunlar olacağından dolayı örneklem alınarak analiz gerçekleştirilmiştir. Basit tesadüfi örnekleme yöntemine göre belirlenen örneklem sayısı ele aldığımız çalışma için 120 olarak belirlenmiştir. Belirlenen örneklem sayısına uygulanan anketlerden 111 tanesi kullanılabilir durumda olduğundan bu anketlerle analiz gerçekleştirilmiştir.

Çalışma kapsamında öğrencilere ait kişisel özellikleri oluşturan bilgilerin frekans ve yüzde değerleri belirlenmiştir.

Tablo-2 Ankete Katılan Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Kadın	61	55,0	55,0	55,0
Erkek	50	45,0	45,0	100,0
Total	111	100,0	100,0	

Tablo 2'ye göre ankete dahil olan öğrencilerin %55'i kadın ve %45'i ise erkeklerden oluşmaktadır.

Tablo-3 Ankete Katılan Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
18-24 yaş arası	96	86,5	86,5	86,5
25-29 yaş arası	14	12,6	12,6	99,1
30-34 yaş arası	1	,9	,9	100,0
Total	111	100,0	100,0	

Tablo 3'e göre çalışmaya katılan öğrencilerin %86.5'i 18-24 yaş arasında, %12.6'sı 25-29 yaş arasında ve %0.9'u ise 30-34 yaş arasında bulunmaktadır.

Tablo-4 Ankete Katılan Öğrencilerin Program Türüne Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Ön Lisans	39	35,1	35,1	35,1
Lisans	66	59,5	59,5	94,6
Yüksek Lisans	6	5,4	5,4	100,0
Total	111	100,0	100,0	

Tablo 4'e göre araştırmaya dahil olan öğrencilerin %35.1'i ön lisans programında, %59.5'i lisans programında ve %5.4'ü ise yüksek lisans programında okumaktadır.

Tablo-5 Ankete Katılan Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1. sınıf	41	36,9	36,9	36,9
2. sınıf	36	32,4	32,4	69,4
3. sınıf	21	18,9	18,9	88,3
4. sınıf	13	11,7	11,7	100,0
Total	111	100,0	100,0	

Tablo 5'e göre araştırmaya dahil olan öğrencilerin %36.9'u 1. sınıf, %32.4'ü 2. sınıf, %18.9'u 3. sınıf ve %11.7'si ise 4. sınıf düzeyinde eğitim görmektedir.

Tablo-6 Ankete Katılan Öğrencilerin Okudukları Bölümlere Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Anestezi	1	,9	,9	,9
Antrenörlük	2	1,8	1,8	2,7
Aşçılık	2	1,8	1,8	4,5
Bankacılık ve Sigorta	1	,9	,9	5,4
Beslenme ve Diyetetik	1	,9	,9	6,3
Çocuk Gelişimi	1	,9	,9	7,2
Deniz ve Liman İşletmeciliği	2	1,8	1,8	9,0
Dış Ticaret	1	,9	,9	9,9
Edebiyat	1	,9	,9	10,8
Ekonomi ve Finans	2	1,8	1,8	12,6
Fizyoterapi	2	1,8	1,8	14,4
Grafik Tasarım	1	,9	,9	15,3
Halkla İlişkiler	1	,9	,9	16,2
Halkla İlişkiler ve Tanıtım	2	1,8	1,8	18,0
Hava Harekât Yöneticiliği	1	,9	,9	18,9
Havacılık	1	,9	,9	19,8
Havacılık Yönetimi	5	4,5	4,5	24,3
International Logistics and Transportation	1	,9	,9	25,2
İç Mimarlık ve Çevre Tasarımı	3	2,7	2,7	27,9
İktisat	1	,9	,9	28,8
İlk ve Acil Yardım	1	,9	,9	29,7

Tablo-6 Ankete Katılan Öğrencilerin Okudukları Bölümlere Göre Dağılımı (devam)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
İnsan Kaynakları Yönetimi	1	,9	,9	30,6
İnşaat Mühendisliği	2	1,8	1,8	32,4
İnşaat Teknolojisi	2	1,8	1,8	34,2
İşletme	3	2,7	2,7	36,9
Jeoloji Mühendisliği	1	,9	,9	37,8
Klinik Psikoloji	2	1,8	1,8	39,6
Mekatronik Mühendisliği	1	,9	,9	40,5
Mimarlık	1	,9	,9	41,4
Moda Tasarım	2	1,8	1,8	43,2
Odyometri	1	,9	,9	44,1
Otomotiv Teknolojileri	1	,9	,9	45,0
Otopsi Yardımcılığı	2	1,8	1,8	46,8
Psikoloji	8	7,2	7,2	54,1
Radyo TV Sinema	5	4,5	4,5	58,6
Radyoloji	1	,9	,9	59,5
Radyoterapi	1	,9	,9	60,4
Sağlık Kurumları İşletmeciliği	1	,9	,9	61,3
Sinema ve Televizyon	1	,9	,9	62,2
Sivil Hava Ulaştırma İşletmeciliği	1	,9	,9	63,1
Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi	4	3,6	3,6	66,7
Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler	2	1,8	1,8	68,5
Sosyal Hizmetler	1	,9	,9	69,4
Sosyoloji	4	3,6	3,6	73,0
Spor Yönetimi	2	1,8	1,8	74,8
Tıbbi Dokümantasyon ve Sekreterlik	3	2,7	2,7	77,5
Türk Dili ve Edebiyatı	2	1,8	1,8	79,3
Uçak Teknolojisi	1	,9	,9	80,2
Uluslararası İşletmecilik ve Ticaret	1	,9	,9	81,1
Uluslararası Ticaret	3	2,7	2,7	83,8
Uluslararası Ticaret ve İşletme	1	,9	,9	84,7
Uluslararası İşletmecilik ve Ticaret	4	3,6	3,6	88,3
Uluslararası İlişkiler ve Siyaset	1	,9	,9	89,2
Uluslararası Lojistik	1	,9	,9	90,1
Uluslararası Ticaret	7	6,3	6,3	96,4
Uygulamalı İngilizce ve Çevirmenlik	2	1,8	1,8	98,2
Yeni Medya	2	1,8	1,8	100,0
Total	111	100,0	100,0	

Tablo 6'ya göre araştırmaya dahil olan öğrencilerin en çok %6.3 oranında Uluslararası Lojistik, %7.2 oranında Psikoloji, %4.5 oranında ise Havacılık Yönetimi ve Radyo-TV-Sinema bölümlerinde okudukları belirlenmiştir.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Çalışma kapsamında verileri belirlemek amacıyla iki ölçek kullanılmıştır. Birinci ölçek yaşam doyumu ölçeği, ikinci ölçek ise iletişim becerileri ölçeğidir. Ayrıca ölçeklere katılanların demografik özelliklerini belirlemeye yarayan bilgiler kullanılmıştır. Ölçekler ile ilgili bilgiler aşağıdaki gibidir.

3.4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Ölçeklerin ilk bölümünde ölçeklere katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş aralığı, okudukları program türü, sınıf düzeyleri ve bölümlerini belirleyen değişkenler yer almaktadır.

3.4.1. İletişim Becerileri Ölçeği

Çalışmada Spitzberg ve Cupach (1994: 32–40) tarafından oluşturulan “İletişim Yetkinlikleri Yaklaşımı” baz alınarak Canary ve Cody tarafından düzenlenen iletişim yetkinlikleri modeli kapsamında oluşturulmuştur (Canary ve Cody 1994: 32 - 41). İletişim becerileri ölçeği 36 sorudan oluşmaktadır. Bu ölçek 6’lı likert tipindedir. Bu ölçek soldan sağa doğru sırasıyla ‘hiç uygun değil’, ‘uygun değil’, ‘kararsızım’, ‘uygun’, ‘oldukça uygun’ ve ‘tamamen uygun’ olarak derecelendirilmiştir.

3.4.2. Yaşam Doyumu Ölçeği

Çalışmada Diener (1985) tarafından ortaya konan “Yaşam Doyumu Ölçeği” ele alınmıştır. Yaşam doyumu ölçeği 5 sorudan meydana gelmektedir. Bu ölçek 7’li likert tipindedir. Bu ölçek soldan sağa doğru sırasıyla ‘hiç uygun değil’, ‘uygun değil’, ‘biraz uygun değil’, ‘ne uygun ne uygun değil’, ‘biraz uygun’, ‘uygun’ ve ‘çok uygun’ olarak derecelendirilmiştir.

Tablo-7 Ölçeklere Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Ölçekler	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
İletişim Becerileri Ölçeği	0.783	36
Yaşam Doyumu Ölçeği	0.842	5

Çalışmada incelenen ölçeklerin güvenilirlik düzeylerinin tespit edilmesi için Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı kullanılmıştır. Güvenilirlik düzeylerine bakıldığında ele alınan ölçeklerin yüksek seviyede güvenilir olduğu görülmektedir.

3.5. VERİLERİN ANALİZİ

Çalışma dâhilinde ele alınan verilerin bir araya getirilmesi ve ölçeğin uygulanması amacıyla İstanbul’da eğitim görmekte olan üniversite öğrencileri ile birebir görüşülerek anketler uygulanmıştır. Araştırma için 120 öğrenciye anket

uygulanmış, 111 anket analize dahil edilmiştir. Anketlerle ilgili öğrencilere gerekli açıklamalar yapılmış olup gönüllülük esasına dayalı olarak anketler uygulanmıştır.

Çalışmadan elde edilen veriler IBM SPSS 25.0 paket programı ile incelenmiştir. Ankete katılan öğretmenlerin demografik özelliklerine ilişkin bulguları belirlemek amacıyla frekans ve yüzde analizleri elde edilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçeklere güvenirlik seviyelerini tespit etmek amacıyla Cronbach's Alpha analizi gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasında farklılığı saptamak amacıyla Kolmogorov-Smirnov analizi ve verilerin basıklık, çarpıklık değerleri ile ortalama ve medyan değerleri ele alınmış verilerin dağılımının normal dağıldığı sonucuna varılmıştır. Değişkenlerin ilişki düzeylerini saptamak amacıyla da Pearson korelasyon testi yapılmıştır. Fark testleri ve korelasyon testleri yapılmadan önce parametrik varsayımların test edilmesi gerekmektedir. Verilerin normal dağılım olduğu sonucu doğrultusunda alt problemlere ait analizlerin incelenmesinde ikili gruplar için bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla gruplar için ise tek yönlü ANOVA analizi uygulanmıştır. ANOVA analizi sonucunda anlamlı farklılığın hangi gruplardan meydana geldiğinin tespit edilmesi için Post-Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu kısımda, çalışma probleminin çözümü için elde edilen verilerin uygulanan istatistiksel yöntemlerle çözümlenmesi sonucu elde edilen bilgiler alt problemlere uygun bir şekilde verilmiştir.

4.1. İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ VE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİNE AİT BULGULAR

Araştırmaya katılan öğrencilerin iletişim becerileri ölçeğine ait normal dağılım ve homojen analiz değerleri Tablo-8'de görüldüğü gibidir;

Tablo-8 İletişim Becerileri Ölçeği Normal Dağılım ve Homojenlik Analizi Sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov			Levene Testi				Mean	Skewness	Kurtosis
	Statistic	df	Sig.	Levene Statistic	df ₁	df ₂	Sig.	Statistic	Statistic	Statistic
İletişim Doyumunu Ölçeği	,076	111	,125	,821	1	109	,367	3.8126	0.342	0.557

Tablo-8 ile iletişim becerileri ölçeğinin normallik ve homojenlik incelemesi yapılmıştır. Elde edilen bu tablo ile iletişim becerileri ölçeğinin normallik sınaması incelendiğinde bu ölçeğin normallik varsayımını karşıladığı görülmektedir. Ayrıca ele alınan verilerin çarpıklık-basıklık değerlerinin kontrol edilmesi de gerekmektedir. Çarpıklık basıklık değerlerinin -1.96 ile +1.96 arasında olması verilerin normal dağılım gösterdiğini ifade etmektedir. Ele alınan iletişim becerileri ölçeğinin çarpıklık ve basıklık değerleri de -1.96 ile +1.96 arasında olduğu için ele alınan iletişim becerileri ölçeği verileri normal dağılım göstermektedir. İncelenen iletişim becerileri ölçeğinin homojenlik sınaması değerlendirildiğinde de bu ölçeğin homojenlik varsayımını sağladığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumu ölçeğine ait normal dağılım ve homojenlik analiz değerleri Tablo-9'da görüldüğü gibidir;

Tablo-9 Yaşam Doyumunu Ölçeği Normal Dağılım ve Homojenlik Analizi Sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov			Levene Testi				Mean	Skewness	Kurtosis
	Statistic	df	Sig.	Levene Statistic	df ₁	df ₂	Sig.	Statistic	Statistic	Statistic
Yaşam Doyumunu Ölçeği	,074	111	,183	,005	1	109	,941	4.5207	-0.223	-0.364

Tablo-9 ile yaşam doyumu ölçeğinin normallik ve homojenlik incelemesi yapılmıştır. Elde edilen bu tablo ile yaşam doyumu ölçeğinin normallik sınaması incelendiğinde bu ölçeğin normallik varsayımını karşıladığı görülmektedir. Ayrıca ele alınan verilerin çarpıklık-basıklık değerlerinin kontrol edilmesi de gerekmektedir. Çarpıklık basıklık değerlerinin -1.96 ile +1.96 arasında olması verilerin normal dağılım gösterdiğini ifade etmektedir. Ele alınan iletişim becerileri ölçeğinin çarpıklık ve basıklık değerleri de -1.96 ile +1.96 arasında olduğu için ele alınan yaşam doyumu ölçeği verileri normal dağılım göstermektedir. İncelenen yaşam doyumu ölçeğinin homojenlik sınaması değerlendirildiğinde de bu ölçeğin homojenlik varsayımını sağladığı görülmektedir.

4.2. CİNSİYET DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Cinsiyete göre değerlendirilen iletişim becerileri ölçeğine ait t testi sonuçları Tablo-10 ile gösterilmiştir.

Tablo-10 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları

		t-test for Equality of Means				
		t	df	Sig.	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
İletişim Becerileri Ölçeği	Equal variances assumed	-3.318	109	0.001	-0.4415	-0.1113
	Equal variances not assumed	-3.319	104.95	0.001	-0.4415	-0.1113

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete dahil olan öğrencilerin iletişim becerileriyle cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmektedir.

Cinsiyete göre değerlendirilen yaşam doyumu ölçeğine ait t testi sonuçları ise Tablo-11 ile ifade edilmiştir.

Tablo-11 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları

		t-test for Equality of Means				
		t	df	Sig.	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Yaşam Doyumu Ölçeği	Equal variances assumed	-1.456	109	0.148	-0.8563	0.1311
	Equal variances not assumed	-1.464	106.87	0.146	-0.8535	0.1283

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin yaşam doyumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir.

4.3. YAŞ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Yaşa göre değerlendirilen iletişim becerileri ölçeğine ait ANOVA testi sonuçları Tablo-12 ile ifade edilmiştir.

Tablo-12 Yaş Değişkenine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
İletişim Becerileri Ölçeği	Between Groups	,376	2	,188	,901	,409
	Within Groups	22,509	108	,208		
	Total	22,885	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete dahil olan öğrencilerin iletişim becerileri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Yaşa göre değerlendirilen yaşam doyumu ölçeğine ait ANOVA testi sonuçları ise Tablo-13 ile ifade edilmiştir.

Tablo-13 Öğrencilerin Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Yaşam Doyumu Ölçeği	Between Groups	2,593	2	1,296	,749	,475
	Within Groups	186,870	108	1,730		
	Total	189,462	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin yaşam doyumları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir.

4.4. PROGRAM TÜRÜ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Program türüne göre değerlendirilen iletişim becerileri ölçeğine ait ANOVA testi sonuçları Tablo-14 ile gösterilmiştir.

Tablo-14 Program Türü Değişkenine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
İletişim Becerileri Ölçeği	Between Groups	1,667	2	,834	4,244	,017
	Within Groups	21,218	108	,196		
	Total	22,885	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin iletişim becerileri ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın hangi program türünden kaynaklandığını tespit etmek amacıyla ise Post-

Hoc testlerinden Tukey Testi kullanılmıştır. Tukey Testi sonuçları aşağıdaki tabloda belirtildiği gibidir;

Tablo-15 Tukey Testi Sonuçları

Dependent Variable				Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
							Lower Bound	Upper Bound
İletişim Becerileri Ölçeği	Ön Lisans	Lisans	-26020	0.08952	0.012	-0.4729	-0.0475	
		Yüksek Lisans	-0.12678	0.19437	0.791	-0.5887	0.3351	
	Lisans	Ön Lisans	,26020	0.08952	0.012	0.0475	0.4729	
		Yüksek Lisans	0.13342	0.189	0.761	-0.3157	0.5826	
	Yüksek Lisans	Ön Lisans	0.12678	0.19437	0.791	-0.3351	0.5887	
		Lisans	-0.13342	0.189	0.761	-0.5826	0.3157	

Tablo-15 incelendiğinde ön lisans ve lisans programları arasında iletişim becerileri bakımından anlamlı bir farklılık bulunduğu tespit edilmiştir.

Program türüne göre değerlendirilen yaşam doyumu ölçeğine ait ANOVA testi sonuçları ise Tablo-16 ile ifade edilmiştir.

Tablo-16 Öğrencilerin Yaşlarına Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Yaşam Doyumu Ölçeği	Between Groups	7,392	2	3,696	2,192	,117
	Within Groups	182,070	108	1,686		
	Total	189,462	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin yaşam doyumları ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir.

4.5. SINIF DÜZEYİ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Sınıf düzeyine göre değerlendirilen iletişim becerileri ölçeğine ait t testi sonuçları Tablo-17 ile gösterilmiştir.

Tablo-17 Öğrencilerin Sınıf Düzeyine Göre İletişim Becerileri Ölçeğine Ait ANOVA Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
İletişim Becerileri Ölçeği	Between Groups	,384	3	,128	,609	,610
	Within Groups	22,501	107	,210		
	Total	22,885	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin iletişim becerileri ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Sınıf düzeylerine göre değerlendirilen yaşam doyumu ölçeğine ait t testi sonuçları ise Tablo-18 ile ifade edilmiştir.

Tablo-18 Öğrencilerin Sınıf Düzeylerine Göre Yaşam Doyumu Ölçeğine Ait t Testi Sonuçları

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Yaşam Doyumu Ölçeği	Between Groups	7,427	3	2,476	1,455	,231
	Within Groups	182,036	107	1,701		
	Total	189,462	110			

Tablodaki sonuçlar incelendiğinde ankete katılan öğrencilerin yaşam doyumlarıyla sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

4.6. KORELASYON ANALİZİ

Bu kısımda iletişim becerileri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye yönelik bulgulara yer verilmiştir.

Tablo-19 İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Testi Sonuçları

		Yaşam Doyumu	İletişim Becerileri
Yaşam Doyumu	Pearson Correlation	1.00	,63
	N	111	111
İletişim Becerileri	Pearson Correlation	,63	1.00
	N	111	111

Tablo-19'da iletişim becerileri ile yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu değerlerin 0.6 ile 0.8 arasında olması ele alınan değişkenler arasında yüksek korelasyon olduğunu ve 0.8'in üzerinde olması ise mükemmel derecede korelasyonlu olduğunu göstermektedir. Buna göre iletişim becerileri ile yaşam doyumu arasındaki ilişki katsayısı 0.630 olarak hesaplanmıştır. Belirlenen bu katsayı ölçekler arasındaki ilişkinin yüksek seviyede olduğunu göstermektedir.

4.7. REGRESYON ANALİZİ

Bu kısımda ise iletişim becerilerinin yaşam doyumu üzerindeki etkisine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo-20 İletişim Becerilerinin Yaşam Doymu Üzerindeki Etkisinin Regresyon Analizi ile Gösterilmesi

	β	Std. Hata	t	Prob.	Tolerance	VIF	F	Prob.
Constant	3,830	1,056	3,627	,000				
İletişim Becerileri	,181	,275	,659	,512	1,000	1,000	,434	,012

*p<0.01; **p<0.05; ***p<0.10

R²=0,004

Bağımsız Değişkenler: İletişim Becerileri Ölçeği

Bağımlı Değişken: Yaşam Doymu Ölçeği

Öğrencilerin iletişim becerilerinin yaşam doymuna etkisini tespit etmek için regresyon analizi uygulanmıştır. Yapılan analizin anlamlı olup olmadığına bakmak için F testine bakılır. F testi sonucunda prob değeri 0.012 olarak belirlenmiştir. Belirlenen bu değer yapılan regresyon analizinin anlamlı sonuç verdiğini göstermektedir. Yapılan analiz sonucunda ele alınan başka bir değer ise R² değeridir. Bu değer analizin açıklama düzeyini göstermektedir. Buna göre analizin açıklama düzeyi yani iletişim becerilerinin yaşam doymuna etkisi %0.4 olarak hesaplanmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda iletişim becerilerinin yaşam doymuna etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

TARTIŞMA VE YORUM

Çalışmamızda öğrencilerin iletişim becerileri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Erkeklerin iletişim becerileri kadınlardan daha fazla olduğu elde edilmiştir. Benzer şekilde Tozoğlu vd. 2014 yılında, üniversite öğrencileri üzerinde yapmış oldukları çalışmada, erkeklerin iletişim becerilerinin kadınlardan fazla olduğu elde edilmiştir. Pehlivan (2005) ve Özerbaş vd. (2007)'da öğretmen adayları üzerinde yaptıkları araştırmalarda cinsiyet ve iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğunu göstermişlerdir. Gülbahçe (2010); Kıssal, Kaya ve Koç (2016); Koçyiğit, Koçyiğit ve Özsoy (2018); Tepeköylü-Öztürk ve Soy Türk (2015) yaptıkları çalışmada kadın ve erkekler ile iletişim becerileriyle manidar bir fark bulamamışlardır. Fazla sayıda farklı bölümlerden öğrenci olduğu için, bölümler arasındaki fark çıkmamıştır.

Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlarla uyumlu olarak alan yazında yaşam doyum düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını söyleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalar, Huebner (1994), Gilman ve Huebner (2006), Altay ve Avcı (2009), Koçak ve İçmenoğlu (2012), Chow (2005), Avşaroğlu vd. (2005), Gündoğar vd. (2007), Güler (2015), Şahin (2018), Özkul ve Cömert (2018) tarafından yürütülen çalışmalardan elde edilen sonuçlarda yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını belirtmektedir. Bazı çalışmalarda ise kadınların yaşam doyumları daha yüksek çıkmaktadır.

Çalışmamızın diğer bir bulgusu öğrencilerin iletişim becerileri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Tepeköylü (2017) ile Bozkurt vd. (2003) araştırmalarında iletişim becerileri algısını yaş seviyelerine göre anlamlı bir farklılık yaratmadığını ifade etmişlerdir. Görür (2001) araştırmalarındaysa yaşları daha fazla olanlarda anlamlı bir farklılık bulunduğunu tespit etmişlerdir. Bazı çalışmalarda ise yaş arttıkça iletişim becerileri artmaktadır.

Benzer şekilde çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Aydın'ın (2011), üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada, yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre değerlendirildiği durumlarda, yaş unsurundan etkilenmediği görülmektedir. Bu sonucun aksi yönünde çalışmalar da bulunmaktadır. Bunlardan bazıları; Goldbeck vd. (2007) Almanya'da gençlerle gerçekleştirdikleri çalışmada yaş geçtikçe yaşam doyumunun da yükseldiği bulgusu elde edilmiştir. Ayrıca Braun (1977), gençlerin iyi ve kötü duyguları daha çok açıkladıkları; fakat ihtiyarların daha çok genel hoşnutluk ifadelerinden bahsettikleri görülmüştür. Yazıcı'nın (2015: 85), yönetici ve çalışma

arkadaşları desteği ile yaşam doyumuna ilişkin öğretim elemanlarının algılarını incelediği çalışmada öğretim elemanlarının yaş değişkenine göre yaşam doyumunu, çalışma arkadaşları desteği ve yönetici desteği algılarında anlamlı fark ortaya çıkmamıştır. Bazı çalışmalarda yaşam doyumunu orta yaşlarda düşmekte ve en çok genç ve yaşlı dönemlerde yüksek seviyede, yani U şeklindedir.

Diğer bir bulgumuz öğrencilerin iletişim becerileri ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Lisans ve yüksek lisans program türünde okuyan öğrencilerin iletişim becerileri de daha yüksek çıkmıştır. Bu farklılığın hangi program türünden kaynaklandığını tespit etmek amacıyla ise Post-Hoc testlerinden Tukey Testi kullanılmıştır. Tukey testi sonucuna göre ise ön lisans ve lisans programları arasında iletişim becerileri açısından anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Kılıç vd. 2009 yılında beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yaptıkları araştırmada beden eğitimi öğretmenliği bölümü ve antrenörlük bölümü öğrencilerinin iletişim becerileri ortalamalarının spor yöneticiliği bölümünde eğitim gören öğrencilerden daha fazla bulunduğunu elde etmiştir. Antrenörlük bölümünde okuyan öğrencilerin iletişim becerileri daha yüksek çıkmıştır.

Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Başka çalışmalarda lisans, yüksek lisans ve doktora okuyan öğrencilerin yaşam doyumlarının önlisans programında okuyanlara göre daha yüksek seviyede olduğu bulunmuştur. Eken ve Ebadi, 2019 yılında yaptıkları çalışmada program türü ilahiyat olan öğrencilerin yaşam doyumlarının, fen edebiyat ve eğitim programında okuyan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Emeç ve Kümbül Güler 2006 yılında yaptıkları çalışmada ise dini inançları yüksek ve gelecekle ilgili iyi bir kariyer beklentisi olanların yaşamdan daha fazla doyum aldıkları belirtilmektedir.

Öğrencilerin iletişim becerileri ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Kartal (2013) yaptığı araştırmada sınıf düzeyleri farklı olan öğrenci guruplarının iletişim becerilerinde anlamlı bir farkın olmadığını tespit etmiştir. Dalkılıç (2006) 12 ve 13 yaşındaki öğrencilerin iletişim beceri seviyelerinin 14 yaşındaki öğrencilerin iletişim becerileri düzeyinden anlamlı derecede yüksek olduğunu saptamıştır. Gülbahçe 2010 yılında yapmış olduğu çalışmada 1. sınıf öğrencilerinin iletişim becerilerinin, 2., 3. ve 4. sınıfta eğitim gören öğrencilere göre çok düşük olduğu sonucuna varmıştır. Farklı sınıflarda eğitim görmekte olan öğrencilerin iletişim becerilerindeki farkların anlamlı olduğu görülmüştür. Ayrıca 1. sınıf öğrencilerinin iletişim becerileri diğer sınıf düzeylerindeki öğrencilere oranla düşük çıktığı görülmektedir. Öğrencilerin eğitim gördükleri sınıf düzeyi yükseldikçe

iletişim becerileri de yükselmektedir. Öğrencilerin eğitim düzeyi yükseldikçe, yaşam doyumu da artmaktadır.

Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre farklılaşmadığını destekleyen çalışmalar olduğu gibi (Yıldız, 2016), birinci sınıf öğrencilerinin (Zhang, Zhao, Lester ve Zhou, 2013), ikinci sınıf öğrencilerinin (Şahan vd., 2012), Üçüncü sınıf öğrencilerinin (Sağar, 2018) ve dördüncü sınıf öğrencilerinin (Özdemir ve Dilekmen, 2016) yaşam doyumlarının daha fazla olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Bu sonuçlar dikkate alındığında, sınıf düzeyinin, yaşam doyumu üzerindeki rolünün nasıl olduğuna ilişkin kesin bir yargıya varılamayacağı görülmektedir. Sınıf düzeyi ile birlikte farklı değişkenlerin karıştırıcı rol oynayabileceği akla gelmektedir.

Son olarak iletişim becerileri ile yaşam doyumu ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda iletişim becerilerinin ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Bu sonuçtan farklı olarak literatürde iletişim becerilerinin yüksek olmasının yaşam doyumundaki artış ile paralel olduğuna birçok dair çalışmalar bulunmaktadır. Burada örneklem sayısının kısıtlı olması, sadece belli bir şehir ve üniversiteden veri toplanması bu sonucun bulunmasında etkili olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamızda öğrencilerin iletişim becerileri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Öğrencilerin yaşam doyumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Çalışmamızın diğer bir bulgusu öğrencilerin iletişim becerileri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Benzer şekilde araştırmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Diğer bir bulgumuz öğrencilerin iletişim becerileri ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir.

Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile okudukları program türü arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmektedir. Öğrencilerin iletişim becerileri ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Çalışmamızda öğrencilerin yaşam doyumları ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Son olarak iletişim becerileri ile yaşam doyumu ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda iletişim becerilerinin yaşam doyumuna etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

İletişim becerilerinin yüksek olmasının yaşam doyumundaki artış ile paralel olduğuna dair hipotezimiz bu çalışmada doğrulanamamıştır. Burada örneklem sayısının kısıtlı olması, sadece belli bir şehir ve üniversiteden veri toplanması bu sonucun bulunmasında etkili olabilir. Bu nedenle çok daha büyük örnekleme, çeşitli iller ve üniversitelerin dahil olduğu çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır. Ayrıca ileri çalışmalarda iletişim becerileri ve yaşam doyumunu etkileyen diğer faktörlerin de sorgulandığı izlemsel çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

KAYNAKÇA

KİTAPLAR

AÇIKGÖZ Kamile Ün, Etkili Öğrenme ve Öğretme, Kanyılmaz Matbaası, İzmir, 2003.

ALEMDAR Korkmaz ve ERDOĞAN İrfan, İletişim ve Toplum, Bilgi Yayınevi, Ankara, 1990.

BABACAN Muazzez, Yazılı ve Sözlü Anlatım "Kompozisyon Bilgileri". 3F Yayınevi, İstanbul, 2008.

BAHAR Emel, İletişim, Detay Yayıncılık, Ankara, 2012.

BAHAR Emel, İşletme Becerileri Grup Çalışması, Detay Yayıncılık, Ankara, 2006.

BAKIRCIOĞLU Rasim, Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü, Anı Yayıncılık, Ankara, 2016.

BALTAŞ Zühal ve BALTAŞ Acar, İletişim Becerinizin Anahtarı Sessiz Diliniz, Beden Dili, Remzi Kitapevi, İstanbul, 1997.

BIÇAKÇI İlker, İletişim ve Halkla İlişkiler, Media Cat Yayınları, Ankara, 1998.

CAN Halil, Organizasyon ve Yönetim, Siyasal Kitabevi, Ankara, 1997.

CHAPEAUX, JE, Organizational Behavior, West Publishing Company, New York, 1996.

DEMİR Ayşe, Eğitim Kurumu Yönetici Adaylarının Eğitim Yönetimi Ders Notları, MEB Yayınları, Ankara, 2002.

DEMİR Kamile, Örgütlerde İletişim Yönetimi Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar, Anı Yayıncılık, Ankara, 2003.

DÖKMEN Üstün, İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1998.

ERDOĞAN İrfan, İletişimi Anlamak, Erk Yayınları, Ankara 2002.

EROĞLU Feyzullah, Davranış Bilimleri, Beta Yayınları, İstanbul, 2015.

FİLİZOK Rıza, Anlam Analizine Giriş, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İzmir, 2001.

- FRANKL Emil Viktor, Duyulmayan Anlam ığlığı: Psikoterapi ve Humanizm, ev. S. Budak, teki Psikoloji Dizisi, Ankara, 1999.
- GÖKÇE Orhan, İletişim Bilimleri, Siyasal Kitabevi, Ankara, 2006.
- GÜNEY Salih, Davranış Bilimleri, Nobel Yayınları, Ankara, 2013
- İNCEOğLU Murat, Tutum Algı İletişim, Siyasal Kitabevi, Ankara, 2011.
- KAYA Raşit, Kitle İletişim Sistemleri, Teori Yayınları, Ankara 1985.
- KÜÇÜK Mestan, İletişim Kavramı ve İletişim Süreci. E. N. Orhon ve U. Eriş (Ed.). İletişim Bilgisi İçinde, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir 2012.
- KÜÇÜKAHMET Lülüfer, Sınıf Yönetimi, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2004.
- LUTHANS Fred, Organizational Behavior: An Evidence-Based Approach (12th ed.), McGraw-Hill/Irwin, New York, 2011.
- MORGENSTERN Julie, İki Bir Arada: İş hayatında Verimlilik ve Tatmin, ev. Ö. T. Akal, Optimist Yayınları, İstanbul, 2006.
- MUTLU Erol, İletişim Sözlüğü, Ark Yayınevi, Ankara, 2004.
- OSKAY Ünsal, İletişimin ABC'si, Der Yayınları, İstanbul, 1999.
- ÖZKAN Mehmet, İnsan İletişim ve Dil, Akademik Kitaplar, İstanbul, 2010.
- ROBBİNS, Stephen, Organizational Behavior: Concepts, Controversies, Application, 8th Edition, Prentice Hall Inc., 1998.
- SABUNCUOğLU Zeyyat ve GÜMÜş Murat, Örgütlerde İletişim, Arıkan Yayıncılık, İstanbul, 2008.
- SEZGİN Murat ve ERKAN Akgöz, Genel ve Teknik İletişim, Gazi Kitabevi, Ankara, 2009.
- şİşMAN Mehmet, Eğitimde Mükemmellik Arayışı (Etkili Okul), Pegem Akademi, Ankara, 2002.
- TEMİZKAN Mehmet, İletişim Süreci ve İletişim Becerileri, F. Temizyürek, İ. Erdem, M. Temizkan (Ed.). Konuşma Eğitimi ve Sözlü Anlatım İçinde, Pegem Akademi, Ankara, 2013.

TUTAR Hasan ve YILMAZ Mustafa Kemal, Genel İletişim: Kavramlar ve Modeller. Erkam Matbaa, İstanbul, 2001.

USLUATA Ayseli, İletişim, İletişim Yayınları, İstanbul, 1994.

UZTUĞ Ferruh, İletişim Engel ve Etmenler, Genel İletişim İçinde, Pegem Yayıncılık, Ankara, 2006.

VEEHOVEN Ruut, Questions On Happiness: Classical Topics, Modern Answers Blind Spot, F. Strack, M. Argyle, & N, Schwarz (Ed.), Subjective wellbeing, 1991.

YATKIN Ahmet ve YATKIN, Ümmühan Nazan, Halkla İlişkiler ve İletişim, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2006.

YETİM Ünsal, Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2001.

YÜKSEL-ŞAHİN Fulya, İletişim Becerilerine Genel Bir Bakış. A. Kaya (Ed.). Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim İçinde, Pegem Akademi, Ankara, 2010.

ZILLIHOĞLU Merih, İletişim Nedir?, Cem Yayınevi, İstanbul, 1993.

MAKALELER

BAŞARER Zeynep, BAŞARER Dilek ve DEMİRKAYA Pervin Naile, Kişiler Arası İletişim Engelleri Ölçeği Geliştirme. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 2016, Sayı: 43 ss. 290-303.

BOWER Gordon, Mood and Memory, American Psychologist, 1981, s. 129 148.

BRÜLDE Bengt, Happiness and the Good Life Introduction and Conceptual Framework. Journal of Happiness Studies, 2007, Cilt:8, Sayı: 1, ss.1-14.

CUMMİNS Robert Personal Income and Subjective Well-Being: A Review, Journal of Happiness Studies, 2000, Cilt: 1, Sayı: 2, ss. 133-158.

ÇEDİKÇİ-ELGÜNLER Tuğçe ve ÇEDİKÇİ-FENER Tuğba, İletişimin Kalitesini Etkileyen Engeller ve Bu Engellerin Giderilmesi, The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication TOJDAC, 2011, ss.35-39.

DİENER E., WOLSİC B., and FUJİTA F., Physical Attractiveness and Subjective Wellbeing. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, Sayı: 69, ss. 20-129.

DİENER Ed ve Suh, E., Measuring Quality of Life: Economic, Social, and Subjective Indicator. Social Indicators Research, 1997, Sayı: 40, ss. 189-216.

DİENER Ed, Assessing Subjective Well-Being: Progress And Opportunities, Social Indicators Research, 1994, Cilt: 31 Sayı: 2, ss. 103-157.

DİENER Ed, ROBERT Emmons, RANDY Larsen and SHARON Griffin, The Satisfaction With Life Scale, Journal of Personality Assessment, 1985, Cilt: 49 Sayı: 1, ss. 71-75.

DİENER Ed, Subjective Well-Being, Psychological Bulletin, 1984, ss. 542-575.

DİENER Ed, Subjective Well-Being: The Science Of Happiness And A Proposal For A National Index, American Psychologist, 2000, Cilt: 55 Sayı: 1, ss. 34-43.

DİENER Ed, SUH E.M., LUCAS R. E. and SMİTH H. L., Subjective WellBeing, Three Decades of Progress. Psychological Bulletin, 1997, Cilt: 125 Sayı: 2, ss. 276-302.

DİLMAÇ Bülent ve EKŞİ Halil, Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2008, Sayı: 20, ss. 279-289.

DONOVAN Nick ve HALPERN David, Life Satisfaction: The State of Knowledge and Implications, London: Prime Minister's Strategy Unit, 2002, s. 59-61.

DOST Meliha Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2007, Cilt: 2 Sayı: 22, ss.132-143.

EKEN Furkan Onur ve EBADİ Hüseyin, Anksiyetenin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinde Tükenmişliğin Aracı Rolü, Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 2018, Cilt: 6 Sayı: 2, ss.112-126.

EMEÇ Hamdi ve KÜMBÜL GÜLER Burcu. Yaşam Memnuniyeti ve Akademik Başarıda İyimserlik Etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 2006, C: 21, Sayı: 2, s.35,

ERDOĞDU Erdal, İletişimin Temel Özellikleri, 2008, <http://www.erdalerdogdu.com/pr-halkla-iliskiler/iletisimin-temel-ozellikleri/> (Erişim Tarihi: 02.04.2020).

HELLER Dean, WATSON Dewey ve HIES, R. The Role of Person Versus Situation in Life Satisfaction: A Critical Examination. Psychological Bulletin, 2004, Cilt: 130 Sayı: 4, ss. 574–600.

KESER Aşkın, İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama, Çalışma ve Toplum, Cilt: 4, Sayı: 7, ss. 77-96.

KORKUT-OWEN, Fidan ve BUGAY Aslı, İletişim Becerileri Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2014, Cilt: 10, Sayı: 2, ss. 51 64.

LYUBOMİRSKY Sonja, SHELDON Kennon Sheldon ve SCHKADE David, Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change, Review of General Psychology, 2005, Cilt: 9, Sayı: 2, ss. 111-131.

MYERS David ve DIENER Ed, Who is Happy? Psychological Science, 1991, Cilt: 6, Sayı: 1, ss. 10-19.

ÖZDEMİR Meryem ve DİLEKMEN Mücahit, Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi, Sakarya University Journal of Education, 2016 Cilt: 6 Sayı: 1, ss.98-113.

ÖZDEVECİOĞLU Mahmut ve DORUK, Nihal Çakmak, Organizasyonlarda İş-Aile ve Aile İş Çatışmalarının Çalışanların İş ve Yaşam Tatminleri Üzerindeki Etkisi, Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 2009, Cilt: 33, Sayı: 1, ss.69-99.

ÖZDEVECİOĞLU Mahmut, İş Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma, 11. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, 2003, ss. 693-710.

RYAN Richard M. ve DECI Edvard L., On Happiness Andon Hedonic and Human Potentials: A Review of Research Eudaimonic Well-Being, Annual Review of Psychology, 2001, Cilt: 52, Sayı:1, ss. 141-166.

SAĞAR Mehmet Enes, Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Sigara Bağımlılığına Yönelik Tutumları Ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi, 2018, Cilt: 10, Sayı: 19, ss.491-507.

SİRGY J. M., MİCHALOS, A. C., FERRİS A., EASTERLİN R., PATRİCK D., and PAVOT W., The Quality of-Life (QoL) Research Movement: Past Present and Future. Social Indicators Research, 2006, Sayı: 76, ss. 343-466.

ŞAHAN H., TEKİN M., YILDIZ M., ERASLAN M., YILDIZ M., SİM H., ve YARAR D., Examination of Self-Efficacy and Life Satisfaction Levels of Students Receiving Education in Schools of Physical Education and Sports. International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering, 2012, Cilt: 6, Sayı: 6, ss.1461-1463.

UZUNTAŞ Aysel, Etkili İletişim: Anlatabilmek ve Anlayabilmek, Kastamonu Eğitim Dergisi, 2011, Cilt: 21, Sayı: 1, ss. 11-30.

WILSON Warner, Corralates of Avowed Happiness, Psychological Bulletin, 1967, Sayı: 67, ss. 294-306.

Yıldız Muhammed, Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekâ Yaşam Doymu ve Depresyonun Cinsiyet ve Sınıf Seviyelerine Göre Etkileri. Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 2016, Cilt: 6, Sayı: 11, ss.451-474.

YILMAZ Ercan ve ALTINOK Vildan, Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doymu Düzeylerinin İncelenmesi, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 2009, ss. 451-469.

ZHANG J., ZHAO S., LESTER D., ZHOU C. Life Satisfaction and its Correlates Among College Students in China: A Test of Social Reference Theory. Asian J Psychiatr, 2013, Sayı:10, ss.17-20.

TEZLER

BALKANLI Nazlı, Otistik Çocuğu Olan ve Olmayan Annelerde Yaşam Kalitesi, Yaşam Doymu ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2008, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BAŞTEMUR Yakup, İş Tatmini ile Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkiler: Kayseri Emniyet Müdürlüğü'nde Bir Araştırma, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes Üniversitesi, Kayseri, 2006, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BAYRAK Sabahat, Örgütlerde etkili iletişim ve iletişim yönetimi 1995, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

DENİZ İbrahim, İletişim Becerileri Eğitiminin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin İletişim Becerisi Düzeylerine Etkisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, 2003, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

GÖKKAYA Sadi, Okul Müdürlerinin İletişim Becerilerinin Öğretmen Algılarına Göre İncelenmesi (Kırklareli İli Örneği), Yeditepe Üniversitesi, İstanbul, 2009, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

GÜLCAN Aynur, Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi". Fatih Üniversitesi, İstanbul, 2014, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

GÜRSES Yılmaz, Eğitim Örgütlerinde Yöneticilerin Etkili İletişim Kurma Becerilerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma (Kütahya Merkez İlçe Örneği), Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya, 2006, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

İNCİ Sezgin, Aday Öğretmenlerin Duygusal Zeka İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişki, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale, 2014, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KALFA Sultan, Spor Bilimleri ve Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumu ve Serbest Zaman Doyumlarının İncelenmesi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla, 2017, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

TUTÇU Alper, Duygusal Sermayenin İş ve Yaşam Doyumu Üzerine Etkisine İlişkin Duyuşsal İyilik Algısının Aracılık Etkisi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep, 2018, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

ÜMMET Durmuş, Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Davranışının Transaksiyonel Analiz Ego Durumları ve Yaşam Doyumu Bağlamında İncelenmesi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2012, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

VARA Şenay, Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 1999, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YETİM Ünsal, Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 1991, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

EKLER

EK-A

GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Bu çalışma, "Bir Grup Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki" başlıklı bir anket çalışması olup üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla taşımaktadır. Çalışma, Gülsüm Melike BÜYÜK tarafından yürütülmekte ve sonuçları ile üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile yaşam doyumları arasında ilişki olup olmadığının ortaya konacaktır.

- Bu çalışmaya katılımınız gönüllülük esasına dayanmaktadır.
- Çalışmanın amacı doğrultusunda, anket uygulaması yapılarak sizden veriler toplanacaktır.
- İsminizi yazmak ya da kimliğinizi açığa çıkaracak bir bilgi vermek zorunda değilsiniz/araştırmada katılımcıların isimleri gizli tutulacaktır.
- Araştırma kapsamında toplanan veriler, sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak, araştırmanın amacı dışında ya da bir başka araştırmada kullanılmayacak ve gerekmesi halinde, sizin (yazılı) izniniz olmadan başkalarıyla paylaşılmayacaktır.
- İstemeniz halinde sizden toplanan verileri inceleme hakkınız bulunmaktadır.
- Sizden toplanan veriler niteliksel yöntem ile korunacak ve araştırma bitiminde arşivlenecek veya imha edilecektir.
- Veri toplama sürecinde/süreçlerinde size rahatsızlık verebilecek herhangi bir soru/talep olmayacaktır. Yine de katılımınız sırasında herhangi bir sebepten rahatsızlık hissederseniz çalışmadan istediğiniz zamanda ayrılabilirsiniz. Çalışmadan ayrılmanız durumunda sizden toplanan veriler çalışmadan çıkarılacak ve imha edilecektir.

Gönüllü katılım formunu okumak ve değerlendirmek üzere ayırdığınız zaman için teşekkür ederim. Çalışma hakkındaki sorularınızı İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümünden Gülsüm Melike Büyük' e yöneltebilirsiniz.

Araştırmacı Adı: Gülsüm Melike Büyük

Adres :Mehmet Akif Ersoy Mahallesi 1922 Sokak No:3/1 Esenyurt / İstanbul

Cep Tel: 0536 937 43 73

E-mail : gmelb30@gmail.com

Bu çalışmaya tamamen kendi rızamla, istediğim takdirde çalışmadan ayrılabileceğimi bilerek verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını kabul ediyorum.

(Lütfen bu formu doldurup imzaladıktan sonra veri toplayan kişiye veriniz.)

Katılımcı Ad ve Soyadı:

İmza:

Tarih:

KİŞİSEL BİLGİ FORMU**Değerli katılımcı;**

Bu çalışma, "Bir Grup Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki" belirlemek amacıyla yapılmaktadır. Elde edilen veriler bilimsel bir amaç için kullanılacaktır. Göstereceğiniz ilgi ve özene teşekkür ederiz.

1. Bölümünüz:.....
2. Program türünüz: Ön Lisans () Lisans() Yüksek lisans() Doktora ()
3. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
4. Yaşınız: 18-24 () 25-29 () 30-34 () 34 ve üzeri ()
5. Sınıfınız(Ön lisans /Lisans için): 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ()

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda yaşam doyumu ile ilgili 5 ifade bulunmaktadır. Bu ifadelerin size uygunluk derecesini belirlemek amacıyla 7 seçenek sunulmuştur. Bu seçeneklerden sizin için uygun olan bir ifadeyi işaretleyiniz.

Yaşam Doyumu Ölçeği	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun Değil	Ne Uygun, Ne Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Çok Uygun
1.Yaşam birçok yönüyle ideallerime çok yakın.							
2.Yaşam koşullarım çok iyi.							
3.Yaşamımdan hoşnutum.							
4.Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.							
5.Yeniden dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.							

İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ

Lütfen, aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak, bu cümledeki fikre ne oranda katıldığınızı, belirtilen seçeneği işaretleyerek belirtiniz. Her cümle için yalnızca bir seçenek işaretleyiniz.

İletişim Becerileri Ölçeği	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Kararsızım	Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1.Tartışmalarda konu hakkında bir fikrim olduğunda her zaman söz alıp düşüncemi söylerim.						
2.Kendim ile ilgili şeyleri/konuları başkalarına anlatmaktan çekinmem.						
3.Karşımdaki kırılacaksa bile ben yine sözümü söylerim.						
4.Biriyle konuşurken kendimi onun yerine koymaya çalışırım.						
5.Ne demek istediğimi herkese rahatlıkla anlatabiliyorum.						
6.Konuşurken bazen kendimi kaybediyorum.						
7.Hatalarımı ve yanlışlarımı kabul etmekten hiçbir zaman çekinmem.						
8.Konuşurken anlamadığım bir noktayı mutlaka sorarım.						
9.Gelenekçi bir insanım, kolay kolay fikrimi değiştirmem.						
10.Bazı zamanlar insanları kırdığımı farkında bile olmuyorum.						
11.Beklentilerimi kolaylıkla ifade ederim.						
12.Her zaman ölçülü ve uygun davranırım.						
13.Diğerlerinin hedefleri beni çok ilgilendirmez						
14.Sorulara verdiğim cevaplar herkes tarafından rahatlıkla anlaşılır.						
15.Konuşurken ipler her zaman benim elimdedir						
16.İnsanlar onlara yardım ettiğimin farkında olmuyorlar						
17.Bazen konuşmalarımın amacına ulaşmadığını fark ediyorum.						
18.Bazı insanlara nasıl davranacağımı bilemiyorum.						
19.Duygu ve düşüncelerimi açıklarken çok uzun konuşmak zorunda kalıyorum.						
20.Eğer bir sorunun cevabını biliyorsam, sorunun bitmesini beklemem.						
21.Konuşmalarım amaçlarımın dışına çıkmaz.						
22.Yaptığım iş konusunda, konuşulanlar ne kadar teknik olursa olsun anlarım.						
23.Amaçlarımı anlatmakta zorluk çekiyorum						
24.Ne zaman ve nasıl konuşacağımı çok iyi bilirim.						
25.Fikirlerimi tam olarak doğru bir şekilde anlatamıyorum.						
26.Konuya ilgisiz olsam da dinliyormuş gibi yaparım.						
27.Her türlü duruma rahatlıkla uyum sağlarım.						

	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Kararsızım	Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
İletişim Becerileri Ölçeği						
28.Bazı zamanlarda insanların davranışlarına anlam veremiyorum.						
29.Çevremdekileri rahatlıkla etkileyebilirim						
30.Nedenini bilmiyorum ama bazı hareketlerimin insanlar tarafından hoş karşılanmadığını düşünüyorum.						
31.Arkadaşlarım tartışma vb. durumlarda yatıştırıcı/uzlaştırıcı olduğumu söylerler.						
32.Beni eleştirenlerin beni anlamadıklarını düşünüyorum.						
33.Bence bir kişiyi kırmadan ona "hayır" demek mümkün.						
34.Çevremdekilerle zevklerimiz uyuşur.						
35.İsteklerimi rahatlıkla ve etkili bir biçimde karşımdakine aktaramıyorum.						
36.Her zaman ölçülü konuşmaya özen gösteririm.						



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 12.03.2020
TOPLANTI SAYISI : 2020-07

KARAR NO: 2020-07-02: Sosyal Bilimler Enstitüsü Enstitümüz Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 170624014 numaralı öğrencisi Gülsüm Melike BÜYÜK'ün "Bir Grup Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 10.01.2020 tarih ve 2020-01 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR

Prof. Dr. Nuri KURUOĞLU
Rektör Yardımcısı