

ÖZNEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ'NİN GELİŞTİRİLMESİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI*

Meliha TUZGÖL DOST**

ÖZET

Bu çalışmada, bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini saptayabilmek için bir ölçek geliştirilmesi amaçlanmıştır. Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖ) 46 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Ölçekte, yaşam alanlarına ilişkin kişisel yargular ile olumlu ve olumsuz duygu ifadeleri yer almaktadır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları 209 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. ÖİÖ'nin yapı geçerliği temel bileşenler analizi ile saptanmıştır. Ayrıca ölçeğin madde toplam puan korelasyonları incelenmiştir. ÖİÖ'den alınan puanların alt ve üst % 27'lik puan grupları ortalamaları t testi ile karşılaştırılmış; gruplar arasında anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan benzer ölçekler geçerliği çalışmasında ise ÖİÖ ile Beck Depresyon Envanteri (BDI) arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-.70$). Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .93; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı $r: .86$ olarak saptanmıştır. Analizler sonucunda, ÖİÖ'nin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir araç olduğuna karar verilmiştir.

ANAHTAR SÖZCÜKLER

Öznel İyi Oluş, Üniversite Öğrencileri, Öznel İyi Oluş Ölçeği.

ABSTRACT

Developing a Subjective Well-Being Scale: Validity and Reliability Studies.

KEY WORDS

Subjective Well Being, University Students, Subjective Well Being Scale.

The purpose of this study was to develop a self-report measure of subjective well-being. Subjective Well-

Being Scale (SWS) is a Likert type scale which composed of 46 items. The items include emotional re-sponses as well as appraisals of various areas of personal life. The validity and reliability of the instrument was tested with a sample of 209 college students. The structural validity of SWS was examined by principle component analysis. Item-total correlations of the scale were determined. Group means of the upper and lower 27 percentiles on SWS were compared with t test. This comparison revealed mean differences. To test concurrent validity, correlations between scores on SWS and Beck Depression Inventory (BDI) were calculated. There was a significant relationship between scores on the two scales ($r=-.70$). Cronbach-alfa coefficient for the scale was found .93; test-retest correlation coefficient was $r:.86$. Considering reliability and validity study results, it can be concluded that SWS was a valid and reliable instrument.

Mutluluğun ne olduğu, insanların nasıl mutlu oldukları veya öznel iyi oluş, antik çağdan beri tartışılmış ve tanımlanmaya çalışılmıştır. Mutluluk, Antik Yunan'dan beri felsefenin ilgi alanına girmektedir ve o zamanlardan bu güne filozofların dikkatini çeken ve üzerinde durdukları bir konudur. Strack, Argyle ve Schwarz'ın (1991) belirttiği gibi büyük dinler bile sundukları mutluluğa ulaşma reçeteleri sayesinde dikkat çekmişlerdir. İdeal toplum üzerinde odaklanan politik ideolojiler ve toplum refahı için çalışan ekonomi dalı da her zaman mutluluk konusu ile iç içe bulunmuştur. Psikoloji ise, çok ilginç bir şekilde, mutsuzluğun belirleyicilerine kıyasla, insanın iyi oluş durumu ile çok daha az uğraşmıştır (Diener,1984).

Psikolojinin iyi oluş konusuna olan ilgi açığını kapatması için girişimde bulunan bilim adamlarından Seligman (1998), psikoloji alanında çalışan meslek üyele-

* Bu makale, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR danışmanlığında yapılan "Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri" adlı doktora çalışmasının bir bölümüdür.

** Dr., Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Görevlisi.

rine şunu hatırlatmaktadır: "Psikoloji sadece zayıflık ve güçsüzlükle değil, güçlülük ve erdemle de çalışır. Tedavi sadece sorunun giderilmesi değil, kişi için en iyi olanın ortaya konmasıdır." Seligman'ın, pozitif psikoloji ve psikolojik iyi oluş konusundaki araştırmaları artırmaya teşvik etme mücadelesi, birçok araştırmacı tarafından olumlu bir şekilde karşılanmıştır (Akt. Comp-ton, 2001). Seligman'a (1998) göre pozitif psikoloji, insanın temel güçleri ve kaynakları ile ilgili olarak sağlıklı yanlarını anlamaya yönelik bir girişimdir. Pozitif psikoloji ile ilgilenen psikologlar, "iyi yaşam" ve bunu geliştiren faktörler üzerinde durmaktadırlar (Akt. Sheldon ve Kasser, 2001). Görüldüğü gibi psikolojinin ruh sağlığına bakış açısı değişmektedir. Bireyin sorununun giderilmesinin yeterli olmadığı, temel güçlerini ve potansiyellerini geliştirmek gerektiği belirtilmektedir.

Seligman ve Csikszentmihalyi'e (2000) göre, pozitif psikoloji alanı, öznel yaşantı değerleriyle ilgilidir. Bunlar: iyi oluş, memnuniyet, geçmişten doyum, gelecek için umutlu olma, iyimserlik, ve şimdiki mutluluk'tur. Bireysel düzeyde, pozitif psikoloji sevmeye ve çalışma kapasitesi, cesaret, kişiler arası ilişkiler, estetik duyarlılık, sebat, bağışlama, özgünlük, uzak görüşlülük, maneviyat, yetenek ve bilgelik gibi olumlu bireysel özelliklerle ilgilidir. Grup düzeyinde ise, medeni değerler ve bireyleri daha iyi vatandaşlık yapmaya götüren özelliklerle ilgilidir ki bu özellikler sorumluluk, özgecilik, nezaket, ılımlılık, hoşgörü ve iş ahlakıdır.

Diener'a (2000) göre, yaşam kalitesini tanımlamaya çalışan özelliklerde, diğerlerini sevmek, zevk ya da insanın kendisiyle ilgili içgörü kazanması (self-insight) gibi ölçütler üzerinde yoğunlaşmıştır. Öte yandan iyi bir yaşamı nelerin oluşturduğuna dair başka bir görüş, insanların iyi bir hayat sürdürdüklerini düşünmelerinin istenilir bir durum olduğunu belirtmektedir. Yaşam kalitesinin bu öznel tanımı, her bireye yaşamının çaba harcamaya değer olup olmadığına karar verme hakkını verdiği için demokratik bir tanımdır. İyi yaşamın "öznel iyi oluş" olarak tanımlanmasına yol açan bu yaklaşımlar; konuşma dilinde bazen, "mutluluk" olarak ifade edilmektedir.

Öznel iyi oluş, bireylerin yaşam doyumlarına ve olumlu - olumsuz duygulanımlarına ilişkin genel bir

değerlendirmedir (Diener, 1984). Bu değerlendirme, bireylerin olaylara verdikleri duygusal tepkileri, duygudurumlarını, yaşam doyumları hakkındaki bilişsel yargılarını ve evlilik ve iş gibi yaşam alanlarındaki doyumlarını içermektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Yaşam doyumunu ise kişinin kendi seçtiği kriterlere göre yaşamının niteliği hakkındaki genel değerlendirmesidir. Diener (2000)'a göre insanlar, birçok hoş ve çok az hoş olmayan duygular hissettiklerinde, ilgi çekici aktivitelerde bulduklarında, birçok sevinç ve çok az acı yaşadıklarında ve yaşamlarından memnun olduklarında yüksek bir öznel iyi oluş yaşamaktadırlar. İyi bir hayat ve ruh sağlığıyla ilgili başka özellikler de bulunmaktadır, ancak öznel iyi oluş alanı, kişinin yaşamına ilişkin kendi değerlendirmesi üzerinde yoğunlaşmaktadır.

Öznel iyi oluşta bilişsel öge gerçekçi veya entellektüel yönü temsil etmekte, duygusal öge ise olumlu ve olumsuz duygulanım olarak iki kısımda ele alınmaktadır (Andrews ve Robinson, 1991). Olumlu duygulanım, neşe, ilgi, heyecan, güven, uyanıklık (alertness) gibi duyguları yansıtmaktadır. Olumsuz duygulanım ise korku, öfke, üzüntü, suçluluk, nefret gibi olumsuz duyguları içeren doyumumsuzluk ve öznel stresi tanımlamaktadır (Ben-Zur, 2003). Duygu-durum ve duygulanım olarak adlandırılan duygular kişinin o anki yaşamında olan olaylara ilişkin değerlendirmelerini ortaya koymaktadır. Öznel iyi oluş araştırmacıları anlık duygulara oranla öncelikle uzun dönemli "duygu-durum"la ilgilenmektedirler (Diener, Suh, Lucas, Shmith, 1999).

Özetle öznel iyi oluş, hoş duygulanım, hoş olmayan duygulanım ve yaşam doyumunu unsurlarından oluşmaktadır. Bireyin yaşamında, hoş duygulanımları hoş olmayan duygulanımlarından üstünse ve kişinin yaşamının niteliğine ilişkin bilişsel yargısı olumluysa öznel iyi oluşu yüksek olmaktadır. Olumlu duygular ve doyuma ilişkin bilişsel yargılar evlilik ve iş gibi çeşitli yaşam alanlarıyla ilgili olabilmekte ve bunların toplamı genel yaşam doyumunu yansıtmaktadır.

İyi oluşla ilgili yapılan araştırmalarda iyi oluş genel kavramının yanında öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumunu, yaşam kalitesi, iyilik hali (wellness) ve olumlu duygulanım gibi çeşitli kavramların yer aldığı

görülmektedir. Bu kavramların anlamları birbiriyle tamamen aynı olmamakla birlikte büyük oranda ilişkilidirler; çünkü bu kavramların hepsi bireyin olumlu işlevselliği ve mutluluğu sağlayan koşullarla ilgilidir. Örneğin iyilik hali kavramı Korkut (2004)'a göre, insanların her anlamda sağlıklı olması ile ilgili olarak son yıllarda üzerinde ısrarla durulan bir kavramdır. İyilik hali, en ideal düzeyde sağlıklı olmaya yönelmiş, beden, akıl ve ruhun bütünleştiği, bireysel olarak amaç dolu tavır, daha dolu yaşam geçirme hedefi olan, sosyal, kişisel, çevresel (ekolojik) olarak, tüm alanlarda işlevsel bir yaşam sürdürme anlamındadır (Myers, 2001; Akt. Korkut, 2004). Görüldüğü gibi iyilik hali kavramı da öznel iyi oluş gibi bireyin olumlu işlevselliği ile ilgilidir; ancak öznel iyi oluş kavramı daha çok bireyin yaşamına ilişkin öznel yargı ve duygulara işaret ederken iyilik hali kavramı bireyin iyi hissetmesini sağlayacak bir yaşam biçimi ve standardını ifade etmektedir.

Christopher'a (1999) göre psikolojik iyi oluş, psikolojik danışma alanı için çok önemli bir konudur. Psikolojik iyi oluş, hem kuramsal hem de uygulamalı olarak kişilik ve gelişim kuramlarında önemli bir rol oynamakta; psikopatolojinin değerlendirilebileceği bir dayanak noktası oluşturmaktadır. Bu kavram, psikopatolojinin nasıl belirleneceği konusunda ölçütler sağlamaktadır. Psikolojik iyi oluş, danışanın anlam ve amaç bütünlüğü bulmasına yardımcı olan psikolojik danışmanın çalışmalarına klinik bir rehber olmaktadır. Aynı zamanda bu olgu, müdahale ve psikolojik danışma için hedefler belirlemektedir.

Bu çalışmanın amaçları, 1) bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek üzere bir ölçek geliştirmek; 2) öznel iyi oluş konusuna dikkat çekmektir. Konu ile ilgili bir ölçeğin geliştirilmesinin öznel iyi oluş kavramına ilgi duyan araştırmacılara kolaylık sağlaması ve konuyla ilgili araştırmaları teşvik etmesi beklenmektedir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma kapsamına giren bireyler, ölçek maddelerinin geliştirilmesinde izlenen yol ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları süreci açıklanmıştır.

Denekler

ÖİÖ'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına 2002 - 2003 Öğretim Yılı Güz Döneminde Hacettepe Üniversitesi Beytepe Kampüsü'nde bulunan İktisadi ve İdari Bilimler, Fen, Mühendislik, Eğitim ve Edebiyat Fakülteleri 2. ve 3. sınıf öğrencilerinden oluşan 209 kişi katılmıştır.

İşlem Yolu

Ölçek, Diener'in (1984) öznel iyi oluşla ilgili görüşleri ağırlıklı olmak üzere öznel iyi oluşu açıklayan kuramlar temel alınarak geliştirilmiştir. ÖİÖ'nin geliştirilmesi amacıyla konu ile ilgili literatür incelenmiştir. Aynı zamanda, üniversite öğrencilerinden farklı bölümlerde okumakta olan 180 kişilik bir gruba, mutluluk ve mutsuzluklarına neden olan faktörlerin neler olduğunu öğrenmek amacıyla yazdırılan yazılar doküman analizi yöntemi ile incelenmiş ve üniversite öğrencilerinin mutluluk ve mutsuzlukları ile ilişkili faktörler ortaya konmuştur. Bu faktörlerin, olumlu ve olumsuz duygular, aile ve arkadaşlık ilişkileri, kendini ve geçmişi kabul, amaç ve idealler, ilgi duyulan etkinlikler ve iyimserlik-umutlu olma kategorilerinde toplandığı görülmüştür. Bu çalışmalar ışığında ölçeğin 102 maddelik madde havuzu oluşturulmuştur.

Madde havuzundaki 102 ölçek maddesi uzmanlara verilerek, her bir maddenin öznel iyi oluşla ne derece ilişkili olduğu konusunda görüş alınmıştır. Bunun için Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Psikoloji, Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme ve Türk Dili alanlarında uzman olan toplam 16 kişinin görüşüne başvurulmuştur. Alanı Türk Dili ve Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme olan üç uzman dışındaki 13 kişiden, ölçek maddelerinin her birini, öznel iyi oluşu belirlemeye uygun olup olmaması açısından "(5) Çok Uygun", "(1) Hiç Uygun Değil" olmak üzere 5 dereceli bir ölçekle derecelendirmeleri istenmiştir. Türk Dili uzmanı ölçek maddelerini dil bilgisi ve anlam bakımından değerlendirirken, Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme uzmanları da psikolojik test maddesinin taşıması gereken özellikler bakımından incelemişlerdir. Uzmanlardan 13'ünün ölçek maddelerinin öznel iyi oluşu belirlemeye uygun olup olmadığına

ilişkin derecelendirmeleri arasındaki uyumu belirlemek amacıyla Kendall'ın Uyuşum Katsayısı hesaplanmış (ki kare=150.90; ki kare tablo=79.50; sd=56; p<.05) ve uzmanların yaptıkları derecelendirmelerin birbiri ile uyumlu olduğu görülmüştür.

Uzmanların her bir madde için yaptıkları derecelendirmelerin puan ortalamaları hesaplanmış ve ortalamadan düşük puana sahip olan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Ayrıca uzmanların maddelere dilbilgisi ve anlam bakımından getirdikleri eleştiriler de dikkate alınmış ve bazı maddelerin ifadesi değiştirilmiştir. Uzman görüşü çalışmasından sonra madde havuzundaki 102 ölçek maddesinden yarısı çıkarılmış ve ölçek maddelerinin sayısı 51'e inmiştir. Ölçeğin 51 maddelik formu 209 kişiye uygulanmış ve elde edilen veriler üzerinde ölçeğin faktör yapısı ve maddelerin faktör yükleri incelenmiştir. İnceleme sonucunda birinci faktördeki faktör yükleri .30'dan düşük olan ve faktör yük değerleri farklı faktörlerde birbirine yakın olan 5 madde ölçekten çıkarılmıştır. ÖİÖ'nin geriye kalan 46 maddelik son formu üzerinde faktör analizi çalışması tekrarlanmış, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmaların sonuçları aşağıda verilmiştir.

Ölçme Araçları

ÖİÖ'nin benzer ölçekler geçerliğini incelemek amacıyla Beck tarafından geliştirilen ve Hisli (1989) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Beck Depresyon Envanteri (BDI) kullanılmıştır. BDI 21 maddeden oluşmaktadır ve dörtlü derecelendirmeli cevaplama sistemine sahiptir. BDI depresyonda görülen, vegetatif, duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ölçen bir ölçektir. Ölçeğin amacı depresyon tanısı koymak değil, depresyon belirtilerinin derecesini objektif olarak sayılara dökmektir (Beck, 1961; Akt. Hisli, 1989). Hisli'nin yaptığı çalışmalar sonunda BDI'nın Türk Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyini geçerli ve güvenilir olarak ölçtüğü sonucuna varılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Geçerlik çalışmaları kapsamındaki faktör analizi çalış-

ması temel bileşenler analizi yöntemi ile yapılmıştır. Maddelerin faktör yükleri en az .30 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin madde geçerliğini incelemek amacıyla madde-toplam puan korelasyonları incelenmiştir. Ölçeğin ayırt ediciliğini tespit etmek için alt ve üst % 27'lik puan grupları t testi ile karşılaştırılmıştır. Benzer ölçekler geçerliği için Spearman'ın rho katsayısı kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirlik katsayılarını belirlemek üzere Cronbach-Alfa ve test-tekrar test yöntemi ile Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu katsayıları hesaplanmıştır.

BULGULAR VE YORUM

Aşağıda ÖİÖ'nin faktör analizi sonuçları ile ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına ilişkin bulgular sunulmuştur.

ÖİÖ'nin Geçerliğine İlişkin Bulgular ve Yorum

ÖİÖ'nin geçerliği birkaç yolla saptanmıştır. İlk olarak faktör analizi çalışması yapılmıştır. İkinci olarak ölçeğin madde toplam puan korelasyonları incelenmiştir. Üçüncü olarak ölçeğin ayırt ediciliğini tespit etmek amacıyla alt ve üst % 27'lik puan grupları t testi ile karşılaştırılmıştır. Ek olarak ÖİÖ'nin DBI ile benzer ölçekler geçerliği belirlenmiştir.

Faktör analizi çalışmasında ÖİÖ'ne ilişkin KMO katsayısı .861 bulunmuş, Barlett testi anlamlı çıkmıştır. Faktörlerin her bir değişken üzerindeki ortak varyansının .51 ile .75 arasında değiştiği görülmüştür. ÖİÖ'nin özdeğeri 1'den büyük 12 faktör verdiği belirlenmiştir. Birinci faktör tek başına toplam varyansın % 24.52'sini açıklamaktadır. Açıklanan toplam varyans ise % 63.83'dür. Maddelerin faktör yüklerinin birinci faktörde .30 ile .66 arasında değiştiği belirlenmiştir. Varimax ek sen döndürme tekniği sonrasında birinci faktörün 6 maddeden (4, 17, 32, 35, 37, 40), ikinci faktörün 5 maddeden (3, 11, 19, 21, 23), üçüncü faktörün dört maddeden (22, 27, 30, 38), dördüncü faktörün dört maddeden (7, 34, 42, 46), beşinci faktörün altı maddeden (5, 8, 12, 14, 16, 31), altıncı faktörün dört maddeden (2, 9, 15, 28), yedinci faktörün dört maddeden (6, 29, 36, 45), sekizinci faktörün üç maddeden (1, 20, 41), dokuzuncu faktörün üç maddeden (18, 39, 43), onuncu faktörün iki

İkinci olarak test-tekrar test yöntemi uygulanmıştır. Ölçeğin kararlılık katsayısını bulmak amacıyla araştırma örnekleminde yer alan 39 kişilik bir gruba araç iki hafta ara ile iki kez uygulanmış ve Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı .86 olarak bulunmuştur. ÖİÖ'nin güvenilirlik katsayıları ölçeğin, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla güvenle kullanılabilceğini göstermektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

ÖİÖ'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgular, ÖİÖ'nin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçmek amacıyla kullanılabilceğini göstermektedir. Bu çalışmalar sonucunda geliştirilen ÖİÖ, yaşam alanlarına ilişkin kişisel yargılar ile olumlu ve olumsuz duygu ifadeleri içeren 46 maddeden oluşmaktadır. Cevaplama sistemi her ifade için "(5) Tamamen Uygun", "(4) Çoğunlukla Uygun", "(3) Kısmen Uygun", "(2) Biraz Uygun" ve "(1) Hiç Uygun Değil" olarak beşli Likert ölçeği şeklindedir. Her bir maddenin puanları "5 ile 1" arasında değişmektedir. Ölçek maddelerinin 26'sı olumlu 20'si olumsuz ifade şeklindedir. Olumsuz ifadelerin puanlaması tersine çevrilerek yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 46, en yüksek puan 230'dur. Yüksek puan öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Günümüzde bireyin iyi oluşu için hastalık yokluğunun gerekli ama yeterli olmayan bir ölçüt oluşturduğu anlaşılmaya başlanmıştır. Psikoloji yıllardır ihmal ettiği iyi oluş konusuna ilgi göstermeye başlamış ve konuyla ilgili araştırmalar artmıştır. Daha önce de değinildiği gibi öznel iyi oluş, yaşam doyumuna ilişkin bilişsel yargı ile olumlu ve olumsuz duygulanım unsurlarından oluşmaktadır. Diener, Oishi ve Lucas'a (2003) göre, bu unsurlar biraz da olsa bağımsız kavramlardır. Yazarlara göre, birçok çalışmada araştırmacılar iyi oluş veya hastalığın, depresyon ve yaşam doyumunu gibi tek bir yönünü ölçmeye devam etmektedirler. Oysa bu kavramlar ayrı ayrı ölçülmeli ve çalışılmalıdır. Diener, Oishi ve Lucas'ın (2003) değindikleri bu konu dikkate alındığında geliştirilen ÖİÖ'nin, genel yaşam doyumunu ile yaşam alanlarına ilişkin bilişsel yargılara ve olumlu duyguların

varlığı ile olumsuz duyguların yokluğuna ilişkin maddeler içermesi öznel iyi oluşun önemli unsurlarını kapsadığını göstermektedir.

Yapılan çalışmalar sonucu ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır, ancak ölçeğin daha sağlam bir yapıya ulaşması için üzerinde çalışılması ve geliştirilmesi gerekmektedir. Farklı yaş grupları ve örneklemeler üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması faydalı olacaktır.

KAYNAKLAR

- Andrews, F. M. ve Robinson, J.P. (1991). Measures of subjective well-being. (Ed. Robinson, J. P., Shaver, P. R. ve Wrightsman, L. S.) **Measures of Personality and Social Psychological Attitudes**. Vol. 1, New York: Academic Press.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources and parental factors. **Journal of Youth and Adolescence**, 32, 2, 67-79.
- Büyükoztürk, Ş. (2003). **Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı**. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Compton, W. C. (2001). Toward a tripartite factor structure of mental health: Subjective well-being, personal growth and religiosity." **Journal of Psychology**, 135, 5.
- Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of its theory and research. **Journal of Counseling and Development**, 77, 2, 141-153.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. **Psychological Buletin**, 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., Suh, E. M., Lucas, R. E., ve Shmith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades

of progress. **Psychological Bulletin**, 125, 2, 276-302.

- Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. **Annual Review of Psychology**, 54, 403-428.
- Korkut, F. (2004). Çalışma yaşamında iyilik hali modelinin kullanılması. **Kişisel Gelişimde Çağdaş Yönelimler Sempozyumu**. (sf.301-310). Ankara: K.K. Eğitim ve Doktrin Komutanlığı.
- Seligman, M. E. P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology an introduction. **American Psychologist**, 55, 1, 5-14.
- Sheldon, K. M. ve Kasser, T. (2001). Goals, congruence and positive well-being: New empirical support for humanistic theories. **Journal of Humanistic Psychology**, 41, 1, 30-51.
- Strack, F., Argyle, M. ve Schwarz, N. (1991). Introduction. (Ed. Strack, F., Argyle, M. ve Schwarz, N.) **Subjective Well-Being: An Interdisciplinary Perspective**. Oxford England: Pergamon Press.

Summary

DEVELOPING A SUBJECTIVE WELL-BEING SCALE: VALIDITY AND RELIABILITY STUDIES.

Meliha Tuzgöl Dost

Debates over what constitutes happiness or wellness have been around since Ancient Greece. For quite a long time psychology neglected the issue of well-being. It instead dwelled with negative aspects of human life, such as negative affective states or undesirable behaviors. However, recent times have witnessed an increased interest toward the concept of well-being. This interest has led to a great deal of literature on the issue. Seligman (1998) makes a remarkable call to mental health professionals as follows: "Psychology is not merely concerned with weakness and powerlessness in individuals, but it also deals with issues such as strength and integrity. Thus, therapy is not solely consisted of removal of symptoms but also involves promotion of optimum functioning." This positive view of Seligman encouraged considerable interest in well-being (Cited in Compton, 2001).

Subjective well-being refers to one's cognitive assessment of life satisfaction, positive and negative moods (Diener, 1984). Life satisfaction has to do with one's appraisal of the quality of his or her life. The individual's personal standards are basis for this appraisal. Consequently, according to Diener (2000) one's degree of subjective well-being depends on his or her perceived degree of life satisfaction. It also depends on the degree to which ones positive moods override the negative ones.

METHOD

The purpose of this study was to develop a subjective well-being scale for college students. Participants were 209 undergraduate students of five different de-

partments located at the Beyetepe Campus of Hacettepe University during the Fall semester of 2002-2003. Psychometric properties of the Subjective Well-Being Scale (SWS) were tested. The scale is based on the theoretical orientation of Diener (1984) as well as on an extensive review of the respective literature. Another source for constructing the instrument was text analysis of another group of 180 undergraduate students who were asked to reflect on factors leading to their experiences of happiness and despair. Based on these sources, an item pool of 102 items was created.

These items were given to experts who were asked to rank order their relevance to the construct of subjective well-being. The calculated Kendall's tau was found congruent with experts' ratings. After the experts' review, half of the items were eliminated. Thus, the remaining number of the items was 51. The participants of the reliability and validity study were given the scale including these 51 items. The obtained data were examined for factorial structure and factorial weights of the items. This examination led to exclusion of 5 items which had factorial weights smaller than .30 and had similar weights for different factors. Factors analysis was conducted for the remaining 46 items of the SWS.

The SPSS software program was used to analyze the data. The validity of the SWS was tested by the principle component analysis of factor analysis procedures. The lower limit for factor weights was determined as .30. In order to determine the scale's item validity, correlations of the item-total scores were examined. In order to test the discriminant analysis of the scale the group means of the upper and lower 27 percentile

* Bu makale, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR danışmanlığında yapılan "Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri" adlı doktora çalışmasının bir bölümüdür.

** Dr., Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Görevlisi.

scores were compared with *t* tests. For congruent validity the Spearman Rho coefficients was used. In order to determine the reliability coefficients of the scale, Cronbach-Alphas and test re-test Pearson Momentum Correlation Coefficients were calculated.

RESULTS

Several methods were used to determine reliability of the SWS. First, factor analysis was conducted. Then, item-total correlations were calculated. Thirdly, to test the discriminant function of the scale, the group means of the upper and lower 27 percentile scores were compared with *t* tests. Lastly, the congruent validity of the SWS was tested with the Beck Depression Inventory (BDI).

Factor analysis revealed a KMO coefficient of .86. Also, the Barlett test was significant. The shared variance of factors on each variable ranged from .51 to .75. The eigenvalue of the SWS revealed 12 factors with values greater than 1. The first factor accounted for 24.52 % of the total variance. The factors of the scale, accounted for a total variance of % 63.83. The factor weights of the items on the first factor ranged from .30 to .66.

The eigenvalue component-graph was examined. The graph illustrated that after the first factor there was a significant drop. In line with the view of Büyüköztürk (2003), considering this drastic drop, shared factor variance, and the first factor weight values, the SWS could be viewed as having a single general factor, although it has 12 factors.

The items of the SWS were examined in terms of the degree of their influence on the reliability of the scale. Also, the adjusted item total correlations were examined. These values ranged from .32 to .63.

Moreover, in order to test the discriminant analysis of the scale the group means of the upper and lower 27 percentile scores were compared with *t* tests. This comparison revealed significant differences at .01 level of significance.

The SWS and BDI were administered to a group of 58 college students at a single session. Spearman Rho was calculated. The scales had a negative correlation of -.70 at .01 level of significance.

In order to test reliability of the SWS, the original data on the 46 items that were retained after factor analysis were examined. As mentioned earlier, this administration was done with 209 participants, the Cronbach Alpha reliability coefficient was .93.

The scale was administered to 39 persons of the original sample twice in order to test for test-re-test reliability. The time interval between the two administrations was two weeks. The Pearson momentum correlation coefficient was .86.

CONCLUSION

Based on the results of this study, it is safe to conclude that the SWS possesses satisfactory psychometric properties as a measure of well-being with college students. The 46-item SWS, which is a product of this study, consists of personal judgments of various domains of life as well as positive and negative affective statements. Although the results of this study revealed sufficient psychometric properties for this sample, there needs to be further studies with different samples and age groups.