



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZNEL İYİ OLUŞ
DÜZEYLERİNİN BAŞTA SPOR OLMAK ÜZERE SEÇİLİ
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

Hazar ALTUNDAŞ

**Yüksek Lisans Tezi
Beden Eğitimi ve Spor Ana bilim Dalı
Dr. Öğrt. Üyesi Ramazan CEYLAN
2023
(Her Hakkı Saklıdır)**

T.C.
BAYBURT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN BAŞTA
SPOR OLMAK ÜZERE SEÇİLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

(Examination of University Students' Subjective Well-Being Levels According to Selected
Variables, Primary Sports)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazar ALTUNDAŞ

Danışman: Dr. Öğrt. Üyesi Ramazan CEYLAN

Bayburt
Nisan, 2023

KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Dr. Öğr. Üyesi Ramazan CEYLAN danışmanlığında, 192223025 numaralı Hazar ALTUNDAŞ tarafından hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Başta Spor Olmak Üzere Seçili Değişkenlere Göre İncelenmesi” Adlı bu çalışma...../....../..... tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında, Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan :..... **İmza:**

Jüri Üyesi : **İmza:**

Jüri Üyesi : **İmza:**

Bu tezin Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddelerinde belirtilen şartları yerine getirdiğini onaylarım.

...../...../20....

Doç. Dr. Murat KUL

Enstitü Müdürü

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Başta Spor Olmak Üzere Seçili Değişkenlere Göre İncelenmesi” başlıklı çalışmanın tarafımdan bilimsel etik ilkelere uyularak yazıldığını ve yararlandığım eserleri kaynakçada gösterdiğimi beyan ederim.

13/04/2023

Hazar ALTUNDAŞ

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitim sürecimde ve tez çalışmamda bilgi, birikim ve deneyimleri ile bana sürekli sonsuz destek sunan değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Ramazan CEYLAN'a ayrıca önerileri ve yardımlarıyla bu süreçte yanımda olup desteklerini eksik etmeyen kardeşim Müslüm ALTUNDAŞ'a ve sevgili aileme sonsuz şükranlarımı sunuyorum.



ÖZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN BAŞTA SPOR OLMAK ÜZERE SEÇİLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Hazar ALTUNDAŞ

Nisan 2023, 45 sayfa

Bu çalışmanın amacı; Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin başta spor olmak üzere seçili değişkenlere göre incelenmesidir.

Materyal ve yöntem; bu çalışmada araştırmanın evrenini, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Bayburt Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise bu evrenin içerisinde uygun örneklem alma yoluyla belirlenen parçalanmış ve parçalanmamış ailelerde büyüyen ve spor yapan veya yapmayan, yaşları 18-24 arasında değişen toplamda 385 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada araştırmacı tarafından oluşturulan katılımcıların demografik bilgilerinin yer aldığı 7 soruluk kişisel bilgi formu ve katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek amacı ile Tuzgöl Dost, M. (2005) tarafından geliştirilen ve 46 sorudan oluşan “Öznel iyi oluş ölçeği” olmak üzere iki ayrı veri toplama aracı kullanıldı.

İstatistiksel analiz; Elde edilen ham veriler, istatistiksel olarak işlenebilmesi için Microsoft Excell’de düzenlendi. SPSS istatistiksel programına aktarılarak normallik testleri yapıldı. Verilerin normal dağılım ($p=,195$) gösterdiği saptandı. Verilerin analizinde bağımsız grupların ortalamalarının karşılaştırılmasında Independent t ve One Way Anova testleri yapıldı.

Yapılan analizler neticesinde cinsiyet ve ailenin gelir durumuna göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçek puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, ailenin birliktelik durumu, anne-baba eğitim düzeyi, spor yapma alışkanlığı ve yapılan spor türü değişkenlerinin katılımcıların öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde etkilemediği anlaşıldı.

Sonuç olarak cinsiyetin ve ailenin maddi gelirinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, parçalanmış aile, öznel iyi oluş.

ABSTRACT

MASTER'S THESIS EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' SUBJECTIVE WELLNESS LEVEL ACCORDING TO SELECTED VARIABLES, PRIMARY SPORTS

Hazar ALTUNDAŞ

April 2023, 45 Pages

The aim of this study; The study of subjective well-being level of university students according to selected variables, especially sports.

Material and method; In this study, the population of the research consists of students studying at Bayburt University in the 2021-2022 academic year. The sample group, on the other hand, consists of a total of 385 students aged between 18-24, who grew up in fragmented and unbroken families determined by appropriate sampling in this universe, and who play sports or not. In the study, two separate data collections are the personal information form consisting of 7 questions including the demographic information of the participants and the "Subjective well-being scale" consisting of 46 questions, developed by Tuzgöl Dost, M. (2005) to determine the subjective well-being levels of the participants. tool was used.

Statistical analysis; The raw data obtained were arranged in Microsoft Excel for statistical processing. Normality tests were performed by transferring them to the SPSS statistical program. It was determined that the data showed a normal distribution ($p=.195$). In the analysis of the data, Inthependent t and One Way Anova tests were used to compare the means of independent groups.

As a result of the analyzes, it was understood that there was a statistically significant difference in the subjective well-being scale mean score of the participants according to the gender and income status of the family, while the variables of the family's coexistence, parental education level, sports habit and type of sports did not significantly affect the subjective well-being of the participants. As a result, it can be said that the gender and the financial income of the family affect the subjective well-being of university students.

Keywords: Sport, fragmented family, subjective well-being.

İÇİNDEKİLER

ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZ	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar DİZİNİ.....	vii
KISALTMALAR DİZİNİ.....	viii

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş	1
Araştırmanın Konusu ve Problemi	2
Araştırmanın Amacı.....	2
Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi.....	2
Araştırmanın Sınırlılıkları.....	3
Varsayımlar.....	4
Terim ve Tanımlar	4
Aile.....	4
Spor.	4
Tek Ebeveynli ve Parçalanmış Aile.	4
Öznel İyi Oluş.	4

İKİNCİ BÖLÜM

Kurumsal Çerçeve	5
Aile.....	5
Geniş Aile	6
Çekirdek Aile	7
Parçalanmış Aile	9
Tek Ebeveynli Aile	11
Tek Ebeveynli ve Parçalanmış Aile Ortamının Birey Üzerindeki Etkisi	15
Öznel İyi Oluş.....	16
Öznel İyi oluşu etkileyen Faktörler	17
Yaş.	17
Cinsiyet.	17

Gelir.....	17
Eğitim.....	18
Kişilik.....	18
Sağlık.....	18
Din.....	19
Spor.....	19
Sporun Faydaları.....	19
Fizyolojik faydaları.....	19
Psikolojik Faydaları.....	20
Sosyolojik Faydaları.....	21
Ekonomik Faydaları.....	21
Sporun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Etkileri.....	21

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Materyal ve Yöntem	23
Araştırma Modeli	23
Çalışma Gurubu	23
Veri Toplama Teknikleri ve Araçları.....	23
Verilerin Analizi	24

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular	25
Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....	29
Öneriler	32
Kaynakça.....	33
Ekler.....	40
Özgeçmiş.....	45

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	23
Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	25
Tablo 3. Katılımcıların Anne Baba Sağlık ve Birliktelik Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	26
Tablo 4. Katılımcıların Ailenin Gelir Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	26
Tablo 5. Katılımcıların Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	27
Tablo 6. Katılımcıların Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	27
Tablo 7. Katılımcıların Spor Yapma Sıklığı Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	27
Tablo 8. Katılımcıların Yapılan Spor Türü Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Durumlarının Karşılaştırılması	28

KISALTMALAR DİZİNİ

ASAGEM	: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel M¼d¼rl¼ę¼
N	: Katılımcı Sayısı
SPSS	:Statistical Programme For Social Science (Sosyal Bilimler için istatistik Programı)
SS	: Standart Sapma
X	: Ortalama



BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş

Genel tanımıyla spor, yarışmalı, eğlenceli belli ölçüde güç ve beceri gerektiren etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Spor; başarılı olma gibi, bireyin bilinçaltı arzularının tatminini amaç edinen belirli kurallar içerisinde yapılan, sosyalleştirici rekabete dayalı, bütünleştirici, bedensel ve ruhsal faaliyetlerin tümüdür (İzmir Şahin, 2002). Psikologlara göre spor, bireylerin topluma uyumunu sağlayan ve bununla birlikte insanların ruh ve beden gelişimlerine katkıda bulunan bir uğraştır. Hayatın her evresinde katılımı önemli olan spor, sağlığa olumlu katkı sunmasında, psiko-sosyal iyilik hali ve hastalıklardan korunabilmek için özellikle erişkinler, gençler ve gelişim çağındaki çocuklar için daha kritik bir öneme sahiptir (Seydioğlu, 2017). Bunun yanında Spor; bireyi kendini deneme, kendini akranlarıyla kıyaslama imkânı sunar ki bunlar pozitif benlik saygısı, kendilik algısı ve mental dayanaklılığının gelişmesine imkân oluşturmaktadır (Alpaslan, 2012). Bu tanımlar ve bilgilerden hareketle sporun insan sağlığını pozitif yönde etkileyen ve insanı mutlu eden bir uğraş olduğu söylenebilir.

Psikoloji bilimi, insanın zihinsel süreçleri ile birlikte insan davranışlarının altında yatan nedenleri inceleyen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır. Genellikle başarısızlık, patoloji, tükenmişlik ve çaresizlik gibi bireylerin davranışlarının görünmeyen yönlerini araştıran psikoloji bilimi; pozitif psikoloji hareketi ile modern yaşamın kişiler için sağladığı imkânlar ve mutlu bir hayata ulaşabilmeleri üzerinde durmaya başlamıştır (Caprara, & Cervone, 2003).

Bunun yanında sporun bireyin öznel iyi oluş düzeyi üzerinde pozitif etkiler sağladığı belirtilmiştir. Stathi, Fox ve Mc Kenna (2002) tarafından, yaşları 62 ile 81 arasında olan 28 katılımcıyla yaptığı araştırmada, fiziksel etkinliklerin bu yaş aralığındaki bireylerin öznel iyi oluş seviyelerini geliştirdiği belirlenmiştir.

Bu bağlamda sporun düzenli yapılması bireyin kişiler arası ilişkilerini geliştirdiği, kişileri yalnızlıktan uzaklaştırdığı, kişilerin kendini gerçekleştirme olanağı sağladığı, mutluluk ve iyi hal duygularını uyandırdığı bununla beraber öznel iyi oluşları üzerinde pozitif yönde katkı sağladığı ifade edilmektedir.

Araştırmanın Konusu ve Problemi

Sporun insanların fizyolojik ve psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisinden hareketle sporun parçalanmış ailede büyüyen Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisinin olup olmadığının incelenmesi bu çalışmanın konusunu oluşturmaktadır. Parçalanmış aile ortamında karşılaşılan sorunlardan dolayı parçalanmış aile ortamında büyüyen bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin olumsuz şekilde etkileyeceğinin ve sporun bu olumsuz durumu ortadan kaldırmada ne düzeyde yardımcı olabileceğinin konusundaki düşünce bu araştırmada problem olarak görülerek bu çalışma tasarlandı.

Araştırmanın Amacı

Sporun hedefi; Bireyin bedensel ve zihinsel olarak bir bütün halinde gelişmesinin yanında ruhsal sağlığını da geliştirerek sağlıklı mutlu kendiyle barışık birey olarak yetişmelerine katkıda bulunmaktır. Sporun birey gelişimi üzerindeki bu etkiden yola çıkarak, bu çalışmada üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin başta spor olmak üzere seçili değişkenlere göre incelenmesi amaçlandı.

Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

İçinde bulunulan yaşamın farklılıkları ve koşulları bireylerin hayata bakış açısının olumlu veya olumsuz olmasını, yaşamsal doyumunu, iyilik ve mutluluk halini kısacası öznel iyi oluş durumunu etkilediği bilinmektedir. Öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerin evrensel olarak yapılan çalışmalar sonucunda nitel anlamda etkilediği saptanmıştır. Diener'e göre öznel iyi oluş; kişilik, sosyal yaşam ve demografik farklılıklardan etkilenmektedir (Diener, 1984).

Araştırma konusuyla ilgili alan yazın tarandığında öznel iyi oluş ile bireylerin sosyal hayatlarında önemli yere sahip olan spor arasındaki ilişkinin önemi yapılan bazı uluslararası ve ulusal araştırmalar sonucunda ortaya konulmaktadır. Yapılan bu çalışmaların sonucunda spor kişinin öznel iyi oluş düzeyine pozitif katkılar sunduğu belirtilmektedir. Stathi, Fox ve McKenna (2002) tarafından, 28 yaşlı birey üzerinde yapılan çalışma sonucunda, fiziksel aktivitenin bu grubun öznel iyi oluşlarına olumlu yönde etki ettiği görülmüştür. Yaşlılıkla birlikte oluşan “yalnızlık korkusu veya durumu” sportif aktivitelerle azalma veya ortadan kalkma aşamasına gelmektedir. Fiziksel etkinlik yapan birey, kendi gibi fiziksel aktiviteye sahip kişileri gördükçe yalnızlık hissiyatından uzaklaşarak fiziksel ve ruhsal sağlığını koruma çalışmaları yapan gruplarda bulunma çabasında alabilmektedirler (Çelik, & Şahin 2012).

Toplumun temelini oluşturan aile üyeleriyle etkileşimde olan bireylerin bir araya gelerek oluşturduğu yapıdır. Bireylerden birinde veya ilişkilerde meydana gelecek bozukluk

aile sisteminin diğ er y onlerine de etki eder. Bu sebeple, ebeveynlerden birinin evden uzaklaşması, boşanma veya ebeveynlerden birinin ölümü gibi sebepler ailenin düzenini olumsuz yönde etkiler. Dolayısıyla sağlıklı bir aile ortamı olmayan bireylerin ve kişiler arası ilişkilerden yoksun kalması, gelişiminin bozulmasına yol açar. Parçalanmış ailede; aile bireyleri arasında duygusal etkileşimde azalmalar meydana gelmektedir. Ortaya çıkan bu değişimler duygusal, ruhsal ve psikolojik bozulmalara ve bireylerin öznel iyi oluş durumlarına etki etmektedir.

Sporun psikolojik iyi olma ( znel iyi oluş) durumu tek başına koruyucu bir unsur olduğunu ve diğ er koruyucu unsurları desteklemektedir. Yapılan bir çalışma sonucuna göre, fiziksel aktivitenin, kişiler arası ve sosyal ilişkilerde kısa süreli strese yönelik meydana gelen fiziksel tepkiye karşı tampon görevini üstlendiği; uzun dönemlerde fiziksel ve duygusal iyileşmeyi olumlu etkilediği belirtilmiştir (Ryff, & Singer 2002).

 nc , (2002). Yaptığı araştırmasında bireylerin yaşadığı travmalar kurtularak, çeşitli grup aktiviteleri ile yalnızlıktan uzaklaşmakta ve diğ er bireylerle bir araya gelerek olayları zihinsel ve duygusal anlamda daha sağlıklı olduklarını ifade etmektedir. Mahon ve arkadaşları (2005) yedinci ve sekizinci sınıfta eğitim gören öğrenciler ile yaptıkları çalışmada düzenli olarak spor yapmak ile mutluluk, sağlık durumu ve iyi olma hali arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Literatürde sporun insan psikolojisi üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmalar ışığında Araştırma konusu olan sporun bireylerin ruh sağlığı ( znel iyi oluşları)  zerindeki etkisini bulmaya yönelik olması acısından önemlidir. Sporun insanların ruh sağlığı üzerindeki önemi bu araştırmanın gerekçesini oluşturmaktadır.

Ayrıca mensubu olunan aile ortamının (parçalanmış ve parçalanmamış aile) bireylerin, öznel iyi oluş düzeylerindeki etkisi sportif etkinlikler sayesinde iyileştirilebilir mi? Olumsuz koşullarda (ekonomik, parçalanmış aile) büyüyen bireylerin öznel iyi oluşlarına spor yoluyla katkıda bulunulabilir mi sorusuna cevap araması ve bulmayı düşündüğümüz cevap açısından yapılan araştırma önemlidir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmamız, 2021-2022 akademik yılında Bayburt  niversitesi'nde öğrenim gören lisans öğrencileriyle sınırlandırılmıştır.

2. Araştırmamız,  znel İyi Oluş  l eğinin uygulandığı  niversite  ğrencilerinin yaşları 18 yaş ve üzeri olacak şekilde sınırlandırılmıştır.

Varsayımlar

1- Gözlemlenen örneklem grubunun, evreni temsil etme yetisine sahip olduğu varsayılmıştır.

2-Katılımcıların ölçekteki sorulara kimsenin etkisi altında kalmadan, öz iradeleri ile doğru cevap verdikleri varsayılmıştır.

Terim ve Tanımlar

Araştırmada içerisinde karşılaşılan bazı kavramlar aşağıda ifade edilen tanımlarıyla kullanılmıştır.

Aile.

Giddens (2005) aile tanımını, akrabalık bağlarını ve çocukların yetiştirilmesi yükümlülüğünün yetişkinlere verildiği bir yapıyı vurgulamaktadır.

Spor.

Galip gelme ve başarılı olma gibi, insanın bilinçaltı arzularının tatminini amaçlayan belli kurallar içerisinde yapılan, mücadeleci ruha sahip rekabet gerektiren, bireyleri sosyalleştiren, bütünleştiren, bedensel ve zihinsel faaliyetlerin bütünüdür (Şahin, 2002).

Tek ebeveynli ve parçalanmış aile.

Walsh (1991) tek ebeveynli aile kavramının tanımlanmasında bu kavramın birçok aile yapısına içine alan oldukça geniş bir kavram olduğunun ifade etmektedir. Evlilik sözleşmesi gerçekleştirilmeden çocuk sahibi olan bireylerin tek ebeveynli aile yapısı kapsamında olduğu gibi boşanmış ebeveynler de bu kavramın içine dahildir.

Öznel iyi oluş.

Psikolojik olarak iyi olma hali olduğu ifade edilmektedir. Psikolojik iyi oluş, yaşamda zorluklar ile karşı karşıya kalındığında daha güzel bir hayat için kişinin kendini gerçekleştirme isteği ve potansiyelini ortaya çıkarmasıdır. (Ryff, & Singer, 2008).

İKİNCİ BÖLÜM

Kurumsal Çerçeve

Aile

Toplumun en küçük birimi fikrinden hareket ederek aile, mikro ölçekte toplumun özelliklerini yansıttığı, ailenin özelliklerin hayata yön verdiği düşünülebilir. Bu sebepte Aile, toplumun yapısını anlamak için araştırılan önemli kurumlardan birisidir. Bu iki bakış açısı da toplumsal içeriği anlamak ve yorumlamak için ailenin merkezi bir konumda yer aldığının işaretidir. (Thornton 2005, Giddens 2005, Doğan 1998).

Genel bir yaklaşımla “ailenin toplumun en küçük yapı taşı” olduğu fikrini savunanlar ve modernleşme ile aile mefûmunun yok olacağı görüşünü savunanlar da toplumsal hayatı anlamak için aile önemli bir referans dayanağı olduğunu kabullenirler (Kongar, 1972; Johnson 2000; Sarı, 2016). Sosyal açıdan aile hem bireyi şekillendirme özelliği ile hem de ayrı bir sistem olarak sosyal uygulamalarının merkezinde yer almaktadır. Her iki durumda da uygulamaların önemli alanlarından birini oluşturur (Koşar, 1992; Bulut, 1993; Turan, 2012). Toplumsal kurumlarda olduğu gibi toplumsal değişimden ailede nasibini almaktadır. Toplumsal değişimlere bağlı olarak geleneksel aileden modern aile yapısına geçiş süreciyle dünyada olduğu gibi ülkemizde de yalnız “modern aile” ya da “çekirdek “aile” gibi bir formül ile açıklanamayacak genişlikte aile formlarının meydana geldiği görülmektedir (Stell, & ark 2012, Zastrow 2014; Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü 2011). Evlilik dışı çocuk sahibi olarak ortaya çıkan aileler, boşanmaların artmasıyla sayıları artan tek ebeveynli aile gibi pek çok farklı aile formu ile karşılaşmak mümkündür. Bunun yanında toplumsal yaşamdaki oluşumları, aile yapısının sadece “anne baba ve çocuklar” dan meydana gelmediğini ve bu şekilde açıklanamayacağı ortaya çıkmaktadır. (Macionis, 2015, Pryor, & Trinder 2007; Giddens 2005, Goode 2010; Stell, & ark 2012, Zeybekoğlu Dünder 2012).

Aile tanımlarına bakıldığında üzerinde farklı yaklaşımlar olmasına karşın alan yazında genel bir aile tanımı yapma çalışmalarının varlığı göze çarpmaktadır (Giddens, 2005). Fakat bu noktada evrensel bir tanım yapılmasının zor olduğu anlaşılmaktadır. Canatan (2011). Göre ailenin farklı şekillerde ortaya çıkan toplumsal bir yapı olması ve tarihsel süreçte değişime değişim ve dönüşüme uğraması evrensel bir aile tanımı yapılmasının önündeki engeldir. Murdock (1949) yaptığı çalışmada aileyi, “ortak konut, ekonomik iş birliği ve üreme ile karakterize bir sosyal grup” olarak tanımlamıştır.

Bu tanımdaki üç temel kriterin ekonomik birliktelik, üreme özelliği ve konut paylaşımı sonucu bir araya gelinmesiyle meydana gelen grubu aile olarak vurgulamıştır. Bir topluluğun aile olarak tanımla bilmesi için tek başına biyolojik olarak üreme özelliğinin yeterli olmadığını belirtmiştir (Lefaucheur, 2005).

Aile toplumsal üretimin odağında olan, cinsel farklılığın evlilik birlikteliği ile aynı haneyi paylaşmakla etkileşim içinde olduğu bir alan olarak düşünülmektedir. Giddens (2005) aile tanımını, çocukların yetiştirilmesi sorumluluğunun yetişkinlere verildiği ve akrabalık bağlarının da etkili olduğu bir yapıyı vurgulamaktadır. Fakat yalnız bu özelliklerin bir araya gelmesi bir aileyi oluşturmada yetersiz kalacağı, özellikle çocukların eğitimi, korunmasının yanında önemle vurgulanması gereken özellik olarak sevgi, güven ve aidiyet ihtiyacını karşılaması gerektiği öne çıkmaktadır.

Aile ile ilgili tanımların birçoğu yapısal, işlevsel ve ilişkisel gibi üç farklı tür ile açıklanmaya çalışılmıştır. Birincisi üyeler arasındaki kan bağına veya yasal bir bağa dayanarak aile tanımı yapan yapısal tanımlardır. İkincisi, aileyi çocukların yetiştirilmesi, aile bireylerinin birbirlerini ekonomik ve duygusal olarak desteklemesini vurgulayan ve bir ya da daha fazla bireyden oluştuğuna işaret eden tanımlamalardır. Üçüncü grupta ise aile içindeki sorumluluklarını belirli bir etkileşim içerisinde yerine getirmeleri üzerine kurulu ilişkisel tanımlardır (Wamboldt, & Reiss, 1991). Dallos ve Draper (2012). Yaptığı araştırmada dikkat çektiği üzere aile ile ilgili tanımların “belirli bir tarihsel çizgi içerisinde yaşadığımız toplumun doğasında olan ideoloji ve söylemlerden etkilenmekte” oldukları anlaşılmaktadır.

Geniş Aile

Bir hanede birden çok kuşağın bir arada yaşam sürdüğü akrabalık bağlarının öne çıktığı, aile yapısında olduğu gibi tanımına yer verilmektedir (Marshall, 1999). Başka bir tanımda ise geniş aile, “çok sayıda kan bağı olan küçük veya çekirdek ailenin aynı hane içerisinde yaşamasıyla” (Gökçe, 1991) oluşan bir yapı olarak tanımlanmaktadır. Babadan torunlara uzanacak biçimde yatay genişleyen ya da dikey şekilde büyüyen bir yapı olan geniş aile akrabaların da içinde olduğu bir yapıya dönüşebilmektedir. (Doğan, 1998). Toplulukların sahip oldukları kültürel farklılıklar neticesinde aile, baba veya anne yönünde genişleyebilmektedir (Gökçe, 1991). Bu minvalde aile ataerkil veya anaerkil aile türlerinden birine yönelebilir. Geleneksel toplumlarda görülen aile türü olan geniş aile; genellikle gelişmemiş toplumlarda ve geçim faaliyetleri tarım üzerine kurulu topluluklarda görülmektedir (Kongar, 1972; Gökçe, 1991). Geniş ailelerin 19. yüzyıl öncesinde toplumsal, ekonomik ve siyasi koşullarla şekillendiğinden bu döneme has bir özellikleri taşıdığı belirtilmektedir (Parsons, 1991). Geniş aile türünde, aile kurumsal olarak her daim önde, bireyler ise geri plandadır. Aile fertlerinin

geniş aile yapısı içerisinde bulunması bireysel tercihleri olabileceği gibi kültürel yapının gereği de olabilir.

Literatüre bakıldığında geniş aile tanımı yerine, geleneksel geniş aile, köy ailesi ve eski aile gibi ifadelerin; çekirdek aile yerine ise modern aile, modern demokratik aile, çağdaş aile, küçük aile, dar aile ve kent ailesi, gibi farklı terimlerin kullanıldığına rastlanılmaktadır (Gökçe, 1976). Aile yapılarına, aile içi yönetim ve hiyerarşik açıdan bakıldığında geniş ailelerde ailedeki en yaşlı üyenin aile reisi olduğu görülmektedir. Ailenin diğer üyeleri ise aile reisine oranla geri planda kalmaktadırlar (Özkalp, 2001). Geniş ailede, yeni kuşaklar zamanla yukarı doğru hareket ederek aile içerisinde üst kademeye doğru yükselirler (Freyer, 1963). Başka bir deyişle aile içerisinde karar verici durumda yer alma hususunda bir hareketlilik söz konusu olur ve genç kuşakların zaman içerisinde ailenin yönetilmesinde sorumluluk alma aşamasına gelerek aile reisi konumuna ulaşma hakkına sahip oldukları görülür. Geniş aileler yapı olarak tek tip görülmesine karşın içerisinde farklı özelliklere sahip iki farklı aileyi barındırdığı görülebilir. Kök ve birleşik aile olarak isimlendirilen bu iki farklı aile tipi, değişik kültürel yapılarda ortaya çıkar.

Birleşik aile, anne, baba, tüm erkek çocuklar, evlenmemiş kız çocuklar ve evlenen erkek çocukların eşleri ve çocuklarından oluşurken. Kök aile ise; anne, baba, çocukları ve evli sadece erkek evlat ve bunların çocuklarından oluşmaktadır. Birleşik aileler erkek çocuklar yönünde büyümeye devam ederken, erkek torunlarında evlenerek aile içerisinde eş ve çocuklarıyla hayatlarını sürdürebilirler. Kök ailede büyük erkek çocuk ailenin maddi varlığını elinde bulunduran üye olmakta, birleşik ailede ise mülkiyet ortaktır (Gökçe, 1991).

Toplumsal yapıda öncelikli bir konumda olan geleneksel geniş ailenin yapısının modernleşme ile çekirdek aileye dönüşerek zayıfladığı görüşü birçok araştırmacının dile getirdiği bir durumdur.

Özellikle endüstrileşmenin getirdiği yapısal değişim çoğu kez iki aile çeşidinin birbirinin devamı şeklinde ortaya çıkmasına sebep olduğu kanısı hakimdir (Ayan, 2009). Fakat yapılan araştırmalar, çekirdek ailenin yalnız modernleşme ve endüstrileşmenin sonucu oluşan bir yapısal form olmadığını, modern yaşam öncesi de çekirdek ailenin olduğunun kayıtları görülmektedir (Giddens, 2005). Ancak Ayan (2009), Yaptığı çalışmasında ailenin yapı olarak dikkat çekici bir biçimde değişiminin kapitalizm ile iç içe olduğu vurgulanmaktadır

Çekirdek Aile

Evli olmayan çocukların anne- baba ile oluşturduğu aile yapısı çekirdek aile olarak tanımlanmaktadır. Çekirdek aileyi geniş aileden ayıran fark birey sayısının sınırlı

olmasıdır (Tezcan, 1995). Ancak sadece birey sayısının az olmasına odaklanan yaklaşıma katılmayan Gülerce (2007), buna ek olarak duygusal ilişkiler, yakınlık, çocukların bakımı, toplumla belirlenen sınırların da belirleyici olduğunu ifade etmektedir. Tarım ve hayvancılığa dayanan ekonomiye bağlı toplumların aile yapısı geniş aile şeklinde karşımıza çıkarken, çekirdek aile ise sanayileşen toplumun aile yapısı olarak karşımıza çıkmaktadır (Kağıtçıbaşı, 1984).

Hatta Parsons, çekirdek aile hakkındaki savını genel kabulün bir adım ilerisine taşıyarak çekirdek aileyi sanayi toplumunun ortaya çıkardığı bir yapı olarak tanımlamıştır. (Merter, 1990). Sanayi Devrimi'nden sonra batı toplumlarında yaygınlaşan bir aile şekli olmakla birlikte günümüzde özellikle kentsel alanlarda görülen bir aile yapısıdır (Doğan, 1998).

Modern toplumlarda özellikle gelişmiş şehir merkezlerin de var olan bir aile tipi olarak bilinen çekirdek aile, sanayileşmenin ve kentleşme sürecinin meydana getirdiği bir yapı olarak görülmektedir. Fakat tüm bu görüşlere rağmen çekirdek aile yapısının Sanayi Devrimi ile meydana geldiğini söylemek doğru olmayacaktır. Literatürde konu üzerine yapılan çalışmaların sonuçları, sanayi devrimi öncesi toplumlarda da çekirdek aileye benzer aile şekillerine rastlamak mümkündür.

Çekirdek aile yapısının yaygınlığı toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Bu noktada geniş aile çekirdek aile yapısına geçişteki sürecin de tüm toplumlarda farklılık gösterdiğini belirtmek gerekmektedir. Ayrıca tüm toplumlarda ki sanayi devrimi öncesi ve sonrası toplumsal yapıyı da herhangi bir tarihi belirterek açıklamaya çalışmanın zorluğu da hesaba katılmalıdır. Araştırmalar da sanayi devrimi öncesi ve sonrası toplumların sahip olduğu bazı özelliklerin ortak olarak her iki dönemde var olduğunu yani bu iki dönemin bazı noktalarda iç içe bulunduğu durumların söz konusu olduğunu belirtilmektedir. Ancak sanayi devrimi sanayi sonrası toplumlarda temel düzeydeki değişimlerin varlığı da göz önünde bulundurulmalıdır (Gittens, 1991). Bu temel değişimlerin aile yapısına etkisi de değişimlerin yoğunluğu ile benzer bir şekilde ilerlemiştir.

Toplumsal değişmelerle beraber ortaya çıkan çeşitli toplumsal ve bireysel gereksinimlere cevap vermek ve yeni düzene ayak uydurmak adına aile yapılarında farklılaşmaların olduğu görülmektedir. Bu noktada sanayileşme döneminin başında ortaya çıkan ve geçiş ailesi olarak nitelendirilen aile yapısında oluşan durum bu farklılıklardan birisidir. Geçiş ailesinde; geniş aile düzeninden ayrılmanın net olarak gerçekleşmediği ancak özellikleri bakımından geniş aile ile farklılıkların bulunduğu görülmektedir. Geçiş ailesini geniş aile yapısından ayıran en büyük etmen ise geçiş ailesinde bağımsızlık temasının daha çok ön plana çıkmaya başlamasıdır (Sezal, 2010).

Sezal (2010), Bağımsız çekirdek aileyi Batı'da sanayileşme dönemi ile meydana gelen bir aile yapısı olarak değerlendirmektedir. Bu değerlendirmeden de yola çıkarak Sezal, Türkiye'deki çekirdek aile yapısını var olan özellikler bağlamındaki değişiklikler nedeniyle bağlantılı çekirdek aile olarak nitelendirmektedir. Aynı evde birliktelik içerisinde yaşamlarını sürdüren eşler ve çocuklar olarak adlandırılan bağımsız çekirdek aile yapısı, belirli nedenlerden ötürü çocukların olmadığı veya çocukların evlendirildiği dönemleri de içine alabileceği ifade edilmektedir. Yine aynı evde birliktelik içerisinde yaşayan eşler ve çocukların bulunduğu bağlantılı çekirdek aile tipinde ise bu özelliklerin yanında yoğun akrabalık bağlarına sahip olduğu belirtilmektedir. Özellikle Türkiye'deki çekirdek aile yapısında yoğun akrabalık bağlarının bulunması ülkemizde çekirdek aile kavramının kullanılmasının sorgulanması gerekliliğine ulaşabilecek düzeyde olduğunun altını çizmektedir.

Aile yapısının zamanla birlikte değişimi göz önüne alındığında bu değişimin sürekli olarak küçülme eğiliminde olduğu görülmektedir (Giddens, 2005). Aile yapısında görülen bu küçülmeye paralel olarak ailenin işlevlerinde de azalmanın gerçekleştiği gözlemlenmiştir. Bu noktada geniş ailenin işlevlerinin çekirdek aileye göre daha geniş bir çerçeveye sahip olduğu bilinmektedir. Geniş ailedeki toplumsal ve bireysel yaşamın her alanında var olan kapsamlı işlevlerin küçük ailede yerini bireyselliğin ön plana çıktığı daha küçük işlevlere bıraktığı görülmektedir. Bu noktada toplumsal yapıdaki değişim ve dönüşümlerle eş zamanlı bir şekilde geniş aile yapısı, sahip olduğu işlevlerin çoğunluğunu toplumsal kurumlara devretmiştir (Sayın, 1990). Ayrıca endüstri toplumlarında ortaya çıkan farklılaşma ve uzmanlaşmanın ilerlemesi ile birlikte (Kandiyoti, 1984) devletlerin aile kurumuna yönelik doğum kontrolü, kürtaj serbestisi ve evlat edindirme hizmetleri gibi uygulamalarla müdahalelerinin varlığı doğrudan fark edilebilir bir hal almıştır (Tezcan, 1995).

Sonuç itibarıyla çekirdek ailenin toplumdaki fonksiyonu çocuk yapma ve psikolojik gereksinimleri giderme olmak üzere iki temel işlev çerçevesinde sınırlandırılmıştır (Doğan, 1998). Çekirdek aile yapısının görevlerini toplumsal ve psikolojik olmakla birlikte iki temel başlıkta ele alan Kingsley Davis, toplumsal görevleri çoğalma, yetişkin olmayan çocukların bakımı ve yetiştirilmesi, toplumsallaşma olarak sıralarken psikolojik görevleri ise evli çiftlerin cinsel ihtiyaçlarının tatmin edilmesi, çocuklar ve ebeveynler için duygusal bağlılık ve güven duygusunun oluşturulması ve yaşatılması olarak açıklanmaktadır (Akt. Bottomore, 1984).

Parçalanmış Aile

Parçalanmış aile; Kendisini oluşturan bireylerin karşılıklı etkileşim içinde bulunduğu ve kendisine özgü ilişkiler sistemini içeren bir kurum olarak tanımlanan aile kurumunu oluşturan

ebeveynlerin eksikliği ya da ailenin ilişki sisteminde meydana gelen bir bozukluk ve aile sisteminde aksaklıkların oluşmasıdır.

Temelde anne babanın evden ayrılması, ölümü ya da boşanması gibi etmenler aile yapısının bozulmasına neden olmaktadır. Bu gibi sebeplerden ötürü ebeveynlerden birinin aileden ayrılması ile oluşan bireyler grubu parçalanmış aile olarak tanımlanmaktadır. Parçalanmış ailelerde çocuk ebeveynlerinden biri ile yaşar. Diğer ebeveyn ile etkileşimini duruma bağlı farklı şekillerde sürdürür. Parçalanmış aileye sahip bireyler arasındaki etkileşimlerde birçok olumsuzlukla karşılaşmaktadır. Bu şekildeki aile yapısı içerisinde yetişen çocukların gelişimi etkilenmektedir. Bu durum Çocukların duygusal fiziksel sosyal ve bilişsel gelişimlerinde olumsuzluklara neden olmaktadır (Yavuzer, 1997). Aile içerisindeki parçalanma çocuklarda stres ve çelişki gibi olumsuzluklara neden olmaktadır. Araştırmalar her ne gerekçe ile olursa olsun aile yapısındaki bu tür bozulmaların çocuklar için travmatik bir durum olduğunu göstermektedir. (Wallerstein, & Kelly, 1980)

Ebeveynler ve çocuk arasında bulunan olumlu ve tatmin edici ilişki biçimi; çocuğun dünyayı anlamlandırmasında yaşadığı çevre ile olumlu ilişki kurma becerisine sahip olmasında ve toplumun temsil edilmesinde şekil verici temel güce sahiptir (Çelikoğlu, 1997). Ancak parçalanmış aile içerisinde yetişen çocuk bu kapsamda problemlerle karşı karşıya kalmaktadır.

Parçalanmış ailelerin süreç içerisinde yaşadıkları olumsuzluklar bireyde ciddi düzeyde duygusal dengesizliklere ve bunalımlara sebep olabilmektedir. Ailenin parçalanması sonucu oluşturulan yeni düzen içerisinde hayatlarını sürdüren anne, baba ve çocuklar üzerinde ciddi düzeyde travmalara sebebiyet verebilmektedir.

Parçalanmış aile türleri incelendiğinde boşanmalar sonucu ortaya çıkan ailelerin olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin hukuki süreç içerisinde boşanarak ayrılması sonucu gerçekleşen boşanmış ailelerde en başta çocuklar olmak üzere tüm aile üyeleri derinden etkilenmektedir. Boşanma sonrasında çocuklarla birlikte yaşamını sürdüren ebeveynin yaşam düzeni değişerek ebeveyne çeşitli sorumluluklar yüklemesi ile farklı bir boyut kazanır. Araştırmalara göre ebeveynlerin boşanması parçalanmış aile tanımında en sık karşılaşılan durumdur.

Parçalanmış aile türlerinden bir diğeri ise anne veya babadan birinin yaşamını yitirerek aileden ayrılmasıyla ortaya çıkan aile yapısıdır. Ölüm insanlık tarihinde her zaman korku duyulan ve anlam verilmeye çalışılan soyut bir olgu olmuştur. Bu noktada aile içerisinde yaşanan ölüm aile üyeleri üzerinde travmalara sebep olabilmektedir.

Anne veya babasından birini kaybeden çocuk için ölümün sebebiyet verdiği psikolojik sorunlar çocukların yaş düzeylerine göre çeşitlilikler göstermektedir. Bu anlamda ölüm kavramı

özellikle çocuk tarafından anlamlandırılması ve benimsenmesi oldukça zor olan bir durumdur. Özellikle okul öncesi evrede annenin kaybı çocuk da ağır psikolojik bozukluklara neden olmakla birlikte çocuğun psikolojik uyumsuzluklara yatkınlık göstermesine sebebiyet verir (Yörükoğlu, 1998).

Sevilen birinin yaşamını kaybetmesi geride kalan kişinin yas tutmasına yani yoğun üzüntü ve kayıp duygusu yaşamasına sebep olmaktadır. Freud bu üzüntü ve kayıp duygusunun yaşandığı süreci “yasla yorulma dönemi” adlandırmaktadır. Çoğu kişi uzun bir süreçten geçerek fakat kalıcı bir hasara uğramadan bu dönemi atlatır. Diğer bir parçalanmış aile türü anne veya babanın evden ayrılması ile oluşmaktadır. Anne ve babanın evden ayrılması boşanma ile benzer durumların oluşmasına sebep olmaktadır. Çocuk; anne veya babanın aniden evden uzaklaşması ve aile düzeninin bozulması sonucu ortaya çıkan sorunlardan ötürü terk edilmiş ve giden aile üyesi tarafından sevilmiyormuş gibi düşünceler edinir. Bu durum sonucunda çocuğun güven duygusunda zedelenmeler ortaya çıkmaktadır (Özgüven, 2001).

Ebeveynlerin boşanması, evden ayrılması veya ölümle kaybı sonucu aile kurumunu oluşturan anne babadan birinin ailenin diğer üyelerinden ayrılması, aile kurumunda parçalanmaya sebebiyet vermektedir. Diğer ebeveynin çocuk veya çocuklar ile birlikte yaşamını sürdürmeye devam etmesi sonucu oluşan aile yapısı parçalanmış aile olarak tanımlanmaktadır. Bu süreç bireylerinin toplumsal ve duygusal durumlarını zedeleyerek; aile sisteminin olumsuz etkilenmesine sebep olmaktadır. Bu olumsuzluklar aile düzenine devam ettirmekte zorluklar meydana getirmektedir.

Tek Ebeveynli Aile

Yapısı ve işlevi bakımından farklılıklar görülse de dünyanın her yerinde aile kurumunun varlığından bahsedilmektedir. Aynı zamanda geçmişten günümüze yaşanan değişim ve dönüşümlere bağlı olarak ailenin işlevlerinde ve yapı türlerinde farklılaşmalar meydana geldiği görülmektedir (Genç Çelebi, 2017; ASAGEM, 2020; Demir, Gladding, 2015). Geleneksel geniş aile yapısındaki bölünmeler çekirdek aile yapısının oluşmasına sebep olmuş; çekirdek ailelerdeki bölünmeler sonucunda da tek ebeveynli aileler ortaya çıkmıştır (Karaca Aydın, 2019). Geçmişten günümüze süregelen bu çözümler sonucu ortaya çıkan aile türlerinden birisi de tek ebeveynli ailelerdir.

Tek ebeveynli ailelerin oluşmasında çeşitli etmenler bulunmaktadır. Özellikle son dönemlerde aile yapısında ortaya çıkan değişimlere bağlı olarak tek ebeveynli ailelerin sayısında bir artışın yaşandığı gözlemlenmektedir (Coşan, 2018).

Alan yazında yapılan çalışmalar incelendiğinde 1970 yıllarına kadar tek ebeveynli aile yapısı “sapma” ve “eksiklik” kavramları ile ele alındığı gözlemlenmiştir. Bu yüzden konuyla ilgili literatürdeki ilk araştırmalarda, tek ebeveynli aile yapısının ortaya çıkışını önlemeye yönelik çalışmaları kapsayan içeriklere öncelik gösterildiği gözlemlenmiştir. Son dönemlerde ise tek ebeveynli aileye yönelik çalışmalarda kullanılan kavramlar üzerinde değişikliğe gidilerek tek ebeveynli aile yapısı “eksiklik” kavramı yerine “farklılık” kavramı ile değerlendirilmeye başlanmıştır. Bu noktada ki değişim çalışmalara da yansımıştır. Bu anlamda ağırlıklı olarak tek ebeveynli aile yapısının oluşmasını önlemeye yönelik incelemeler yerini tek ebeveynli ailelerin karşılaşabileceği olası problemler ve bağlantıların incelenmesine bırakmıştır (Taya, 2011). Ebeveynlerin boşanarak ayrılması, tercih sonucu ayrı yaşanması ya da anne babanın kaybı tek ebeveynli ailelerin oluşmasında en çok karşılaşılan nedenlerdir (Aydiner boylu, & Öztop, 2013).

Aile kavramına yönelik yapılan tanımlamaların çoğunluğunda aile üyelerinin kimlerden oluştuğu ile ilgili doğrudan veya dolaylı ifadeler bulunmaktadır. Goode (2010), Anne, baba ve çocuklardan oluşan toplumsal en küçük birim olarak aile tanımının Birleşik Devletlerdeki ailelerin sadece %35’ini içerecek bir tanım olduğunun altını çizmektedir. Birleşik Devletlerdeki var olan bu oranla birebir eşit olmamakla birlikte diğer ülkelerde de benzer durumun oluştuğundan söz edilmektedir. Ortaya çıkan bu sonuca göre anne baba ve çocukları içine alan bu tanım birçok aileyi kapsam dışı bırakmaktadır.

Sosyologların çoğu çekirdek aile yapısını doğrudan veya dolaylı olarak küresel bir aile türü olduğuna işaret etmesine rağmen geçmişten günümüze aile yapısındaki dönüşüm ve değişim devamlılık gösterdiğini ifade etmektedir (Gülerce, 2007). Çekirdek aile yapısını değiştiren en önemli etken aileyi oluşturan üyelerden birinin aileden ayrılması olarak gösterilmektedir. Özellikle anne veya babanın eksikliği ailenin görevlerini sağlıklı bir şekilde yerine getirilmesinde sorunlar oluşturduğuna yönelik düşünceler olduğu gibi (Gökçe, 1991). Çekirdek aile kavramı kapsamında aile işlevlerini farklı şekillerde geekleştiren farklı aile formlarının olabileceği gerekçesiyle tek bir çekirdek aile yerine çekirdek aile kompleksinin incelemenin gerekliliğinin evrensel olarak kabul görmeye başladığını (Arslan, 2012) belirten bakış açıları da sık sık gündeme getirilmektedir.

Geniş kapsamlı bir değerlendirme yapıldığında, aile ve ailenin yapısal olarak değişimi üzerindeki tartışmalar, ailenin bölünerek yok olma aşamasına geleceği ve çekirdek aile yapısının işlevleri değişse de süreceği, belki de içine farklı aile formlarını alarak genel bir kompleks yapıya doğru evrileceği yönünde iki farklı görüş doğrultusunda geekleşmektedir (Kongar 1972; Gökçe 1991). Dönmezer (1999), belirtilen bu iki farklı bakış açısını temel alarak

ailenin geleceğine ilişkin görüşleri iki grupta incelemiştir. Birinci grupta aile önemini yitirmekle birlikte görevlerini ve fonksiyonlarını farklı kurumlara devrederek eksikliğinin hissedilmeyeceği ve ailenin gereksiz bir kurum olarak nitelendirilmesini savunanların görüşlerini içermektedir. İkinci grupta ise aile toplumun sürekliliği için birçok önemli toplumsal görevi yerine getiren önemli bir kurum olduğunu savunanların görüşlerini içermektedir.

Alan yazına William Ogburn tarafından literatüre giren çözölen aile kavramında ise genel anlamda ailenin tek işlevinin ebeveynler arasında zayıf bir yapıda oluşturulan ilişki biçiminin sürdürölmesi olduğu belirtilmektedir. Bu aile yapısı endüstriyelleşme ile birlikte çözölmeler meydana gelerek toplumsal bir kurum olan ailenin yok olacağına ilişkin görüşü temel almaktadır. Aynı zamanda toplumsal yapıda meydana gelen tamamlanmamış aile ve parçalanmış aile gibi çeşitli aile yapılarını içeren Pallok'un görüşleri de bu düşünceyi benimsemektedir (Kongar, 1972).

Parçalanmış aile “çekirdek aile de bulunan ebeveynlerden birinin ölümü, ebeveynlerin boşanmaları veya ayrı yaşam sürdürmeleri sonucu ebeveyn üyelerinden birinin çocuklar ile birlikte yaşadığı aile tipi olarak ele alınırken tamamlanmamış aile ise “küçük ailenin oluşmamış hali” olarak tanımlanmaktadır.

Başka bir deyişle tamamlanmamış aile evlilik sözleşmesinin gerçekleşmediği evlilik dışı birlikteliklerden doğan çocuklar ve anneleri ile oluşan bir aile yapısıdır (Gökçe,1991). Ortaya çıkan değişim sadece aile yapılarında oluşan bir değişim olmamakla birlikte oluşan bu yeni aile formları ailenin işlevlerinde de değişimlere neden olmaktadır (Kongar, 1972).

Crow ve Hardey bu süreci değişime yatkınlık gösteren bir süreç olması kapsamında “sınırlı bulanık” ifadesi ile yani tek ebeveynli olmaya giden yol ve bu durumdan dolayı ortaya çıkan çok sayıda yol olduğunun altını çizerek ifade etmektedir (Giddens, 2005). Tek ebeveynli ailenin oluşma sebeplerinde çeşitli farklılıklar görülmesi ile birlikte bu aile yapısı yeniden evlenme ya da aileden ayrılanlar sebebiyle devamlı olarak değişim gösterme olasılığı göz önünde bulundurulduğunda Crow ve Hardey'nin ifade ettiğı bu yapısal ve işlevsel değerlendirme; tek ebeveynli aile yapısının anlaşılmasında önemli bir yer tutmaktadır.

Tek ebeveyn ile aile yapısının tanımlanmasında dikkat edilen noktalar, kavramının ele alınışına ve konuya yönelik bakış açısına göre farklılık göstermektedir. Gladding (2012), Anne veya babanın ebeveyn olarak yalnız başına ve çocukları bakmaktan sorumlu olduğu aile türünü tek ebeveynli aile olarak tanımlamaktadır.

Walsh (1991), tek ebeveynli aile kavramının tanımlanmasında bu kavramın birçok aile yapısına içine alan geniş kapsamlı bir kavram olduğunu altını çizmektedir. Evlilik sözleşmesi gerçekleştirilmeden çocuk sahibi olan bireylerin tek ebeveynli aile yapısı kapsamında olduğu gibi boşanmış ebeveynler de bu kavramın içine dahil olmaktadır. Ayrıca koruyucu aile olan kişilerin de tek ebeveynli aile yapısına dahil olduğu belirtilmektedir. Crow ve Hardey ise tek ebeveynli aile üyelerinin sosyal ve ekonomik kaynaklı ortak problemlerin birlikte aşılmaaya çalışılmasına rağmen toplu kimliklere sahip olmamaları sebebiyle sınırlarının net çizgilerle ifade etmenin zorluğuna dikkat çekmektedir (Giddens, 2005).

Tek ebeveynli aile yapısının oluşmasındaki sebeplerin farklılığı ve durağan bir aile yapısı olmaması yani bu aile yapısının sürekli değişim içerisinde olması gibi etkenler tek ebeveynli aile yapısının sınırlarının netleştirilmesini güçlendirmektedir. Ancak tek ebeveyn ile aile yapısında ortak özelliklerin paylaşıldığı bir aile yapısının varlığı göz ardı edilemeyecek gerçeklikle günümüz sosyal yaşantının içerisinde yer almaktadır.

Tek ebeveynli aile yapısının ortaya çıkış tarihi üzerine yapılan incelemelerde ise genel olarak bu aile yapısının ortaya çıkışında sanayileşmenin başlangıcı ile aynı döneme denk geldiği görülmektedir. Bu dönemde ortaya çıkan değişiklikler tek ebeveynli aile yapısının oluşumundaki sebepler içerisinde temel etkenleri tetikleyen bir durum olarak görülse de tek ebeveynli ailelere daha önceki dönemlerde de rastlanıldığı belirtilmektedir (Carley, 2004).

1600' lü yıllarda Avrupa'da, eşlerden birinin yaşamını kaybetmesi sonucu ortaya çıkan tek ebeveynli ailelere sanayileşme dönemi öncesinde de sık sık rastlanıldığı belirtilmektedir. Ayrıca bu ailelerin hayatlarında, anne ve babanın birlikte hayat sürdüğü ailelere oranla daha fazla olumsuz şartlara maruz kaldıkları ifade edilmektedir. Gelişmiş toplumlarda tek ebeveynli ailelerin sayısının gelişmemiş toplumlara oranla daha fazla olduğuna dair yaygın bir inanın bulunduğu inkâr edilemese de çağımızda çeşitli sosyoekonomik özellikleri bulunan tüm toplumlarda ve farklı yaşam şartlarına sahip hayatlarda tek ebeveynli ailelerle karşılaşıldığı görülmektedir (Coates, 1996).

Tek ebeveynli aile sayısındaki artış bu aile yapısının aykırı bir aile yapısı olduğu şeklindeki toplumsal algıyı da yıkmaktadır (Kleist, 1999).

Yaşadığımız dönemdeki tek ebeveynli ailelerin artışı ile ilgili olarak Moriarty ve Wagner (2004)'in elde ettiği sayısal verilere göre Amerika Birleşik Devletleri'nde de tek ebeveynli aile sayısı 1990 yılından 2000 yılına kadar geçen süreçte 9,7 milyondan 12 milyona kadar yükselen bir verinin elde edildiğinin altını çizmekte fayda vardır. 10 yıllık bu süreçte 2,3 milyon aileyi işaret eden bu sayı aile yapısındaki değişimi önemli ölçüde göstermektedir.

Gander ve Gardiner (1998-2001)'de, “Çocuk ve Ergen Gelişimi” adlı eserinde ABD’de çocukların ortalama %40’ının gelecek yıllarda tek ebeveynli aile içerisinde yetişeceğini belirtmiştir. Bu durum tek ebeveynli aile sayılarının gün geçtikçe yaygınlaştığını da gözler önüne sermektedir.

Tek Ebeveynli ve Parçalanmış Aile Ortamının Birey Üzerindeki Etkisi

Parçalanmış ailelerde büyüyen bireylerin neler hissettiklerini belirlemek için yapılan çalışmalarda anne-babası ayrılmış çocukların ayrılıktan sonra üzüntü, sıklıkla öfke ve şaşkınlık duygularını yaşadıkları ifade edilmektedir. Bazen ayrılığa sebep olmuş olarak görülen ebeveyn ortaya çıkan bu öfkenin hedefi olabilmektedir. Küçük çocuklar içinse evden ayrılan ebeveyn boşanmayı başlatan kişi olarak görülmektedir. Bu şekilde parçalanmış ailelerde

Çocuklar, kendilerine yönelik bir içsel şiddet ortaya koyarlar. Bu da agresif, davranış problemleri, anksiyete, okul problemleri, dikkat dağınıklığı ve somatik yakınmaları içeren bir dizi olumsuzluğa yol açmaktadır (kemalsayar.com/insana-dair/parcalanmis-ailelerde-ve-cocuklarinda-gorulen-problemler).

Konuyla ilgili yapılan çalışmalar orta ve uzun vadede ve psikolojik bir düzeyde, aile parçalanmasının, düşük duygusallık, duygu ve davranışsızlıkların yanı sıra cinsiyete duyarlı bağların kurulmasındaki zorlukların etkisine sahip olduğunu öne sürmektedir (Portillo ve Torres, 2007; Herrera, 1997). Ayrıca ebeveynlerin boşanması, çocuk üzerinde ya annesi ya da babası tarafından terk edileceğini, onu görmek istemediklerini ve hayatta yalnız kalacağı kaygılarının ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Kara, 2019).

Bununla birlikte parçalanmış aile çocuklarının aşağıdaki sorunlarla karşılaşmaları kuvvetle muhtemeldir.

1. Çocukluk ve ergenlikteki (emosyonel) duygusal davranışlarda olumsuzluklar.
2. Eğitim ve sosyo-ekonomik düzeye kötüleşme.
3. Agresif, antisosyal ve suç içeren davranışlarda artış.
4. Beden sağlığı ve gelişimi üzerinde olumsuzluklar.
5. Ruh sağlığında bozulmalar.
6. Madde bağımlılığı.
7. Ergenlik ve yetişkinlikte aile ilişkileri ve sosyal ilişkilerde bozulma.

[//kemalsayar.com/insana-dair/parcalanmis-ailelerde-ve-cocuklarinda-gorulen-problemler](http://kemalsayar.com/insana-dair/parcalanmis-ailelerde-ve-cocuklarinda-gorulen-problemler))

Öznel İyi Oluş

İnsanın eylemlerini ve tüm zihinsel vetirelerini aynı anda bu faaliyetlerin kökündeki gerçek nedenleri tetkik eden bilim dalına ‘Psikoloji Bilimi’ denir. İlk yaygınlaştığı zamanlarda; insan faaliyetlerinin gizlide kalan, muvaffakiyetsizlik, kaygı, endişe, korku, atalet, hastalığın illetleri, bitmişlik gibi menfi durumları araştıran psikoloji bilimi, pozitif psikoloji cereyanı ile modern hayatın insanlara sunduğu olanakları, mutlu olabilmenin sırrını çözme üzerinde odaklanmıştır (Caprara, & Cervone, 2003). Pozitif psikoloji, 2000’li yıllara girişinde psikoloji bilimi içerisinde kendine yer bulmuş, yeni dallardan biridir. Psikoloji ilminin ilgi alanı davranış bozuklukları ve fonksiyonel bozukluklarken, pozitif psikoloji ise; kişinin mutluluğuna odaklanarak ve insanların müsbet niteliklerini açığa çıkararak bireylerin kişisel terakkisini ve müsbet anlamdaki yaşam tecrübelerini artırmaya yönelik çalışmalara yer ayırmaktadır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikolojinin değerinin modern hayatın çelişkileri içinde gün geçtikçe değerinin ziyadeleşmesi, insan üzerine çalışan ve konuşan bilim insanlarını ve özellikle psikologları bu dalda tetkik yapmaya yöneltmiş ve yapılan araştırmalar neticesinde pozitif psikolojinin üç esas alanı olduğu meydana çıkmıştır. Bunlardan ilkinin olumlu duygular (mutluluk, tatmin, neşe, içsel huzur), ikincisinin olumlu bireysel özellikler (metanetli olma, affedicilik, diğerkâmlık vb.), üçüncüsünün ise olumlu kurumlar (aile, okul, cemiyet) çerçevesinde gerçekleştiği belirlenmiştir. (Peterson, & Seligman, 2004). Özetlersek pozitif psikoloji dalındaki tetkik ve faaliyetler; genellikle ferdin şahsi deneyimleri sonucu oluşan mutluluk, iyi oluş, memnuniyet, yaşam doyumu, iyimserlik, umut ve güven gibi kavramlar üzerinde yapılmaktadır (Hefferon, & Boniwell, 2014). Konu ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında mutlu olma, iyi oluş, iyilik hali, yaşam doyumu gibi mefhumların sıklıkla kullanıldığı fark edilmektedir. Bu nedenle bu mefhumlar hakkında da öz bilgi verilmiştir. Gerek nazariyecilerin gerekse mütetebbicilerin uzun yıllardır ilgisine mazhar olan mutluluk, kişilerin deneyiminde çok kıymetli bir özelliğe sahiptir. Mutluluk tarif edilmesi çok zor olan “öznel” bir kavramdır. Wallis’e göre mutluluk; içinde bulunduğu hayatı insanın ne oranda değer verdiği ile ilgili duygudur (Yetim, 2001). Sokrates’e göre; mutlu olmak isteyen insan, erdemli olmak zorundadır. İlim sahibi olmayan insansa asla erdemli olamaz. Doğru bilgi, insanı doğru davranışa ulaştırır. Mutluluk; insanın kendi tabiatını tanıyıp, kendi gücünü aktif hale getirmesi ile oluşur. Bütün insanlar bilgi öğrenmeye meyilli oldukları için mutlu olmak isterler. Mutluluk insani tüm talep ve arzuların nihai gayesi ve insanın ontolojik olarak en yüce hedefidir (Yıldız, 2002).

Öznel İyi oluşu etkileyen Faktörler

Ferdin tecrübe ettiği hayatın nitelikleri, şartları ya da zıtlıkları yaşama bakışının menfi ya da müspet, hayat tatminini, iyilik durumunu, saadetini özetlersek öznel iyi oluş düzeyini etkilemektedir. Öznel iyi olmaya katkı veren sebeplerin şümul özellik taşımada da öznel iyi oluşa fayda verdiği, tetkikler neticesinde ortaya konmuştur. Diener'e göre öznel iyi oluşu etkileyen etmenler kişilik, sosyal ve demografik değişkenler olmak üzere üç kümede almaktadır (Diener, 1984). Öznel iyi oluş mefhumunun daha iyi idrak edilebilmek için bu etmenlerden aşağıda ifade edilmiştir.

Yaş.

Öznel iyi oluşu belirleyen yaş etmeni hakkında değişik neticelere ulaşılmıştır. Yaş ile saadet ilişkisinin tetkik edildiği etütlere bakıldığında; insanların ihtiyarladıkça kendilerini çok az saadete yakın hissettikleri ve saadetin gençlere has bir vaka olduğu yönünde geniş bir sanı olmasına rağmen günümüzde öznel iyi oluş ile bireyin biyolojik yaşı arasındaki güçlü bir ilişkinin olmadığı düşünülmektedir (Wilson, 1967).

Cinsiyet.

Alan yazındaki konuyla ilgi, çalışmalar incelendiğinde bireyin cinsiyeti ile öznel iyi oluşu arasında dikkate değer bir ilişkinin olduğuna dair bir veriye rastlanmamıştır. Fakat kadınların erkeklere nispetle daha yoğun menfi hisler yaşadıklarını ifade etmelerine rağmen, yaşamdan daha çok zevk aldıkları belirtilmektedir (Yetim, 2001; Seligman, 2002).

Yaşam doyumu ve mutluluk ile cinsiyet arasındaki ilişkinin tetkik edildiği başka bir araştırmada; kadınların erkeklere oranla hayat tatmini ve saadet seviyesi daha ileri seviyede olduğu fakat müspet his hali bakımından bu değişikliğin anlamlı olmadığı açıklanmıştır (İşleroglu, 2012).

Gelir.

Bireylerin Öznel iyi oluş düzeylerine etki ettiği düşünülen bir diğer değişkeninde gelir durumu olduğu bilinmektedir. Ekonominin her gecen gün önemimin arttığı günümüzde iktisadi gelir seviyesi ve saadetin ilişkili olduğu belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda maddi imkanları iyi olan insanların imkanları kısıtlı insanlara nispetle daha mutlu olduğu belirlense de bu etkinin oldukça düşük olduğu anlaşılmıştır. Buna bağlamda mutluluk ile gelir düzeyi arasında herhangi bir nedene bağlı bir ilişkinin olmadığı söylenebilir (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Gelir düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyinin uluslararası farklılıklarına bakılan etütlerde; kişi başına düşen gelirin düşük olduğu ülkelerdeki mutluluk düzeyinin, kişi başına

düşen gelirin yüksek olduğu ülkelere nispetle, daha düşük olduğu belirlenmiştir (Hefferon, & Boniwell, 2011). Gelir seviyesi ile saadet arasındaki bu müspet ilişkinin esası gelirin çok ya da az olmasının ötesinde, paranın getirdiği diğer tesirlere bağlı olduğu söylenmiştir (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999).

Eğitim.

Kişilerin eğitim düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasında bir ilişkinin olup olmadığının araştırıldığı çalışmalarda, öznel iyi oluş ile eğitim düzeyi arasındaki ilişki; yaşam tercihleri, kültürel değerler, ekonomik durum ve sosyal statü gibi değişkenlerle beraber anlaşılmakta ve eğitimin bu değişkenler ile birlikte öznel iyi oluş üzerinde etki oluşturduğu söylenmektedir (Yetim, 2010). Yani eğitim, bireylerin maddi kazançlarını artırdığı, kişilerin amaçları doğrultusunda ilerlemelerine destek olduğu, etrafındaki değişimlere rahatça ayak uydurduğu ve bireyin sosyal anlamda statüsünü yükselttiği için dolaylı etkenler aracılığıyla mutluluğunu pozitif yönde artırdığı görülmektedir (Yetim, 2001).

Kişilik.

Kişilik; doğumdan başlayıp, değişmeyen, fakat çevresel faktörlerle etkileşim içinde zamanla şekil alan bir olgudur. Kişilik özellikleri, bireyi diğer bireylerden farklı kılan ve bireyin gelecek yaşantısındaki tavırlarına özgü ölçümlerin esasını oluşturan olgudur. Kişiliğin niteliklerini araştıran ve literatürde geniş yer edinen model, beş faktör kişilik modelidir. Nevrotiklik, dışa dönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık, duygusal denge ve deneyime açıklık şeklinde beş faktörlü kişilik modelidir (Eryılmaz, & Ercan, 2011). Yapılan araştırmalar kişiliğin öznel iyi oluş seviyesinin en kuvvetli tarafı olduğunu göstermektedir.

Sağlık.

Sağlığın mutluluk üzerinde etkisi olduğu gibi mutluluğunda sağlık üzerinde etkisinin olduğu bilinen bir gerçektir. Bireyin sağlığının iyi olması, doğrudan öznel iyi oluşunu etkilemektedir. Kişinin sağlığının zarar görmesi önemli amaçlarına ulaşmasına engel olabileceğinden ötürü öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkilenir. (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Okun ve diğerleri (1984), öznel iyi oluş ile sağlık arasındaki bağı ele almak için 104 araştırmanın meta analizini yapmışlar ve öznel iyi oluş ile sağlık arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir (Okun, Stock, Haring, & Witter, 1984). Yapılan incelemelerde fiziksel sağlığın kişinin kendisini iyi hissetmesinde etkili olduğu ifade edilmiştir.

Din.

Dine verilen değer, dini yükümlülükleri yerine getirme isteği, kişilerin psikolojisine olumlu katkı sağlamaktadır. Dini deneyimler günlük yaşamdaki deneyimlerin doğrulanmasını kolaylaştırarak ve ortak inanç ve değerleri paylaşan insanları sosyalleştirerek insanların öznel iyi oluş üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu ifade edilmektedir (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999).

Spor.

Britannica ansiklopedisinde sporu, geniş anlamda, belirli bir miktar güç ve beceri gerektiren herhangi bir sportif, eğlenceli aktivite olarak tanımlar. Spor; rekabete, sosyalleşmeye ve bütünleşmeye dayalı, belirli kurallar içinde gerçekleştirilen insanların bilinçaltındaki isteklerinin tatminini amaçlayan bedensel ve zihinsel faaliyetler bütünüdür. (İzmir Şahin, 2002). Psikologlara göre spor, insanların sosyalleşmesinin için iyi bir yolu olduğu gibi insanların fiziksel ve zihinsel gelişimini de desteklemektedir. Her yaş için katılımın önemli olduğu spor, özellikle yetişkinler, ergenler ve çocuklar için sağlığı geliştirmek, psikososyal iyilik halini ilerletmek ve hastalıklardan korunmak için daha büyük bir öneme sahiptir (Seydioğlu, 2017). Spor; aynı zamanda sporcuların kendilerini test edebilecekleri, akranları ile karşılaştırabilecekleri ve sağlıklı bir şekilde rekabet edebilecekleri bir ortam sağlayarak, olumlu benlik saygısı öz farkındalık ve zihinsel güç gelişimini destekler (Alpaslan, 2012). Bu tanımlardan hareketle sporun insan sağlığına olumlu olarak etki ettiğine ve insanları mutlu ettiğine inanılır.

Sporun Faydaları

İnsanların zihinsel, anatomik ve fizyolojik olarak zinde olması, aktif kalabilmesi ve gerektiğinde rezervlere ve güce sahip olması için spor yapması gerekir. Spor sadece bir koruyucu hekimlik aracı değildir, aynı zamanda hastalığa karşı direnci artırmaya ve sağlığı iyileştirmeye de yardımcı olur (Özdenk, 2018). Sporun faydaları temelde fizyolojik, sosyolojik, ekonomik ve psikolojik olarak ayrılabilir.

Fizyolojik faydaları.

Sistemik ve programlı fiziksel aktiviteden sonra bazı fiziksel rahatsızlıkların algılanmasındaki olumlu değişikliklere paralel olarak fiziksel iyilik, fiziksel olarak iyi hissetmesi, fiziksel iyilik üzerindeki etkinin bir indeksidir (Zorba vd., 2006). Fiziksel olarak aktif insanlar aktif olmayan insanlardan daha sağlıklı ve dirençli olma eğilimindedir (Robert, & Daniel, 2015). Sporla uğraşan kişilerde ortaya çıkan bazı fizyolojik değişiklikler fizyolojik

değişiklikler not edilebilir. Daha enerjik olur, fizyolojik ve psikolojik yorgunluğa karşı vücudun direncini artırır, obeziteyi önler, vücutta bulunan kılcal damar miktarını artırır ve kalp krizi riskini azaltır. Kalp debisini artırarak ve onu besleyen koroner arterleri genişletir (İnal, 2003). Sporun kardiovasküler faydaları yanı sıra egzersiz sayesinde daha etkili solunum, sindirim ve endokrin sisteminde daha sağlıklı ve verimli çalışması sağladığı bilinmektedir.

Psikolojik faydaları.

Sporun insan sağlığı üzerindeki faydalarının incelendiği araştırmalara bakıldığında Sporun hem psikolojik hem zihinsel hem de temel sistemik faydaları olduğu ifade edilmektedir. Son yıllarda spor insanların sadece beden sağlığını değil aynı zamanda ruh sağlığını da iyileştiren bir etkinlik olduğu daha iyi anlaşılmaktadır. 20 Amerika Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsünden oluşan bir panel, fiziksel aktivitenin ruh sağlığı ve esenliği üzerinde olumlu etkileri olduğunu, kaygı ve stres düzeylerinin düşmesine neden olduğunu, depresyon ve kaygıdan kurtulmayı sağladığını ve duygusal sıkıntıyı azalttığını bulmuştur (Robert, & Daniel, 2015). İnsanların ruh sağlığı ve fiziksel aktivite arasındaki pozitif ilişki vurgulanmıştır (Zorba ve diğerleri, 2006). Ek olarak egzersiz psikolojik kontrol, artan rekabet gücü ve özyeterlilik, olumlu benlik imajı, olumlu sosyal etkileşimler ve eğlenme fırsatı sağlar (İnal, 2003). Yine araştırmalar, ruh sağlığı ve egzersiz arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Sporun fiziksel aktivite, erken ölüm ve zihinsel sağlık sorunlarının tedavisinde doğrudan etkili olduğu, ancak dolaylı olarak öznel refahı ve yaşam kalitesini etkilediği gösterilmiştir. Deneysel çalışmalar orta düzeyde egzersizin ruh hali üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu bulmuştur (Fox, 1999). Faaliyetler arasında fiziksel egzersiz, sosyal ilişkilerin oluşumunu ve gelişimini destekleme, eğlence faaliyetleri ve inanç temelli dini faaliyetler yer alır. Amaçlı aktivitenin öznel %40 oranında etkilediği bulunmuştur (Doğan, & Eryilmaz, 2012). Sosyal ilişkiler içinde olmak, öznel iyi oluşu artırmak için önemli bir stratejidir (Tkach, & Lyubomirsky, 2006). Sporun insanları toplumla buluşturduğunu ve iyi insan ilişkileri kurduğunu düşünürsek, sporun özneliği artırdığını söyleyebiliriz. Coles ve arkadaşları subjektif sağlığı ve yaşam kalitesini iyileştiren faaliyetlerin; spor bölümü, oyunlar, açık hava etkinlikleri, su sporları, farklı hobiler, okuma yazma, sanat etkinlikleri gibi birçok zaman etkinliği olduğunu belirtmişlerdir (Coles, Edginton, & Jalloh 2012). Spor eğitimi ve spora başlama okullarda spor, okul saatleri içinde oynandığı için çok önemlidir. Yani toplumun sağlıklı ve mutlu olabilmesi için spor konusunda bilinçli olması gerekiyor. Bu farkındalığın oluşması için eğitim- öğretim faaliyetleri yürüten okulların önemi bir kez daha anlaşılmaktadır. Küçük yaşlardan itibaren okula giden çocukların bu alanın farkında olması ve eğitim alması çok önemlidir. Bu noktada okul sporları da kavramlar kazanarak bir düşünce ve çalışma alanı haline gelir.

Sosyolojik faydaları.

Kaliteli ve yetkin insan gücüne varmanın yolu, sağlıktan geçer. Spor, insanların iradesini güçlendirir, karakterlerinin şekillenmesinde etkin rol oynar ve aynı zamanda özgüvenlerini geliştirir (Özdenk, 2018). Spor sosyal bir ortamda daha fazla zaman geçirmemizi gerektirir. Sosyal ortamlarda daha fazla bulunan insanların sosyal deneyimlerini artırdığı gözlemlenmiştir. Spor sayesinde sosyal bir ortamda olmanın avantajlarından bazıları şu şekilde sıralanabilir. Spor, toplumla dayanışma ve bütünleşmeye yardımcı olur; spor evrensel değeri nedeniyle ırk, mezhep, din ve ekonomi gibi farklılıkları göz ardı ederek herkese eşit yaklaşımı temsil eder ve toplumların oluşmasına önemli katkı sağlar; çoğu zaman takım sporları aracılığı ile liderlik, yöneticilerle çalışma, ortak değerle üzerinde hareket etme gibi değerleri geliştirir. İnsanları sosyalleştirmekle birlikte spor ve eğlence kavramları sosyal çeşitliliğin artmasına katkı sağlar. Rekreasyon ve sporun milli ruhu güçlendirmek, aile yapılarını güçlendirmek, sosyal davranışları geliştirmek gibi birçok yararı; Ayrıca spor, uluslar üstü kültürel kimliklere sahip insanlar arasında uluslar üstü iletişimin kurulmasına ve toplumsal farkındalığın artmasına yardımcı olmuştur (Doğu, 2006).

Ekonomik faydaları.

Önemli bir faaliyet alanı ve ekonomi sektör olan spor, sadece sportif faaliyeti değil ekonomik faaliyeti de geliştirmiştir. Ekonomik olarak spor faaliyetleri, ülke ekonomisine üretim ve istihdam şeklinde doğrudan katkı sağlamaktadır (Ekren, & Çağlar, 2003). Spor artık sağlıklı yaşam sürmede çok önemli bir hizmet dalı ve meslek olarak görülmektedir (Tekin, Mucuk, & Sunay (2016). Spor, günümüzün en yüksek ücretli mesleklerinden biridir. Günümüzde insanlar profesyonel sporlara katılarak maddi menfaat, popülerlik ve sponsorluk elde edebilmektedir.

Sporun öznel iyi oluş üzerindeki etkileri.

Alan yazında yapılan araştırmalar sonucunda kişilerin içsel iyilik halleri (öznel iyi oluş) ile spor arasında önemli bir ilişki olduğundan bahseden birçok çalışmaya rastlamak mümkündür. Yapılan çalışmalarda sporun bireyin içsel iyilik hali üzerinde pozitif etkilere sahip olduğu anlatılmaktadır. Stathi, Fox ve Mc Kenna (2002) tarafından yapılan çalışmada, yaşları 62 ile 81 arasında değişen 28 kişi ile gerçekleştirilen çalışmada, fiziksel aktivitenin bu yaş grubundaki kişilerin öznel iyi oluş düzeylerini yükselttiği belirlenmiştir. Yaşlılıkla birlikte ortaya çıkan “yalnızlık korkusu veya durumu” spor aktiviteleri ile azalmakta veya sorun teşkil etmemektedir. Fiziksel etkinliklerle yaşamını sürdüren birey, kendi ile aynı performansa haiz bireyleri gördükçe yalnızlık duygusundan uzaklaşarak, psikolojik ve fiziksel sağlığını koruma

amaçlı grup çalışmalarına aktif bir şekilde katılabilmektedir. Çelik ve Şahin (2012), sporun psikolojik olarak iyi olma durumu açısından hem kendi başına koruyucu bir etken olduğunu hem de diğer koruyucu etkenleri desteklediğini belirtmişlerdir. Ryff ve Singer (2002), yaptıkları bir başka çalışmada, fiziksel egzersizin, bireylerin insanlar arasındaki ilişkilerin ve sosyal destek düzeylerinin kısa süreli strese karşı oluşan fiziksel tepkinin oluşmasını önlediği; uzun süreli fiziksel ve duygusal gelişmeye de olumlu etkiler sağladığı ispatlanmıştır. İnsanın sosyal bir varlık olduğu, diğer varlıklara destek olması ve onlardan sosyal destek alması fiziksel etkinliklerin de içerisinde yer aldığı geniş bir platformda gerçekleşmektedir. Yaşanan travmalar sonucunda bireyler, çeşitli grup aktiviteleri ile tek kalmaktan uzaklaşmakta ve diğer bireylerle bir araya gelerek olay ve olguları bilişsel ve duyuşsal açılardan daha sistematik değerlendirmektedirler (Öncü, 2002). Bununla beraber, Mahon ve arkadaşları (2005), tarafından yapılan çalışmada yedi ve sekizinci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin düzenli spor yapma sonucunda mutluluk, sağlık durumu ve iyi olma hali arasında pozitif yönde bir ilişki ortaya çıktığı görülmüştür. Ergenlik döneminde, gelişimin hızlanmasıyla ortaya çıkan bazı karmaşık durumlarda eğer birey koşulları olumlu bir çevre de ise (fiziksel, duygusal, sosyal çevre) daha basit bir biçimde çözümlenmektedir. Doğan (2006), Üniversite öğrencilerinin iyi olma hali üzerindeki etkenleri incelediği çalışmasında, ailelerinden ve arkadaşlarından gerektiği kadar destek gören, fiziksel aktivite içerisinde olan ve geleceklerine ilişkin olumlu düşüncelere sahip üniversite öğrencilerinin iyilik halinin çok daha yüksek olduğunu görülmüştür.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, çalışma yapılan guruplar, araştırma sürecinde faydalanılan veri toplama yöntemleri ve araçları, toplanan bu verilerin sonucunda yapılan veri analizleri ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, sporun parçalanmış ve parçalanmamış ailede büyüyen üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşları üzerindeki etkisini inceleyen tarama modelinde bir çalışmadır. Tarama modeli “geçmişte veya mevcut bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımı” olarak ifade edilmektedir (Karasar, 2008). Araştırmanın bağımlı değişkenini öznel iyi oluş puanları oluştururken, bağımsız değişkenlerini katılımcıların cinsiyetleri, ailenin birliktelik durumu, anne-baba eğitim durumu, spor yapma alışkanlığı ve yapılan spor türü oluşturmaktadır.

Çalışma Grubu

Çalışma gurubu, 2021-2022 akademik yılında Bayburt üniversitesinde öğrenim gören yaşları 18-24 arasında değişen 157 kadın ve 228 erkek olmak üzere toplamda 385 katılımcıdan oluşmaktadır.

Veri Toplama Teknikleri ve Araçları

Bu çalışma kapsamında katılımcıların sosyo-demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek için araştırmacı tarafından hazırlanan “Cinsiyet, Ailenin birliktelik durumu, Ailenin gelir düzeyi, Anne ve Baba eğitim durumu, Spor yapma alışkanlığı, Yapılan spor türü” gibi soruların sorulduğu kişisel bilgi formu kullanıldı. Ayrıca araştırmaya dahil edilen katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek için Tuzgöl Dost (2005) tarafından geliştirilen ve geçerlilik güvenirlik çalışmaları yapılmış Faktör yüklerinin büyüklüğü için 30 değeri ölçüt olarak alınmış, 46 maddeyi içeren Öznel İyi Oluş Ölçeğinin yetişkin formu kullanıldı. Araştırmada kullanılan bu ölçek olumlu ve olumsuz duygu durumları ve kişinin yaşam doyumunu etkileyen bireysel yargılardan oluşmaktadır. Beşli likert tipi olan bu ölçeğin her bir maddesinin puanlaması 1 ve 5 arasındadır. Ölçek maddelerinin 26’si olumlu 20 si ise olumsuz ifadelerden oluşmaktadır. Olumlu ifadeler (1, 3, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 23, 25, 27,

29, 31, 33, 34, 36, 39, 41, 42, 44 ve 46) maddelerken Olumsuz ifadeler ise (2, 4, 6, 10, 13, 15, 17,19, 21, 24, 26, 28, 30, 32, 35, 37, 38, 40, 43ve 45) maddelerden oluşmaktadır. Olumsuz ifadelerin puanlanması tersine çevrilerek yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 230, en düşük puan ise 46'dır (Tuzgöl Dost, 2005).

Verilerin Analizi

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin belirlemeye yönelik frekans ve yüzde hesaplaması yapıldıktan sonra "Öznel İyi Oluş" puanlarının karşılaştırılması için veri seti bilgisayar ortamına aktarıldı. Bu verilere normallik testleri uygulandı. Çalışmada kullanılan verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri, Tabachnick ve Fidell (2013)'in bir verinin normal dağılıp dağılmadığının göstergesi olarak bildirdiği -1,5 ile + 1,5 arasında olduğu (0,124-0,248) için verilerin normal (Shapiro-Wilk $p=,195$) dağıldığı anlaşıldı. Dolayısıyla verilerin analizinde paramatik testlerden farklı iki grubun ortalamalarının karşılaştırılmasına imkân veren Inthependent t testi, kullanılırken ikiden fazla grubun ortalamalarının karşılaştırılmasında ise One Away Anova ile birlikte anlamlı fark gösteren grupların tespiti için ikili gruplar halinde schafer testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi olarak $p<,05$ kabul edildi.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular

Bu bölümde; Yapılan araştırma sonucunda elde edilen Cinsiyet, Aile birliktelik durumu, Ailenin gelir durumu, Anne – Baba eğitim düzeyi, Spor yapma alışkanlığı ve Yapılan spor türü değişkenlerine ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Özellikleri.*

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	157	40,78
	Erkek	228	59,22
Ailenin birliktelik durumu	Parçalanmış aile	67	17,4
	Parçalanmamış aile	318	82,6
Ailenin gelir durumu (TL)	1.000-5.000	170	44,2
	5001-7500	101	26,23
	7501-1000	57	14,8
	10001 ve üzeri	57	14,5
Annenin eğitim durumu	İlköğretim	316	82,1
	Lise	44	11,43
	Lisans	25	6,5
	Lisansüstü	-	-
Babanın eğitim durumu	İlköğretim	242	62,86
	Lise	92	23,9
	Lisans	45	11,69
	Lisansüstü	6	1,56
Spor yapma alışkanlığı	Spor yapıyorum	174	45,2
	Spor yapmam	211	54,8
Yapılan spor türü	Bireysel	255	66,23
	Takım	130	33,77
Toplam		385	100

Tablo 2. Cinsiyete Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.

Cinsiyet	n	Ortalama / S. sapma	F	t	p
Erkek	157	161,42 ±25,21	,167	-2,222	,027
Kadın	228	167,46 ±26,89			

Tablo 2 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre erkek katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği puanlarının ortalamaları (161,42 ±25,21), Kadın katılımcıların ise (167,46±26,89) olduğu tespit edildi. Katılımcıların öznel iyi oluş puan ortalamaları arasında farklılığın kadınlar lehine anlamlı olduğu görüldü (p=,027).

Tablo 3. Aile Birliktelik Durumuna Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Ailenin birliktelik durumu	n	Ortalama /S. sapma	F	t	p
Parçalanmış aile	67	165,62±28,24	,339	,212	,832
Parçalanmamış aile	318	164,87±25,99			

Tablo 3'teki Aile birliktelik durumu değişkenine göre parçalanmış ailede büyüyen bireylerin öznel iyi oluş ölçeği puan ortalamaları (165,62±28,24) parçalanmamış ailede büyüyen bireylerin ise (164,87±25,99) olduğu görüldü. Elde edilen bu sonuçlar incelendiğinde katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinde anlamlı (p=,832) farklılığın olmadığı anlaşıldı.

Tablo 4. Aile Gelir Durumuna Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.

Ailenin Gelir Durumu (TL)	n	Ortalama / S. sapma	sd	F	p	Anlamlı fark
1.000-5.000 (a)	170	161,78±24,72	3	3,854	,010	a<d
5.001-7.500 (b)	101	167,33±27,88				
7.501-10.000(c)	57	161,31±26,45				
10.001ve üzeri (d)	57	174,15±26,28				

Tablo 4'te ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre aylık geliri 1.000-5.000 TL olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (161,78±24,72) aylık geliri 5.001-7.500 TL olan katılımcıların ortalamaları (167,33±27,88) aylık geliri 7.501-10.000 TL olan katılımcıların

ortalamları (161,31±26,45) aylık geliri 10.000 TL ve üzeri olan katılımcıların ortalamları (174,15±26,28) olduğu görüldü. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği puanlarının ortalamları arasında istatistiksel olarak 1.000-5.000, 10.001 ve üzeri gelir düzeyine sahip katılımcılar arasında anlamlı ($p=,010$) farklılığın olduğu görüldü.

Tablo 5. *Anne Eğitim Durumuna Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.*

Annenin eğitim durumu	n	Ortalama / S. sapma	sd	F	p	Anlamlı Fark
İlköğretim (a)	316	165,28±27,07				
Lise (b)	44	163,61±21,12	2	,102	,903	-
Lisans (c)	25	163,88±26,27				

Tablo 5’te Annenin eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği sonuçları incelendiğinde annesi ilköğretim mezunu olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (165,28±27,07) annesi lise mezunu olan katılımcıların ortalaması (163,61±21,12) annesi lisans mezunu olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (163,88±26,27) olduğu tespit edildi. Bu verilere göre anne eğitim durumları katılımcıların öznel iyi oluş ölçek puan ortalamalarında anlamlı ($p<,903$) farklılık oluşturmadığı tespit edildi.

Tablo 6. *Baba Eğitim Durumuna Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.*

Babanın eğitim durumu	n	OrtalamaS.sapma	sd	F	p	Anlamlı Fark
İlköğretim (a)	242	164,79±27,11				
Lise (b)	92	163,28±23,46				
Lisans (c)	45	169,37±28,90	3	,560	,641	-
Lisansüstü (d)	6	167,16±17,67				

Tablo 6’da babanın eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği sonuçları incelendiğinde babası ilköğretim mezunu olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (164,79±27,11) babası lise mezunu olan katılımcıların ortalaması (163,28±23,46) babası lisans mezunu olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (169,37±28,90), babası lisansüstü mezunu olan katılımcıların ölçek puan ortalamaları (167,16±17,67) olduğu tespit edildi. Bu verilere göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçek puanlarının ortalamlarında anlamlı ($p=,641$) farklılık olmadığı görüldü.

Tablo 7. Spor Yapma Alışkanlığına Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.

Spor yapma alışkanlığı	n	Ortalama/S.sapma	F	t	p
Spor yapıyorum	174	167.06±26,03	,012	1,393	,164
Spor yapmıyorum	211	163.30±26,56			

Tablo 7’de Spor yapma alışkanlığı değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği sonuçları incelendiğinde spor yapanların ölçek puanlarının ortalamaları (167.06±26,03), spor yapmayanların ölçek puan ortalamaları ise (163.30±26,56) olduğu ancak katılımcıların ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı (p= ,164) görüldü.

Tablo 8. Yapılan Spor Türüne Göre Öznel İyi Oluş Ölçek Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması.

Yapılan spor türü	n	Ortalama / S. sapma	F	t	p
Bireysel spor	255	165,89±26,64	,627	,957	,355
Takım sporu	130	163,26±25,80			

Tablo 8’de Yapılan spor türü değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği sonuçları incelendiğinde bireysel spor yapan katılımcıların ölçek puanlarının ortalaması (165,89±26,64), takım sporu yapan katılımcıların ölçek puan ortalaması ise (163,26±25,80) olduğu anlaşıldı. Bu sonuçlara göre katılımcıların ölçek puan ortalamalarında anlamlı (p<,355) bir farklılığın olmadığı anlaşıldı.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

İnsanların ulaşılmak istediği en önemli amaç mutlu olmaktır. Mutluluk, psikolojide öznel iyi oluş kavramıyla ele alınmaktadır. Öznel iyi oluş, bireylerin yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygulanım açısından yaşamlarını ve kendilerini değerlendirmeleri ve yargı bildirmeleri anlamına gelmektedir Eryılmaz, A. (2011), Sporun bireyin sağlığı üzerindeki olumlu etkilerinin ruh sağlığını yükselttiği ve insanın mutluluğunu artırdığı bilinmektedir. Bireyin içsel iyilik hali olarak ifade edilen Öznel iyi oluş kişilerin hayatlarının sağlıklı ve mutlu sürdürebilmesine bağlı olduğu düşünülmektedir (Yetim, 2001).

Araştırma; üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin başta spor olmak üzere seçili değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmış ve yapılan analizler sonucunda ulaşılan sonuçlar literatür desteği ile bu bölümde yorumlanmıştır.

Araştırmada; cinsiyet değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri incelendiğinde elde edilen sonuçların kadınlar lehine anlamlı ($p=,027$) olduğu görülmektedir. Güngör (2020), tek ebeveynli ve iki ebeveynli ailede yaşayan ergenler üzerinde yaptığı araştırmasında cinsiyetin ergenlerin öznel iyi oluşları üzerinde farklılık oluşturmadığını bulmuştur. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir araştırmada Şahin, (2011) katılımcıların cinsiyetlerine göre öznel iyi oluşlarının farklılaşmadığını ifade etmiştir. Alan yazındaki başka bir çalışmada; Gencer (2018), Kadınlar ve erkeklerin ortalama öznel iyi oluşları açısından önemli ölçüde farklı olmadığını söylemiştir. Topuz (2013), Üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmasında araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş puanı, ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığını raporlaştırmıştır.

Araştırmada; Aile birliktelik durumu değişkenine göre parçalanmış ailede büyüyen katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği puan ortalamalarında anlamlı farklılığın bulunmadığı ($P=832$) anlaşıldı. Güngör (2020), yaptığı araştırma sonucunda tek ebeveynle ve iki ebeveynle yaşayan ergenlerin öznel iyi oluşları ile okuldaki öznel iyi oluşları arasında anlamlı farklılık bulunduğunu bildirmiştir. Mehel (2019), anne babası birlikte ve anne-babası boşanmış ergenler üzerinde yaptığı araştırmasında anne- babası birlikte olan ergenlerin anne babası boşanmış ergenlere göre öznel iyi oluş düzeylerinin anlamlı bir şekilde yüksek olduğunu bulunmuştur.

Araştırmada; Ailenin aylık gelir durumu değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği puanlarının ortalamaları arasında farklılığın istatistiksel olarak anlamlı ($p=,010$) olduğu görüldü. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde gelir düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyinin uluslararası farklılıklarına bakılan etütlerde; kişi başına düşen gelirin düşük olduğu ülkelerdeki

mutluluk düzeyinin, kişi başına düşen gelirin yüksek olduğu ülkelere nispetle, daha düşük olduğu belirlenmiştir (Hefferon, & Boniwell, 2011). Kara (2014), lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada psikolojik iyi olma ile gelir düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulmuştur.

Mallı (2018), okul sporlarına katılan çocukların öznel iyi oluşları üzerindeki yaptığı araştırmasında gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılığın ortaya çıktığını ifade etmiştir. Alan yazındaki başka bir çalışmada Canbay (2010) yaptığı araştırmasında gelir düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Işık ve Koçak'ın (2014) üniversite öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışmada gelir durumu ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Gündoğar ve arkadaşları (2007) üniversite öğrencileri üzerindeki çalışmalarında katılımcıların ekonomik durumları yükseldikçe, yaşam doyumları artmakta, umutsuzluk, depresyon, durumluk ve sürekli kaygı puanları düşmektedir sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmada; Anne ve babanın eğitim durumu değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği puanları ortalamalarında anlamlı farklılık olmadığı görüldü. ($p=,903$; $p=,641$). Anne-baba eğitim durumunun çocukların öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi ile ilgili alan yazında yapılan çalışmada rastlanılmamıştır. Elde edilen bu bulgulara göre anne -baba eğitim düzeyinin kişilerin öznel iyi oluşları hakkında yorum yapmayı zorlaştırırsa da literatürdeki farklı çalışmalar incelendiğinde eğitim durumunun ailenin gelir durumunu etkilediği yönündeki çalışmalara rastlamak mümkündür. Yapılan çalışmaların birinde (Çiftçi, & Kangallı (2015). Yaptıkları araştırma sonucunda elde ettikleri sonuçların Türkiye’de eğitim düzeyindeki artış bireylerin gelirlerini pozitif olarak etkilediği bu etkinin özellikle babanın eğitim düzeyinden daha fazla etkilendiğini ifade etmişlerdir. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular ve alan yazındaki çalışmaların sonuçları ile ortak bir değerlendirme yapılırsa dolaylı yoldan ailenin geliri kişilerin özel iyi oluşlarına olumlu yönde katkıda bulunabileceği şeklinde yorum yapılabilir.

Araştırmada; Spor yapma alışkanlığı ve yapılan spor türü değişkenine göre katılımcıların öznel iyi oluş ölçeği sonuçları incelendiğinde katılımcıların ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı ($p=,164$; $p=,355$) görüldü. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında (Belli, E., Bedir, F., & Turan, M. (2019) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarında spor yapma değişkeninin yaşam doyumu açısından anlamlı farklılığa yol açan bir faktör olmadığını ifade etmişlerdir. Ancak spora yönelik tutum ile yaşam doyumu arasında ($r=,273$) düşük düzeyle pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlediklerini bildirmişlerdir.

Araştırma konusuyla ilgili başka bir çalışmada Öztürk Serter ve Yamaner'in (2017) ergenler üzerine yaptıkları çalışmada ergenlerin spor yapmaya devam süreleri ile öznel iyi oluş puanları arasında pozitif doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır. Alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde bu araştırma sonucu ile benzerlik ve farklılık gösteren çalışmalara rastlanıldığı görülmektedir. Ortaya çıkan farklılığın araştırmalara katılan katılımcıların yaşlarından kaynaklandığı özellikle ergenler üzerinde yapılan çalışmalarda farklılığın ortaya çıktığı anlaşılmaktadır.

Araştırma konusu ile ilgili alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde yapılan çalışmaların sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları arasında benzerliklerin olduğu gibi farklılıklarında olduğu göze çarpmaktadır. Bu farklılıkların katılımcıların demografik özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan araştırma genel olarak değerlendirildiğinde;

Sonuç olarak katılımcıların cinsiyetleri ve ailelerinin gelir durumları öznel iyi oluşları üzerinde etkili olduğu ve bu etkinin kadınlar ve gelir düzeyi yüksek katılımcılar lehine anlamlı sonuç ortaya çıkardığı görüldü. Bunun yanında spor yapma alışkanlığına sahip bireylerin istatistiksel olarak anlamlı olmasa da öznel iyi oluş düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edildi. Düzenli yapılan sporun, bireyin kişiler arası ilişkilerini geliştirdiği, yalnızlıktan uzak tuttuğu, kendini gerçekleştirme olanağı verdiği, mutluluk ve iyimserlik duyguları uyandırarak bireyin öznel iyi oluşu üzerinde olumlu yönde etkili olduğu ifade edilebilir. Ancak ailenin birliktelik durumu, anne-baba eğitim düzeyi, yapılan spor türü değişkenlerinin katılımcıların öznel iyi oluşları üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna varıldı.

Öneriler

Bu araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin başta spor olmak üzere seçili değişkenlere göre incelenmesi ile ilgili sonuçlar dikkate alınarak aşağıdaki önerilerde bulunulabilir

1. Bu araştırma sonucunda Sporun bireyler üzerinde bedensel ve ruhsal sağlığına katkısı düşünüldüğünde öznel iyi oluş düzeylerinin artma ihtimali beklentilerinin dikkate alınması, bu doğrultuda parçalanmış aile çocuklarının öznel iyi oluşlarını artırma adına spor yapmaya yönlendirme ve bu amaç için spor alanları oluşturulması önerilebilir.
2. Konuyla ilgili daha iyi sonuçlar elde edilebilmesi açısından daha çok sayıdaki katılımcı, özellikle parçalanmış aile mensubu katılımcı grubuyla başka bir çalışma yapılabilir.



KAYNAKÇA

- Aile ve Toplum Yıl: 12 Cilt: 7 Sayı: 26 Temmuz-Ağustos-Eylül 2011 ISSN: 1303-0256 Temmuz-Ağustos- Eylül 2011 Aile Toplum ve Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi 105.
- Alpaslan, A. H. (2012). *Ergen ruh sağlığı ve spor*. Kocatepe Tıp Dergisi.
- Atila Demir, Sevim, Şaziye Genç Çelebi. (2017). *Tek Ebeveynli Ailelerin Sorunları: Nitel Bir Araştırma. Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*.
- Ayan, S. (2009). *Aile ve şiddet aile içinde çocuğa yönelik şiddet*, Ankara, Ütopya Yayınları,
- Aydiner Boylu, Ayfer, Hülya Öztop. (2013). *Tek Ebeveynli Aileler: Sorunlar ve Çözüm Önerileri*.
- Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, 2011. *Tek ebeveynli aileler*. Ankara, Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Belli, E., Bedir, F., & Turan, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (9), 89-103.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). *The psychology of subjective wellbeing. Daedalus*.
- Bottomore, T. (1984). *Toplumbilim: Sorunlarına ve yazınına ilişkin bir klavuz*. İstanbul, Beta Basım Yayın Dağıtım.
- Bulut, I. (1993). *Ruh hastalığının aile işlevlerine etkisi*. Ankara, Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Canatan, K. (2011). *Aile kavramının tanımı. In: Aile sosyolojisi. Eds: Canatan K, Yıldırım E, 2. baskı*, İstanbul, Açılım Kitap.
- Caprara, G. V. ve Cervone, D. (2003). *A conception of personality for a psychology of human strengths: Personality as an agentic, self-regulating system. A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology*.
- Cenkseven, F., ve Akbaş, T. (2007). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.
- Cenkseven, F., ve Akbaş, T. (2007). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.
- Cihangir Çankaya, Z. (2005). *Öz belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma*. (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.159269)
- Coates, JF. (1996). *What is ahead for families: Five major forces of change*. The Futurist.
- Coles, R., Edginton, C.R. ve Jalloh, A. (2012). *Africa and the world leisure organization, african journal for physical, health education, recreation and dance*.
- Corley, C. (2004). *Preindustrial "single-parent" families: The tutelle in early modern Dijon. Journal of Family History*.

- Coşan, Bilal. (2018). *Dünyada ve Türkiye’de Sosyo-Ekonomik Bir Problem Olarak Tek Ebeveynli Aile Olgusunun Çok Boyutlu Değerlendirilmesi*. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi.
- Çelik, A., ve Şahin, M. (2013). *Spor ve çocuk gelişimi*. International Journal of social Science
- Çelikoğlu, C. (1997). *Boşanmanın Çocukların Benlik Saygısına Etkisinin İncelenmesi* (Yayınlanmış Doktora Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No.59540)
- Çevik, N. (2010). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordayan Bazı Değişkenler*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No.278269)
- Çiftçi, C., & Kangallı Uyar, S. G. (2015). Eğitim ve gelir) Ege Akademik Bakış Cilt: 15 • Sayı: 1 • Ocak 2015 ss. 141-152.
- Dallos R, Draper R. (2012). *Aile terapisine giriş: Sistemik teori ve uygulama*. Ankara, Nobel Kitap
- Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. Psychological bulletin,
- Diener, E. (2006). *Frequently Asked Questions (FAQ's), About Subjective WellBeing* (Happiness and Life Satisfaction), Erişim: 22 Mayıs 2017
- Diener, E. ve Lucas, R. E. (2000). *Personality and subjective well-being across the*
- Diener, E. ve Suh, E. (1997). *Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators*. Social indicators research,
- Diener, E. ve Suh, E. (1998). *Age and subjective well-being: an International Analysis, Annual Review of Gerontology and Geriatrics*,
- Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2018). *Advances and open questions in the science of subjective well-being*. Collabra: Psychology,
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. Psychological bulletin,
- Doğan, İ. (1998). *Sosyoloji: kavramlar ve sorunlar*, Ankara, Sistem Yayıncılık,
- Doğan, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi
- Doğan, T. (2012). *Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş*. Doğu Üniversitesi Dergisi,
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2012). *Akademisyenlerde İşle İlgili Temel İhtiyaç Doyumu ve Öznel İyi Oluş*. Ege Akademik Bakış,
- Doğu, G. (2006). *Sporun Sosyal ve Ekonomik Faydaları*. Sağlık Kentler Birliği.
- Dönmezer, S. (1999). *Toplumbilim, İstanbul*, Beta Yayınları.
- Dündar Zeybekoğlu Ö, Değişen ve değiş(e)meyen yönleriyle aile: *Yapısı, türleri, işlevleri*. In: *Değişen toplumda değişen aile: Sosyolojik tartışmalar*. Ed: Adak N, Ankara, Siyasal Kitabevi,
- Ekren, N. ve Çağlar, A. B. (2003). *Spor Ekonomisi: Teorik Bir Çerçeve*. Active Dergisi,
- Er Dost, M. T. (2005). *Öznel İyi Oluş Ölçeği' nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,
- Eryılmaz, A. (2011). Ergenlerin öznel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişki. *Aile ve Toplum Dergisi*, 7(24), 93-100.

- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). *Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,
- Fox, K. R. (1999). *The influence of physical activity on mental well-being*. Public health nutrition,
- Freyer, H. (1963). *Sosyolojiye giriş*. Ankara, Ankara Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları,
- Gander MJ, Gardiner HW. (2001). *Çocuk ve ergen gelişimi*. 4. baskı, Ankara, İmge Kitabevi.
- Gencer, N. (2018). Öznel İyi Oluş: Genel Bir Bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2621-2638.)
- Giddens, A. (2005). *Sosyoloji*. Ankara, Ayraç Yayınevi
- Gladding, G. (2012). *Aile terapisi: Tarih kuram ve uygulamaları*. Ankara, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Gladding, Samuel T. (2015). *Aile Terapisi Tarihi, Kuram ve Uygulamaları*. Çev. Ed. İbrahim Keklik, İbrahim Yıldırım. 5. bs. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
- Goode, WJ. (2010). *The theoretical importance of the family*. In: *Family in transition*. Eds: Skolnick AS, Skolnick JH, Boston, Pearson/Allyn and Bacon
- Gökçe, B. (1976). *Aile ve aile tipleri üzerine bir inceleme*. Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi,
- Gökçe, B. (1991). *Aile ve aile tipleri üzerine bir inceleme*. In: *Aile yazıları I: Temel kavramlar tarihi ve süreç*. Eds: Dikeçligil B, Çiğdem A, Ankara, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları,
- Gül, G. (2015). *Aile ve evlilik kurumu*. In: *Evlilik Okulu: Evlilikte kişilerarası ilişkiler ve iletişim becerileri*. Ed: Yavuzer H, 11. baskı, İstanbul, Remzi Kitabevi.
- Gülerce, A. (2007). *Dönüşümsel aile modeli ve Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri*, İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi.
- Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2011). *Positive Psychology: Theory, Research and Applications*. England: Mc Graw Hill.
- Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2014). *Pozitif Psikoloji, Kuram, Araştırma ve Uygulamalar*. (T. Doğan, Çev.). İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Herrera, P.M. (1997). *İşlevsel ve işlevsiz aile, bir sağlık göstergesi*. Küba Kapsamlı Genel Tıp Dergisi
- İçli, G. (1997). *Aile araştırmalarında yöntem ve yaklaşım*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi
- İlhan, T. (2005). *Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli*. (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.159598)
- İnal, A. N. (2003). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*. Ankara: Nobel yayın dağıtım.
- İşleroğlu, S. (2012). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluşun benlik saygısı, sosyal yetkinlik beklentisi ve duyguları ifade etme eğilimine göre yordanması*. (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.326136)
- İzmir Şahin, H. M. (2002). *Beden eğitimi ve spor temel kavramlar*. İstanbul: Nobel yayın dağıtım.
- Johnson, A. (2000). *The Blackwell dictionary of sociology*. Oxford, Blackwell Publishing.

- Kağıtçıbaşı, Ç. (1984). *Aile içi etkileşim ve ilişkiler: Bir aile değişme modeli önerisi*. In: *Türkiye'de ailenin değişimi (toplumbilimsel incelemeler)*. Eds: Erder N, Erder T, Ankara, Türk Sosyal Bilimler Derneği Yayını.
- Kandiyoti, D. (1984). *Aile yapısında değişme ve süreklilik: Karşılaştırmalı bir yaklaşım*. In: *Türkiye'de ailenin değişimi (toplumbilimsel incelemeler)*. Eds: Erder N, Erder T, Ankara, Türk Sosyal Bilimler Derneği Yayını.
- Kara, K. C. (2019). *Boşanmış Aile Çocuklarının Psikolojisi ve Topluma Kazandırmanın Önemi*. Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi, (72), 227-236.
- Karaca Aydın, Songül. (2019). *Kadınlar İçin Tek (Yalnız) Ebeveynlik ve Zorlukları*. Atatürk Üniversitesi Kadın Araştırmaları Dergisi.
- Katja, R., Päivi, Å. K., Marja-Terttu, T. ve Pekka, L. (2002). *Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior and school satisfaction*. Journal of School Health.
- Kidd W, Brown A. (2012). *The family*. New York, Palgrave Macmillan.
- Kleist, DM. (1999). *Single-parent families: A difference that makes a difference?* The Family Journal.
- Kongar, E. (1972). *İzmir'de kentsel aile*. Ankara, Türk Sosyal Bilimler Derneği Yayınları.
- Korkut, F. (2004). *İyilik Hali Çalışma Kitabı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Koşar, NG. (1992). *Sosyal hizmetlerde aile ve çocuk refahı alanı*, Ankara, MN Ofset.
- Köse, B. (2012). *Geçmişten günümüze aile*. In: *Değişen toplumda değişen aile: Sosyolojik tartışmalar*. Ed: Adak N, Ankara, Siyasal Kitabevi.
- Lefaucheur, N. (2005). *Annelik, aile ve devlet, kadınların tarihi yirminci yüzyılda kültürel bir kimliğe doğru Cilt V*. In: *Kadınların tarihi yirminci yüzyılda kültürel bir kimliğe doğru*. Eds: Duby G, Perrot M, İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Macionis, JJ. (2015). *Sosyoloji*, Ankara, Nobel Yayınevi.
- Mahon, N.E., Yarcheski, A. ve Yarcheski T.J. (2005). *Happiness As Related To Gender And Health In Early Adolescents*. Clinical Nursing Research. 14(2) S:175– 190
- Marshall, G. (1999). *Sosyoloji sözlüğü*. Ankara, Bilim ve Sanat Yayınları.
- Mehel, F. (2019). *Anne babası boşanmış ve boşanmamış ergenlerin yaşamda anlam, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması* (Master's thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Merter, F. (1990). *1950-1988 yılları arasında köy ailesinde meydana gelen değişmeler: Malatya örneği*. Ankara, Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı.
- Moriarty PH, Wagner LD. (2004). *Family rituals that provide meaning for single-parent families*. Journal of Family Nursing.
- Morris, C. H. (2002). *Psikolojiyi Anlamak*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Murdock, GP. (1949). *Social structure*. New York, Macmillan.
- Ogburn, WF. (1963). *Changing function of the family*, In: *Selected studies in marriage and the family*, Eds: Winch RF, McGinnis R, Barringer HR, New York, Holy Rinehart and Winston Inc.
- Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., ve Witter, R. A. (1984). *Health and SWB: A Meta-Analysis*. Journal of Aging and Human Development.
- Ozankaya, Ö. (1991). *Toplumbilim*, İstanbul, Beta Yayınları.

- Öncü, H. (2002). *Psikolojik danışma müdahalesi olarak küçük grupla psikolojik danışma*. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi.
- Özdenk, S. (2018). *Beden eğitimi ve spor, faydaları, önemi ve sınıflandırılması*. Spor bilimlerinde akademik araştırmalar.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). *Yaşlılarda yaşam doyumu*. Geriatri
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınla
- Özkalp, E. (2001). *Sosyolojiye giriş*, 11. baskı, Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Yayınları
- Parsons, T. (1991). *The social system*. London and New York, Routledge,
- Peterson, C. ve Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A classification and handbook*.
- Portillo, C. ve Torres, E. (2007). *Tek ebeveynli ailelerin yetiştirilmesi üzerindeki etkiler: benlik saygısı*.
- Pryor J, Trinder L. (2007). *Children, families, and divorce*. In: *The blackwell companion to the sociaology of families*. Eds: Scott J, Treas J, Richards M, Oxford: Blackwell Publishing,
- Robert, S. W ve Daniel G. (2015). *Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri*, (M Şahin, Z Koruç, Çev.), İstanbul: Nobel yayınları.
- Ryder, V. (1995). *Parents and their children family life education consultant*. Houston/ Texas, Dorsey Press. p.
- Ryff, C. & Singer, B. (2002). *From social structure to biology*. Handbook of positive psychology.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (2008). *The integrative science of human resilience. interdisciplinary research: case studies from health and social science*.
- Ryif, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. Journal of personality and social psychology.
- Sarı, Ö. (2016). *Aile kurumu ve ailenin tanımı*. In: *Sistemantik aile sosyolojisi*. Ed: Aydın M, 3. baskı, Konya, Çizgi Kitabevi.
- Sarvimäki, A. ve Stenbock-Hult, B. (2000). *Quality of life in old age described as a sense of well-being, meaning and value*. Journal of advanced nursing.
- Sayın, Ö. (1990). *Aile sosyolojisi ailenin toplumdaki yeri*. İzmir, Ege Üniversitesi Basımevi.
- Seligman, M. E. (2002). *Positive psychology, positive prevention and positive therapy*. Handbook of positive psychology.
- Seligman, M. E. P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*. American Psychologist.
- Seydioğlu, C. (2017). *İstanbul'daki beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinden bireysel ve takım sporları yapanların liderlik özelliklerinin değerlendirilmesi*. (Yüksek lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No.466804)
- Sezal, İ. (2010). *Toplum ve aile*. In: *Sosyolojiye giriş*. Ed: Sezal İ, İstanbul, Beta Yayıncılık.
- Shmotkin, D. (1990). *Subjective well-being as a function of age and gender: A multivariate look for differentiated trends*. Social indicators research.
- Stathi, A., Fox, K. R., & McKenna, J. (2002). *Physical activity and dimensions of subjective wellbeing in older adults*. Journal of aging and physical activity.

- Şar, A. H., & Işıklar, A. (2012). *Examination of locus of control, subjective well-being and optimism as the predictors of sport confidence*. Nigde University Journal of Physical Education and Sport Sciences.
- Tay, Loulis, Ed Diener. 2011. Needs and Subjective Well-Being around the World. Journal of Personality and Social Psychology. c.101 s.2: 354-365.
- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. (2011). *Türkiye’de Aile Yapısı Araştırması (Taya)* Ankara: Afşaroğlu Matbaası <http://www.cocukhaklariizleme.org/wp-content/uploads/turkiyenin-aile-yapisiarastirmasi>
- T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü. (ASAGEM). (2010). *Türkiye’de Aile Değerleri Araştırması*. Ankara: Manas Medya.
- Tekin, Y, Mucuk, B. ve Sunay, H. (2016). *Türkiye’de amatör sporcu olmak*. Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi.
- Tezcan, M. (1995). *Sosyolojiye giriş temel kavramlar*, Ankara, Feryal Matbaası.
- Tkach, C. Ve Lyubomirsky, S. (2006). *How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being*. Journal of happiness studies.
- Topuz, C. (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğin öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Turan, N. (2012). *Bireylerle ve ailelerle sosyal hizmet*. Ankara, Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Genel Merkezi Yayını.
- Tuzgol-Dost, M. (2006). *Subjective well-Being among university students*. Hacettepe University Journal of Education.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No.144298)
- Tuzgöl, Dost, M. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.
- Türkarıslan, N. (2012). *Aile sosyolojisi*. In: *Sosyolojiye giriş*. Eds: Tuna M, Ankara, Detay Yayıncılık.
- Vara, S. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No.86633)
- Wallerstein, J.S., Kelly, J.B. (1980). *The Effects of Parental Divorce: The Adolescent Experience, American Journal of Psychiatry*. New York: International University Press.
- Walsh, F. (1991). *Promoting healthy functioning in divorced and remarried families*. In: *Handbook of family therapy*, Eds: Gurman AS, Kniskern DP, New York: Brunner/Mazel.
- Wamboldt F, Reiss D. (1991). *Task performance and the social construction of meaning: Juxtaposing normality with contemporary family research*. In: *The diversity of normal behavior: further contributions to normatology*. Eds: Offer D, Sabshin M, New York, Basic Books.
- Wilson, W. R. (1967). *Correlates of avowed happiness*. Psychological bulletin.
- [Www.http://kemalsayar.com](http://kemalsayar.com) 15.03.2023 saat:16:25
- Yavuzer, H. (1997). *Çocuğunuzun İlk 6 Yılı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Yetim, A. F. (2010). *Investigation of wear behavior of titanium oxide films, produced by anodic oxidation, on commercially pure titanium in vacuum conditions*. Surface and Coatings Technology.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Yıldız, B. (2002). *Aristoteles Etik’inde “Mutluluk ve Erdem*. (Yüksek lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir. (Tez No.110205)
- Yörükoğlu, A. (1998). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zastrow, C. (2014). *Sosyal hizmete giriş*. Ankara, Nika Yayınevi.
- Zeybekoğlu Dünder, Özge. (2018). *Değişen Toplumda Değişen Aile Sosyolojik Tartışmalar*. ed. Nurşen Adak. 3. bs. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Zorba, E. ve diğerleri. (2006). *Herkes için spor*. İstanbul: Morpa yayınları.

Ekler

Ek-1: Öznel İyi Oluş Ölçeği kullanma izni

9 Kas 2021 09:00

Alıcı:

Hazar Altundaş

Mehabalar:

İsmim Hazar Altundaş Bayburt Üniversitesi'nde yüksek lisans öğrencisiyim. aynı zaman da Bayburt Sosyal Hizmet Merkezi Müdürlüğü görevini yürütüyorum. Tez konusu olarak sosyal hizmet çalışanlarının sporla öznel iyi oluşlarını çalışıyorum ölçek konusunda yardımınıza ihtiyaç duydum bu konuda desteklerinizi istirham ediyorum. İlgi ve alakanızdan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

Saygılarımla...

Meliha TUZGÖL DOST 9 Kas 2021 Sal, 09:33 tarihinde şunu yazdı:

Merhabalar,

Öncelikle çalışmalarınızda başarılar dilerim. Ölçeği elbette paylaşırım ancak şöyle bir sorun var: Öznel iyi oluş Ölçeği üniversite öğrencileri için geliştirilmişti. Yetişkin grupta uygulamanız için önce geçerlik güvenirlik çalışması yapmanız gerekecektir. Bu konuda ne dersiniz?

Kolaylıklar dilerim.

EK-2: Kişisel Bilgi Formu

1: Cinsiyet : () Erkek () Kız

2: Anne Baba Birliktelik Durumu?

() Anne vefat, Baba vefat, Her İkisi vefat veya ayrı yaşıyorlar

() Her ikisi sağ ve birlikte yaşıyorlar

3: Ailenizin Aylık Gelir Düzeyi?

() 1000-5000 tl

() 5000-7500 tl

() 7500-10000 tl

() 10000 tl ve Üzeri

4: Annenin Eğitim Durumu?

() İlköğretim mezunu

() Lise mezunu

() Lisans mezunu

() Lisansüstü mezun

5: Babanın Eğitim Durumu?

() İlköğretim mezunu

() Lise mezunu

() Lisans mezunu

() Lisansüstü mezun

6: Spor yapma alışkanlığı

() Haftada en az bir gün spor yaparım

() Hiç Spor Yapmam

7: Yaptığınız Spor Branşının Türü?

() Takım sporu

() Birayssel spor

Ek-3: Öznel İyi Oluş Ölçeği

1. Geleceğe yönelik planlar yapmaktan hoşlanırım.
2. Yaşamımda zevk alarak yaptığım etkinlik sayısı azdır.
3. Genel olarak kendimi neşeli hissediyorum.
4. Geriye dönüp baktığımda istediklerimin çoğunu elde edemediğimi görüyorum.
5. Kişilik özelliklerimden genel olarak memnunum.
6. İstedğim nitelikte ve sayıda arkadaşım olmamasına üzülüyorum.
7. Günlük yaşamımdaki sorumluluklarımı başarıyla yerine getiririm.
8. Ulaşmak istediğim ideallerim var.
9. İlgi ve yeteneklerime uygun etkinliklerin yaşamımdaki yeri istediğim ölçüdedir.
10. Küçük sorunları bile büyütürüm.
11. Kendimi genel olarak canlı ve enerjik hissedirim.
12. Yakın gelecekte yaşamımda güzel gelişmeler olacağına inanıyorum.
13. Kişilerarası ilişkilerde sıklıkla hayal kırıklığı yaşıyorum.
14. Yaşamıma beni ona bağlayacak anlamlar katmakta zorlanmam.
15. Beni eğlendiren faaliyetlere yeterince katılamıyorum.
16. Umutlarımın gerçekleşeceğine inanıyorum.
17. Mümkün olsa geçmiş hayatımı değiştiririm.
18. Ailemle olan ilişkilerimden memnunum.
19. Genelde hüznü ve düşünceliyim.
20. Yaşamımda yapmam gerekenleri düşünmek hoşuma gider.
21. Kendimi yalnız hissediyorum.
22. Amaçlarıma ulaşmak için çevremdeki olanakları etkili bir şekilde kullanabilirim.
23. Genel olarak kendimi huzurlu hissediyorum.
24. Başkalarının mutlu görüldüğü kadar mutlu olmayı isterdim.
25. Sorunları yaşamın öğretici ve doğal bir parçası olarak görürüm.
26. Çevremdeki insanların yaşamlarına imreniyorum.

27. Amaçlarıma ulaşmak için yeterince kararlı davranabilirim.
28. Yaşamımı genel olarak monoton ve sıkıcı buluyorum.
29. Sosyal ilişkilerimdeki girişkenlik yanımdan hoşnutum.
30. Kendime hedefler koymakta zorlanıyorum.
31. İç dünyamın zaman geçtikçe zenginleştiğini hissediyorum.
32. Tanıdığım insanların çoğundan daha fazla sıkıntım var.
33. Yaşamın zorluklarıyla başetme gücüne güveniyorum.
34. Sevilen ve güvenilen biri olduğumu hissediyorum.
35. Geçmişte yaptığım hatalardan dolayı yoğun suçluluk duygusu yaşıyorum.
36. Serbest zamanlarımda zevkle vakit geçirecek bir uğraşı bulurum.
37. Yaşamım başarısızlıklarla dolu.
38. Güçlükler karşısında çabuk pes ederim.
39. Çevremde ihtiyaç duyduğumda destek alabileceğim insanlar var.
40. Sıklıkla ümitsiz ve çökkün hissediyorum.
41. Okumak ve çalışmak benim için zevkli uğraşılardır.
42. İsteklerime ve değerlerime uygun bir hayat sürüyorum.
43. Ailemle olan ilişkilerimde sorunlar yaşıyorum.
44. Yaşama iyimser bir açıyla bakabilme yönümden memnunum.
45. Arkadaşlarıma kendimi istediğim gibi ifade edemiyorum.
46. Başkalarına yardım edebilme ve onlara destek olma becerimden hoşnutum.

ENVANTER CEVAP KÂĞIDI

(5) : Tamamen Uygun (4) : Çoğunlukla Uygun (3) : Kısmen Uygun (2) : Biraz Uygun (1) Hiç Uygun Değil

(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
1. ()	()	()	()	()	24. ()	()	()	()	()
2. ()	()	()	()	()	25. ()	()	()	()	()
3. ()	()	()	()	()	26. ()	()	()	()	()
4. ()	()	()	()	()	27. ()	()	()	()	()
5. ()	()	()	()	()	28. ()	()	()	()	()
6. ()	()	()	()	()	29. ()	()	()	()	()
7. ()	()	()	()	()	30. ()	()	()	()	()
8. ()	()	()	()	()	31. ()	()	()	()	()
9. ()	()	()	()	()	32. ()	()	()	()	()
10. ()	()	()	()	()	33. ()	()	()	()	()
11. ()	()	()	()	()	34. ()	()	()	()	()
12. ()	()	()	()	()	35. ()	()	()	()	()
13. ()	()	()	()	()	36. ()	()	()	()	()
14. ()	()	()	()	()	37. ()	()	()	()	()
15. ()	()	()	()	()	38. ()	()	()	()	()
16. ()	()	()	()	()	39. ()	()	()	()	()
17. ()	()	()	()	()	40. ()	()	()	()	()
18. ()	()	()	()	()	41. ()	()	()	()	()
19. ()	()	()	()	()	42. ()	()	()	()	()
20. ()	()	()	()	()	43. ()	()	()	()	()
21. ()	()	()	()	()	44. ()	()	()	()	()
22. ()	()	()	()	()	45. ()	()	()	()	()
23. ()	()	()	()	()	46. ()	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

..... yılında doğdu. İlköğretim ve ortaöğretimini Bayburt'ta tamamladı. 2001 yılında başladığı Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünden 2005 yılında mezun oldu. 2008 yılında memuriyet hayatına Sakarya İli Arifiye İlçesi Yukarı Kirazca Ekrem Oba İlköğretim Okulu'nda öğretmen olarak başladı. 2010 yılında Erzurum İline tayinle geldi ve birçok okulda öğretmenlik yaptıktan sonra Erzurum Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğünde geçici görevle çalışmaya başladı. Kız ve erkek Yetiştirme Yurtlarında çalıştı, daha sonra kurumlar arası geçiş ile kadrosunu Erzurum Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğüne alarak Aile danışma Merkezi Müdür Yardımcısı olarak görev yaptı. 2013 yılının Eylül ayında Bayburt Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğüne tayinle gelerek ve Sosyal Hizmet Merkezi Kurucu Müdürlüğü görevini üslendi. Yine bu süre zarfında çeşitli görevlerde bulunarak Huzurevi Müdürlüğü ve Kadın Konukevi Müdürlüğü görevlerini de yerine getirdi. Halen Bayburt Sosyal Hizmetler İl Müdür Yardımcısı olarak görev yapmaktadır. Aile ve Sosyal Politikalar Spor Kulübü Bayburt Şube Başkanlığını yürütmektedir. Bayburt Üniversitesi Toplum Bilimleri Fakültesi Sosyoloji Bölümü öğrencisidir. Millî Eğitim Bakanlığı ve Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın düzenlemiş olduğu birçok seminer ve kurs eğitimlerine katıldı. Yüksek lisans eğitimini ise Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Bölümünde tamamlamıştır.