

PREMIUM E-JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES

Open Access Refereed e-Journal & Indexed
International Refereed Journal

ISSN
2687-5640

2020 Haziran / June
Cilt / Vol: 4
Sayı / Issue: 4



PREMIUM SOSYAL BİLİMLER E-DERGİSİ

Açık Erişim ve Dizinli e-Dergi

Uluslararası Hakemli Dergi

Bilim dünyasının değerli insanları,

(PEJOSS) Dergisi; bilimsel yöntemlerle üretilmiş ve sağlam teorik temellere dayalı bilgilerin sosyal ve beşeri bilimlerle ilgili sorunsallara çözüm üretmek ve yeni yaklaşımları tanıtarak katkı sağlamak amacıyla 2017 yılında yayın hayatına başlamış açık erişime sahip uluslararası, hakemli e-dergi; ayrıca akademik yazı ve düşünce ile meşgul olan herkesin söz söyleyebileceği sosyal bilim platformudur.

PEJOSS'da alanında etki sağlayacak ulusal ve uluslararası portreler, güncel meseleler ve makaleler yer almaktadır. Sizlerin de özverili çalışmaları ve desteği ile PEJOSS dergisinin dördüncü sayısı ile huzurlarınızdayız. Göstermiş olduğunuz ilgi, değerli katılım ve katkılarınızdan dolayı minnettarız. Akademik hayata bir nebze katkı sunmak üzere çıkmış olduğumuz bu yolculukta, PEJOSS ailesi olarak sizinle birlikte çalışmanın gurunu yaşamaktayız. Dünya genelinde ülkelerin sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel yaşamlarını alt üst eden ve insanlık tarihinin en zorlu dönemlerinden birisinin yaşandığı şu sıralarda bilime ve insanlığa katkı sağlayan bilim dünyasının siz değerli üyelerine teşekkürü borç bilmekteyiz. Bilim dünyasının siz değerli üyelerini yayın, danışma ve hakem kurulu ile yazar olarak yanımızda görmek; ayrıca görüş ve önerilerinizle bizleri en mükemmele ulaştırma noktasında yönlendirmeniz bizlere daha da güç katmaktadır. Bu bağlamda;

Kuruluş aşamasından bu yana PEJOSS ailesi mensubu olarak emek veren dergi yönetim kurulundaki değerli hocalarımıza,

Gerek yurt içi, gerekse yurtdışından bizleri kırmayarak, danışma, yayın ve hakem kurulunda yer alan ve uzmanlık alanları ile bizlere katkı sağlayan kıymetli hocalarımıza, talep ve önerileri ile sosyal bilimlerin farklı disiplinlerde görev yapan akademik camia mensubu tüm mesai arkadaşlarıma en içten teşekkürlerimi bir borç bilirim.

PEJOSS Dergisi olarak vereceğiniz her türlü destekten dolayı şimdiden teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Prof. Dr. İhsan KALENDEROĞLU
Editör

JENERİK / GENERIC PAGE

PREMIUM E-JOURNAL OF SOCIAL SCIENCES (PEJOSS) uluslararası hakemli bir dergi olup Haziran 2020 tarihinden itibaren ayda bir yayınlanacaktır.

PEJOSS Dergisi, sosyal bilimlerin her alanından yazı yayınlayan bir dergidir. Bu çerçevede özgün bilimsel makaleler, çeviriler, çeviri-yazılar, röportajlar, kitap, makale, sempozyum, panel ve bilimsel etkinlik tanıtma çalışmaları ile nekroloji metinleri yayımlar. Ayrıca, sunulduğu yer, toplantı ve tarihin kaydedilmesi ile başka bir yerde yayınlanmamış olması şartıyla sempozyum bildirimleri de yayınlanabilir. Ancak bu yayın etkinliğinden kaynaklanması muhtemel herhangi bir sorunun sorumluluğu yazara aittir. Yayınlanması için PEJOSS Dergisi'ne gönderilen yazıların basım ve yayın hakları dergiye devredilmiş olur. Bu yazılar dergi yönetiminden izin alınmaksızın bir başka yayın organında yayınlanamaz, çoğaltılamaz ve kaynak gösterilmeden kullanılamaz.

PEJOSS Dergisi, yayınlamış olduğu metinleri çeşitli mecralarda yayınlayabilir. PEJOSS Dergisi'ne gönderilmiş yazılardan kaynaklanması muhtemel herhangi bir yasal, hukuksal, ekonomik ve etik sorumluluk, söz konusu yazı yayınlanmış olsa bile yazarlarına aittir. Dergi herhangi bir yükümlülük kabul etmez.

PEJOSS Dergisi'nin yayın dili Türkçe olmakla birlikte İngilizce, Almanca, Fransızca, Arapça, Farsça vb. dillerden gelen yazılar da değerlendirmeye tabi tutulur ve hakemler tarafından yayımlanması uygun görüldüğü takdirde yayınlanır.

DANIŞMA KURULU / ADVISORY BOARD

Prof. Dr. Ali AZAD	United Arab Emirates University / UNITED ARAB EMIRATES
Prof. Dr. Emmy INDRAYANI	Gunadarma University / ENDONEZYA
Prof. Dr. Erdiñ TUTAR	Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Hasan Güner BERKANT	Yozgat Bozok Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. İsmail BAKAN	Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Jayesh KUMAR	Indira Gandhi Institute of Development Research / INDIA
Prof. Dr. Marek GRUSZCZYNSKI	Warsaw School of Economics Warsaw /POLAND
Prof. Dr. Mbodja MOUGOUÉ	Wayne State University / USA
Prof. Dr. Mevlüt KARAKAYA	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Milind SATHYE	University of Canberra / AUSTRALIA
Prof. Dr. Mohga BASSIM	Buckingham University / UNITED KINGDOM
Prof. Dr. Muhsin KAR	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Murat TUNCER	Fırat Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Nor Asiah ABDULLAH	Multimedia University / MALAYSIA
Prof. Dr. Partha SARKAR	The University of Burdwan / INDIA
Prof. Dr. Recep KÖK	Dokuz Eylül Üniversitesi / TÜRKİYE

YAYIN KURULU / PUBLICATION BOARD

Prof. Dr. Adnan ÇELİK	Selçuk Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Haluk DUMAN	Aksaray Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Jayesh KUMAR	Indira Gandhi Institute of Development Research / INDIA
Prof. Dr. Marek GRUSZCZYNSKI	Warsaw School of Economics Warsaw /POLAND
Prof. Dr. Mbodja MOUGOUÉ	Wayne State University / USA
Prof. Dr. Milind SATHYE	University of Canberra / AUSTRALIA
Prof. Dr. Mohga BASSIM	Buckingham University / UNITED KINGDOM
Prof. Dr. Muhsin KAR	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Mustafa TASLIYAN	Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Mücahit KAĞAN	Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi / TÜRKİYE
Prof. Dr. Nor Asiah ABDULLAH	Multimedia University / MALAYSIA
Prof. Dr. Partha SARKAR	The University of Burdwan / INDIA
Prof. Dr. Tahir AKGEMCI	Selçuk Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Aydoğan SOYGÜDEN	Erciyes Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Ayten MEHDİYEVA	Azerbaycan Devlet Pedagoji Üniversitesi / AZERBAYCAN
Doç. Dr. Besa Havziu İSMAILİ	Sate University of Tetova / MAKEDONYA
Doç. Dr. Deniz DEMİRARSLAN	Kocaeli Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Emine ERATAY	Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Fethi KAYALAR	Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Hasan LÖK	Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Hüseyin Bülent AKDENİZ	Anadolu Üniversitesi / TÜRKİYE
Doç. Dr. Morsheda HASSAN	Grambling State University / USA
Doç. Dr. Yunus Emre TANSÜ	Gaziantep Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Abuzer KALYON	Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Berna TURAK KAPLAN	Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Furat AKDEMİR	Düzce Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Melda Medine SUNAY	Bursa Teknik Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Özgül UYAN	İstanbul Aydın Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Ülkü GEZER	Haliç Üniversitesi / TÜRKİYE
Dr. Öğr. Üyesi Zerrin TAN	Trakya Üniversitesi / TÜRKİYE

İNDEKSLER / INDEXED & IN LISTED



Prof. Dr. Mücahit KAĞAN 

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Erzincan / Türkiye

Rishat TLEUBAYEV

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Öğrencisi, Erzincan / Türkiye

Citation: Kağan, M. & Tleubayev, R. (2020). Türkiye’de ve Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin depresyon ve yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması. *Premium e-Journal of Social Sciences (PEJOSS)*, 4(4),13-19.

TÜRKİYE’DE VE KAZAKİSTAN’DA ÖĞRENİM GÖREN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON VE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI¹

ÖZET

Bu araştırmada Kazakistan’da ve Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin depresyon ve yaşam doyumu düzeylerinin kültürler arası bir araştırma çerçevesinde karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada model olarak kesitsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Türkiye’den Doğu Anadolu Bölgesi’ndeki bir üniversitede öğrenim görmekte olan 238 üniversite öğrencisi; Kazakistan’ dan ise, ülkenin iç bölgesindeki bir üniversitede öğrenim görmekte olan 250 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler, Beck Depresyon Envanteri ve Yaşam Doyumu Ölçeği ile toplanmış, verilerin analizinde çıkarımsal istatistiklerden Pearson Korelasyon Analizi ve Bağımsız Örneklem t-Testi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, her iki ülkedeki öğrencilerin depresyon puanları ile yaşam doyumu puanları arasında anlamlı olarak doğrusal, orta düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, Türk ve Kazak öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, Yaşam Doyumu, Kazakistan, Türkiye, Kültürel Farklılık.

COMPARISON OF DEPRESSION AND LIFE SATISFACTION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS STUDYING IN TURKEY AND KAZAKHSTAN

ABSTRACT

In this research, it was aimed at comparing the culture and life satisfaction levels of depression in college students studying in Kazakhstan and Turkey in a research context. Cross - sectional scanning model was used as a research model. The sample of the study is made up of 238 university students studying at a university in the Eastern Anatolia Region in Turkey and 250 university students studying at a university in the country's inner region of Kazakhstan. The data obtained from the study were collected by the Beck Depression Inventory and Life Satisfaction Scale, and Pearson Correlation Analysis and Independent Sample t-Test were used in the analysis of the data. According to the results of the study, there was a significant linear, moderate and negative relationship between depression scores and life satisfaction scores of students in both countries. However, there was no significant difference between Turkish and Kazakh students' depression and life satisfaction levels.

Keywords: Depression, Life Satisfaction, Kazakhstan, Turkey, Cultural Differences.

¹ Bu çalışma, ikinci yazarın danışmanlığında yürütülen birinci yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

1. GİRİŞ

Günlük dilde sık sık kullanılan “depresyon” kelimesi, o anda varolan birçok istenmedik duygunun bir araya geldiği psikolojik ruh haline karşılık gelmektedir. Depresyon, aynı zamanda kişiler arası ilişkilerde, günlük yaşamdaki işlevselliğe ve verimlilikte problemlere yol açan ruhsal bir hastalık olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psychiatric Association [APA], 2014). Depresyon sözcüğünün Batı dillerindeki kullanımına bakıldığında; bir duyguyu, bir belirti kümesini ya da tanı ölçütleri belirlenmiş bir klinik tabloyu tanımlamak amacıyla kullanıldığı görülmektedir. Bununla birlikte, depresif bozuklukların farklı tanı sistemlerinde çeşitli isimlerle sınıflandırıldığı görülmektedir. Bu bakımdan, kavramın kültürel yönlerine vurgu yapan çalışmalara göz atmadan önce etimolojik kökenine değinmek yararlı olacaktır. Tıp alanında depresyonu ilk tanımlayan kişi Antik Yunan hekimi Hippokrates olmuştur. Latince kökenli “depressus” (aşağıya bastırmak) sözcüğünden gelen “depresyon” kelimesi dilimizde bitkinlik, keder, donukluk, çöküntülü olma anlamına gelmekle birlikte, Türkçe karşılığı “ruhsal çöküntü” ya da “çökkünlük” olarak ifade edilmektedir (Köknal, 2005). İlgili alanyazına bakıldığında ise, depresyonla ilgili çeşitli tanımlamaların yapıldığı görülmektedir.

Depresyon; bilişsel, duygusal, davranışsal ve biyolojik belirtilerle beraber görülen psikolojik çöküntü durumudur (Gilbert, 2007). Bir diğer ifadeye göre depresyon; ümitsizlik, değersizlik, çaresizlik, güvensizlik, karamsarlık, aşırı yeme veya iştahsızlık, sosyal yaşamdan çekilme, psikomotorda heyecan veya yavaşlama, aşırı uyku hali veya uykusuzluk, mutsuzluk, halsizlik, hayattan zevk alamama gibi belirtilerin yaşandığı duygu durum bozukluğudur (Budak, 2009). Depresyon aynı zamanda, kişide kalıtsal, çevresel ve hormonal bozukluklar sonrasında gelişen çökkünlük halidir. Bu hal, gelip geçici kötü bir duygusal durumdan ya da üzüntüden ziyade, ileri derecede çökkünlüğün yaşandığı oldukça uzun süreli bir dönemdir (Adasal, 2005). Depresyon genel olarak eskiden keyif alınılan etkinliklerden keyif alınmadığı, ilgi kaybıyla beraber çökkünlük, karamsarlık duygularının baskın olduğu, depresif duygudurumu ile düşünce ve harekette yavaşlamanın olduğu işlevsizlik halidir (APA, 2014).

Depresyon toplumda sık görülen bir bozukluk olmakla birlikte, temelinde daha önceden zevkle yapılan günlük aktivitelere karşı isteksizlik ve yaşamdan tat alamama durumu vardır. Bu depresif duygu durumuyla birlikte bireylerde bazı değişiklikler gözlemlenmektedir. Bu durumda bireylerde karamsarlık düşünceleri yoğunluk kazanır. Geçmiş daha ayrıntılı ele alınarak gelecek kurgulanmaya çalışılır. Olayların genellikle olumsuz ve istenmeyen taraflarına yoğunlaşarak, kendini suçlu ve cezalandırılmış görme eğilimi belirir. Diğer taraftan, geleceğe yönelik de umutsuzluk ve karamsarlık sergilenerek çaresizlik düşünceleri geliştirilir. Bu duygulanım, bireylerin yaşamdan zevk alamadıklarını hissettikleri ve yaşamın anlamsız olduğunu düşündükleri duruma kadar devam eder. Sonunda bireyler kendilerini çökkün ve yorgun hissederler. Depresyonla birlikte gelen hisler genellikle bireylerin günlük aktivitesini etkiler ve bu hisler birkaç günde geçmezler, haftalar hatta aylar sürebilirler. Bu durum aynı zamanda bireylerin günlük yaşamlarına, kişilerarası ilişkilerine yansyarak aile, okul veya çalışma hayatlarındaki performanslarının düşmesine neden olur (Taycan, Kutlu, Aydın ve Çimen, 2006). Bu anlamda, depresyonla ilişkili faktörlerden birinin yaşam doyumu olduğunu söylemek mümkündür.

İlk kez 1961 yılında Neugarten tarafından öne sürülen yaşam doyumu kavramı, kişinin beklentileriyle mevcut durumunun karşılaştırılmasıyla ortaya çıkan sonuç şeklinde tanımlanmıştır (Özer ve Karabulut, 2003). Tanımdan da hareketle bireylerin beklentilerinin, ihtiyaçlarının ve ideallerinin gerçekleşme derecesinin yaşamdan elde ettikleri mutluluk ve doyum hisleriyle ilişkisi bulunmaktadır. Yaşam doyumu, isteklerin ve beklentilerin gerçekleşme düzeyine bağlı olarak yaşamdan alınan doyum şeklinde ifade edilmekle birlikte (Veenhoven, 1996), sosyal ilişkiler, iş yaşamı, fiziksel sağlık ve maddi gelir gibi bağlamlarda kişinin kendi yaşamını değerlendirmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Diener ve Lucas, 1999). Yaşam doyumu, aynı zamanda kişinin sahip olduğu veya sahip olmayı istediği arasındaki farka yönelik yaptığı bir değerlendirme şeklinde ele alınmaktadır (Dilmaç ve Ekşi, 2008). Yaşam doyumunu bu anlamda, kişinin arzularının ve beklentilerinin gerçekleşme derecesine karşılık gelmekte olup, bütün yaşam alanlarının kalitesinin olumlu yöndeki gelişim derecesi olarak ele almak mümkündür.

Bununla birlikte, tanımlarda yapılan vurgudan hareketle yaşam doyumunun çoğunlukla mutluluk ve öznel iyi oluş gibi kavramlarla benzerlik gösterdiği görülmektedir (Dikmen,1995). Öznel iyi oluş, kişinin yaşamını bilişsel ve duygusal açıdan değerlendirmesine karşılık gelmekle birlikte, yaşam doyumu öznel iyi oluşun bilişsel yanını temsil etmektedir (Diener,1984). Mutluluk ise, hayattan elde edinilen doyumun sonucuna bağlı

olarak; hayattan tat alma, hayata anlam katma ve hayatın içinde kendisi adına değerli olan herhangi bir şeye bağlılık duyma durumudur. Bu açıdan mutlu olma durumu ileriye dönükken, yaşam doyumunu yaşanan anla alakalı bir haldir (Keser, 2003).

Dockery (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşam doyumunu etkileyen faktörler; demokratik ve refah düzeyi yüksek bir yaşam, sürekli istikrar, toplumsal huzur, sağlıklı bir evlilik, olumlu kişiler arası ilişkiler, psikolojik ve fiziksel sağlık, özgürlük, güçlü otokontrol, ekonomik bağımsızlık ve sportif faaliyetlerde bulunmak şeklinde sıralanmıştır. İfade edilen bu özelliklerden hareketle, insanların hayatı anlamlı ve yaşanılır kılma çabasının, kendilerini iyi hissettirecek işlerin içinde bulunmasının, sosyal ilişkilerinde ve günlük hayatlarında olumlu bir kimlik inşa etme çabalarının yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür.

Kişinin hayatına ilişkin algı ve değerlendirmelerini yansıtan yaşam doyumunun önemli olduğu toplum kesimlerinden birisi de üniversite öğrencileridir. Öyle ki, yükseköğretim yılları öğrencilerin yetişkin rollerini denedikleri, çalışma hayatına hazırlandıkları ve hayatlarına ilişkin değerleri daha fazla benimsedikleri bir dönemdir. Nitekim on yedi farklı ülkeden oluşturulan katılımcılar üzerinde yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun yaşam doyumunu ve mutluluğa daha fazla önem verdikleri görülmüştür (Diener, 2000). Üniversite yılları aynı zamanda, bireylerin öğrenim hayatlarının en yoğun ve stresli dönemlerinden biridir. Öğrencilerin profesyonel eğitimden geçtikleri bu süreçte yaşayabilecekleri düşük akademik başarı, okulu uzatma, mezun olamama ve lise döneminde çok çalışarak kazandıkları okullarını kaybetme korkusu derin endişe yaşamalarına neden olabilmektedir (Tuzgöl-Dost, 2007). Bu nedenle, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyinin artırılması psikolojik gereksinimlerinin karşılanması bakımından öncelikli konuların başında gelmektedir.

Alanyazındaki araştırmalara bakıldığında ise; yaşam doyumunu yüksek olan üniversite öğrencilerinin, yaşam rollerine ilişkin daha fazla sorumluluk aldıkları ve bu alanlarda doyumlarının daha yüksek olduğu, daha az stres ve duygusal yalnızlık yaşadıkları (Çeçen, 2008), benlik saygılarının daha yüksek olduğu (Yetim, 2003), umutsuzluk, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin ise daha düşük olduğu (Gündoğar, Sallan-Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci, 2007) görülmektedir. Sonuç olarak, ilgili çalışmalardan da hareketle bireylerin yaşam doyum düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasında ilişki olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, alanyazına bakıldığında daha önce yaşam doyumunu ve depresyonla ilgili birçok araştırma yapıldığı görülmektedir. Fakat yapılan araştırmalar incelendiğinde farklı ülkelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu ve depresyon düzeylerinin karşılaştırıldığı çalışmaların oldukça sınırlı olduğu göze çarpmaktadır.

Bu düşüncelerden hareketle bu çalışmada, Kazakistan’ da ve Türkiye’ de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin ve yaşam doyumlarının karşılaştırılması planlanmış, araştırmanın problem cümlesini “Kazakistan’ da ve Türkiye’ de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ve yaşam doyumunu düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?” sorusu oluşturmuştur. Problem cümlesine bağlı olarak oluşturulan alt problemler ise şu şekildedir;

- ✓ Öğrencilerin depresyon düzeyleri ile yaşam doyumunu düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
- ✓ Türk öğrenciler ile Kazak öğrencilerin depresyon düzeyleri ve yaşam doyumunu düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, kullanılan veri toplama araçları, veri toplama yöntemi, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada model olarak tarama yöntemlerinden kesitsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Kesitsel tarama yöntemi, veri toplama sürecinin tek seferde gerçekleştirildiği genel tarama türlerinden biridir. Kesitsel tarama araştırmasının temel amacı, araştırılan olgunun zaman içerisindeki değişimini değil, herhangi bir anındaki durumunu tanımlamaktır (Fraenkel ve Wallen, 2000).

2.2. Araştırma Grubu

Çalışmanın araştırma grubunu; Türkiye ve Kazakistan’da bulunan üniversitelerden rastgele seçilen öğrenciler oluşturmaktadır. Türkiye’deki araştırma grubunu, Doğu Anadolu Bölgesi’nin nüfus açısından orta ölçekli bir ilinde bulunan bir üniversitede okuyan 238 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Kazakistan’ daki araştırma grubunu ise, Kazakistan’ın iç bölgesinde ve nüfus açısından büyük ölçekli bir ilinde bulunan bir üniversitede okuyan 250 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu bölümünde kullanılan veri toplama araçlarının isimlerine, özelliklerine ve geçerlilik-güvenirlilik bilgilerine yer verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada öğrencilere ilişkin demografik bilgilere ulaşmak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

2.3.2. Beck Depresyon Envanteri

Beck Depresyon Envanteri, erişkin yaş grubunda depresyon belirtilerinin düzeyini ve şiddet değişimini ölçmek amacıyla Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erdaugh (1961) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Hisli (1988) tarafından yapılmıştır. Ölçek, depresyonda görülen vejetatif, duygusal, bilişsel ve motivasyonel alanlarda ortaya çıkan belirtileri ölçmeye yarayan 21 maddeden oluşmaktadır. Her madde azdan çoğa doğru giden 4 maddelik kendini değerlendirme cümlesi içermektedir. Ölçek, 0-3 arası puanlanmakta olup, ölçekten alınabilecek toplam puan 0-63 arasında değişmektedir. Ölçekte puan ortalamaları cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyinden etkilenmemekle birlikte, kesme puanı 17 olarak belirlenmiştir.

2.3.3. Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam doyumunu tespit etmek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ölçek; finansal durum, sağlık veya başarı gibi belli yaşam alanlarında insanların genel olarak yaşamlarından ne kadar memnun olduklarını değerlendirmektedir (Güler ve Emeç, 2006). Ölçek, 7’li likert tipinde olup, “yaşamım birçok yönüyle ideallerime yakın, yaşam koşullarım çok iyi, yaşamımdan hoşnutum...” gibi ifadelerin yer aldığı 5 maddeden oluşmaktadır. 1-7 arası puanlanan ölçekten alınabilecek toplam puan 5-35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın düşük olması yaşam doyumunun düzeyinin düşük olduğunu, yüksek alınan puan yaşam doyumunun düzeyinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Türkçe uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılan ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .80 ile .89 arasında değişmektedir.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları uygulanmadan önce araştırmacı tarafından gruplara araştırmanın amacı ve veri toplama araçlarındaki yönergeler hakkında bilgi verilmiştir. Veriler toplanırken araştırmacı tarafından öncelikle Kazakistanda yer alan üniversiteye gidilerek araştırmanın amacı hakkında öğrencilere bilgi verilmiş, ardından kişisel bilgi formu ve ölçekler dağıtılarak doldurmaları istenmiştir. Ardından Türkiye’de yer alan üniversiteye gidilerek araştırmanın amacı hakkında öğrencilere bilgi verilmiş, ardından kişisel bilgi formu ve ölçekler dağıtılarak doldurmaları istenmiştir. Her iki üniversitede de yaklaşık 30 dakika süren uygulamalar sonrasında doldurulan formların eksik ya da hatalı olup olmadığı kontrol edilmiş, her hangi bir eksik veya hatalı forma rastlanmamıştır. Son olarak, elde edilen veriler SPSS 22 paket programına girilerek analizlere hazır hale getirilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada ilk olarak örneklem grubundan elde edilen veriler incelenmiş, gelişigüzel doldurulan hatalı ve eksik veriler tekrar kontrol edilmiştir. Sonrasında, verilerin parametrik ya da non-parametrik istatistikler için uygun olup olmadığına normallik dağılımına, çarpıklık-basıklık, ortalama, saçılım ve histogram grafiklerine bakılarak veri analizine başlanmıştır. Hem depresyon hem de yaşam doyumunu puanları için basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında olduğu görülmüş ve veri setinin normal dağıldığı varsayılmıştır (George ve Mallery, 2010)

Çalışmanın birinci alt problemi olan “Öğrencilerin depresyon düzeyleri ile yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yönelik, çalışmaya katılan tüm öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu puanları için Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Çalışmanın ikinci alt problemi olan “Türk öğrenciler ile Kazak öğrencilerin depresyon düzeyleri ve yaşam doyumu düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” sorusuna yönelik Bağımsız Örneklem t-Testi kullanılmıştır. Analiz öncesinde Kazak ve Türk öğrencilerin depresyon puanlarının varyanslarının eşit olup olmadığını belirlemek için Levene Testi uygulanmış, test sonucuna göre varyansların eşit olduğu ($F=.547, p>.05$) görülmüştür. Benzer şekilde, yaşam doyumu puanları varyanslarının eşit olup olmadığını belirlemek için Levene Testi uygulanmış, test sonucunda varyanslarının eşit olmadığı ($F=7.980, p<.05$) görülmüştür.

3. BULGULAR VE YORUM

Çalışmanın birinci alt problemi olan çalışmaya katılan tüm öğrenciler için depresyon ile yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için ise, Pearson Korelasyon testi kullanılmış, elde edilen sonuçlar Tablo 1’ de gösterilmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Depresyon ile Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		Depresyon	Yaşam Doyumu
Depresyon	Pearson Correlation	1	-,58**
	p		,00
	N	488	488
Yaşam Doyumu	Pearson Correlation	-,58**	1
	p	,00	
	N	488	488

Tablo 1’ deki veriler incelendiğinde, araştırma grubundaki tüm öğrencilerin depresyon ile yaşam doyumu puanları arasında anlamlı olarak doğrusal, orta düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-.58, p<.05$). Diğer bir ifadeyle, öğrencilerin depresyon düzeylerindeki artış, yaşam doyumu düzeylerinde azalmaya neden olmaktadır.

Çalışmanın ikinci alt problemi olan Kazak ve Türk öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi kullanılmış, elde edilen sonuçlar Tablo 2 ve Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 2. Türk ve Kazak Öğrencilerin Depresyon ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Betimsel İstatistik Sonuçları

	Ülke	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata
Depresyon	Türkiye	18,19	7,02	,45
	Kazakistan	18,38	7,48	,47
Yaşam Doyumu	Türkiye	19,97	7,07	,45
	Kazakistan	20,74	7,81	,49

Tablo 2’de yer alan verilere göre, bölümlere göre Türk ve Kazak öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu puanlarının birbirlerine çok yakın olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Türk ve Kazak Öğrencilerin Depresyon ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Çıkarımsal İstatistik Sonuçları

		t	Df	Sig. (2-tailed)	Ortalama Farkı	Standart Hata Farkı	%95 Güven Aralığı Alt Sınır	Üst Sınır
Depresyon	Varyanslar Eşit	-,28	486	,77	-,18	,65	-1,48	1,10
Yaşam Doyumu	Varyanslar Eşit Değil	-1,14	484,785	,25	-,76	,67	-2,09	,55

Tablo 3’teki veriler incelendiğinde, Türk ve Kazak öğrencilerin depresyon puanları arasında [$t(486)=-.28, p>.05$] ve yaşam doyumu puanları arasında [$t(484.785)=-.25, p>.05$] anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir.

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu araştırmada, Türkiye’de ve Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin depresyon ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmanın birinci alt problemi olan çalışmaya katılan tüm öğrenciler için depresyon ile yaşam doyum puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için ise, Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonrasında elde edilen veriler incelendiğinde, araştırma grubundaki tüm öğrencilerin depresyon puanları ile yaşam doyumu puanları arasında anlamlı olarak doğrusal, orta düzeyde ve negatif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=-.58, p<.05$). Diğer bir ifadeyle, öğrencilerin depresyon düzeylerindeki meydana gelen artış, yaşam doyumu düzeylerinde azalmaya neden olmaktadır.

Alanyazında yapılan çalışmalar bakıldığında bu bulguya benzer araştırmaların olduğu görülmektedir (Şenol, 2017; Baş, 2011 ve Avcı, 2013). Bununla birlikte, yaşam doyumunun arzuların ve beklentilerin gerçekleşme derecesine karşılık geldiği, çoğunlukla mutluluk ve öznel iyi oluş gibi kavramlarla benzerlik gösterdiği, bununla birlikte depresyonun o anda var olan birçok istenmedik duygunun bir araya geldiği psikolojik ruh haline karşılık geldiği ifade edilmektedir. Diğer taraftan, bireylerde olumlu duygu durumunun yaşanması için olumsuz yaşam olaylarının azalması gerektiği bilinmektedir. Bu anlamda, araştırmadan elde edilen öğrencilerin yaşam doyumu ve depresyon düzeyi arasındaki negatif yönlü ilişkinin her iki kavramın doğasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmanın ikinci alt problemi olan Kazak ve Türk öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-Testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonrasında Kazak ve Türk öğrencilerin depresyon ve yaşam doyumu puan ortalamalarının birbirlerine çok yakın olduğu görülmekle birlikte, Türk ve Kazak öğrencilerin depresyon puanları arasında [$t(486)=-.28, p>.05$] ve yaşam doyumu puanları arasında [$t(484.785)=-.25, p>.05$] anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. İlgili alanyazın incelendiğinde bu bulguya benzer sınırlı araştırmalar bulunmakla birlikte, farklı sonuçların elde edildiği araştırmaların olduğu görülmektedir. Şeker ve Akman (2015) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, aralarında Kazak öğrencilerin de bulunduğu 230 uluslararası öğrenci ve 202 Türk öğrencinin psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu düzeyleri karşılaştırılmış; psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu düzeyleri açısından Türk öğrenciler lehine anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Buna karşın, araştırmadan elde edilen bu sonucun öğrencilerin benzer yaşam olanaklarına ve kültürel yapıya sahip olmalarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- ADASAL, R. (1973). *Modern Normal ve Medikal Psikolojik*, Ankara: A.Ü. Tıp Fakültesi Yayınları.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA]. (2014). *Desk Reference to The Diagnostic Criteria from DSM-5*. American Psychiatric Pub.
- AVCI, S. (2013). *Farklı Mesleklerde Çalışan Kadınların Yaşam Doyumu, İş Doyumu, Tükenmişlik ve Algılanan Cinsiyet Ayrımcılığı Düzeylerinin Depresyon ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- BAŞ, U. A. (2011). Öğretmen Adaylarında Yaşam Doyumu Düzeyleri ve Yordayıcıları. *Eurasian Journal of Education Research*, 44, 71-88.
- BECK, A., WARD, T., CALVIN, H., MENDELSON, M., MOCK, J. & ERDAUGH, J. (1961). An Inventory for Measuring Depression. *Archives of General Psychiatry*, 4(6), 561-571.
- BUDAK, S. (2009). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- ÇEÇEN, A. R. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benliksaygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- DIENER, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575

- DIENER, E. (2000). Subjective Well-Being: *The Science of Happiness and a Proposal for a National Index*. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- DIENER, E & LUCAS, E. R. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-303.
- DİKMEN, A. (1995). İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 50(3), 115-140.
- DİLMAÇ, B. ve EKŞİ H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (20), 279-289.
- DOCKERY, A. M. (2004). Happiness, Life Satisfaction and the Role of Work: Evidence from Two Australian Surveys. *Full Employment Imperative*, 77.
- FRAENKEL, J. & WALLEN, R. (2000). How to Design and Evaluate. *Research in Education*, 104.
- GEORGE, D. & MALLERY, P. (2010). *SPSS for Windows Step by Step*. A Simple Study Guide and Reference.
- GILBERT, P. (2007). *Psychotherapy and Counselling for Depression*. Sage
- GÜLER, B. ve EMEÇ, H. (2006). Yaşam Memnuniyeti ve Akademik Başarıda İyimserlik Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 129-149.
- GÜNDOĞAR, D., SALLAN-GÜL, S., USKUN, E., DEMİRCİ, S. ve KEÇECİ, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10(1), 14-27.
- HİSLİ, N. (1988). Beck Depresyon Ölçeği'nin Bir Türk Örneğinde Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 6, 118-122.
- KESER, A. (2003). *Çalışmanın Anlamı, İnsan Yaşamındaki Yeri ve Yaşam Doyumu Üzerine Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uludağ Üniversitesi: Bursa.
- KÖKNEL, Ö. (2005). *Ruhsal Çöküntü: Depresyon* (6. Baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi
- KÖKER, S. (1991). *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- ÖZER, M. ve KARABULUT, Ö. (2003). Yaşlılarda Yaşam Doyumu. *Geriatrici*, 6(2), 72-74.
- ŞEKER, B. ve AKMAN, A. (2015). Farklı Ülkelerden Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma ve Yaşam Doyumları Üzerine Bir Araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 106-119.
- ŞENOL, S. (2017). *14-25 Yaş Arası Lisanslı Yüzücülerde Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeyi ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi: İstanbul.
- TAYCAN, O., KUTLU, L., ÇİMEN, S. ve AYDIN, N. (2006). Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerde Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 100-108.
- TUZGÖL-DOST, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- VEENHOVEN, R. (1996). Developments in Satisfaction-Research. *Social Indicators Research*, 37(1), 1-46.
- YETİM, U. (2003). The Impacts of Individualism/Collectivism, Self-Esteem, and Feeling of Mastery on Life Satisfaction Among the Turkish University Students and Academicians. *Social Indicators Research*, 61(3), 297-317.