

Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının Bazı Değişkenlere Göre Yordanması

Ayşe Özlem ÜNAL¹, Mustafa ŞAHİN²

Özet

Bu araştırma algılanan sosyal destek içerisinde yer alan değişkenlerin ve bazı demografik değişkenlerin (cinsiyet, yaş, anne-babanın birlikte ya da ayrı olma durumu) lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını yordama gücünü ve bu öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin sınıf düzeyine, kardeş sayısına ve anne ve babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ), Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ) ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırma 372 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler üzerinde aşamalı çoklu regresyon analizi ve ANOVA testi yapılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde; cinsiyet, yaş ve anne- baba birlikteliği değişkenleri yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Kardeş sayısı ve sınıf düzeyleri anne-baba eğitim düzeyi farklı olan lise öğrencilerinin yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Ancak anne-baba eğitim düzeyi değişkeni açısından öğrencilerin yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bulgusuna erişilmiştir ki; lise öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim düzeyi arttıkça yaşam doyumlarının arttığı sonucuna erişilmiştir. Aile ve öğretmen sosyal desteği ise lise öğrencilerinin yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

Anahtar kelimeler: Lise Öğrencileri, Yaşam Doyumu, Algılanan Sosyal Destek, Bağlanma Tarzları

Abstract

The study was conducted to predict the life satisfaction of high school students by variables included in social support and demographic variables (gender, age and marital status) and were this student's life satisfaction levels differentiate or not according to grade levels, number of brothers\ sisters and education level of parents. Life satisfaction scale, Perceived Social Support-Friends, Family and teacher scale And The Personal Information Form which was designed by the researcher were used in this study. The validity and reliability studies of the scales and the regression analysis were carried out on 372. Data were analyzed by multiple regression analysis. The results of this study showed that: Gender, age and marital status which were included in demographic variables were not significant in predicting the life satisfaction of high school students. According to the number of brothers\ sisters variables and different grade levels; there were not significant differences in life satisfaction points of high school students. According to education level of parents variables; there were significant difference in life satisfaction points of high school students High school students life satisfaction points were increased when were increased. Perceived social support from family and teacher were significant in predicting the life satisfaction of high school students. **Key Words:** High School Students, Life Satisfaction, Perceived Social Support and Attachment Styles.

GİRİŞ

Lise çağında birey olma yolunda ilerleyen ergenler kendilerini cinsel, sosyal ve ideolojik kimlik krizi, sosyal beklentiler ve istekler, akran ilişkileri, kuşak çatışması, yakınlık kurma çabası, otonomi ve özgürlük isteği gibi pek çok karmaşanın ve bu karmaşaya çözüm arandığı fırtına ve stres sürecinin içinde bulurlar (Onur, 2001, s: 13-20). Bu dönemde yaşanan biyolojik değişim, gelişimsel görevlere meydan okuma ve bilişsel olgunlaşma ergenin duygusal iyilik halini etkilemekte ve önemli oranda strese neden olmaktadır. Örneğin büyük oranda intihar girişimlerinin 15-19 yaşları arasında görülmesi bunun kanıtıdır. Buluş çağındaki biyolojik değişimler, önceki gelişimler gibi bundan sonraki gelişimsel sürecin ve ergenlik döneminin başlangıcının ifadesidir. Yaşanan hızlı değişme ve gelişmeler insan yaşamını olumlu ve olumsuz birçok yönden etkilemektedir. Değişim süreci ve bu değişmeye

¹ Uzman Psikolojik Danışman, MEB, pdr_a.ozlem@hotmail.com

² Doç. Dr., Karadeniz Teknik Üniversitesi, mustafa61@ktu.edu.tr

bağlı olarak gösterilmesi gereken uyum çabası ne kadar fazla ise bireyin bunu algılama ve yorumlama düzeyine göre ortaya çıkacak stres tepkisi de o oranda yüksek olacaktır. Ergenlik döneminin tipik özelliklerini barındırdığı için lise dönemi, önleyici sağlık ve psikolojik danışma programlarının uygulanması için uygun bir dönemdir. Liselerde özellikle, psikolojik danışma ve rehberlik birimlerine bu konuda önemli görevler düşmektedir ki; son yıllarda tıbbi modellere alternatif olarak psikolojik danışma ve rehberlik alanında önleyiciliğe odaklanan, bütüncül sağlıklı fonksiyonda bulunmayı öneren iyilik hali modelleri geliştirilmiştir. Profesyonel psikolojik danışma yaklaşımlarının gelişim süreci ve felsefesi ile paralellik gösteren, önleyici olduğu kadar koruyucu olan bu modeller, danışanların yaşam kalitesini güçlendirmelerine yardımcı olmayı ve yaşam doyumlarını arttırmayı amaçlamaktadır. Toplumsal yapının temeli olan bireylere bedensel, ruhsal ve sosyal boyutlarda işlerlik kazandıracak programlar ve bu modellere dayanan psikolojik danışma yaklaşımları geliştirebilmek için öncelikle bireylerin iyilik halinin ve doyum kaynaklarının değerlendirilmesi gereklidir (Doğan, 2003, s: 45-48).

Dünya Sağlık Örgütü 1948 yılında sağlığı; "sadece hastalığın ve sakatlığın olmaması değil, aynı zamanda tam bir fiziksel, sosyal ve ruhsal iyilik halidir" şeklinde tanımlamıştır. Witmer ve Sweeney (2002), iyilik halini "bireyin sosyal ve doğal çevrede tam fonksiyonel olarak yaşaması için beden, zihnin ve ruhun birleştiği optimal sağlık yönelimli bir yaşam biçimi ve iyi olma durumu" olarak tanımlamaktadırlar. İlk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılan yaşam doyum kavramı, bir insanın beklentileriyle, elinde olanların karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur.

Yaşam doyumunu etkileyen çeşitli faktörler bulunmaktadır. Yapılan pek çok araştırma sosyal desteğin, bireylerin yaşam doyumunu etkilediği yönündedir (Whatley ve Clopton, 1992; Marks ve McInahan, 1993; Hashima ve Amato, 1994; Golbeck, Schmitz, Besier, Herschbach ve Henrich, 2007; Canetti ve Bachar, 1997; Yarcheski, Mahon ve Maine, 1994; Barrera, Chassin, Rogosch, 1993; Ducharme, Doyle ve Markiewicz, 2002; Armsden ve Greenberg, 1987; Lan Liu, 2006; Perrone, Webb ve Jackson, 2007; Combas ve diğ., 1986; Benson ve Deeter, 1992; Meehan, Durlak ve Bryant, 1993). Son 30 yıldır, koruyucu ruh sağlığının bir parçası ve başa çıkma kaynağı olarak da sosyal desteğin rolü büyük ilgi uyandırmakta, özellikle de yapılan araştırmalar ağırlığını sosyal ilişkilerin yeterince destekleyici olup olmadığına yani kişinin kendi izlenimleri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu anlamda, bireyin yaşamdan ne kadar doyum aldığı onun subjektif algılaması ile doğru orantılıdır. Bu kapsamda sosyal destek; stres verici veya zorlayıcı bir durumda bireye yakınları, aile üyeleri, akrabaları, arkadaşları ve toplumsal ilişkiler tarafından sağlanan maddi ve manevi yardım, destek olarak tanımlanabilir. Algılanan sosyal destek ise sosyal destek işlevlerinin yeterli olup olmadığı konusunda kişinin kendi yargısıdır.

Yaşam doyumunu etkileyen faktörlerden bir diğeri de bağlanma tarzlarıdır. Bağlanma, bebek ile bakımı üstlenen kişi arasında kurulan fiziksel ve duygusal yakınlığı temel alan güvenlik ve keşfetme ihtiyacını gideren her türlü davranış olarak tanımlanmaktadır (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2006: 261-274; Bahadır, 2006: 24-37). Bağlanma davranışı kişinin kendi seçimi doğrultusunda bir bireye yönelik yakınlık kurması ya da kazanması sonucu ortaya çıkmaktadır. Çocukluk dönemindeki tek yönlü bağlanmaya karşın ergenlikte ilişkilerde karşılıklı ilkesi geçerlidir ve bu ilke ile ergen başkaları içinde güvenli üs olmaya başlar. Ergen bir yandan özerk olmaya çalışırken bir yandan da aile, arkadaş, romantik partner gibi sosyal destek öğelerinin yanında olduğunu bilmek ister; ancak böylece bu destek sistemlerinden güç alarak kendi bireyselliğini ilan edebilir, benlik gelişimini sağlayabilir ve etkili başa çıkma yolları ile döneminin zorluklarının üstesinden gelerek, olumlu kişiler arası ilişkiler geliştirebilir. Ergen bu dönemde kabul edilmek, sevilme ister ki; başkalarının kendi hakkındaki düşünceleri onlar için merak ve önem unsuru olmaktadır. Ergen bu dönemde kişiliğini ararken anne ve babasının etkisinden kurtulmaya çalışmaktadır. Bu döneme kadar anne ya da babasını model alan, onlara benzemeye çalışan

ergen bu dönemde ailesine benzemeyen aksi yönde tutum ve davranışlar gösterebilir.

Yetişkin adayları olan ve bu kadar çok sorunla karşılaşan ergenlerin yaşamı nasıl algıladıkları, yaşamdan ne kadar doyum aldıkları bilinmemektedir ki bu kapsamda ülkemizde konu ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve anne babanın birlikte-ayrı olma durumlarının, algıladıkları aile, arkadaş ve öğretmen sosyal desteğinin ve bağlanma tarzlarının yaşam doyumunu ile ilişkisini incelemektir.

Yaşam Doyumu

Dünya Sağlık Örgütü 1948 yılında sağlığı; “sadece hastalığın ve sakatlığın olmaması değil, aynı zamanda tam bir fiziksel, sosyal ve ruhsal iyilik halidir” şeklinde tanımlamıştır İlk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılan yaşam doyumunu kavramı, bir insanın beklentileriyle, elinde olanların karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur. Mutluluk ise; moral gibi değişik açılardan iyi olma halini ifade eder. Pek çok kaynakta yaşam doyumunu; iyilik hali, iyi olma ve yaşam kalitesi kavramları ile birlikte yer almaktadır. İyilik hali kavramı ise, bireyin kendi iyilik hali düzeyini belirlemede aktif rol oynayan bir yaşam biçimidir (Akt. Doğan, 2006, s: 120-129.). Yaşam doyumunu ise bireyin kendi seçtiği kriterlere göre yaşamın niteliği hakkında genel değerlendirmesidir.

Başlangıçtan itibaren insanın mutsuzluğuna dikkat çeken, mutsuzluğa odaklanan ve pozitif fonksiyonunun neden ve sonuçlarından ziyade; acı kaynaklarına kendini adayan psikoloji bilimi, son zamanlarda sosyal psikologlarca bireylerin psikolojik iyilik halleri ile ilgilenmektedir ki; pozitif psikolojinin gelişimiyle de insanların iyilik hali ve mutluluğuna, yaşam doyumlarının ne katkı sağladığı sorusuna yönelik çalışmalara ilginin artmasıyla eş zamanlı gelişmiştir (Diener ve diğ., 1995, s: 851-864). Tüm bu gelişmeler göz önünde bulundurulduğunda yaşam doyumunu bugün üzerinde durulması ve araştırılması gereken önemli bir kavram, neden-sonuç ve boyut haline gelmiştir.

Yaşam doyumunu öznel/sübjektif iyilik kavramının bir boyutu olarak değerlendirilmektedir. Öznel iyilik hali hem yaşam doyumuyla (bilişsel değerlendirme) hem de buna eşlik eden duyguyla (devam eden duygusal tepkiler) ilgilidir. Bu sebeple pek çok kaynakta yaşam doyumunu; iyilik hali, iyi olma ve yaşam kalitesi kavramları ile birlikte yer almaktadır. Yaşam doyumuna ilişkin çok sayıda tanım bulunmaktadır ve bu tanımlar göz önünde bulundurulduğunda genel olarak yaşam doyumunu üç kategoride gruplandırmak mümkündür. Buna göre birinci grupta; yaşam doyumunu iyi oluş, erdem, kutsallık gibi dış bir ölçüte dayanarak tanımlanmıştır (Vara, 1999, s: 35-42; Yetim, 1992, s: 81-87). İkinci grupta ise insanların yaşamlarını olumlu değerlendirmelerine neyin yol açtığı sorusu üzerine, bireylerin kendi yaşamlarına ilişkin yargılarını etkileyen faktörler incelenmiştir (Moles ve Bilgin, 1985, s: 113-131). Üçüncü grupta da mutluluk, günlük yaşamın akışı üzerinde temellenmiştir. Bu da günlük ilişkiler içinde olumlu duygunun olumsuz duyguya egemen olması anlamına gelmektedir (Aksayar, Yıldız ve Ergün, 1998, s: 43-51).

Çok boyutlu bir kavram olan yaşam doyumunu tek bir alandaki doyumunu değil, yaşam alanlarının tümündeki doyumunu ifade etmektedir. Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen unsurlar ise günlük yaşamdan mutluluk duyma, yaşamı anlamlı bulma, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkilerdir. Ruh sağlığına bakıştaki tüm bu gelişmelerden sonra iyi oluş konusuna ilgi artmıştır. İyi oluş konusunda kavramsal ve kuramsal ilerleme yeterince sağlanamamış olmakla birlikte insanın mutluluğunu, öznel iyilik halini açıklamaya çalışan bazı kuramlar bulunmaktadır. Bu kuramlardan bazıları, Telik Kuramı, Haz ve Acı Kuramı, ve İlişkilendirici Kuramıdır. *Telik Kuramına (Telic Theory)*, göre bir hedefe ulaşıldığında ya da bir ihtiyaç karşılandığında mutluluğa ulaşılır (Deiner, 1984, s: 542-575). İhtiyaçların doyurulmasının mutluluğa, karşılanmamasının ise mutsuzluğa neden olduğu belirtilmektedir. Telik kuramını farklı açıdan ele alan *İhtiyaçlar Kuramında* ise bireyin

karşılama istediği doğuştan getirilmiş ya da sonradan öğrenilmiş ihtiyaçların farkında olsun ya da olmasın, mutluluk, bu ihtiyaçların karşılanmasına bağlıdır. *Hedef/amaç Kuramı* ise bu görüşün aksine bireyin farkında olduğu ihtiyaçlara dayalıdır. Birey farkında olmadan belirli hedeflerin peşinde koşar ve ancak elde edince mutlu olur. Ancak ihtiyaçlar, Maslow'unda ihtiyaçlar hiyerarşisinde ifade ettiği gibi evrensel olabildikleri gibi, Murray'in belirttiği gibi bireyden bireye farklılıklar da gösterebilirler. Telik yaklaşımların sınırlılığı ise açıkça formüle edilip test edilmemesidir. İsteklerin ve hedeflerin açıkça ölçülmesi, boylamsal çalışmalarla hedeflerin gerçekten öznel iyilik halini artırıp arttırmadığının belirlenmesi gereklidir (Diener ve diğerleri, 1985, s:71-75).

Diğer bir kuram olan *Haz ve Acı Kuramına (Pleasure And Pain Theory)*, göre haz ve acı birbiriyle ilişkilidir. Birey ihtiyaçlarını karşılayamadığı sürece mutsuzluk yaşar; ancak sürekli karşılanırsa mutluluk yaşar. Yine de bireyin isteklerinin ve hedeflerinin sürekli olarak karşılanması da büyük mutluluk yaşamasını olanaksız kılabilir. Wilson (1960), yinelenen ihtiyaçların kısır bir döngü oluşturduğunu ve bu döngü içinde en ödüllendirici olanın kendini tekrarladığını ileri sürmektedir Yoğun haz yaşayanlar aynı zamanda yoğun olumsuz duygular da yaşarlar. Örneğin; kişi için önemli bir hedef söz konusu ise ve bunun için çok çaba harcamış ise başarısızlık önemli miktarda mutsuzlukla, başarı ise daha çok mutlulukla sonuçlanacaktır. Benzer şekilde bir hedefe ulaşmak birey için çok da önemli değilse o zaman başarısızlık onda büyük bir mutsuzluk yaratmayacaktır. Katılım, çaba harcama ve kendini adama bu nedenle bireyin yaşayacağı duygunun yoğunluğunu arttıracaktır(Diener vd., 1985, s:71-75).

Haz ve acı kuramlarından; *Karşıt Süreçler Kuramında (Opponent Process Theory)* ise iyi şeylerin kaybedilmesinin mutsuzluğa, kötü şeylerin kaybedilmesinin ise mutluluğa neden olacağını belirtmektedir. İnsanlar iyi ya da kötü nesnelere alışır ve bunlarla sürekli olarak karşılaşmak onları duyarsızlaştırır ve onlara ya daha az mutluluk getirir ya da mutsuzluk getirir. *Aşağıdan Yukarıya Kuramına (Bottom-Up Theory)* göre mutluluk küçük küçük hazların toplamıdır. Mutlu bir yaşam, mutlu anların, zaman dilimlerinin toplamıdır. *Yukarıdan Aşağıya Kuramı (Top-Down Theory)* ise bireyin olayları olumlu bir şekilde yaşama eğilimi olduğunu, yaşama pozitif yaklaşımı olduğunu ve bunun da dünya ile olan etkileşimlerini etkilediğini; yani bireyin mutlu olduğu için hazlardan hoşlandığını ya da tersinin geçerli olduğunu ileri sürmektedir. Bu anlamda kişilik özelliklerinin bireylerin olaylara tepki verme biçimini etkilediği söylenebilir

İlişkilendirici Kuram (Associationistic Theory) ise bazı insanların mutluluğa eğilimli bir mizaçları olduğunu; bellek, koşullanma ya da bilişsel ilkelere dayalı olarak açıklayan pek çok model birleştirici modeller başlığı altında sınıflandırılabilir. Bu anlamda iyi olaylar bireyin içsel faktörlerine atfedilirse daha çok mutluluk getirirler. Bir diğer olasılık da iyi olarak algılanan olayların yapılan yüklemelerden bağımsız olarak mutluluk getirmesidir Bu başlık altında ele alınabilecek kuramlardan *Yargı Kuramı (Judgement Theory)*, mutluluğun bazı ölçütler ile gerçek koşulların kıyaslanmasının sonucu olduğunu ancak gerçek koşulların, ölçütleri aşması halinde bu durumun mutlulukla sonuçlanacağını ileri sürmektedirler (Diener, 1984, s: 542-575). *Sosyal Kıyaslama Kuramı'nda (Social Comparison Theory)* ise birey değerlendirme için içsel değil dışsal ölçüt olarak bir başkasını kullanır. Eğer birey başkalarından daha iyiyse, birey doyum alacaktır ya da mutlu olacaktır (Diener ve diğerleri 1985, s: 71-75; Fabian, 1990, s: 161-170). *Uyum ve Ranj-Sıklık Kuramı'nda (Adaptation Atheory, Rangefrequency Theory)*, değerlendirme kriteri bireyin geçmiş yaşantıdır. Eğer bireyin şimdiki yaşamı geçmişteki yaşamından daha iyiyse muhtemelen daha mutlu olacaktır. *Çoklu Farklılıklar Kuramı'nda ise; (Multiple Discrepancies Theory)* öznel doyumun bireyin sahip olduklarıyla onun istedikleri; başkalarının sahip oldukları; bireyin geçmişte sahip oldukları; bireyin geçmişte elde etmeyi bekledikleri; bireyin gelecekte elde etmeyi bekledikleri; bireyin hak ettikleri ve bireyin ihtiyaç duydukları arasındaki farklılıklara dayalı olduğu ileri sürülmektedir (Fabian, 1990, s: 161-170). Son olarak *Uyum Kuramı'nda (Adaptation Theory)*,

kıyaslama bireyin kendi yaşantularından kaynaklanan bir ölçüte dayalıdır. Yani şimdiki olay, içsel ölçütten daha iyiyse birey mutlu olacaktır ve sonraki olaylar için ölçütünü yükseltecektir. Bu nedenle *bu* kurama göre birey olayların düzeyine alışacağı için bireyin yaşamındaki son değişiklikler mutluluk ya da mutsuzluk üretecektir.

Geleceğin potansiyel insan gücü, yetişkinleri ve anne babaları olacak ergenlerin psikolojik sağlıklarının temeli olan yaşam tarzları ve yaşamdan aldıkları doyum oldukça önemlidir. Bu anlamda öğrencilerini kendi iyilik halini geliştirecek bilgi, anlayış ve beceriye sahip olmaları beklenmektedir ki; araştırmalar bu dönemde uygulanan iyilik hali programlarının etkililiğini göstermektedir. Hawkins ve Seeley (1992) ve Fur ve Funder ise (1998) göre yaşam doyumunun düşük olması çeşitli sosyal ve psikolojik sorunla ilişkilidir ki, bu sonuçlar önleyici rehberlik modeli ve potansiyel risk faktörlerinin göz önünde bulundurulması açısından önemlidir. Bray ve Gunnell, 2006; Zullig, Valois ve Huebner'in (2005) araştırma sonuçları; düşük yaşam doyumunun depresyon, anksiyete ve intihar gibi somataform bozukluklardan ve ruhsal sağlık problemlerinin önceden bilinmesini sağlandığını ortaya koymuştur. Valois, Zullig ve Huebner'in (2003) yaptıkları pek çok çalışma, algılanan yaşam doyumsuzluğu ile uygun olmayan sağlıksız davranışların ilişkili olduğunu göstermektedir (Akt. Goldbeck ve diğerleri, 2007, s: 969-979).

Bu çerçevede öğrencilerinin iyilik halini etkileyen faktörlerin bilinmesi, iyilik hali programlarının geliştirilmesi, öğrencilere Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) hizmeti sunan psikolojik danışmanların yıllık PDR programlarını daha gerçekçi olarak hazırlamaları anlamında katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Bu konuda okul yönetici ve öğretmenlerin, okulun ve eğitimin kaynaklarını öğrencilerin ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde doğru yönlendirmelerine de katkı sağlayabilir ki; üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bazı araştırmalar da üniversite yöneticileri ve çalışanlarının öğrencilerin iyilik halini geliştirmeyi yükseköğretimin misyonu ve öğretimin bir bölümü olarak görmelerinin programların etkililiğini artırıcı bir unsur olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, benzer uygulamaların orta öğretim seviyesinden itibaren okullarda uygulanmaya başlaması ve okulların bu anlayış ile yapılandırılması ile sağlıklı toplumların temelini inşa edilebileceği öngörülmektedir.

Algılanan Sosyal Destek

Tanımlanması, kavramsallaştırılması ve ölçülmesi zor, çok yönlü bir kavram olan sosyal destek, 1970'li yıllardan itibaren ele alınmıştır. Sosyal destek, bir bireyin stresle başa çıkabilme yeteneğine katkıda bulunan psikolojik ve araçsal kaynakları sağlar (Cohen, 2004, s: 676-684). Bireyin kendisinin ve yakın çevresinin oluşturduğu sosyal ağın birey tarafından yeterince destekleyici olup olmadığı algılanması bireyin yaşamında oldukça önemlidir. Bu anlamda, algılanan sosyal destek de sosyal desteğin yeterli olup olmadığı konusunda bireyin algısıdır (Sorias, 1992, s: 33-49) Algılanan bu sosyal destek bireyin yaşam olayları karşısında güçlü olmasında, stresle başa çıkabilmesinde, problemlerini etkin şekilde çözüp baş etme becerisi geliştirmesinde temel olmaktadır. Sosyal desteğin öğeleri olan aile, arkadaş, çocuk, eş ve akrabalarla kurulan ilişkinin niteliği, miktarı, erişebilir oluşu bireyin algılamasını etkilemektedir Doğrudan Etki (main effect) ve strese karşı kalkan kabul edilen Tampon Etki (buffering effect) adı verilen iki kavramsal model sosyal desteği farklı iki açıdan ele almaktadır. Doğrudan etki modeli; sosyal desteğin bireyi güçlendirdiğini, sağlık durumunu iyileştirdiğini, kontrol duygusunu arttırdığını, benlik algısını değiştirip özsaygıyı arttırdığını vurgulamaktadır. Sağlık ile doğrudan ilişkili olan ve doğrudan etkisi olduğunu iddia eden bu model sosyal desteğin her koşulda olumlu etki yarattığını; ancak olmaması durumunun tek başına dahi olumsuz etki yarattığını ileri sürmektedir.

Sosyal desteği strese karşı kalkan kabul eden tampon etkisi modelinde ise sosyal desteğin, bireyi zorlayıcı ve tehdit edici bir durumda; sosyal desteğin duygusal iyilik halini, bilgi düzeyini, bakış açısını etkilediğini, dengeyi sağladığını öne sürmektedir. Bazı

araştırmalarda, Temel Etki ya da Doğrudan Etki modeline ve Tampon Etkisi modeline ek olarak Sosyal Destek ve Olumsuz Yaşantıların Etkisi yaklaşımı da yer almaktadır. Sosyal destek ve olumsuz yaşantıların etkisi yaklaşımına göre ise sosyal destek ve olumsuz yaşam olayları kişinin gerek ruhsal gerek fiziksel yaşamını bağımsız olarak etkilemektedir. Sosyal destek, doğrudan etki yaklaşımında olduğu gibi eksikliği tek başına bireyin yaşamını olumsuz yönde etkilemekte, duygusal modu düşürmektedir (Güngör, 2006, s: 25-30).

Sosyal destek çeşitli kuramcılar tarafından farklı boyutlarıyla tanımlanmaktadır. Örneğin Cohen ve Wills'e (1985) göre sosyal destek; a) duygusal, b) araçsal, c) bilgisel ve d) yaygın olmak üzere dört boyuta ayrılmaktadır. *Duygusal destek*; sevgi, şefkat, anlayış, değer verilme, özen, ilgi, korunma, ait olma, ihtiyaçlarını içine alan yakın destektir. *Araçsal destek*; maddi kaynaklı, materyal, araç gereç ve parasal yardım gibi somut destektir. *Bilgisel destek*; sorunlarla başa çıkma yollarında, problemi tanımlamada, karar verme sürecinde alınan bilgi desteği; bilişsel rehberliktir. *Yaygın destek ise* sosyal arkadaşlığı içine alan eğlenme, rahatlama, vakit geçirme olarak tanımlanan destektir.

Sosyal Destek Modelleri

Sosyal destek modelleri; sosyal desteğin tanımını yapan; Niceliksel yaklaşım ve sosyal desteğin etkisini inceleyen Niteliksel modeller olarak iki yaklaşımda ele alınmaktadır. Niteliksel yaklaşım sosyal ağ kavramını inceleyerek bireyin bir grup içindeki insanlarla olan ilişkilerini, bağlarını ele almaktadır. Bu ağ bireyleri sosyal desteğin iletimini sağlar. Niteliksel yaklaşım sosyal desteği yardım boyutunda ele alır; maddi, duygusal ve zihinsel olmak üzere ikiye ayırmaktadır.

Niceliksel yaklaşım ise sosyal ağı büyüklük, bağlanma gücü, dağılım, ilişkilerin sıklığı, simetri ve homojenlik gibi niceliksel açıdan ele almaktadır. İşte bu sosyal ağın birey tarafından yeterince destekleyici olup olmadığı konusundaki değerlendirilmesi ve izlenimi, algılanan sosyal destek olarak tanımlanmaktadır (Sorias, 1988: 23-33). Bireyin kendini sevilen, yardım aranan, destek alınan, gerektiğinde yardım arayan ve destek olan kişi olarak algılaması kişilerarası ilişkilerinde doyum sağlamaktadır.

Bağlanma ile İlgili Kuramsal Bilgi

Bağlanma davranışı, bebek ile bakımını üstlenen kişi arasında kurulan fiziksel ve duygusal yakınlığı temel alan güvenlik ve keşfetme ihtiyacını gideren her türlü davranış olarak tanımlanmaktadır (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2006: 261-274). Bağlanma davranışı kişinin kendi seçimi doğrultusunda bir bireye yönelik yakınlık kurması ya da kazanması sonucu ortaya çıkmaktadır 0-2 yaş dönemi olarak tanımlanan bebeklik dönemi, çocuğun yeterli düzeyde becerilerinin gelişmediği, olgulaşmadığı ve buna bağlı olarak kendisine bakım veren kişiye karşı tam bağımlılığın söz konusu olduğu bir dönemdir. Bu anlamda bağlanma davranışı, tek taraflı olmaya, karşılıklı etkileşimi içine alan ve bağlanılan kişinin yanında olma arzusu duyma, bu kişinin yokluğunda kaygılanma, varlığında ise güven ve ait olma duygularını içine alan bir davranış örüntüsüdür (Onur, 2006: 34-39).

Bağlanma Kuramı

Bağlanma teorisi John Bowlby ve Mary Ainsworth'un çalışmaları ve araştırmaları üzerine temellenir. Temel prensibi; erken dönemlerde anne veya bakım veren ile kurulan ilişki sonraki yaşamdaki sosyal ilişkilerin prototipidir. Bağlanma kuramı; insanların kendileri için önemli olan başka kişilerle güçlü duygusal bağlar kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır. Bu anlamda insanların kendileri için önemli olan diğerleri ile duygusal bağ kurma eğiliminin nedenlerini açıklayan bir yaklaşımdır.

Bowlby'e göre bakıcı ile çocuk arasındaki yakınlık, çocuğun çevresini keşfetmede kullanabileceği "güvenli bir üs" ve tehlike anında korunabileceği sağlam bir sığınak işlevi görür. Bağlanma figürünün, ulaşılabilirliği tehdit edildiği anda bağlanma sistemi otomatik

olarak etkinleşir. Bu durumda anne ya da bakıcının çocuğa göstereceği tepkilerin niteliğine bağlı olarak etkileşen bağlanma sistemi, ya bakıcı ile temasın yeniden kurulmasını, ilişkilerin onarılmasını kolaylaştırır ya da sonuçta çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığı protesto tepkilerini ortaya çıkarır (Akt. Sümer ve Güngör, 1999: 71-109).

Bowlby (1969, 1980), yaşamsal değeri olan bağlanmanın üç temel işlevini açıklar; birincisi çocuğun dünyayı keşfederken, dış dünyayı tanımlarken geri dönülebilecek bir liman, bir sığınak olması, ikincisi; fiziksel gereksinimleri karşılması, üçüncüsü ise hayata dair güvenlik duygusunu geliştirme imkânı vermesidir. Bowlby, annenin çocuğun yeterli gereksinimlerini karşılamaması durumunda çocukta patoloji gelişebileceğini, öz benlik algısının bozulabileceğini vurgulamaktadır. Bu anlamda başlangıçta anne tarafından karşılanan güvenlik duygusunun çocuğun sonraki yaşamında tüm dünyayı, "ötekileri", diğer insanları algılayışı etkilemektedir. Bowlby bunu " İçsel Çalışma Modelleri" (internal working models) kavramıyla açıklamaktadır (Akt. Sümer ve Güngör, 1999: 71-109).

Bartholomev ve Horowitz'in (1991) Dörtlü Bağlanma Tarzları Modeli

Güvenli (Secure) Bağlanma Tarzı: Bireyin hem benlik hem başkaları boyutlarını olumlu olarak gördüğü bağlanma tarzıdır. Kişi kendisinin sevmeye değer olduğunu, başkalarının da genel olarak kabul edici ve destekleyici olduğunu düşünür, ilişkilerinde güvenli ve rahattır (Onur, 2006:26).

Saplantılı (Preoccupied) Bağlanma Tarzı: Kişinin kendisiyle ilgili değersizlik duyguları beslediği (olumsuz benlik modeli), partnerlerini ise olumlu olarak değerlendirdiği (olumlu başkaları modeli) bağlanma tarzıdır. Bu bağlanma tarzına sahip bireyler, kendilerini sevmeye layık görmezken başkalarını sevmeye değer bulurlar, ilişkilerinde takıntılıdır.

Kayıtsız (Dismissing) Bağlanma Tarzı: Benlik modelinin olumlu ancak başkaları modelinin olumsuz olduğu bağlanma stildir. Kendilerini değerli görme eğilimindeyken, başkalarına karşı olumsuz tutum içerisindedirler. Bu kişiler özerkliğe aşırı önem verirler; başkalarına duyulan ihtiyacı ve yakın ilişkilerin önemini savunmacı bir şekilde reddederler. (Onur, 2006: 28).

Korkulu (Fearful) Bağlanma Tarzı: Her iki zihinsel model de olumsuzdur. Bu tarz güvenli bağlanma tarzının tam tersidir. Değersizlik duyguları içinde birey kendini başkalarının sevgisine ve desteğine layık görmez; başkalarını da reddedici ve güvenilmez olarak görür. Bu kişiler ilişkiye girmekten kaçınırlar, değersiz olduklarını ve kimsenin onları sevmeyeceğini düşündüklerinden diğer insanlardan uzak dururlar (Sümer ve Güngör, 1999: 71-109).

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırma evrenini 2009-2010 eğitim ve öğretim yılında Muğla ili Fethiye ilçesinde öğrenim gören tüm anadolu ve düz lise öğrencileri oluşturmuştur. Meslek liseleri ve özel statüdeki liselerde bulunan öğrenciler araştırma kapsamına alınmamıştır. Uygulama, Lise 1., 2. 3. ve 4. sınıflarından birer sınıf seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilmiştir.

Araştırma Modeli

Araştırmacının amacına yönelik Betimsel korelasyonel yöntemle göre yapılmıştır. Betimsel Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, belli bir zaman kesiti içinde çok sayıda denek ve objeden elde edilen verilerin analizi ile araştırma problemine veya problemlerine cevap aranarak, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilemez (Karasar, 2002: 77).

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Bu çalışmada lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerini ölçmek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffın (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye Köker (1991) tarafından çevrilen ve uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeği (The Satisfaction With Life Scale) kullanılmıştır. Diener ve arkadaşları orijinal çalışmada ölçeğin güvenilirliğini $\text{Alpha} = .87$, ölçüt bağımlı geçerliğini ise .82 olarak bulmuşlardır. Ölçek Türkiye'deki popülasyona Yetim (1993), tarafından uygulanmış, güvenilirlik çalışmaları sonucunda; $\text{Alpha} = .86$, test-tekrar test güvenilirliği .73 bulunmuştur. Bu çalışmada $\text{Alpha} = .82$ bulunmuştur.

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ)

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ), bireyin ailesinden, akraba, arkadaş ve öğretmeninden, kurum ve kuruluşlarıyla içinde yaşadığı toplumdan elde ettiği sosyal destek düzeyini belirlemek amacıyla Yıldırım (1997) tarafından geliştirilmiştir. ASDÖ'nin Aile Desteği (AİD), Arkadaş Desteği (ARD), Akraba Desteği (AK), Öğretmen Desteği (ÖD) ve Toplum Desteği (T) olmak üzere beş alt ölçeği ve toplam 26 maddesi bulunmaktadır. Bu çalışmada aile, arkadaş ve öğretmen olmak üzere üç alt ölçek kullanılmıştır.

Bu çalışmada Alfa güvenilirlik katsayısı; aile (AİD) = .80; akraba (AK) = .74; öğretmen (ÖĞ) = .76 olarak bulunmuştur.

İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)

Griffin ve Bartholomev (1994), tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) 1-7 arasında değişen likert tipi 30 maddeden oluşan bağlama tarzlarını ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. İlişki Ölçekleri Anketi Türk kültürüne Sümer ve Güngör (1999) tarafından uyarlanmıştır. Uyarlanan bu ölçekte 17 madde bulunmaktadır. Ölçeğin güvenilirliği test - tekrar test güvenilirliği yöntemiyle değerlendirildiğinde korelasyonların .54 ile .78 arasında değiştiği görülmüştür. Yapılan faktör analizinde korkulu bağlanma .87 ve güvenli bağlanma .82 ile varyansın %47'sini açıklamaktadır. Saplantılı bağlanma .88 ve kayıtsız bağlanma -.67 ile varyansın %31'ni açıklamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Bu çalışmada Cronbach Alfa değerleri; korkulu bağlanma .65, güvenli bağlanma .72, saplantılı bağlanma .74 ve kayıtsız bağlanma için .56 bulunmuştur.

Veri analiz işlemleri

Araştırmada ele alınan bağımsız değişkenlerin lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını yordama gücünü belirlemek amacıyla çoklu regresyon veri analiz yöntemi kullanılmış, araştırma kapsamında tüm veriler çift yönlü olarak sınımlı ve anlamlılık düzeyi en az .05 düzeyinde kabul edilmiştir. Araştırmada ele alınan bağımsız değişkenlere göre lise öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinde anlamlı düzeyde fark olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır

BULGULAR

Kurulan modelde yaşam doyumu bağımlı değişken, demografik değişkenlerden yaş, cinsiyet ve anne babanın birlikte yaşayıp yaşamadığı, sosyal destek (ailenin öğretmenlerin ve arkadaşların sosyal destekleri) bağımsız değişkenler olarak seçilmiştir. Bu bağlamda üç model oluşturulmuştur. Birinci model demografik değişkenleri kapsamaktadır. Demografik değişkenlerden sadece yaş ve iki düzeyde değişkenliği olanlar modele sokulmuştur. İkinci model öğretmen, arkadaş ve ailelerin sosyal desteğini kapsamaktadır. Hiyerarşik regresyon analizinde Enter metodu kullanılmıştır. Bu şekilde bağımsız değişkenlerin yaşam doyumunu yordama gücü saptanmıştır.

Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Puanlarının Yordanmasına İlişkin Bulgular

DEĞİŞKEN N=371	Çoklu R	R ²	R ² Değişim	F Değişimi	sd1	sd2	F Değişim P
Demografik	.129	.017	.007	1.826	3	326	.142
SOS DES.	.423	.179	.163	21.327	3	323	.000**

SOS DES= Sosyal Destek; BSTİL=Bağlanma Stilleri *p<.05, **p<.01

Birinci aşamada denkleme demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, anne baba birlikteliği) girmiştir. Demografik değişkenlerin denkleme girmesi ile R² değerinde anlamlı bir artış olmamıştır; R² = .017, F (3, 326) = 1.826, p>.05. İkinci aşamada denkleme sosyal destek kaynakları (aile sosyal desteği, arkadaş sosyal desteği ve öğretmen sosyal desteği) girmiştir. Sosyal destek değişkenlerinin denkleme girmesi ile R² değerinde anlamlı bir artış olmuştur; R² = .179, F (3, 323) = 21.327, p<.05.

Demografik değişkenlerden hiçbiri yaşam doyumlarını anlamlı düzeyde yordamadığı gözlenirken, sosyal destek kaynakları içinde aile sosyal desteğinin ve öğretmen sosyal desteğinin lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını yordayan anlamlı değişkenler olduğu bulunmuştur.

Sosyal Destek, Bağlanma Stilleri ve Demografik Değişkenlerin Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin B, Beta Korelasyonu ve Anlamlılık Düzeyi

DEĞİŞKEN	B	Std Hata	Beta	T	P
(Sabit)	27.209	5.894		4.616	.000
Cinsiyet	.145	.746	.011	.194	.846
Yaş	-.463	.351	-.074	-1.320	.188
Anne-Baba Birlikte	1.829	1.015	.099	1.802	.072
(Sabit)	4.058	6.16		.658	.511
Cinsiyet	-.809	.702	-.060	1.151	.250
Yaş	-.344	.324	-.055	-1.062	.289
Anne-Baba Birlikte	.915	.939	.050	.975	.330
Aile Sos. Des.	.226	.040	.320	5.706	.000**
Arkadaş Sos. Des.	.038	.037	.057	1.020	.309
DEĞİŞKEN	B	Std Hata	Beta	T	P
Öğretmen Sos. Des.	.087	.034	.140	2.546	.011
(Sabit)	.986	6.745		.146	.884
Cinsiyet	-.556	.718	-.042	-.774	.440
Yaş	-.374	.323	-.060	-1.159	.247
Anne-Baba Birlikte	.867	.943	.047	.919	.359
Aile Sos. Des.	.226	.040	.319	5.665	.000**
Arkadaş Sos. Des.	.021	.038	.031	.546	.586
Öğretmen Sos. Des.	.086	.034	.139	2.523	.012
Korkulu Bağlanma	-.035	.414	-.005	-.084	.933
Kayıtsız Bağlanma	.366	.330	.063	1.108	.269
Güvenli Bağlanma	1.098	.507	.114	2.164	.031
Saplantılı Bağlanma	-.304	.372	-.045	-.817	.415

Aile Sos. Des.= Aile Sosyal Desteği; Arkadaş Sos. Des.= Arkadaş Sosyal Desteği; Öğretmen Sos. Des.= Öğretmen Sosyal Desteği *p<.05, **p<.01

Lise Öğrencilerin Farklı Sınıflarda Okumalarına Göre Sayısal Dağılımı Yaşam Doyumları Düzeylerine İlişkin Puanların Ortalamalarının Karşılaştırılmasına İlişkin F Değerleri

Kaynak	KT	sd	KO	F	P
Gruplar Arası	49.11	3	16.37		
Grup İçi	15767.77	357	44.17	.37	.77
Toplam	15816.88	360			

*p<.05, **p<.01

Tabloda görüldüğü gibi elde edilen sonuçlar sınıf düzeyleri farklı olan öğrencilerin yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F_{(3,360)} = .37$, $p > .05$.

Lise Öğrencilerin Annelerin Eğitim Durumuna Göre Öğrencilerin Yaşam Doyumları Düzeylerine İlişkin Puanların Ortalamalarının Karşılaştırılmasına İlişkin F Değerleri

Kaynak	KT	Sd	KO	F	P
Gruplar Arası	430.665	3	143.555		
Grup İçi	15386.211	357	43.099	3.331	.020
Toplam	15816.875	360			

*p<.05, **p<.01

Tabloda görüldüğü gibi anneleri farklı eğitim düzeyinde olan öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F_{(3,360)} = 3.331$, $P < .05$. Bu farkın kaynağını araştırmak amacıyla Bonferoni Testi yapılmıştır. Bu testten elde edilen sonuçlara göre anneleri okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu olan öğrencilerin yaşam doyumları anneleri lise mezunu olan bireylerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür, ortalamalar arasındaki fark (OAF) = -2.507, $p < .05$.

Lise Öğrencilerin Babalarının Eğitim Durumuna Göre Öğrencilerin Yaşam Doyumları Düzeylerine İlişkin Puanların Ortalamalarının Karşılaştırılmasına İlişkin F Değerleri

Kaynak	KT	Sd	KO	F	P
Gruplar Arası	688.631	3	229.544		
Grup İçi	15128.244	357	42.376	5.417	.001**
Toplam	15816.875	360			

*p<.05, **p<.01

Tabloda görüldüğü gibi babaları farklı eğitim düzeyinde olan öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur, $F_{(3,360)} = 5.417$, $P < .05$. Bu farkın kaynağını araştırmak amacıyla Bonferoni Testi yapılmıştır. Bu testten elde edilen sonuçlara göre babaları okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu olan bireylerin yaşam doyumları babaları üniversite mezunu olan öğrencilerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür, Ortalamalar arasındaki fark (OAF) = -3.775, $p < .05$.

Kardeş Sayılarına Göre Öğrencilerin Yaşam Doyumları Düzeylerine İlişkin Puanların Ortalamalarının Karşılaştırılmasına İlişkin F Değerleri

Kaynak	KT	sd	KO	F	P
Gruplar Arası	306,667	3	102,222		
Grup İçi	15510,209	357	43,446	2,353	.072
Toplam	15816,875	360			

*p<.05, **p<.01

Tabloda görüldüğü gibi elde edilen sonuçlar kardeş sayısı farklı olan öğrencilerin yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F_{(3,360)} = 2.353$, $p > .05$.

Sonuç olarak; demografik değişkenlerden cinsiyet, yaş ve anne babaların birlikte yaşama durumları lise öğrencilerinin yaşam doyumunu anlamlı düzeyde açıklamamaktadır. Lise öğrencilerinin yaşam doyum ölçeğinden aldıkları toplam puanlar farklı sınıflarda okuma düzeylerine ve kardeş sayısına göre değerlendirildiğinde öğrencilerin yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Anne ve babaların eğitim düzeyine bağlı olarak öğrencilerin yaşam doyumları arasındaki farklar incelendiğinde ise; anne ve babaları farklı eğitim düzeyinde olan öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anneleri okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu olan öğrencilerin yaşam doyumları, anneleri lise mezunu olan bireylerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür. Ayrıca babaları farklı eğitim düzeyinde olan öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre babaları okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu olan bireylerin, yaşam doyumları babaları üniversite mezunu olan öğrencilerin yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde daha düşüktür

TARTIŞMA VE YORUM

Demografik Değişkenlerin Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordama Gücüne İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Demografik değişkenler; cinsiyet, yaş ve anne-baba birlikteliği değişkenlerinin lise öğrencilerinin yaşam doyumunu yordama durumu değerlendirildiğinde; bu demografik değişkenlerin lise öğrencilerin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olmadığı saptanmıştır. Bulgular incelendiğinde cinsiyet, yaş ve anne- baba birlikteliği yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Kardeş sayısına göre lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının farklılaşıp farklılaşmadığına dair bulgular incelendiğinde; kardeş sayısı farklı olan öğrencilerin yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Benzer şekilde bulgular sınıf düzeyleri değişkeni açısından incelendiğinde; sınıf düzeyleri farklı olan öğrencilerin de yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna erişilmiştir.

Myers ve Diener (1995), yaş, ırk, cinsiyet gibi demografik özelliklerin kimin mutlu olduğunu, iyilik halini tahmin etmede yardımcı olduğunu, yani bireyin özellikleri, yakın ilişkileri ve kültürü gibi psikolojik değişkenlerin, mutluluk için oldukça fazla açıklama sağladığını belirtmektedirler. Ancak, bu çalışmada demografik değişkenlerin yaşam doyumunu yordayan anlamlı değişkenler olmadığı görülmüştür. Literatürde bu değişkenlere ilişkin benzer sonuçlar bulunmaktadır. Shek (2005), Honkhong'taki ergenler üzerine yaptığı çalışmada anlamlı bir fark görmemiştir. Huebner, Funk ve Valois (2006) de 9. ve 12. sınıf öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, kadın ve erkeklerin yaşam doyumları açısından anlamlı bir farka rastlamamıştır.

Lise öğrencilerinin anne ve babalarının birlikteliği arttıkça yaşam doyumlarının artacağı beklenmektedir ancak bu araştırmada bu değişkenin de anlamlı bir yordayıcı değişken olmadığı görülmüştür. Aile, ailenin yapısı, ailenin sağladığı sosyal destek her anlamda önemlidir. Aile yaşantısı bireyin gelişiminde çok önemli bir rol oynamaktadır. Ancak bu araştırma sonuçları göstermiştir ki; anne baba birlikte, bir arada olmasa dahi aile kurumunun varlığı, anne ve babanın ilgisi ve desteği bireyin yaşamını olumsuz etkilememektedir. Önemli olan anne ve babaları ile olan güvenli ilişkileridir ki; anne ve baba ile güvenli ilişkiler geliştirememiş ergenler değersizlik ya daha az değerlik duyguları ile kendilerini sevmeye layık görmezler ve insanlarla ilişki kurmakta güçlük yaşarlar. Bu kapsamda anne ve baba beraber yaşamasa dahi ebeveynlik görevlerini yerine getirmeleri, ergene aitlik ve güven duyguları vermelerinin ergen için anlamlı ve yeterli olduğu, yaşamdan aldığı doyumunu azaltmadığı söylenebilir.

Araştırmada diğer bir demografik değişken olan anne babanın eğitim düzeyine ilişkin bulgular incelendiğinde lise öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim düzeyi arttıkça yaşam doyumlarının arttığı bulunmuştur. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin artması ailenin, ergenin gelişimsel özelliklerini, yaşadığı ruhsal, fiziksel ve duygusal açmazları, otonomi ve özgürlük isteğinin ergen üzerinde yarattığı psikolojik baskıyı daha iyi anlamalarına yardımcı olacaktır. Bunların yanı sıra bu döneme eşlik eden pek çok karmaşanın bilinmesinin, bu bilinçle ergene yaklaşılmasının, doğan ya da doğacak pek çok problemin etkin bir şekilde aşılmasını sağlayacağı, böylece bu zor dönemi ailesinin desteği ile aşmasıyla yaşamına dönük olumlu bakış açısına sahip olan ergenin yaşam doyumunun artabileceği düşünülmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde araştırmadan elde edilen bu bulguların Canetti ve Bachar (1997) ve Rask, Astedt-Kurki, Laippala'nın (2002) çalışmalarıyla tutarlı sonuçlara sahip olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgulardan hareketle lise öğrencilerinin, ergenliğin getirmiş olduğu sorunları aşmada ve yaşamdan doyum almalarında ailenin, ailenin aldığı eğitim düzeyinin önemli olduğunu görülmektedir. Anne ve babaların bilinçlenme düzeyi arttıkça, ergeni daha rahat anlayabilecekleri ve dolayısıyla ergene bir ebeveyn-arkadaş şeklinde yaklaşabilecekleri düşünülmektedir. Bu da ergenlerin uyumunun artmasına, sosyal yeterliliklerinin gelişmesine, özgüvenlerin artmasına, problemleri ile etkin başa çıkmalarına ve akademik başarılarının yükselmesine dolayısıyla yaşam doyumunun artmasına imkân tanıyabilir.

Sosyal Desteğin Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordama Gücüne İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

İkinci aşamada denkleme sosyal destek kaynakları (aile sosyal desteği, arkadaş sosyal desteği ve öğretmen sosyal desteği) girmiştir. Değişkenlerin lise öğrencilerinin yaşam doyumunun yordama durumu değerlendirildiğinde; aile sosyal desteğinin ve öğretmen sosyal desteğinin lise öğrencilerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu saptanmıştır. Bulgular incelendiğinde; aile sosyal desteği ve öğretmen sosyal desteği ile lise öğrencilerinin yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Değişkenlerden arkadaş sosyal desteği ile ilişki bulunmazken aile ve öğretmen sosyal desteği ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Değişkenlerden arkadaş sosyal desteğinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmüştür. Bu anlamda literatür incelendiğinde gerek bu araştırma ile tutarlı gerekse aksine bu dönemde arkadaş desteğinin önemini gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin; Golbeck, Schmitz, Besier, Herschbach ve Henrich'in (2007), yaptıkları araştırmanın sonucunda ergenlerin arkadaşlardan aldıkları doyum yüksek olmasına rağmen aileden alınan doyumdan daha düşük çıkmıştır. Burke ve Weir (1978), arkadaş desteğinden daha fazla doyum sağlayan lise öğrencilerinin daha az stres, daha az psikosomatik şikâyet ve daha az olumsuz duygu gösterdiklerini vurgulamaktadır (Akt. Doğan, 2006).

Aile sosyal desteğinin ise lise öğrencilerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Lise öğrencilerinin ailelerinden gelen destek arttıkça yaşam doyumlarının arttığı söylenebilir. Bu araştırma sonuçları ile tutarlı şekilde Çakır ve Palabıyıkoglu (1997) sosyal destek-çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında aile, arkadaş ve diğer önemli kişi kategorilerinden en çok hangi desteği aldıklarını araştırmışlar ve 12-14 yaş arası grubun en çok desteği ailelerinden aldıklarını ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Doğan (2006), iyilik halini etkileyen değişkenleri saptamak amacıyla yaptığı çalışma sonucunda aileden alınan sosyal destek ve ilginin artmasına paralel olarak iyilik halinin yükseldiği bulgusuna erişmiştir.

İlgili literatür incelendiğinde araştırmadan elde edilen bu bulguların; Golbeck, Schmitz, Besier, Herschbach ve Henrich (2007), Canetti ve Bachar (1997), Yarcheski, Mahon ve Maine (1994), Ducharme, Doyle ve Markiewicz (2002), Lan Liu (2006), Perrone, Webb ve Jackson (2007), çalışmalarıyla tutarlı sonuçlara sahip olduğu görülmektedir.

Lise öğrencilerinin öğretmen sosyal desteği arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı görülmüştür. Yüksek öğretime geçiş dönemi olan lise dönemi ergenin yaşamında oldukça önemlidir. Bu dönemde yaşanan kimlik krizi, akran ilişkileri, otonomi ve özerlik isteği, kuşak çatışmasına eşlik eden sınav kaygısı, akademik beklentiler ve gelecek kaygısı ergen için bu dönemdeki desteği manidar kılmaktadır ki; vaktinin çoğunu okulda geçiren ergen için okul ortamı ve dolayısıyla öğretmen sosyal desteği oldukça önemlidir.

Rask, Astedt-Kurki ve Laippala (2002), ergenlerde öznel iyi oluş göstergelerini incelediği çalışmasında, bu bulguyu destekleyen sonuçlar elde etmiştir. Okulu iyi bir iş ve güzel bir gelecek için gerekli, anlamlı ve yararlı görmenin yaşam doyumunu arttırdığı saptanmıştır. Öğretmenin sevgisi, ilgisi ergenin akranları arasında ön plana çıkmasına, gerek sosyal gerekse akademik açıdan başarı kimliğinin oluşmasında oldukça önemlidir. Öğretmenlerden alınan sosyal destek ergenin hem yüksek öğretime bakış açısında hem de meslek seçiminde önemlidir; ancak özellikle de kırsal bölgelerde, ailenin eğitim düzeyinin düşük olduğu yerlerde öğretmen çocuğun rol modeli olarak kimi zaman ailesinden dahi önce gelmekte; kişiliğinin oluşmasında ve gelişmesinde büyük pay sahibi olmaktadır.

İlgili literatür incelendiğinde araştırmadan elde edilen bu bulguların Charlton ve arkadaşları (2006), ve Frey ve Rothlisberger'in (1996) çalışmalarıyla tutarlı sonuçlara sahip olduğu görülmektedir.

Bağlanma Tarzlarının Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordama Gücüne İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Bağlanma tarzlarının lise öğrencilerinin yaşam doyumunu yordama durumu değerlendirildiğinde; güvenli bağlanma tarzı dışındaki bağlanma tarzlarının lise öğrencilerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olmadığı saptanmıştır. Lise öğrencilerinin korkulu bağlanma değişkenini sırasıyla kayıtsız ve saplantılı bağlanma tarzı değişkenleri izlemiştir.

İlgili literatür incelendiğinde yapılan pek çok araştırma sosyal destek gibi bağlanma tarzlarının da yaşam doyumunda etkili olduğunu göstermektedir. Örneğin Sumer ve Knight, (2001); Varquez, Duri ve Hyde, (2002) ve Adam, King ve King, (1996) çalışmalarında bağlanma tarzları ile yaşam doyumunun ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Ducharme, Doyle ve Markiewicz (2002), ergenlerin anneleri ve babalarına güvenli bağlanma ilişkisini, bunun etkisini, aileleri ve akranları ile sosyal etkileşimlerdeki davranışlarını araştırdıkları çalışmalarının sonucunda ergenlikte anneye babaya bağlanmanın kişiler arası iletişimi, aile ve akranlarla kurulan ilişkinin kalitesini etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır. Amir, Horesh ve Stein'in (1999) araştırma sonuçları da bağlanma tarzları ve sosyal desteğin bireylerin yaşadığı stresli durumlarda önemli kaynaklar olduğu sonucuna erişilmiştir. Allen ve Land (1999) bağlanma kaçınması yüksek olan ve olumsuz başkaları modeline sahip ergenlerin de daha çok farklı dışsallaştırma davranışları

gösterdiğini belirtmişlerdir ki; bu sonuçlar ergenlik döneminde ebeveyn-çocuk ilişkisine gerek bağlanma perspektifinden gerekse sosyal destek açısından bakıldığında ilişkinin önemini göstermektedir. Benzer şekilde, Lan Liu'nin(2006), araştırması da ergenlerin anne-babalarına bağlanmalarının, sosyal beklenti ve akran etkileşimine katkı sağladığını, özellikle de aynı cins ebeveyne bağlanmanın, algılanan akran desteği ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Ergenlik döneminde bağlanma örüntüsüyle birlikte ebeveyn tutumları da değişmektedir. Ergen bu dönemdeki kimlik gelişimine paralel olarak bağımlılıktan bağımsızlığa geçmeye çalışır. Bu anlamda ergenlikte ilişkilerde karşılıklık ilkesi geçerlidir ve bu ilke ile ergen başkaları içinde güvenli üs olmaya başlar. Ergen bir yandan özerk olmaya çalışırken bir yandan da çoklu bağlanma ilişkisi yaşar. Ergenlik dönemini temel alarak yürütülen çalışmalar ergen-ebeveyn ilişkisi çerçevesinde yapılmıştır. Ergenler gelişen soyut düşünme becerisi ile yaşamı sorgularken özerklik tutkusu ile kendilerini özgür kılmaya çalışırlar. Bu araştırmadan elde edilen güvenli bağlanma tarzı ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin oluşu birer yetişkin olamaya hazırlanan ergenin güvenle kurduğu ilişkiler ve bu ilişkilerden aldığı desteğin onun yaşama olumlu bakmasını, mutlu olmasını böylece yaşamdan doyum alarak sağlıklı bir kişilik geliştirebileceğini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, bu araştırma sonunda lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını yordamada aile ve öğretmen desteği ve ilişkilerinde güvenli bağlanmaya sahip olmaları oldukça önemli ve anlamlı düzeydedir. Ergenlik döneminde hem ebeveyn tutumlarında hem de ergenin bağlanma örüntüsünde temel dönüşümler yaşanır. Bağımlılıktan bağımsızlığa geçmeye çalışan ergenler için ebeveynleri ile ilişkilerinde yaşanan dönüşümlerle anne-baba tutumları ve davranışları ergenin gözünde daha da önemli bir konuma gelir. Ergen, gelişen soyut düşünme becerisi ve felsefi olarak yaşamı sorgulama güdüsü ile anne-baba davranışlarına daha eleştirel yaklaşmaya ve onları soyut düzeyde analiz etmeye başlar. Anne-babaları ile karşılıklık ilkesine göre kuracakları ilişki ile tıpkı bir yetişkin gibi hisseden ergen, kendine güveni ve özsaygısı yüksek, yarına umutla bakan, yaşamdan doyum alan bir birey olabilecektir. Ergen ailesinin her zaman yanında olduğunu bilmek ve desteğini hissetmek ister. Bu dönemde doğal olarak ebeveynlerle harcanan zaman azalmasına karşın tek yönlü bağımlılıktan karşılıklık ilkesine geçiş aranır, bu da ailenin önemini bir kez daha ortaya koymaktadır. Bu anlamda bilinçli ve demokratik ebeveynler çocuklarına bir yandan güvenli sığınak olarak aitik ve güven duygularını yaşatırken diğer yandan bu destek ile ergene keşfetme cesareti vermektedirler. Böylece ergen başarılı bir kimlik geliştirerek yaşamdan doyum alabilir ve yarının sağlıklı bireyleri olarak yetişebilir.

Bu araştırmadan elde edilen bulgular ışığında bazı öneriler sunmak mümkündür:

Toplumsal yapının temeli olan bireylere bedensel, ruhsal ve sosyal boyutlarda işlerlik kazandıracak programlar ve bu modellere dayanan danışma yaklaşımları geliştirebilmek için öncelikle bireylerin iyilik halinin, doyum kaynaklarının değerlendirilmesi gerekli ve önemlidir. Bu anlamda son yıllarda psikolojik danışma ve rehberlik alanında önleyiciliğe odaklanan, bütüncül sağlığı öneren iyilik hali modelleri ile lise öğrencilerinin dönemin zorluklarını aşabilecekleri öngörülmekte böylece bütüncül anlamda gelişmeleri ve yaşamdan doyum almalarının sağlanabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla lise öğrencilerinin ergenlik döneminin tipik özelliklerini taşıdıkları için bu yıllar önleyici sağlık ve psikolojik danışma programlarının uygulanması için uygun bir dönemdir.

Araştırmanın sonucunda da ortaya çıkan öğretmen desteğinin ergenin yaşam doyumu için ne kadar anlamlı olduğu göz önünde bulundurulduğunda; özellikle öğretmenlere büyük görev ve sorumluluk düşmektedir. Bu anlamda okul yaşamının lise öğrencisinin hayatındaki payı ve önemi de dikkate alındığında öğretmen ve idarecilere gerek

psikolojik danışmanlarca gerekse konu ile ilgili uzmanların yardımı ile çeşitli eğitimler verilerek, okul içi program ve yöntemler geliştirerek ve bunların okulun işleyişi içine dahil ederek yarının nesillerinin sağlıklı gelişmesi bu anlamda yaşam doyumlarının sağlanabileceği düşünülmektedir. Bu süreçte gencin yaşamında rol model aradığı unutulmamalı; bu anlamda öğretmenlerin yaşamları, yaklaşımları ve paylaşımları ile ergenler için birer örnek oldukları da dikkate alınmalıdır. Önleyiciliğe odaklanan psikolojik danışma ve rehberlik alanında da özellikle psikolojik danışmanlara oldukça görev düşmektedir. Ergenlere karşılıklılık ve mahremiyete saygı çerçevesinde aktif destek kaynaklarının sunulması, buna yönelik psikolojik danışma ve rehberlik programlarının hazırlanması, bu öğrencilerin yaşam doyumlarını ve psikososyal gelişimlerini arttırıcı yönde onlara destek ve yardım hizmeti sunulmasının anlamlı olacağı düşünülmektedir.

Erken dönemde çocuklarla çatışma yaşayan ebeveynler için ergenlik dönemine hazırlık çok daha önemli olmaktadır. Bu araştırmanın sonuçlarından olan güvenli bağlanma tarzının ergenin yaşam doyumunu yordadığı düşünülürse, ergen için kurulacak bağın güvenli olması ilerideki ilişkilerinin örneği, prototipi olması nedeniyle oldukça önemlidir. Bu dönemde ebeveynleri, öğretmenleri, akranları, romantik arkadaşları vb kişiler arası ilişkilerinde hem kendilerini hem de diğerlerini güvenilir algılamaları bundan sonraki ilişkilerine şekil verirken, olumlu benlik kavramı ile akademik sosyal ve psikolojik anlamda bütüncül fonksiyonda bulunmalarına dolayısıyla mutlu olmalarına, yaşamdan doyum almalarına neden olacaktır.

KAYNAKÇA

- Aksayar, S., Yıldız, A. ve Ergün, A. (1998). Huzurevinde Ve Evde Yaşayan Yaşlıların Umutsuzluk Düzeyleri. *I.Ulusal Evde Bakım Kongresi, Program Özet Kitabı*.
- Cohen, S. (2004). Social Relationship And Health. *American Psychologist*, 59, 676-684.
- Cohen, S., & Wills, T.A. (1985). Stress, Social Support, And The Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Cohen, S. (1988). Psychosocial Models Of The Role Of Social Support In The Etiology Of Physical Disease. *Health Psychology* 7, 269-97.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Diener, M., Diener, C. (1995). Factors Prediciting The Subjective Well-Being Of Nations. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 69 (5), 851-864.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal Of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Doğan, T. (2006). Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi. *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 120-129.
- Doğan, T. (2003). İyilik Halini Değerlendirme Ölçeği'ni Türk Toplumuna Uyarlama, Güvenirlik Ve Geçerlilik. VI. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi.
- Fabian, E. S. (1990), Quality Of Life: A Review of Theory and Practice Implications for Individuals With Long-Term Mental Illness, *Rehabilitation Psychology*, 35 (3), 161-170.
- Goldbeck, L., Schmitz, T. S., Besier, T., Herschbach, P. and Henrich, G. (2007), Life Satisfaction Decreases During Adolescence. *Quality Life Res*, 16, 969-979.
- Güngör, A. (2006), Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Destek, Negatif Yaşam Olayları, Öfkenin İfade Ediliş Biçimi İle Kendini Suçlamanın Fiziksel Sağlık ve Sosyal Uyumla Olan İlişkilerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Karasar, N. (2002), *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Köker, Süreyya (1961), *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Moles, A.A. ve Bilgin, N. (1985). *Yaşam Kalitesi ve Çevresel İstikrarlılık*. Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 4, 113-131.
- Onur, B. (2001). *Gelişim Psikolojisi, Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*. (5. Baskı). Ankara: İmge Kitapevi.
- Sorias, O. (1988). Sosyal Desteğin Değerlendirilmesi. Toplumdan Seçilmiş Örnekleme Sosyal Ağın Yapısal Özellikleri İle Algılanan Destek. *Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Seminer Dergisi*, 6, 23-33.
- Sorias, O. (1992). Hasta ve sağlıklı öğrencilerde yaşam stresi sosyal destek ve ruhsal hastalık ilişkisinin incelenmesi, *Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Seminer Dergisi*, 9, 33-49.
- Yetim, Ü. (1992), *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi. İzmir.
- Vara, Ş. (1999), *Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi. İzmir.
- Yıldırım, İ. (1997), Algılanan Sosyal Destek Ölçeğini Geliştirilmesi Güvenirliği ve Geçerliliği ve Yordayıcısı Olarak Gündelik Sıkıntılar ve Sosyal Destek, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 13, 81-87.

A Prediction of Life Satisfaction of High School Students According To Some Variables

Ayşe Özlem ÜNAL³, Mustafa ŞAHİN⁴

Summary

INTRODUCTION

World Health Organization (WHO) defined health in 1948 as "a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity". The definition of life satisfaction which was first brought forward by Neugarthen in 1961 is the occasion or the result that is derived by comparing their expectations and what they have.

Adolescence is a period that many basic physical and psychological changes occur. The atmosphere at the school during the adolescence, parent-teenager relationship and the supportive and reliable relationships that he establish with his peers affects directly to overcoming this period, adolescence achieving freedom and individualism and holds key for in terms of developing positive socialization and also has influence on life satisfaction directly.

Purpose of Study

The study was conducted to predict the life satisfaction of high school students by variables included in attachment styles and social support and demographic variables (gender, age and marital status) and were this students' life satisfaction levels differentiate or not according to grade levels, number of brothers\sisters and education level of parents.

METHOD

Life satisfaction scale, Perceived Social Support-Friends, Family and teacher scale, Relationship Scale Questionnaire and the Personal Information Form which was designed by the researcher were used in this study. The validity and reliability studies of the scales and the regression analysis were carried out on 372 students who chosen randomly from 1th, 2th, 3th, 4th grade high school students. Data were analyzed by multiple regression analysis.

FINDINGS

Regression analysis showed that: Gender, age and marital status which were included in demographic variables were not significant in predicting the life satisfaction of high school students. Perceived social support from family and teacher and which were included in perceived social support were significant in predicting the life satisfaction of high school students. Also secure attachment styles which were included in attachment styles were significant in predicting the life satisfaction of high school students.

Anova analysis showed that: according to the number of brothers\sisters variables; there were not significant differences in life satisfaction points of high school students who had different number of brothers\sisters. Like as there were no significant differences in life satisfaction points of high school students who had different grade levels. According to education level of parents' variables; there were significant differences in life satisfaction points of high school students. High school students life satisfaction points were increased

³ Psychological Counselor (MS), Ministry of National Education, pdr_a.ozlem@hotmail.com

⁴ Assoc. Professor, Karadeniz Technical University, mustafa61@ktu.edu.tr

when education level of parent were increased.

DISCUSSION AND SUGGESTIONS

The result of this research shows that; family and a family support are quite important. Especially patriarchal family form, negative effects of media and TV immigrations, rapid changes by globalization and all of these damage the family form and cause the rise in broken family. So it is thought to be necessary to set protective factors it increase teenagers' satisfaction of life and especially it is necessary to set various presenting intermeddling programs in schools. Concerning the importance and the role of the school in the life of a high school student, by giving seminars and service training to the teachers and directors with the help of the consultants or psychological counselors and by developing inner school programs and methods. It's thought that life satisfaction of the new generation can be accomplished.

It's important and necessary to evaluate satisfaction resources and well-being of the individual to be able to develop counseling approaches leaning upon the programs that will give function mentally, physically and socially to the individuals that are the fundamentals of social structure. As such, for the last few years, it is predicted that high school students will be able to overcome the difficulties of their period by well-being models suggesting the whole health and focusing preventativism in psychological counseling and guidance. Thus it is thought that whole development and satisfaction can be achieved. Consequently, as carrying typical adolescence properties, high school period is appropriate for counseling and preventative health programs.