



Türk Yetişkinler İçin Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması

Prof. Dr. Sibel ARSLAN

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü,
sibelarslan@kku.edu.tr. ORCID: 0000-0002-4393-7528

Doç. Dr. Hakan YAPICI

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü,
hakanyapici@kku.edu.tr. ORCID: 0000-0002-7029-1910

Doç. Dr. Rafet ÜNVER

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, SporYöneticiliği Bölümü,
rafetunver@kku.edu.tr. ORCID: / 0000-0002-3380-3358

Özet

Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımıyla yaşam kalitesi, bireyin içinde bulunduğu kültür, değer sistemleri ve yaşam deneyimleri bağlamında, kişisel algısıyla ilişkilendirilen bir kavramdır. Bu nedenle yaşam kalitesi ölçümü, hem nesnel hem de öznel boyutlardan oluşan çok yönlü bir süreç gerektirir. Ancak yaşam kalitesinin öznel algılamalara dayalı olması, standart bir ölçüm aracının bulunmamasına ve yaşam kalitesinin ölçümünde bir ortak görüşün olmamasına yol açmaktadır. Bu araştırma, yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde öznel algıların temel belirleyici olduğu savından hareketle yapılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın amacı, ekonomik olmayan yaşam kalitesi unsurlarını, kişilerin öznel algılarına dayalı olarak ölçebilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir. Çalışma grubu, Kırıkkale Yüksek İhtisas Hastanesi personeli ve Ankara Yenimahalle Belediyesi çalışanlarından oluşan 18 yaş ve üzeri 742 yetişkinden oluşmaktadır. Yapılan analizler sonucunda, öznel yaşam kalitesini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kabul edilebilecek beş alt boyut ve 17 maddeden oluşan bir yapı elde edilmiştir. Bu çalışma, yaşam kalitesi kavramının öznel boyutunu vurgulamakta ve bireylerin kendi deneyimleri ve algılarına dayalı olarak yaşam kalitesini değerlendirmesine odaklanmaktadır. Elde edilen ölçüm aracı, yaşam kalitesi alanında yapılacak ileri

araştırmalarda kullanılabilir ve bu alandaki literatüre katkı sağlayabilir. Ayrıca, sağlık politikalarının ve hizmetlerinin planlanması ve uygulanması açısından da önemli bir bilgi kaynağı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Dünya Sağlık Örgütü, öznel yaşam kalitesi, Kırıkkale Yüksek İhtisas Hastanesi, Ankara Yenimahalle Belediyesi

Validity and Reliability Study of The Subjective Quality of Life Scale for Turkish Adults

Abstract

As defined by the World Health Organization, quality of life is a concept that is associated with the individual's personal perception in the context of the culture, value systems, and life experiences in which they live. Therefore, quality of life measurement requires a multifaceted process consisting of both objective and subjective dimensions. However, the fact that quality of life is based on subjective perceptions leads to the lack of a standardized measurement tool and a lack of consensus in the measurement of quality of life. This research is based on the assumption that subjective perceptions are the main determinant in the evaluation of quality of life. In this context, the aim of the study is to develop a valid and reliable measurement tool that can measure non-economic quality of life elements based on people's subjective perceptions. The study group consisted of 742 adults aged 18 and over, including Kırıkkale High Specialization Hospital staff and Ankara Yenimahalle Municipality employees. As a result of the analyses, a structure consisting of five sub-dimensions and 17 items that can be considered a valid and reliable measurement tool for measuring subjective quality of life was obtained. This study emphasizes the subjective dimension of the concept of quality of life and focuses on individuals' evaluation of quality of life based on their own experiences and perceptions. The obtained measurement tool can be used in further research in the field of quality of life and can contribute to the literature in this field. It can also be an important source of information for the planning and implementation of health policies and services.

Keywords: World Health Organization, subjective quality of life, Kırıkkale Yüksek İhtisas Hospital, Ankara Yenimahalle Municipality

GİRİŞ

Yaşam kalitesi, farklı disiplinleri ilgilendiren ve çoklu yaklaşımları gerektiren karmaşık bir kavramdır (Diener & Suh, 1997, 214). Dünya Sağlık Örgütü'ne göre, yaşam kalitesi bireyin içinde bulunduğu kültürel ve değer sistemlerine göre algıladığı konumunu ifade eder. Bu kavram, fiziksel sağlık, psikolojik durum, bağımsızlık, sosyal ilişkiler, kişisel inançlar ve çevre gibi birçok faktörü kapsar. Öznel ve nesnel boyutlarıyla yaşam kalitesi hem duygusal tatmin hem de somut göstergelerle ölçülebilir. Ancak, standart ölçütler yoktur ve kültürel ve bireysel farklılıklara göre değişmektedir (WHO, 1998).

Bütüncül bir yapıya sahip olan yaşam kalitesi, hayatı iyileştiren tüm unsurları kapsar (Veenhoven, 2000). Bu nedenle yaşam kalitesi hem nesnel ölçütlerle yani sıklık ve niceliklerle, hem de öznel ölçütlerle yani duygularla ölçülebilir. Ancak her iki ölçüm için de evrensel olarak kabul edilen standart ölçütler bulunmamaktadır (Cummins, 2020, 182). Yaşam kalitesinin belirgin unsurları kültürel ve bireysel farklılıklara bağlı olarak değişkenlik gösterirken, bu çok boyutlu kavramın temel dayanağı ve belirleyicisi, bireyin etkilendiği durumları nasıl algıladığıdır. Çünkü yaşam kalitesi, sadece ölçülebilir göstergelerle ifade edilemeyen, yaşamın karmaşık yönlerini yansıtan ve genellikle öznel değerlendirmeyi gerektiren bir kavramdır (Michelson vd, 1998).

Nesnel göstergeler; gelir düzeyi, eğitim seviyesi, meslek, sağlık durumu ve yaşanılan konutun niteliği gibi somut faktörlerdir. Öznel göstergeler ise bireyin bu nesnel koşullardan aldığı memnuniyet ve doyum düzeyini yansıtır (Aydiner Boylu ve Paçacı, 2016, 138). Öznel göstergeler arasında yaşam memnuniyeti, psikolojik iyilik, yaşamdan elde edilen haz ve güven gibi kişisel duygular ve deneyimler yer alır; genellikle bireyin kendi algısına dayanır ve kişisel refahı içerir. Öznel bakış açısında yaşam kalitesi, bireyin kendi deneyimleri veya algılarına göre yaşadığı hayatın niteliğini yansıtan bir ölçüt olarak kabul edilir (Öner, 2005, 58, 60-61).

Öznel iyi oluş, olumsuz deneyimlerin yokluğuyla birlikte, olumlu duyguların varlığını ve iş veya serbest zaman gibi yaşam alanlarından elde edilen doyumunu da barındırır. Bu bağlamda öznel iyi oluş, üç birbirine bağlı bileşenden meydana gelir. Bunlar; yaşam doyumunu, keyifli duygusal durumlar ve hoş olmayan duygusal durumlardır. Bu unsurlar birbirinden ayrılabilir olmalarına rağmen, birinde yüksek olan bir birey veya toplumun, diğerlerinde hala düşük olabileceği göz önünde bulundurularak, bu üç bileşen bir arada değerlendirilmelidir (Diener & Suh, 1997, 200). Zira yaşam kalitesi algısı ve etkileyen unsurlar, kültürlerle ve bireylerin öznel algılarına göre değişiklik gösterir. Bu bakış açısı, bir toplumun veya bireyin yaşam kalitesini etkileyen bir durumun (örneğin, ekonomik koşullar, sağlık durumu vb.) başka bir toplumun veya bireyin yaşam kalitesi algısında önemsiz olabileceği gerçeğini yansıtmaktadır (Lobos vd, 2021, 7-8).

Yaşam kalitesi, tek boyutlu bir değerlendirmeyle veya belirli bir boyutun vurgulanmasıyla ele alındığında, sonuçlar oldukça sınırlıdır. Örneğin sadece sağlıkla ilişkilendirilen bir yaşam kalitesi ölçümü, bireyin fiziksel iyilik halini ölçmeye odaklanmaktadır. Ancak bir kişinin ciddi sağlık sorunlarına sahip olması, fiziksel olarak daha sağlıklı bir bireyden daha düşük bir yaşam kalitesine sahip olduğunu göstermemektedir. Aynı şekilde ekonomik koşulların dikkate alındığı bir yaşam kalitesi değerlendirmesinde, finansal olarak refah içinde olan bir kişinin yaşam kalitesinin yüksek olduğu veya ekonomik zorluk yaşayan birinin yaşam kalitesinin düşük olduğu kesin olarak söylenemez. Dünya genelinde toplanan veriler, yoksulluk değişkeninin yaşam kalitesi algısını farklılaştırıcı bir etkisi olmadığını göstermektedir (Diener & Suh, 1997, 193-209). Bazı yeni araştırmalar da yoksulluk ve kötü konut koşulları gibi nesnel olarak olumsuz şartların,

öznel iyi oluşu tam olarak açıklayamadığını ortaya koymakta ve bu durum "memnuniyet paradoksu" olarak adlandırılmaktadır (Gaymu & Springer, 2010)

Bazı araştırmalar, daha iyi yaşamların temelini bazı ekonomik olmayan faktörlerin oluşturduğunu ortaya koymakta ve bu durumu desteklemektedir. Örneğin 2002 yılında yapılan bir memnuniyet araştırması, Latin Amerika ülkelerinde ekonomik sorunların öncelikli olduğunu belirten kişilerin oranının Avrupa ülkelerine kıyasla daha yüksek olmasına rağmen, Latin Amerika'daki ülkelerin yaşam memnuniyeti oranlarının Avrupa ülkeleri kadar yüksek olduğunu göstermiştir (Global Attitudes Project, 2002). Benzer şekilde sosyal göstergelere göre oluşturulan 100 puanlık bir ölçekte, sadece 30 puan alan Nijerya ile 71 puan alan Avusturya gibi ülkelerin yaklaşık olarak aynı ortalama yaşam memnuniyeti seviyesine sahip olduğu görülmektedir. Benzer bir durum, İsrail ve Tunus arasında da gözlemlenmektedir. Tunus, İsrail'in gelir seviyesinin yarısından daha azına sahip olmasına rağmen, sosyal gösterge endekslerinde yaşam kalitesi düzeyleri yaklaşık olarak aynıdır. Ekonomik göstergelerle değerlendirilen yaşam kalitesine ilişkin sonuçlar, öznel göstergelerden elde edilen sonuçlardan önemli ölçüde farklıdır ve ekonomik göstergelerdeki artış ya da düşüş, öznel iyi oluş ile aynı doğrultuda gitmemektedir (Diener & Suh ,1997, 193-209). Bu nedenle yaşam kalitesinin standart bir kalıba sokularak ölçülmesi mümkün değildir; ancak kişinin kendi öznel bakış açısı ve algılamaları çerçevesinde değerlendirilebilir.

Literatürde, "yaşam kalitesi" terimi genellikle bireyin "iyi olma hali" olarak tanımlanmakta ve geniş kapsamda bir bireyin yaşamının çeşitli yönlerinin "iyiliğini" ölçülmesi durumunu içermektedir. Bu değerlendirmeler, bireyin yaşam olaylarına karşı duygusal tepkilerini, mizacını, yaşam doyumu ve tatmin duygusunu, iş ve kişisel ilişkilerden doyumunu da içermektedir (Theofilou, 2013, 151). Öznel yaşam kalitesi algısı, nesnel göstergelerden bağımsızdır çünkü iyilik halinin dış yaşam koşullarından ziyade kişisel yorumlamalardan da etkileniyor olması önemlidir. Benzer şekilde, insanların aynı nesnel koşullara farklı psikolojik uyum stratejileri uygulaması, yaşam kalitesinin kişisel ve öznel doğasını vurgular. Dolayısıyla, yaşam kalitesini anlamak için sosyal ve ekonomik göstergelerle, öznel refah ölçütlerinin uyum içinde olması önemlidir. Öznel iyi oluşun tam olarak anlaşılması, nesnel koşulların bireylerin yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerini nasıl etkilediğini anlamayı gerektirir. Benzer şekilde nesnel göstergelerin tam olarak anlaşılması da insanların değerlerini ve nesnel göstergelerin refah deneyimlerini nasıl etkilediğini anlamayı gerektirir (Diener & Suh ,1997, 202-214).

Araştırmalar öznel yaşam değerlendirmelerinin, bireylerin iç dünyalarına daha fazla bağlı olduğunu gösterirken; çoğu uzman da yaşam kalitesi kavramının incelenmesinde, bireyin kendi öznel algısına odaklanması gerektiğini ortaya koymaktadır. Bu uzlaşma, çeşitli sosyolojik araştırmalarda, eğitim ve gelir düzeyi gibi nesnel yaşam koşullarının, bireyin yaşam kalitesini öznel olarak daha yüksek algılama

deneyimiyle olan ilişkisinin önemsiz düzeyde olduğunu gösteren bulgulardan kaynaklanmaktadır ((Skantze vd, 1990).

Bu çalışma, yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde nesnel veya öznel ölçütlerin tek başına yeterli olmayacağını kabul etmektedir. Bununla birlikte, yaşam kalitesinin belirlenmesinde kişinin öznel algılarının esas belirleyici olduğunu benimsenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın amacı; ekonomik olmayan yaşam kalitesi unsurlarını, bireylerin öznel algılamalarından yola çıkarak ölçebilecek, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir.

Yöntem

Bu çalışma, tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Kırıkkale Yüksek İhtisas Hastanesi personeli ve Ankara Yenimahalle Belediyesi çalışanlarından oluşan on sekiz yaş üzeri 742 yetişkin oluşturmaktadır. Çalışmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir durum örnekleme kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2006:113)'e göre bu yöntem, erişilmesi kolay olan bir durumun seçilmesi ve yakın çevreden elde edilmesi sebebiyle, çalışmaya hız ve pratiklik kazandırmaktadır.

Ölçeğin Geliştirilme Süreci

Cummins (2002, 261)'e göre, Öznel Yaşam Kalitesinin en soyut ölçüsü, "bir bütün olarak yaşamınızdan ne kadar memnunsunuz?" sorusudur. Öznel iyi oluş ise genellikle insanların standartlaştırılmış bir dizi soruda ne kadar "mutlu" veya "memnun" hissettiklerini sorarak ölçülür (Cummins, 2020, 182).). Yaşam memnuniyeti ve mutluluk, bireyin yaşam kalitesine yönelik bir değerlendirmesidir. Oldukça yakın anlamlar içeren, üstelik etkileşim içinde olan bu üç kavramın birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir (Ulutürk Akman, 2021, 12-13). Bu nedenle ölçeğin geliştirilme aşamasında ilk adım olarak, örneklem dışındaki 50 yetişkinden "**Kendimi mutlu hissediyorum, çünkü...**", "**Hayatımdan memnunum, çünkü...**" ve "**Yaşam kalitemin iyi olduğunu düşünüyorum, çünkü...**" cümlelerini, ekonomik olmayan unsurları dikkate alarak tamamlamaları istenmiştir. Elde edilen ifadelerden, araştırmada kullanılması uygun bulunan 64 soruluk bir madde havuzu oluşturulmuştur. Maddeler Beşli Likert tipinde yapılandırılmış ve Hiç Katılmıyorum (1)-Çok katılıyorum (5) arasında derecelendirilmiştir. Ölçekte yaklaşık 20 madde olacağı varsayılarak taslakta üç katı madde oluşturulmaya çalışılmıştır. Elde edilen taslak, görünüm ve kapsam geçerliği için Spor Bilimleri, Eğitim Bilimleri ve İstatistik alanından uzmanlarının görüşüne sunulmuş,

öneriler doğrultusunda bazı maddeler yeniden düzenlenmiş, on madde olumsuz ifadeye çevrilmiş ve dokuz madde çıkartılmış; böylece taslak ölçekte 55 madde kalmıştır.

Görünüm geçerliliği, bir ölçme aracında kullanılacak soruların araştırılan konuyla kesin bir şekilde ilişkilendirilmesini sağlamak için uzman görüşlerinin alınmasıdır. Ölçeğin genel yapısının ve her bir maddenin amacına uygunluğu hakkında uzman görüşlerinin alınması ise kapsam geçerliliği olarak adlandırılır (Tavşancıl, 2002).

Hazırlanan uygulama yönergesinde ölçeğin ve çalışmanın amacı, soru sayısı ve ortalama cevaplama süresi belirtilmiştir. Taslak ölçeğin anlaşılabilirlik açısından değerlendirilmesi amacıyla 40 kişilik bir gruba ön uygulama yapılmış ve asıl uygulamada bu grup örneklemin dışında tutulmuştur. Bu ön uygulamadan sonra alınan geribildirimlerden yola çıkılarak taslak ölçek maddelerinde gerekli düzeltmeler yapılmıştır.

Örneklem büyüklüğü belirlenirken, madde sayısının 5-10 katı olması uygun görülmektedir (Erkuş, 2012, 99; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012, 206). 55 maddeden oluşan taslak ölçek için örneklem sayısı 550 ve üstü olarak belirlemiştir. Kırıkkale Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan alınan izinden sonra (Karar No: 2021.02.13), bizzat araştırmacılar tarafından yüz yüze uygulama yapılmıştır.

Verilerin Çözümlemesi

Örneklem grubuna 750 adet anket dağıtılmış ve gelişigüzel doldurulduğu düşünülen ve eksik bırakılan sekiz anket değerlendirme dışı bırakılmıştır. Toplam 742 yetişkinden elde edilen verilerin 350'si Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA), 392'si doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) için kullanılmıştır. İstatistik analizler AFA analizlerinde SPSS 24, DFA analizlerinde IBM AMOS 24 programları kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Ölçeğin geçerlik ve güvenirliliği ile ilgili analizler sonuçları ve bulgular aşağıda sunulmuştur:

55 maddeden oluşan taslak için Cronbach's Alpha değeri ,964'tür ve bu değeri düşüren herhangi bir madde bulunmamaktadır.

Açımlayıcı Faktör Analizi

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA), sosyal bilimlerde ölçek uyarlama veya geliştirme çalışmalarında kavramsal geçerliliği sağlamak için sıkça kullanılan bir analiz yöntemidir (Çokluk vd, 2010, 177). Ancak, her veri seti için AFA'nın uygun olmayabileceği unutulmamalıdır. Verilerin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi gibi ölçütlerin dikkate alınması gerekmektedir. 55 maddeden oluşan taslak ölçek için yapılan KMO ve Bartlett testinden elde edilen değerler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. KMO ve Bartlett Küresellik Testi Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,933
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	13060,318
	df	1485
	Sig.	,000

Veri setinin analiz yapmaya uygun olduğunu KMO katsayısının aldığı değer belirler. Bu değer 0.60 üzerinde olması, örneklem büyüklüğünün yeterliliğini göstermektedir ve 0.90 üzerindeki değerler “mükemmel” kabul edilir (Çokluk vd, 2012, 207). Tablo 1’e göre, elde edilen değerler 350 katılımcının yer aldığı örneklem büyüklüğünün (KMO = 0.912>0.60) faktör analizi uygulanması için mükemmel düzeyde yeterli olduğunu göstermektedir.

Bartlett testi ise veri setinin faktör elde etmeye uygulanmasını belirlemek amacıyla kullanılır ve 05’den küçük anlamlılık düzeyi korelasyon matrisinden faktör çıkarılabileceğini gösterir (Şencan, 2005). Tablo 1’de verilen Bartlett testi sonuçlarına göre $p<0.05$ ($p=0.00$) olduğundan, veriler çok değişkenli normal dağılım göstermektedir ve veri setine faktör analizi uygulanabilir (Çokluk vd., 2012, 228).

KMO testi, bir soru grubunun faktör analizine uygunluğunu bütünsel olarak değerlendirirken, her bir sorunun faktör analizine uygunluğunu ölçen Measures of Sampling Adequacy (MSA) değerlerini Anti-image correlation matrisinde inceler. Eğer herhangi bir sorunun MSA değeri 0.50’den küçük ise, o soru analiz dışında bırakılmalıdır (Sipahi, Yurtkoru ve Çinko, 2008, 81). Yapılan analiz, Anti-image correlation matrisinde herhangi bir sorunun 0.50’nin altında bir MSA değerine sahip olmadığını göstermiştir. Bu nedenle, bu aşamada ölçekten soru çıkarılmamıştır.

Ölçek geliştirme çalışmalarında Temel Bileşenler Analizinin kullanılmasını önerilmektedir (DeVellis, 2017, 153) çünkü bu analiz, çok sayıdaki değişkeni azaltarak, daha az sayıda bileşen altında toplanmasını sağlar (Çokluk vd., 2012, 198). Bu nedenle ölçeğin geliştirilme sürecinin daha sonraki aşamasında,

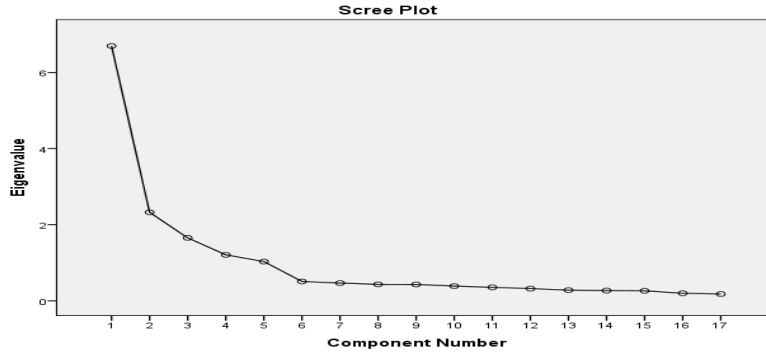
herhangi bir döndürme işlemi yapılmadan Temel Bileşenler Analizi uygulanmış ve özdeğeri birin üzerinde ve toplam varyansın %63,949'unu açıklayan toplam dokuz faktör olduğu görülmüştür.

Ölçek geliştirme sürecinde, her değişkenin faktörlere yüklerinin karelerinin toplamı olan "Ortak Varyans" tablosu önemli bir göstergedir. Bu tablonun "çıkartım" bölümündeki değerler, ilgili değişkenlerin faktör yapısı ile ne kadar varyansı paylaştığını yansıtır. Bu aşamada, genellikle ortak varyansı düşük olan değişkenler dikkate alınmaz ve faktör analizi yeniden yapılmak üzere tekrarlanır (Kalaycı, 2014, 322; Yaşlıoğlu, 2017). Bu çalışmada ortak varyans değeri sınırı 0.7 olarak belirlenmiş; bu değer altında kalan maddeler önce en düşük değeri alan maddeden başlanmak üzere teker teker silinerek, her madde çıkartıldığında işlem tekrarlanmış ve toplam 38 madde (M34, M31, M9, M10, M28, M47, M52, M38, M30, M15, M6, M5, M37, M32, M23, M14, M42, M43, M22, M24, M33, M16, M46, M35, M36, M8, M1, M29, M26, M27, M17, M18, M25, M40, M41, M39, M44, M45) silinmiştir.

Faktör sayısının belirlenmesinde dikkate alınması gereken ölçütlerden birisi de "toplam varyansın yüzdesi"dir ve her bir faktör toplam varyansın açıklanmasına %5'in üzerinde katkı sağlamalıdır (Kalaycı, 2014; Yaşlıoğlu, 2017).

Madde çıkartma işlemlerinin tamamlanmasından sonra, tekrarlanacak olan AFA için tüm koşulları sağlayan beş faktör olduğu belirlenmiştir. Kırılma Noktası grafiği de bu sonucu desteklemektedir. Grafikte ilk beş aralıktan sonra faktörlerin varyansa yaptıkları katkının azaldığı ve eğimin yatay olarak devam ettiği görülmektedir (Şekil 1).

Şekil 1. Kırılma Noktası Grafiği



Ölçek geliştirirken dikkate alınacak başka bir konu da ölçek maddelerinin alacağı faktör yük değerleridir. DeVellis (2017)'e göre bu değer en az 0.40 olmalıdır (32). Bu çalışmada AFA için faktör yük değeri kabul düzeyi alt sınırı .40 olarak kabul edilmiş; ancak kalan 17 maddenin hiçbirisinin bu sınırın altında olmadığı görülmüştür.

AFA’da araştırmacının amacı doğrultusunda farklı döndürme yöntemleri kullanılabilir. Ölçeğin faktör desenini ortaya çıkarmak için bu çalışmada faktörleştirme yöntemi olarak Temel Bileşenler Analizi ve Direct Oblimin döndürme yönteminin kullanılması uygun bulunmuş ve işlem yinelenmiştir.

Ölçek geliştirmenin önemli aşamalarından bir diğeri de birden fazla faktörde kabul düzeyinin üzerinde değer alan ve sahip olduğu yük değerleri arasındaki fark .1’den küçük olan binişik maddelerin çıkarılmasıdır (Büyüköztürk, 2018). Ancak yapılan analiz sonucunda herhangi bir binişik madde olmadığı görülmüştür.

Uygulanan tüm işlemlerden sonra Özdeğeri birin üzerinde ve faktörün toplam varyansın açıklanmasına katkısı en az %5 olan ve toplam varyansın %75,957’sini açıklayan beş faktörlü 17 maddelik bir yapı ortaya çıkmıştır (Tablo 2).

Tablo 2. Döndürme Sonrası Açıklanan Toplam Varyans

Bileşen	Başlangıç Özdeğerleri			Kare Yüklerin Çıkarma Toplamları			Kare Yüklerin Dönme Toplamları
	Total	Varyans %	Birikimli %	Toplam	Varyans %	Birikimli %	Toplam
1	6,697	39,392	39,392	6,697	39,392	39,392	4,926
2	2,325	13,675	53,067	2,325	13,675	53,067	4,356
3	1,653	9,726	62,793	1,653	9,726	62,793	3,350
4	1,207	7,100	69,893	1,207	7,100	69,893	3,722
5	1,031	6,064	75,957	1,031	6,064	75,957	3,806
6	,509	2,994	78,951				
7	,466	2,740	81,692				
8	,432	2,541	84,233				
9	,430	2,528	86,761				
10	,387	2,277	89,038				
11	,354	2,082	91,120				
12	,320	1,884	93,004				
13	,281	1,654	94,658				
14	,270	1,585	96,244				
15	,262	1,541	97,785				
16	,199	1,170	98,955				
17	,178	1,045	100,000				

Türk Yetişkinler İçin Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ölçek geliştirme çalışmaları için açıklanan toplam varyansın en az 0,40 olması uygun bulunmaktadır (DeVellis, 2017). Buna göre, elde edilen %75,957 varyans değerinin oldukça yeterli olduğu söylenebilir.

Madde çıkarma işlemleri tamamlandıktan sonra isimlendirilme aşamasına geçilmiştir. Faktörlerin, altında toplanan maddeler dikkate alınarak 1. Faktör “Özgüven/Özsaygı”, 2. Faktör “Esenlik”, 3. Faktör “Güvenç”, 4. Faktör “Mesleki Doyum” ve 5. Faktör “Dışa Dönüklük” olarak isimlendirilmesi uygun görülmüştür.

AFA işlemleri sonrası ölçekte kalan toplam 17 maddeye ilişkin bulgular Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları

ALT BOYUT	MADDE	Bileşen				
		1	2	3	4	5
ÖZGÜVEN/ÖZSAYGI	F1-1	,908				
	F1-2	,877				
	F1-3	,840				
	F1-4	,805				
ESENLIK	F2-1		,844			
	F2-2		,844			
	F2-3		,813			
	F2-4		,809			
GÜVENÇ	F3-1			,916		
	F3-2			,903		
	F3-3			,699		
MESLEKİ DOYUM	F4-1				,880	
	F4-2				,813	
	F4-3				,800	
DIŞA DÖNÜKLÜK	F5-1					,896
	F5-2					,843
	F5-3					,784
ÖZDEĞER		6,697	2,325	1,653	1,207	1,031
AÇIKLANAN VARYANS	75,957	39,392	13,675	9,726	7,100	6,064

Ölçeğin Güvenirlik Çalışması

Ölçek geliştirme çalışmalarında, elde edilen ölçeğin toplamının ve alt boyutlarının güvenilirliğinin sağlanması gerekir. Ölçme araçları için güvenilirlik; kararlı, duyarlı, tutarlı ve hatadan arınık ölçümler yapması olarak açıklanabilir (Başol, 2013).

Çok boyutlu ve Likert tipi ölçeklerin güvenilirliğinin değerlendirilmesinde, temel bileşenler analizi yöntemlerinin yanı sıra iç tutarlılık analizleri de önerilmektedir. Ölçeğin güvenilirliğini sağlamak için uygulanan iç tutarlılık analizleri; araştırmanın amacına ve ölçeğin yapısına bağlı olarak farklılık gösterebilen çeşitli analizlerden oluşmaktadır. Bu analizlerin temel amacı, ölçek maddelerinin belirli bir kavramsal yapıyı tutarlı bir şekilde ölçüp ölçemediğini belirlemektir. Cronbach's Alpha hesaplamaları ve yarıya bölme yöntemi, iç tutarlılık güvenilirliğinin belirlenmesinde sıkça tercih edilen yöntemler arasındadır (Başar, 2016, 134-135).

Cronbach's Alpha Yöntemi ile Güvenirlik Analizi: Cronbach's Alpha yöntemi, güvenilirlik analizi için en yaygın kullanılan yöntemdir. Bu iç tutarlılık yöntemi, maddeler arasındaki uyumu değerlendirerek güvenilirliği tahmin eder (Başol, 2013). Bu kriterler dikkate alındığında, 350 katılımcı üzerinde elde edilen verilere dayanarak 17 maddeli ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .898 olarak belirlenmiştir.

Elde edilen beş faktörün her biri için ayrı ayrı güvenilirlik analizleri uygulanmış; Özgüven/Özsaygı olarak isimlendirilen dört maddeli birinci faktörün Cronbach's Alpha değeri .907, Esenlik Faktörünü oluşturan dört maddenin Cronbach's Alpha değeri .866, üç maddeli Güvenç Faktörünün .832, üç maddeli Dışa Dönüklük faktörünün .825 ve üç maddeli Mesleki Doyum faktörünün .846 olarak bulunmuştur. Hiçbir maddenin silindiğinde alacağı Cronbach's Alpha değeri, ait oldukları faktör değerini geçmemekte ve tüm maddeler, faktörün tutarlılık seviyesini yükseltmektedir. Elde edilen bu sonuçlar, beş faktörün de kendi içinde tutarlı olduğunu göstermektedir.

Yarıya Bölme Yöntemi İle Güvenirlik Analizi, Geleneksel ve uygulaması kolay olduğundan, test güvenilirliğini belirlemede sıkça tercih edilen bir yöntem olan split-half modeli, testin iki eşit parçaya bölünmesi ve bu parçaların güvenilirliğinin hesaplanmasıyla çalışır. Tipik olarak, test soruları tek ve çift numaralı olarak dengeli bir şekilde ayrılır (Başol, 2013). Her iki parçadan alınan puanlarla aynı testin her iki parçasının da değerlendirilmesi sağlanır. Bu model, ölçeğin sorularını iki farklı parçaya ayırır ve bu parçalar arasındaki ilişkiyi analiz eder. Güvenirlik, split-half modelinde form arası korelasyon katsayısıyla belirlenir. Ayrıca, Guttman İki Yarı, Eşit ve Eşit Olmayan Uzunluk Spearman-Brown katsayıları da güvenilirlik ölçütü olarak değerlendirilir (Kalaycı, 2010).

Güvenirlik analizi için 17 ölçek maddesi, tek-çift sırasına göre gruplandırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, birinci grubun Cronbach Alpha değeri .852, ikinci grubun ise .803 olarak hesaplanmıştır. İki grubun güvenilirlik değerlerinin birbirine oldukça yakın ve yüksek olması, grupların kendi içlerinde tutarlı olduğunu göstermektedir. Formlar arası korelasyon katsayısı .731, Eşit Uzunluk Spearman-Brown katsayısı .844, Eşit Olmayan Uzunluk Spearman-Brown katsayısı .845 ve Guttman İki Yarı katsayısı ise .843 olarak belirlenmiştir. Bu değerler, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu işaret etmektedir.

Split-half analizi sonuçlarına göre, Özgüven/Özsaygı alt boyutunda birinci grupta hesaplanan Cronbach Alpha değeri .858 iken ikinci grupta .739 olarak bulunmuştur. Formlar arası korelasyon katsayısı .878 olarak tespit edilmiştir. Eşit uzunlukta Spearman-Brown katsayısı .935 ve eşit olmayan Spearman-Brown katsayısı .935 olarak hesaplanmıştır. Guttman iki yarı katsayısı .935 olarak ölçülmüştür. Bu bulgular, grup içi tutarlılığın ve alt boyutun yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir.

Esenlik alt boyutu için yapılan split-half analizi sonuçlarına göre; birinci grubun Cronbach Alpha değeri .754, ikinci grubun ise .748 olduğu görülmüştür. Formlar arası korelasyon katsayısı .782 olarak belirlenmiştir. Eşit uzunlukta Spearman-Brown katsayısı .878 ve eşit olmayan Spearman-Brown katsayısı .878 olarak hesaplanmıştır. Guttman iki yarı katsayısı .877 olarak tespit edilmiştir. Bu bulgular, alt boyutun güvenilir olduğunu ve grup içinde tutarlılığın olduğunu göstermektedir.

Güvenç alt boyutunda yapılan split-half analizi sonuçlarına göre; birinci grubun Cronbach Alpha değeri .814, ikinci grubun ise 1,00 olduğu gözlemlenmiştir. Formlar arası korelasyon katsayısı .645 olarak hesaplanmıştır. Eşit uzunlukta Spearman-Brown katsayısı .784 ve eşit olmayan Spearman-Brown katsayısı .800 olarak bulunmuştur. Guttman iki yarı katsayısı .672 olarak belirlenmiştir. Bu bulgular, alt boyutun güvenilir olduğunu ve grup içinde tutarlılığın olduğunu göstermektedir.

Mesleki Doyum alt boyutu için birinci grubun Cronbach Alpha değeri .818, ikinci grubun ise 1.00 olduğu belirlenmiştir. Formlar arası korelasyon katsayısı .680 olarak hesaplanmıştır. Eşit uzunlukta Spearman-Brown katsayısı .809 ve eşit olmayan Spearman-Brown katsayısı .824 olarak hesaplanmıştır. Guttman iki yarı katsayısı .712 olarak tespit edilmiştir. Bu bulgular, alt boyutun güvenilir olduğunu ve grup içinde tutarlılık olduğunu göstermektedir.

Dışa Dönüklük alt boyutu için yapılan split-half analizi sonuçlarına göre, birinci grubun Cronbach Alpha değeri .797, ikinci grubun ise 1.00 olduğu saptanmıştır. Formlar arası korelasyon katsayısı .644 olarak hesaplanmıştır. Eşit uzunlukta Spearman-Brown katsayısı .783 ve eşit olmayan Spearman-Brown katsayısı .799 olarak bulunmuştur. Guttman iki yarı katsayısı .709 olarak ölçülmüştür. Bu bulgular, alt boyutun güvenilir olduğunu ve grup içinde tutarlılık olduğunu ortaya koymaktadır.

İç tutarlılık güvenilirliğinin sağlanması için Cronbach Alpha katsayılarının en az 0,60; korelasyon katsayısının 0,20-0,90 arasında ve Spearman Brown katsayısının ise 0,70'ten yüksek olması beklenmektedir (Başar, 2016, 143). Uygulanan analizler sonucunda elde edilen değerler bu sınırlar içinde yer almakta; grupların kendi içinde tutarlı ve faktörlerin yüksek derecede güvenilir olduğuna işaret etmektedir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA): Yapısal eşitlik modelleri, doğrulayıcı tekniklerle değerlendirme sağlar ve genellikle "bu model geçerli mi?" sorusuna cevap arar. Bu nedenle, ölçek geliştirme çalışmalarında, AFA'dan elde edilen faktörlerin kalitesi ve ölçeğin yapısının değerlendirilebilmesi için DFA'nın kullanılması önerilir (Çokluk vd, 2012: 255).

Bu çalışmada DFA iki aşamada gerçekleştirilmiş ve ilk aşamada modelin uygunluğuna yönelik testler yapılmıştır. Uygunluk istatistikleri, tasarlanan modelin gerçek ile ne kadar uyumlu olduğunu test eder ve modelin yapısal geçerliliğini ortaya koyar. Uygunluk istatistikleri iki ana kategoride incelenir. Bunlardan ilki "mutlak uygunluk ölçütleri" olarak adlandırılır ve Ki-Kare (CMIN), Ki-Kare/df, RMSEA, GFI gibi değerleri içerir. İkincisi ise "aşamalı uygunluk ölçütleri"dir ve CFI, TLI ve NFI değerlerinden oluşur (Yaşlıoğlu, 2017, 80).

17 madde ve beş faktörlü yapıya hiçbir sınırlama yapılmadan DFA uygulanmıştır. Modelin uygunluğuna yönelik sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Modele Ait Uyum İyiliği Değerleri

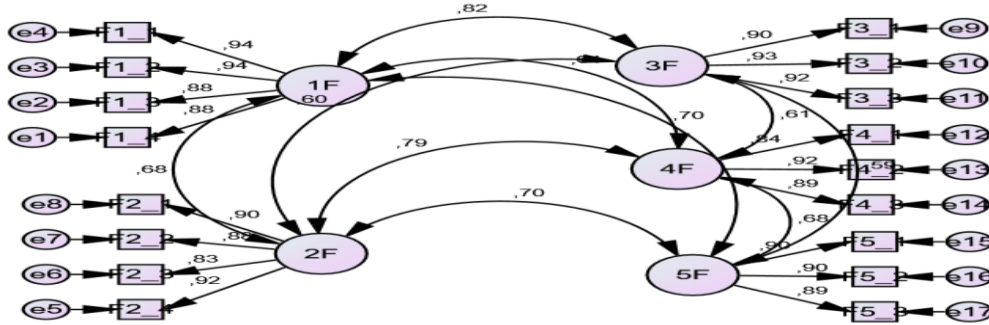
Uyum İyiliği İndeksleri	Kabul Edilebilir Değerler	Model Elde Edilen Değer
Ki-kare (x^2)		321,002
Serbestlik derecesi (df)		109
x^2 /df	1-5	2,945
RMSEA	$0,01 \leq RMSEA \leq 0,08$,071
RMR	$0,01 \leq RMR \leq 0,08$,046
NFI	$0,80 \leq NFI \leq 0,97$,956
NNFI (TLI)	$0,80 \leq NNFI \leq 0,97$,963
CFI	$0,80 \leq CFI \leq 0,97$,970
GFI	$0,80 \leq GFI \leq 0,97$,913
AGFI	$0,80 \leq AGFI \leq 0,97$,878

Kaynak: Akt: Başar, 2016, 148

Tüm analizler sonucunda ortaya çıkan Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeğine ilişkin uyum iyiliği değerleri Ki-kare (x^2)= 321,002; Serbestlik derecesi (df)= 109; x^2 /df= CMIN/DF= 2,945; RMSEA=,071; RMR=,046; NFI=,956; TLI=,963; CFI=,970; GFI=,913; AGFI=,878 olarak bulunmuştur.

Şekil 2’de DFA ile test edilen Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeğinin path diyagramı gösterilmektedir.

Şekil 2. Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Path Diyagramı



Görüldüğü üzere modelde yer alan maddelerin standart katsayıları 0,83 ile 0,94 arasında bir değer almaktadır. Katsayıların yüksek değer almış olması, maddelerin ait oldukları alt boyuta iyi derecede uyum sağladıklarını göstermektedir (Başar, 2016, 150).

Bir model yüksek faktör yükleri sunabilir. Fakat en az faktör yükleri ve faktörlerin varlığı kadar, modelin uygunluğunun test edilmesi de önemlidir. Ölçekte sağlanan bilgilerin hatadan arındırılmış olması gereklidir. Ayrıca aynı amaca yönelik ikinci bir ölçüm yapıldığında, aynı sonuçların güvenilir bir şekilde elde edileceğinden emin olunması gerekir. Güvenilir olmayan bir ölçek kullanışsızdır. Ölçek geliştirme çalışmalarında Bileşik Güvenirlilik (Composite Reliability/CR); sayıca birden fazla, heterojen ancak benzer ifadelerin genel güvenilirliğini ölçmek için kullanılır. CR değeri, Cronbach's Alpha (CA) değerine bir alternatif veya bir kontrol aracı olarak kullanılmaktadır. CR değeri de CA gibi 0.7'den büyük olmalıdır (Yaşlıoğlu, 2017, 82).

Geçerlilik bağlamında, yapısal uygunluk yeterliliği tek başına yeterli değildir. Yapısal geçerlilik testinden sonra, yakınsak ve iraksak geçerliliklerin de değerlendirilmesi gereklidir. Yakınsak geçerlilik, değişkenler arasındaki ifadelerin birbirleriyle ve oluşturdukları faktörle ilişkili olduğunu gösterir. Iraksak geçerlilik ise, değişkenlere ilişkin ifadelerin ait oldukları faktör dışındaki faktörlerle, kendi faktörlerinden daha az ilişkili olması gerektiğini belirtir. Yakınsak geçerlilik için, ölçeğe ilişkin tüm CR değerlerinin, Çıkarılan Ortalama Varyans (Average Variance Extracted /AVE) değerlerinden büyük olması ve AVE değerinin de 0.5'ten büyük olması beklenir. Her bir faktör yapısı için ayrı ayrı değerlendirme yapılır. Iraksak geçerlilik için ise, Maksimum Kare Varyans (Maximum Squared Variance/MSV) değeri ve Ortalama Paylaşılan Kare Varyans (Average Shared Square Variance/ASV) değeri önemlidir. Iraksak geçerlilikten bahsedebilmek için $MSV < AVE$; $ASV < MSV$ ve AVE'nin karekökünün faktörler arası korelasyondan büyük olması gereklidir (Yaşlıoğlu, 2017, 82-83).

Tablo 5’de ölçeğin CR, AVE, MSV ve ASV değerleri verilmiştir.

Tablo 5- Ayırt Edici Geçerlik

Faktör	Yakınsak Geçerlik		Iraksak Geçerlik	
	CR	AVE	MSV	ASV
F1	0,935	0,828	0,667	0,499
F2	0,907	0,779	0,624	0,485
F3	0,918	0,837	0,667	0,435
F4	0,884	0,784	0,624	0,456
F5	0,903	0,808	0,493	0,446

Tablo 5 incelendiğinde, ölçekten elde edilen CR, AVE, MSV ve ASV değerlerinin, gerekli koşulları sağladığı görülmektedir.

Elde edilen bulgulara dayanarak, Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeği'nin beş alt boyut ve toplam 17 maddeden oluştuğu, geçerli ve güvenilir ölçümler sağladığı, her bir faktörün soruları doğru bir şekilde temsil ettiği ve yetişkinlerin öznel yaşam kalitesi düzeylerini değerlendirmek için kullanılabilmesi söylenebilir. Yapılan analizlerle ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik kriterlerini karşıladığı tespit edilmiştir. Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeğinin son hali Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Öznel Yaşam Kalitesi Ölçeği

FAKTÖR	ALT BOYUTLAR	MADDELER
1	ÖZGÜVEN/ÖZSAYGI	Kendime güvenirim
		Çevremle barışığım
		Kendime saygı duyuyorum
		Kendimle barışığım
2	ESENLIK	Kendimi mutlu hissediyorum
		Kendimi huzurlu hissediyorum
		Zihinsel olarak kendimi iyi hissediyorum
		Kendimi sağlıklı hissediyorum
3	GÜVENÇ	Gelecek kaygısı taşımıyorum
		Geleceğimin güvende olduğunu düşünüyorum
		Şu an kendimi güvende hissediyorum
4	MESLEKİ DOYUM	Mesleğimi seviyorum
		Şu an çalıştığım işten memnunum
		Almış olduğum eğitimden memnunum
5	DIŞA DÖNÜKLÜK	Yeniliklere açığım

Hayallerimin peşinden giderim

Eğlenmeyi severim

1-5 aralığında beşli Likert tipinde derecelendirilen ölçekten alınabilecek en düşük puan 17, en yüksek puan ise 85'dir. Ölçekten 17-39 aralığında alınan puan "düşük", 40-62 arasında alınan puan "orta" ve 63-85 aralığında alınan puan "yüksek" düzey Öznel Yaşam Kalitesi göstergesi olarak değerlendirilebilir.

TARTIŞMA

Yaşam kalitesi kavramı, bireyin deneyimlediği fiziksel, psikolojik ve sosyal faktörlerin karmaşıklığını ve çeşitliliğini yansıtan önemli bir alanı kapsamaktadır. Bu araştırma, öznel yaşam kalitesini etkileyen alt boyutların incelenmesi yoluyla bireyin içsel deneyimlerinin, dışsal etkenlerle nasıl etkileşime girdiğini anlamak açısından önemli bir katkı sunmaktadır. Çalışma, yaşam kalitesinin kapsamlı doğasını anlamak için bir perspektif sunmaktadır. Öznel yaşam kalitesini etkileyen alt boyutların incelenmesi, bireyin deneyimlediği fiziksel, psikolojik ve sosyal faktörler arasındaki karmaşık ilişkilerin detaylı bir şekilde ele alındığını göstermektedir. Bu çerçevede, özgüven/özsaygı, esenlik, güvenç, mesleki doyum ve dışa dönüklük gibi alt boyutlar, bireyin yaşam algısını ve deneyimlerini şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Araştırma bulguları, yaşam kalitesinin yalnızca dışsal koşullarla değil, aynı zamanda bireyin içsel deneyimleri ve bakış açısıyla da sıkı bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Bu noktada, yaşam kalitesinin karmaşıklığını ve çeşitliliğini anlamak, bireylerin mutluluğunu ve refahını artırmak için önemli bir adım olarak kabul edilmelidir. Bu bağlamda, öznel yaşam kalitesini etkileyen faktörlerin derinlemesine anlaşılması, bireylerin daha tatmin edici ve anlamlı bir yaşam sürmelerine katkı sağlayabilir.

Ortaya çıkan alt boyutlardan ilki "özgüven/özsaygı"dır. Bireyin kendi benlik algısıyla ve çevresiyle uyum içinde olması, özsaygısı ve özgüveni, yaşam kalitesi algısının en temel belirleyicisi olmuştur. Araştırmalar, bireyin sahip olduğu benlik algısının ve kendine verdiği değer, yaşamdan duyulan memnuniyeti ve dolayısıyla yaşam kalitesi algısını etkileyen önemli bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Özgüven ve özsaygının, bireyin karşılaştığı zorluklarla başa çıkabilmesinde kritik bir rol oynadığı ve bu sayede yaşam kalitesinin arttığı kabul edilmektedir (Brown, Bowling & Flynn, 2004, 24).

İkinci alt boyut olan "esenlik" hissinin, kişinin kendisini mutlu, huzurlu, iyi ve sağlıklı hissetmesine bağlı olduğu görülmektedir. Başka araştırmaların sonuçları da bu alt boyutu desteklemektedir. Psikolojik iyilik hali, öznel yaşam kalitesinin temeli olan öznel iyi oluşun ana bileşenlerinden birisi olarak kabul edilmekte ([Schimmack](#), [Schupp](#) & Wagner, 2008); ve öznel iyi oluşta olumlu duyguların varlığına vurgu

yapılmaktadır ([Diener & Suh](#), 1997, 200). Öznel iyi oluş yani esenlik hissini yaşam kalitesinin belirleyici unsurlarından biri olmasının en önemli nedeninin, sağladığı yararlar olduğu söylenebilir. Araştırmalar, öznel iyi oluşun bireylerin günlük etkileşimlerini ve sosyal bağlarını etkilediğini göstermektedir. Yüksek öznel iyi oluşa sahip olan kişilerin genellikle daha yüksek özgüvene, sıcaklığa, liderlik yeteneğine, sosyalleşme düzeyine ve daha fazla arkadaşına sahip olma eğiliminde oldukları görülmektedir. Bu durum, kişilerin kendi sosyal destek sistemlerini oluşturduklarını işaret etmektedir. Ayrıca, yüksek öznel iyi oluşa sahip olan bireylerin iş kalitesinin daha yüksek olduğu, işlerinden daha fazla zevk aldıkları ve başarı olasılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, öznel iyi oluşun hem sağlığı hem de yaşam süresini artırdığına dair kanıtlar da bulunmaktadır (Gencer, 2018, 2623). Nitekim esenlik alt boyutunda yer alan sağlık, yaşam kalitesi değerlendirmelerinin önemli bir boyutudur ve kişinin sağlığıyla ilgili algısı, yaşam kalitesinin de belirleyicilerinden birisidir (Brown, Bowling & Flynn, 2004, 32-33). Bu durumda esenlik alt boyutunda ortaya çıkan kişinin kendisine yönelik iyilik hissini yaşamın diğer alanlarındaki mutluluğuna, dolayısıyla yaşam kalitesine katkı sağladığı görülmektedir.

Araştırma bulgularında Öznel Yaşam Kalitesinin ortaya çıkan üçüncü alt boyutu “güvenç” olmuştur. Güvenlik ihtiyacı, son yıllarda öznel iyi oluşun sağlam bir yordayıcısı olarak görülmektedir. Avrupa Sosyal Araştırması ve Dünya Değerler Araştırması'ndan elde edilen veriler; güvenin, mutluluk ve yaşam doyumu ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir (Jovanović, 2016, 284). Araştırmalar güvenlik ihtiyacının yaşam kalitesini etkilediğini ortaya koyarken (Brown, Bowling & Flynn, 2004, 84-85) kişinin kendisini ve yaşamını güvende hissetmemesi de yaşam kalitesi algısının düşük olmasının bir nedeni olarak görülmektedir (Vaez, Kristenson and Laflamme, 2004, 229).

Öznel yaşam kalitesini etkileyen dördüncü alt boyut “mesleki doyum”dur. [Diener & Suh](#) (1997, 200) iş yaşamından elde edilecek doyumun, öznel iyi oluşu etkilediğini belirtirken; [Schimmack, Schupp](#) and Wagner (2008)'in araştırmaları işsizliğin öznel iyi oluşta etkili bir unsur olarak öne çıktığını göstermekte; Vaez, Kristenson and Laflamme (2004) ise çalışma koşullarının yaşam kalitesi algısını etkilediğini düşünmektedirler .

Araştırmanın ortaya koyduğu son alt boyut “dışa dönüklük”tür ve öznel yaşam kalitesinde öne çıkan iyilik hali ve olumlu duyguların varlığı, bu faktörde de kendisini göstermektedir. Yeniliklere açık, eğlenmeyi bilen ve maceracı bir ruha sahip olmak kuşkusuz mutlulukta ve yaşam kalitesinde anahtar bir rol oynamaktadır. Maceracı bir ruha sahip olmak, dışa dönük bir kişilik yapısının göstergesidir ve yapılan araştırmalarda, dışa dönüklüğün olumlu duygulanımı yordadığı (Gencer, 2018, 2626); ve psikolojik iyilik halinin en önemli belirleyicilerinden birisinin dışa dönük ve nevrotik kişilik özellikleri olduğu belirlenmiştir ([Schimmack, Schupp & Wagner](#), 2008). Ayrıca dışa dönüklük faktörünün içerdiği unsurların serbest zamanla yakından alakalı olduğu söylenebilir. “Yeniliklere açık olmak, hayallerinin peşinden gitmek ve

eğlence” çoğunlukla serbest zamanda gerçekleştirilecek etkinliklerle mümkündür ve öznel iyi oluşun serbest zaman gibi yaşam alanlarından doyumunu da içerdiğini vurgulayan çalışmalarla (Diener & Suh, 1997) örtüşmektedir.

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, öznel yaşam kalitesiyle ilgili ortaya çıkan alt boyutların olumlu duygular ve yaşamın farklı alanlarından alınan doyumla ilişkili olduğu ve Diener & Suh (1997)’un savını doğruladığı görülmektedir. Ayrıca bulgular, sıralaması ve etki oranı farklılık gösterse de WHOQOL’un alt alanları (fiziksel alan, psikolojik alan, sosyal ilişkiler alanı, çevresel etki alanı) ile benzerlik göstermektedir. WHOQOL ölçeğinde yer alan fiziksel ve psikolojik iyilik hali, olumlu duygular, özsaygı, hareketlilik, güvenlik, iş doyumunu, yeni bilgi ve beceri edinmek için fırsatlar, rekreasyon/serbest zaman aktivitelerine katılım ve fırsatlar (WHO, 1998), bu çalışmada ortaya çıkan alt boyutlarda da doğrudan ya da dolaylı olarak yer bulmaktadır.

Yaşam kalitesi doğası gereği dinamik, çok düzeyli ve karmaşık bir kavramdır ve birbiriyle etkileşime giren nesnel, öznel, makro-toplumsal ve mikro-bireysel, olumlu ve olumsuz etkileri yansıtır. Tanımlar üzerinde genel bir anlaşma olmadığı gibi, ölçüm için zorluklar da kaçınılmazdır. Yine de araştırmalar, yaşam kalitesinin bileşenleri ve belirleyicileri hakkındaki bilgi birikimini artırmıştır. Alanyazın, yaşam kalitesinin teorik olarak, bireyin fiziksel sağlığı ve işleyişi, psiko-sosyal refahı, psikolojik görünümü, psikolojik ve sosyal rol işleyişi, sosyal destek ve kaynakları, bağımsızlığı ve özerkliğinden algılananlar da dâhil olmak üzere çok çeşitli alanları kapsayabileceğini ortaya koymaktadır. Yaşam üzerinde, ekonomik koşullar, toplumun sosyal sermayesi ve siyasi dokusu dâhil olmak üzere dış çevrenin belirleyici etkisi vardır. Fakat en önemlisi bilişsel faktörlerin aracılık etmesi muhtemel bir kavram olan yaşam kalitesini, bireyin bakış açısını kapsayacak biçimde "deneyimleyen gözünden" değerlendirebilmektir (Brown, Bowling & Flynn, 2004, 46). Bu araştırmanın temel dayanak noktası da budur.

SONUÇ

Kişinin öznel algılarına ve toplumların kültürel farklılıklarına göre değişebilen bir durumu, herkes için aynı standartta ölçülebilecek bir yöntem yoktur. İnsanların yaşadıkları çevrede sahip oldukları olanaklar kadar, iç dünyalarında sahip oldukları duygular da yaşam kalitesini etkiler. Bu kişilerin daha kaliteli yaşam sürmeleri; kendileriyle barışık olmaları ve hayattan keyif alma hissiyle doğru orantılıdır. Bu nedenle bireylerin iç dünyalarında hangi duyguları yaşadıkları, kendilerini ve yaşadıkları çevreyi nasıl anlamlandırdıkları ve hayata bakış açıları ile ilgili öznel algılarının bilinmesi, yaşam kalitesi açısından belirleyicidir. Çünkü bu algının yüksekliği, yaşam kalitesinin yüksekliğiyle paraleldir. Bu bağlamda,

araştırma sonucunda bireylerin kendi dünyalarını duygu süzgecinden geçirerek yorumladıkları ve Türk yetişkinlerin öznel yaşam kalitesini belirlemede geçerli ve güvenilir olan bir ölçme aracının geliştirildiği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aydiner Boylu A., Paçacıoğlu B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri, Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi Cilt: 8, Sayı: 15, Yıl: 2016, 137-150.
- Başar E.E. (2016). Hane Halklarının Sürdürülebilir Tüketim Davranışlarının Ölçülmesine Yönelik Bir Ölçek Geliştirme Çalışması, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Erzurum.
- Başol, G. (2013). Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme. Ankara: Pegem Akademi.
- Brown J., Bowling A., Flynn T. (2004). Models of Quality of Life: A Taxonomy, Overview and Systematic Review of the Literature Review. European Forum on Population Ageing Research. European Forum on Population Ageing Research, London. <https://groups.google.com/forum/#!topic/abohabibas/Hoi0W-STeYI>
- Büyüköztürk, Ş. (2018). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum (24. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cummins R.A. (2002). The Validity and Utility of Subjective Quality of Life: a Reply to Hatton & Ager, Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities 2002, 15, 261–268.
- Cummins R.A. (2020). Quality of Life of Adults with an Intellectual Disability, Current Developmental Disorders Reports (2020), 7: 182–187.
- Çokluk Ö., Şekercioğlu G., Büyüköztürk Ş., (2012). Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları, Pegem Akademi Yayınları, Ankara.
- DeVellis, R. F. (2017). Scale Development: Theory and Applications (Fourth Edition). London: Sage Publications.
- [Diener E.](#), [Suh E.](#) (1997). Measuring Quality Of Life: Economic, Social, and Subjective Indicators. [Social Indicators Research](#), Volume 40, pp: 189–216.
- Erkuş A. (2012). Psikolojide Ölçme ve Ölçek Geliştirme-I, Pegem Akademi Yayınları, Ankara.

- Gaymu, J. & Springer, S. (2010). Living conditions and life satisfaction of older Europeans living alone: a gender and cross-country analysis. *Ageing & Society*, [Volume 30](#), [Issue 7](#), October 2010, pp. 1153 – 1175.
- Gencer, N. (Çeviren) (2018). Öznel iyi oluş: genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *11*(3), 2621-2638. doi: 10.17218/hititsosbil.457382
- Imbulana Arachchi, J., Managi, S. The role of social capital in subjective quality of life. *Humanit Soc Sci Commun* **10**, 31 (2023). Pp: 1-10. <https://doi.org/10.1057/s41599-023-01502-7>
- Jovanović V. (2016). Trust and subjective well-being: The case of Serbia. [Personality and Individual Differences](#), [Volume 98](#), August 2016, Pages 284-288.
- Kalaycı Ş. (2014). SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri (Ed.: Şeref Kalaycı), Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Lobos G., Schnettler B., Grunert K. G., Lapo C., Saens R. and Adasme C. (2021). Estimating Subjective Quality of Life in Urban Seniors in Chile. *Lecturas de Economía - No. 95* (julio-diciembre 2021), pp. 1-32.
- Michelson D, Lydiard RB, Pollack MH, Tamura RN, Hoog SL, Tepner R, Demitrack MA, Tollefson GD (1998). Outcome assessment and clinical improvement in panic disorder: evidence from a randomized controlled trial of fluoxetine and placebo. The Fluoxetine Panic Disorder Study Group. *AM J Psychiatry*. 155:1570-1577.
- Öner D.Ş. (2005). Emekli Bireylerde Yaşam Kalitesi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Schimmack, U., Schupp, J., & Wagner, G. G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research* 89, 41-60.
- Sipahi B., Yurtkoru E.S., Çinko M (2008). Sosyal Bilimlerde SPSS'le Veri Analizi, Beta Yayınları, İstanbul.
- Skantze, K., Malm, U., Dencker, S. J., & May, P. R. (1990). Quality of life in schizophrenia. *Nordisk Psykiatrisk Tidsskrift*, *44*(1), 71–75.
- Şencan H. (2005). Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenirlik ve Geçerlilik. Seçkin Yayıncılık, Ankara.
- Tavşancıl E. (2002). Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi. Ankara: Nobel Yayınevi, 1.baskı.
- Theofilou P. (2013). Quality of Life: Definition and Measurement, *Europe's Journal of Psychology*, 2013, Vol. 9(1), 150–162.

- The PEW Global Attitudes Project (2002). What the world Thinks in 2002. The Pew Research Center For The People & The Press, Washington D.C., USA. <https://www.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/4/legacy-pdf/165.pdf>
- Ulutürk-Akman, S. (2021). Mutluluk ve Yaşam Memnuniyetinin Belirleyicileri Türkiye İstatistik Kurumu Yaşam Memnuniyeti Araştırması Üzerine Analizler. Journal of Social Policy Conferences, Sayı:81, 35-69.
- Vaez M., Kristenson M. And Laflamme L. (2004) Perceived Quality Of Life And Self-Rated Health Among First-Year University Students A Comparison With Their Working Peers. Social Indicators Research 68: 221–234, 2004.
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life ordering concepts and measures of the good life. Journal of Happiness Studies, 1, 1-39.
- World Health Organization (1998). WHOQOL User Manual. <https://www.who.int/tools/whoqol>
- Yaşlıoğlu M. M. (2017). Sosyal Bilimlerde Faktör Analizi ve Geçerlilik: Keşfedici ve Doğrulayıcı Faktör Analizlerinin Kullanılması. İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi, Vol/Cilt: 46, Özel Sayı 2017, 74-85.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2006). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri, Ankara: Seçkin Yayınları.