

YETİŞKİN BİREYLERDE AİLE BÜTÜNLÜK DUYGUSUNUN YAŞAM DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

THE EFFECT OF FAMILY INTEGRITY FEELING ON LIFE SATISFACTION IN ADULT INDIVIDUALS

Kübra KÜÇÜKŞEN

Necmettin Erbakan Üniversitesi
Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi
Sosyal Hizmet Bölümü
kubrakuksen@erbakan.edu.tr
ORCID: 0000-0001-9248-9541

Tuğba TOPTAŞ BÖCÜ

Necmettin Erbakan Üniversitesi
Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi
Sosyal Hizmet Bölümü
ttopas@erbakan.edu.tr
ORCID: 0000-0002-9868-939X

Semahat Nur ÇETİN

Necmettin Erbakan Üniversitesi
Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi
Sosyal Hizmet Bölümü
cetinsemahat@gmail.com
ORCID: 0000-0002-2546-7809

ÖZ

Geliş Tarihi:

30.05.2022

Kabul Tarihi:

20.01.2023

Yayın Tarihi:

31.03.2023

Anahtar Kelimeler

Aile
Birey
Aile bütünlük
duygusu
Yaşam doyumu

Keywords

Family
Individual
Family sense of
coherence
Life satisfaction

Bu araştırma, yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Örneklem 490 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında *Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği-Kısa Formu* ve *Yetişkin Yaşam Doymu Ölçeği* kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre erkeklerin aile bütünlüğü ölçeği ortalama puanı kadınlardan yüksektir. Araştırmada ölçekler arası korelasyon analizi sonuçlarına göre aile bütünlük duygusu toplam ve tüm alt boyutlar ile yaşam doyumu toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireyler diğer aile fertlerinin tepkilerini anlaşılabilir, yönetilebilir buluyor ve bir anlam atfedebiliyorsa yaşam doyumları artmaktadır. Araştırmada yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucuna göre yaşam doyumunun yüzde 19'u aile bütünlük duygusu ile açıklanabilmektedir. İnsanın yaşamı boyunca fizyolojik, psikolojik ve sosyal tüm ihtiyaçlarının giderilmesinde aile yeri doldurulamayacak bir işleve sahiptir. Sağlıklı bir toplumun mutlu bireylerden oluşacağı her daim kabul edilmektedir. Bu bağlamda *aile içerisinde birey* esas alınarak aile bütünlük duygusunun artırılması üzerine çalışmalar yapılabilir.

ABSTRACT

The present study was conducted to determine the effects of family sense of coherence on life satisfaction in adult individuals. The sample consists of 490 adult individuals. *Family Sense Of Coherence Scale- Short Form* and *Adult Life Satisfaction Scale* were used to collect data. According to the results of the study, men had higher family sense of coherence scores than women. According to the results of the correlational analysis between the scales, statistically significant and positive relationship was found between the total family sense of coherence and total life satisfaction scores. If individuals find the reactions of other family members understandable and manageable, and if they can attribute a meaning in this sense, their life satisfaction increases. According to the results of the Simple Linear Regression Analysis that was made in the study, it was found that 19% of life satisfaction can be explained by the family sense of coherence. The family has an irreplaceable function in covering all physiological, psychological, and social needs of an individual at every stage of development throughout life, starting with birth. It is always accepted that a healthy society will consist of happy individuals. In this respect, studies can be carried out to increase the family sense of coherence based on the *individual in the family*.

DOI: <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1123493>

Atıf/Cite as: Küçükşen, K., Toptaş Böcü, T., ve Çetin, S. (2023). Yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerindeki etkisi. *Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi* 13(1), 119-130.

Giriş

Ortak paylaşımlara ve sorumluluklara sahip bireylerden oluşan aile (Tuncay & Tekin, 2021, s.248), insan varlığının devamlılığını evlilik birliği içerisinde temin eden, bireyin içine doğduğu topluma uyum sürecini sağlayan, üyeler arası duygusal bağın kurulduğu sosyal bir kurumdur. İnsanın doğumu ile başlayan, yaşamı boyunca gelişim evrelerinin her aşamasında fizyolojik, psikolojik ve sosyal tüm ihtiyaçlarının giderilmesinde aile yeri doldurulamayacak bir işleve sahiptir. Bireyin ailesiyle güçlü bir aidiyet duygusu geliştirmesi ve aile doyumunu bu işlevlerin sağlıklı bir şekilde yerine getirilmesini gerektirmektedir. Aile doyumunu, bireylerin aile yaşamlarını pozitif ya da negatif yönde algılamalarının bir yansımasıdır (Coşkun, 2013). Doğası gereği sevgi, sadakat, saygı ve bağlılık gibi değerlerle sürdürülebilen ailede bütünlüğün oluşturulması her bireyin aile yaşamlarını pozitif algılamaları ve doyum almaları ile mümkün olmaktadır.

Toplumların kültürleri, değer yargıları, yaşam biçimleri, dini inançları gibi pek çok faktörden etkilenen aile, tarihsel süreçle birlikte yapı ve işlev olarak toplumdan topluma farklılık arz etmektedir. Toplumsal değişim süreçlerinden etkilenerek işlev, rol ve sorumluluklarda önemli değişim ve dönüşüm yaşanmasına rağmen ailenin evrensel olarak kabul edilen temel işlevleri varlığını ve önemini sürdürmektedir. Bu işlevler aileyi cinsel birliktelikleri meşru bir düzlemde gerçekleşmesine imkân veren, neslin devamını sağlayan, bireylerin toplumsallaşmasına aracılık eden duygusal paylaşım imkân veren güven ve destek sağlayan bir kurum olarak ortaya çıkarmaktadır (Zencirkıran, 2020, s.165-167). Bu işlevlerin yerine getirilme düzeyi, insanın kişilik gelişimi ile psikolojik sağlamlığı kadar aile aidiyeti ve aile bütünlük duygusunun oluşumunda da önemli bir etkiye sahiptir.

Toplumun belirlediği sınırlar içerisinde çeşitli kurallara ve normlara göre şekillenen aile, kendi içinde yine belli bir kural ve düzen halinde devamlılığı sağlamayı amaçlarken bunu bir sistemler bütünü olan aile sistemi ile gerçekleştirmektedir (Şahin, 2019). Aile sistemi olgusu, toplumu, toplumun kültürünü, değerlerini ve inançlarını içeren bir olgudur. Sistem kuramına göre birey alt sistemlerden meydana gelen büyük bir sistemin parçasıdır. Bu nedenle her alt sistemin üstünde daha geniş sistemler mevcuttur. Ve her sistem birbiri ile etkileşim içerisindedir. Aile sistemleri kuramı, aile bütünlüğünü incelemeye yarar sağlayan ve ailedeki davranışların zaman içindeki değişimini içsel ve dışsal faktörleri incelemeye aracı olan bir kuramdır. Bir sistem olarak ailenin beş özelliği vardır (Erten, 2017; Erdugan, 2019; Şahbudak, 2019). İlk olarak üyeler arasında *iç bağımlılık* vardır. Her bir bireyin eylemi diğerini, ailenin bir bireyinde ortaya çıkabilecek bir sorun diğer aile bireylerini, ailenin dışında gelişen olaylar ise aile sistemini etkileyebilmektedir. İkinci özellik bir aileyi diğerinden ayıran *aile sınırlarıdır*. Üçüncü özellik *enerji değişimidir*. Bu da dış dünyayla olan iletişimi ifade etmektedir. Dördüncü özellik *uyumlu davranış* beşinci özellik ise *amaca yönelmiş davranış* olarak açıklanmaktadır. Ailede her bireyin kendine özgü görevleri vardır. Her bir aile, üyelerinin gelişimini sürdürmek ister. Bu amaç için aile sevgi, güvenlik, aidiyet, özdeşim gibi işlevlerin gerçekleşmesine zemin hazırlamaktadır. Oluşturulan bu zemin sayesinde birey, olumsuz yaşam deneyimleri ile karşılaştığında kullanacağı başa çıkma mekanizmalarını ilk olarak aileden öğrenmekte, ilk desteği aileden almaktadır.

Ailede bütünlük duygusunun varlığı, çatışmaların, huzursuz aile yaşantısının vb. pek çok problemin yaşanmasını önleyici bir faktördür. Aile bütünlük duygusuna sahip bireyler genel anlamda çatışmaları daha kolay yönetebilen, günlük hayatlarında rahat iletişim kurabilen, başkalarının yaşam alanlarına saygı duyan ve kendini sosyal destekten mahrum hissetmeyen bireylerdir. Yapılan araştırmalarda bireysel bütünlük duygusu ile aile bütünlük duygusu arasında ve her ikisi ile benlik saygısı arasında olumlu ilişkiler olduğu, bireyin yaşam doyumunu yorumlarken bu üç değişkenin de anlamlı bir etkiye sahip olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Çeçen, 2008; Arslan & Kılıçoğlu, 2018; Nergiz, 2019). Ayrıca aile bütünlük duygusunun kuvvetli olduğu ailelerle yapılan çalışmalar, bu ailelerin stres yaratan olaylara maruz kaldıklarında daha etkin ve uygun baş etme yöntemleri geliştirdiklerini, kaynaklarını daha sağlıklı kullandıklarını, böylece sağlıklı olma halini sürdürebildiklerini göstermektedir (Gençer, 2019).

Bütünlük duygusunun temelinde varoluşsal inançlar da dâhil olmak üzere kişinin yaşama attığı anlam ve değerler yatmaktadır (Lazarus ve Folkman'dan Akt. Gençer, 2019). Bir anlamda bireyin yaşama karşı durumunu göstermektedir. Antonovsky'e göre (1988) bütünlük duygusunun bilişsel, davranışsal ve motivasyonel üç boyutu vardır. Bunlar anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık olmak üzere üç temel bileşene karşılık gelmektedir (Çam & Demirkol, 2019). Bilişsel boyuttaki anlaşılabilirlik uyarıları, bilgiyi, tutarlı ve öngörülebilir bir şekilde kavramayı gerektirmektedir. Davranış boyutundaki yönetilebilirlik karşılaşılan içsel ya da dışsal olayları

yönetebilmeyi, motivasyonel boyut olan anlamlılık ise yaşanan zor durumların üstesinden gelme ve baş etmeyi içermektedir. Bu yönüyle bütünlük duygusu bireylerin yaşamda anlam bulmasına, mutlu olmasına aracılık eden bir duygudur (Çeçen, 2007; Gençer, 2019).

Bireylerin daha mutlu bir yaşam sürmeleri, daha etkin ve verimli olmaları için aile bütünlük duygusunun yanı sıra yaşam doyumunun sağlanması gerekmektedir. Bireylerin yaşamlarında arzuladıkları, gerçekleşmesini istedikleri beklentilerinin karşılanması *doyum* olarak tanımlanmaktadır. Yaşam doyumunu kavramı genel olarak bir bireyin yaşamını kendi belirlediği kriterlere göre değerlendirmesidir. Bu değerlendirme doğrultusunda bireyin *öznel iyi olma durumu* olarak da tanımlanabilmektedir. Öznel iyi oluş bireyin yaşamına ilişkin duyuşsal ve bilişsel değerlendirmeleri kapsamaktadır. Öznel iyi oluşun mutlulukla ilişkilendiren çalışmalarda mutlu insanların, olmayanlara göre özgüveni daha yüksek, topluma daha iyi uyum sağlayan iş ve evlilik hayatında daha başarılı bireyler oldukları belirtilmektedir (Lyubomirsky, King & Diener, 2005; Diener & Lucas, 2000). Yaşam doyumunun yüksek olması kendine güveni, iyimserliği, öz yeterliliği, enerjiyi, pro-sosyal davranışları, sağlıklı olmayı arttırmakta zorluk ve stres ile etkili bir şekilde başa çıkabilmeyi kolaylaştırmaktadır (Şimşek, 2011, s.25). Bireylerin yaşamdan beklentilerinin farklılık göstermesinden ötürü yaşam doyumunu düzeylerinde farklılıklar görülebilmektedir (Gökmen, 2019). Genel olarak yaşam doyumunu etkileyen faktörler; günlük hayattan mutluluk duymak, yaşamı anlamlı bulmak, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenilirlik ve sosyal ilişkiler olarak sıralanmaktadır (Keser, 2005; Gökmen 2019). Ayrıca cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, iş hayatında yer alıp almıyor olmak gibi kişisel faktörler de yaşam doyumunu üzerinde etkilidir (Tuzgöl Dost, 2007; Erol, Sezer, Şişman& Öztürk, 2016; Gökmen, 2019).

Bu çalışmada aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunu üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Yaklaşık iki yıldır maruz kalınan COVID 19 pandemi sürecinde hem birey olarak hem de aile olarak zor ve sıkıntılı günler yaşanmıştır. Gözlemlerimiz ailenin zorluklarla baş etmede, yaşam doyumunda bireye pozitif etkileri olduğu yönündedir. Bu gözlembizim çalışmamızın çıkış noktasını oluşturmuştur. Bu bağlamda aşağıdaki hipotez geliştirilmiştir.

H1. Pandemi sürecinde aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2. Pandemi sürecinde aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H3. Pandemi sürecinde aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu puan ortalamaları sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H4. Pandemi sürecinde aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu puan ortalamaları eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Yirminci yüzyıldan beri yaşanan toplumsal değişim ve dönüşümün en fazla etkilediği kurumların başında aile kurumu gelmektedir. Modernleşme süreciyle birlikte yaşanan aşırı bireyselleşme aile ilişkilerini de olumsuz etkilemiş *kalabalıklar içerisinde yalnız* olan birey psiko-sosyal rahatsızlıklara açık hale gelmiştir. Literatürde pandemi döneminde yaşam doyumunu ve yaşam kalitesi ile ilgili çok sayıda araştırma mevcuttur (Baykal, 2020; Avçin & Erkoç, 2021; Peker, Cengiz& Nebioğlu-Yıldız, 2021; Aksoy& Atılğan, 2021; Tükel, Temel& Kılıç, 2021). Fakat bu araştırmaların çoğunda yaşam doyumunu, psikolojik dayanıklılık, kaygı, sağlık anksiyetesi, stres, serbest zaman etkinliği vb. değişkenler açısından ele alınmıştır. Pandemi döneminde ailenin yaşam doyumuna etkisini ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma ile geleneksel döneme kıyasla çözülme ve dağılma oranlarının dramatik bir biçimde arttığı gözlemlenen ailenin, küresel boyutta yaşanan pandemi döneminde, bireylerin öznel yaşamlarında, yaşam doyumlarında ne gibi etkisi olduğunun ortaya konulmasının hem literatüre hem de birey ve aile ile çalışan meslek uygulayıcılarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusu ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla planlanan çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini betimlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2012).

Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini 18 yaş ve üzeri, okuma-yazma bilen, telefon ya da bilgisayarla internet erişimi olan Ankara, İstanbul ve Konya'da ikamet eden bireyler oluşturmaktadır. Örnekleme yöntemi olarak COVID-19 pandemi kısıtlamaları nedeniyle düşük maliyet ve uygulama kolaylığı ile karakterize olan kolayda örnekleme kullanılmıştır (İslamoğlu & Alınçık, 2016). Örneklem büyüklüğünü belirlemek için, tanımlayıcı araştırmalarda evrendeki kişi sayısının bilinmediği durumlarda kullanılan formülden ($n = t^2 \cdot p \cdot q / d^2$) yararlanılmıştır. Bu hesaplama %95 güvenirlilik ($\alpha = 0,05$ hata için $t = 1,96$); 0,05 sapma payı ($d = 0,05$); olayın görülme ve görülmemeye olasılığı %50- %50 kabul edilerek yapılmıştır. Bu hesaplama sonucunda 384 kişiye ulaşmak gerektiği ortaya çıkmış, araştırmada 490 kişiye ulaşılmıştır.

Verilerin Toplanması

Anket verileri, pandemi şartları ve hızlı bilgi toplamaı sağlamaı sebebiyle çevrimiçi anket yöntemi ile toplanmıştır. Veriler 2021 Ocak-Mart döneminde toplanmıştır. Kullanılan anket kişisel bilgi formu *Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği- Kısa Formu (ABDÖ)* ve *Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği (YYDÖ)*'nden oluşmuştur. Anket formunun başında katılımcılara araştırmanın amacını açıklayan bir bilgi sunulmuş, katılımın gönüllülük esaslı olduğu, kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı, isterlerse anketin herhangi bir aşamasında geri çekilebilecekleri belirtilmiştir. Araştırmayı katılmayı kabul ediyorlarsa belirtilen kutucuğu işaretlemeleri istenmiş, bilgilendirilmiş onam alındıktan sonra ankete erişmeleri sağlanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu katılımcıları tanımaya ve genel bilgileri almaya yönelik araştırmacılar tarafından hazırlanmış soruları içermektedir. Bu sorular katılımcının cinsiyetini, yaşını, medeni durumunu, sosyo-ekonomik durumuna ilişkin algısını öğrenmek amacıyla sorulmuştur.

Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği- Kısa Formu (ABDÖ)

Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Antonovsky ve Sourani tarafından 1988 yılında 26 madde olarak geliştirilmiştir. Daha sonra Sagy tarafından 1998 yılında 12 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği'nin (ABDÖ) bu kısa formunun Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirliğinin sınanması Çeçen tarafından 2007 yılında yapılmıştır. Ölçek 7'li (1 ile 7 arasında) likert tipinde kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik, anlamlılık olmak üzere 3 alt faktörü bulunmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin ailesine ilişkin bütünlük duygusunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Çeçen, 2007).

Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği (YYDÖ)

Kaba, Erol ve Güç (2018) tarafından geliştirilen *Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği*, beş faktörlü bir yapıya sahiptir. Birinci faktör, genel yaşam doyumu (1, 2, 3, 4, 5 ve 6. maddeler); ikinci faktör, ilişki doyumu (7, 8, 9, 10 ve 11. maddeler); üçüncü faktör, benlik doyumu (12, 13, 14 ve 15. maddeler); dördüncü faktör, sosyal çevre doyumu (16, 17 ve 18. maddeler); beşinci faktör, iş doyumu (19, 20 ve 21. maddeler) olarak adlandırılmıştır. Likert tipi beşli derecelendirmeli (1 ile 5 arasında) olarak tasarlanan ölçekte 6. madde ters puanlanmaktadır.

Verilerinin Değerlendirilmesi

Araştırma verilerinin analizinde IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20 programı kullanılmıştır. Öncelikle tanımlayıcı istatistikler (yüzde, ortalama, standart sapma, frekans) saptanmış ardından Kolmogorov Smirnov Testi ve skewness-kurtosis değerleri incelenerek veri setinin normallik dağılımına göre parametrik testler ile elde edilen veriler analiz edilmiştir.

Etik

Çalışmaya başlamadan önce Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulundan 19.02.2021 tarih ve 2021/108 no'lu karar ile onay alınmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler için de ilgili yazarlardan izin alınmıştır.

Bulgular

Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı incelendiğinde araştırmaya katılan bireylerden %57,55'inin cinsiyetinin kadın, %42,44'ünün cinsiyetinin erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların %39,38'i bekâr; %57,34'ü evli; %2,65'i eşinden boşanmış ve %0,61'inin eşi vefat etmiştir. Katılımcıların %0,4'ü okur-yazar; %1,83'ü ilkokul, %2,44'ü ortaokul, %12,04'ü lise, %72,24'ü üniversite mezunudur ve katılımcıların %11,02'si lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların %8,97'si kendini alt sosyo-ekonomik düzeyde, %87,14'ü orta sosyo-ekonomik düzeyde ve %3,87'si üst sosyo-ekonomik düzeyde algıladığını belirtmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 34,47 dir.

Araştırma Değişkenlerine Yönelik Bulgular

Örneklemi oluşturan yetişkin bireylerin Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği- Kısa Formu ve Yaşam Doyumu Ölçeği'nden aldığı puanların ortalama ve standart sapma değerleri belirlendikten sonra normallik dağılımına bakılmış, Skewness ve Kurtosis değerlerinin -1 ile +1 arasında olduğu görülmüştür. Bu durum, verilerin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymaktadır (Tabachnick & Fidell, 2013). Bu nedenle parametrik testlerden ikili değişkenler için t testi, çoklu değişkenler için One-Way ANOVA testi tercih edilmiştir. Daha sonra Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeği arasında korelasyon ve basit doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır.

Tablo 1. Ölçek Maddelerinin Ortalama ve Standart Sapmaları (N=490)

	Minimum	Maximum	$\bar{x} \pm ss$
Aile bütünlük duygusu (ABDÖ) toplam puan	14,00	72,00	47,26± 7,77
ABDÖ- anlaşılabilirlik	1,00	7,00	3,95± ,85
ABDÖ- yönetilebilirlik	1,20	6,40	4,11± ,80
ABDÖ- anlamlılık	1,33	5,67	3,88±,79
Yetişkin yaşam doyumu ölçeği (YYDÖ) toplam puan	25,00	105,00	76,90±12,55
YYDÖ- genel yaşam doyumu	6,00	30,00	20,68± 4,61
YYDÖ- ilişki doyumu	5,00	25,00	20,93± 3,65
YYDÖ- benlik doyumu	4,00	20,00	16,26± 2,86
YYDÖ- sosyal çevre doyumu	3,00	15,00	9,67± 3,03
YYDÖ- iş doyumu	3,00	15,00	9,33± 3,26

Ölçek puanlarının ortalama ve standart sapma puanları incelendiğinde toplam aile bütünlük duygusu ölçeği 47,26± 7,77, toplam yaşam doyumu ölçeğinden 76,90±12,55 ortalama puan aldıkları görülmektedir. Maksimum puanlar dikkate alındığından katılımcıların aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumu puanları ortalamasının biraz üzerinde olarak değerlendirilebilir.

Tablo 2. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	t	p
ABDÖ toplam puan	Erkek	208	48,46	7,55	2,969	0,003
	Kadın	282	46,37	7,83		
YYDÖ toplam puan	Erkek	208	76,24	11,93	-,995	,320
	Kadın	282	77,38	12,98		

Cinsiyete göre aile bütünlüğü ölçek puanları karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (ABDÖ- $p: 0,003$). Erkeklerin aile bütünlük duygusu ortalama puanları kadınlara göre daha yüksektir. Cinsiyet açısından yaşam doyumu puanlarında herhangi bir farklılaşma tespit edilememiştir (YYDÖ- $p: 0,320$).

Tablo 3. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Karşılaştırılması

		N	$\bar{x} \pm ss$	F	p
ABDÖ	Alt sosyo-ekonomik düzey	44	46,47±7,11	3,365	,035
	Orta sosyo-ekonomik düzey	427	47,53±7,67		
	Üst sosyo-ekonomik düzey	19	43,00±10,26		
	Toplam	490	47,26±7,77		
YYDÖ	Alt sosyo-ekonomik düzey	44	68,40±13,48	12,119	,000
	Orta sosyo-ekonomik düzey	427	77,61 ± 11,84		
	Üst sosyo-ekonomik düzey	19	80,63±18,00		
	Toplam	490	76,90±12,55		

Katılımcıların sosyo-ekonomik düzeylerine göre, aile bütünlük duygusu ve yaşam doyumu anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır (F= 3,36; $p= 0,035$; F= 12,11; $p=0,000$). Yapılan post-hoc analizleri neticesinde orta sosyo-ekonomik düzeye sahip yetişkin bireylerin aile bütünlük duygusunun, üst sosyo-ekonomik düzeye sahip yetişkin bireylerdeki aile bütünlük duygusundan anlamlı bir şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca üst ve orta sosyo-ekonomik düzeye sahip yetişkin bireylerin yaşam doyumu puan ortalamaları, alt sosyo-ekonomik düzeye sahip yetişkin bireylerden istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 4. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Eğitim Durumlarına Göre Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	N	$\bar{x} \pm ss$	F	p
ABDÖ	İlkokul	11	50,78 ± 11,03	1,735	0,125
	Ortaokul	12	47,33 ± 10,47		
	Lise	59	48,88 ± 8,13		
	Üniversite	354	46,92 ± 7,58		
	Lisansüstü	54	47,50 ± 6,71		
YYDÖ	İlkokul	11	80,00 ± 11,22	2,594	0,025
	Ortaokul	12	73,67 ± 13,36		
	Lise	59	78,37± 12,53		
	Üniversite	354	76,86 ± 12,46		
	Lisansüstü	54	47,50 ± 6,71		

Tablo 4'e göre eğitim durumu ile aile bütünlüğü ve yaşam doyumu ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ($p > 0,05$).

Tablo 5. Ölçek Puanları Arasında Korelasyon Analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.ABDÖ- toplam	1									
2.YYDÖ- toplam	,138**	1								
3.YYDÖ- genel yaşam doyumu	,048	,789**	1							
4.YYDÖ- ilişki doyumu	,180**	,713**	,385**	1						
5.YYDÖ- benlik doyumu	,101*	,682**	,343**	,516**	1					
6.YYDÖ- sosyal çevre doyumu	,117**	,700**	,452**	,391**	,348**	1				

7.YYDÖ- iş doyumunu	,065	,682**	,468**	,262**	,357**	,380**	1			
8.ABDÖ- anlaşılabilirlik	,698**	,146**	,146**	,154**	,029	,079	,083	1		
9.ABDÖ- yönetilebilirlik	,736**	,207**	,087	,219**	,194**	,147**	,121**	,304**	1	
10.ABDÖ- anlamlılık	,420**	,174**	-,087	,373**	,349**	,062	,011	,107*	,219**	1
	490	490	490	490	490	490	490	490	490	490

Not. ** 0.01 anlamlılık düzeyi; * 0.05 anlamlılık düzeyi

Tablo 5'e bakıldığında yetişkin yaşam doyumunu ve ilişki doyumunu ile aile bütünlük duygusunun toplam puan ve tüm alt boyutları arasında, benlik doyumunu ile yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutu arasında, sosyal çevre doyumunu ile yönetilebilirlik alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir (p<0,001).

Tablo 6. Aile Bütünlüğü Duygusu ve Yaşam Doyumu İlişisine Yönelik Basit Regresyon Analizi

Bağımsız değişken	Bağımlı değişken	B	sd	β	t	P	R	R ²
Aile bütünlük duygusu R= .019	Yaşam doyumunu F=9,498	66,363 P<0.001	3,465	,138	19,150	,000	,138*	,019

Tablo 6'da ilişkinin yordanmasına yönelik yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre aile bütünlük duygusunun yaşam doyumuna pozitif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir. Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen R² değeri .019 olarak hesaplanmıştır (R= .138; R²=.019; p<.05). Bu değer yaşam doyumunu değişkeninin %19 u'nun modeldeki bağımsız değişken olan aile bütünlük duygusu ile açıklanabileceğini göstermektedir.

Regresyon modeline dahil edilen bağımsız değişkenin Beta katsayısı =.138'dir (p<.05). Buna göre aile bütünlük duygusu yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahiptir. Bireylerin aile bütünlük duygusu arttıkça yaşam doyumları da artmaktadır. Bu sonuç hipotezimizi doğrulamıştır.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada aile bütünlük duygusunun yaşam doyumuna etkisi araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre aile bütünlük duygusu ölçeği toplam maddelerinin ortalama ve standart sapması 47,26±7,77'dir. Maksimum alınabilecek puan göz önüne alındığında katılımcıların aile bütünlüğü duygusu puanlarının ortalamasının üzerinde olduğu söylenebilir. Yaşam doyumunu ölçeği toplam maddelerinin ortalama ve standart sapması 76,90±12,55'dir. Örneklem yaşam doyumunu puanları orta düzeydedir.

Cinsiyete göre ölçek puanları karşılaştırıldığında aile bütünlük duygusu ölçeği ile anlamlı bir istatistiksel ilişki bulunurken; yaşam doyumunu ölçeği ile anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Erkeklerin aile bütünlük duygusu puan ortalaması kadınlara göre daha yüksektir. Eğitim düzeyi açısından aile bütünlük duygusu ölçeği ile yaşam doyumunu ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Güler (2019) ergenlerle yaptığı çalışmada, ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin ve aile bütünlük duygusunun erkeklerde kadınlardan daha yüksek olduğunu, sınıf, ekonomik durum ve anne-baba eğitim düzeylerine göre değişkenlerin anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Öte yandan lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, ebeveyn eğitim durumlarına göre bir değerlendirme yapılmış, annesi üniversite mezunu olanlar okuryazar olmayanlara göre daha yüksek düzeyde aile bütünlük algısına sahip bulunmuştur (Canlı, 2019). Aynı zamanda aile yapısı ile aile bütünlük duygusu arasında anlamlı bir ilişki olduğu, çekirdek aileye sahip bireylerin aile bütünlük duygusunun yüksek olduğu sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur (Canlı, 2019; Sezgin, Yağcı & Arıcı Doğan, 2021).

Araştırma verilerine göre katılımcıların sosyo-ekonomik düzeylerinin hem aile bütünlük duygusu ile hem de yaşam doyumunu ile ilişkisi olduğu görülmektedir. Araştırmamızda önemli olan bir bulgu; üst sosyo-ekonomik düzey grubunda olanların aile bütünlük duygusu orta sosyo ekonomik düzeydekilere göre daha düşüktür. Bu durum alt ve orta sosyo-ekonomik düzeyde olan bireylerin bağlılık, iletişim, birbirlerini destekleme gibi sağlıklı aile ilişkilerini sürdürmede (Gladding, 2015) daha başarılı oldukları şeklinde yorumlanabilir. Sosyo-ekonomik

düzeyi yüksek bireylerin yaşam doyumu puanları orta ve alt gruptakilere göre anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Bu doğrultuda, sosyal refahı artırmaya ilişkin kapsamlı çalışmaların yapılması ile insani ilişkilerin ve yaşama dair algının iyileşeceği söylenebilir. Alan yazına bakıldığında da Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsünde Timur'un (1972), yapmış olduğu *Türkiye'de Aile Yapısı* adlı çalışmaya göre, ailenin yapısal özelliklerini belirleyen en önemli faktörün sosyo-kültürel özelliklerden çok ekonomik temelli olduğu ortaya çıkmıştır (Şahin, 2019, s.126). Araştırmanın sonucu da bunu destekler niteliktedir. Ekonomik özgürlüğü olan, geçim sıkıntısı yaşamayan bireylerin aileleri ile daha rahat ve kaliteli zaman geçirdiklerinden söz edilmiştir (Şahin, 2019). Ailesiyle daha rahat ve kaliteli zaman geçiren, ailesi ile ilişkilerini temellendiren bireylerin aile bütünlüğü sağlamaları ve yaşama dair olumlu tutum geliştirmeleri muhtemeldir. Ayrıca literatürde aile işleyişini uyumlu, esnek, iletişimsel ve tatmin edici olarak değerlendiren bireylerin, kendi duygularını işleme ve daha yüksek yaşam doyumuna sahip olma olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmektedirler. Bunun tersine, kök ailenin iletişime kapalı ve kaotik olarak değerlendirilmesi, kişinin kendi duygularını yönetme yeteneğini azaltabilmekte, bu da daha düşük yaşam doyumuna yol açabilmektedir (Szczeniak & Tulecka, 2020). Yapılan bir çalışma, aile bütünlük duygusunun, aile işleyişini geliştirmede ve ebeveynliğe geçiş sırasında depresif belirtileri azaltma noktasında önemli bir rol oynadığına dair kanıtlar sunmaktadır (Ngai & Ngu, 2014). Bağlılık, takdir edilme, birlikte zaman geçirme, etkili iletişim, birbirlerini destekleme gibi sağlıklı aile özellikleri (Gladding, 2015) bireylerin yaşam doyumlarını son derece olumlu etkilediği gibi aile bütünlüğünü oluşturmaya da katkı sağlamaktadır.

Araştırmada ölçekler arası korelasyon analizi sonuçlarına göre aile bütünlük duygusu toplam ve yaşam doyumu toplam puanlar arasında; genel yaşam doyumu alt boyut ile anlaşılabilirlik alt boyutu arasında; ilişki alt boyutu ile anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutları arasında, benlik alt boyutu ile yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Bu sonuca göre bireyler diğer aile fertlerinin tepkilerini anlaşılabilir, yönetilebilir buluyor ve bir anlam atfedebiliyorsa yaşam doyumları artmaktadır. Çeçen (2008) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada yaşam doyumu ölçeğinden alınan puanlarla aile bütünlük duygusu ölçeğinin tüm alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca yapılan çalışmalar aile bütünlük duygusunun benlik saygısı ve ailede problem çözme üzerinde etkili olduğunu, aile bütünlük duyguları güçlü olan bireylerin evlilik doyumlarının daha yüksek olduğunu ve ebeveynlerle olan ilişkinin, mutluluk üzerinde doğrudan bir yordayıcılığa sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Cheng & Furnham, 2003; Çeçen, 2008; Gençer, 2019).

Araştırmada yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucuna göre yaşam doyumunun yüzde 19'u aile bütünlük duygusu ile açıklanabilmektedir. Aile bütünlük duygusunda meydana gelecek bir birimlik değişimin, yaşam doyumu ortalamasında yüzde ,138 birimlik bir değişime neden olacağı söylenebilir. Literatürde öznel iyi oluş ile aile bütünlük duygusu arasında da pozitif bir ilişki olduğunu ortaya konulmuştur (Güler, 2019). Ayrıca aile bütünlük duygusunun umut, kaygı ve depresyon belirtileri ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Daha güçlü aile bütünlük duygusu hem kanserli kişilerde hem de aile üyelerinde daha yüksek umut ve daha düşük kaygı ve depresyon belirtileri ile ilişkilendirilmiştir (Möllerberg, Arestedt, Swahnberg, Benzein & Sandgren, 2019).

Birey yaşam döngüsü içerisinde, her dönemde hayatını olumsuz yönde etkileyebilecek olaylar yaşayabilmektedir. Bu olaylar bazen gelişimsel olarak bazen de beklenmedik bir şekilde meydana gelebilmektedir (Canlı, 2019, s.81). Bireyin yaşadığı güçlüklerle mücadele edebilmesinde karakteristik özelliklerinin etkisi kadar içine doğduğu ve yetiştiği sosyal çevrenin etkisi de yapılan araştırmalar doğrultusunda kanıtlanmış bir etkidir. Bu sebeple bireyin yaşama dair algısını ya da doyumunu belirleyen, yaşanan güçlüklerden ziyade bu güçlükleri aşabilecek motivasyona ve bu yolda destek alabileceği bir sosyal çevreye sahip olmasıdır. Bu düşünceden hareketle, içinde bulunulan ailenin yapısı ve işlevleri, bireyin hayatını önemli ölçüde etkileyebilecek bir faktör haline gelmektedir. Bu çalışmada da görüldüğü gibi ailede bütünlük duygusunun varlığı yaşam doyumunu etkilemektedir.

Aile bütünlük duygusu bireysel olarak kişilerin psikolojik sağlamlığı ile evliliğin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi ve ailenin devamlılığı için hayati önem arz etmektedir. Günümüzde tüm dünyada yoksulluk, boşanma, uluslararası göç gibi nedenlerle aile bütünlüğü zedelenmekte, ailelerde dağılma ve çözülme oranları artmaktadır. Ayrıca bireyselleşme, aile ile ilgili değerlerin aşınması kadın ve erkek rollerindeki değişim gibi nedenler aile bütünlüğünü etkilemektedir. Bu bağlamda bireyden topluma sağlıklı toplumun mutlu bireylerden oluşacağı ön kabulüyle bireylerin yaşam memnuniyeti ve yaşam doyumunun artması için *aile içerisinde bireyi* esas alarak aile bütünlüğü ve aidiyet duygusunun yükseltilmesi yönünde çalışmalar yapılması önerilebilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak pandemi kısıtlamalarının olduğu bir dönemde yapılması nedeniyle çalışma araştırmacıların sosyal medya, e-mail, whatsapp gruplarından ulaşabildiği örnekleme sınırlıdır. Evreni temsil etme gücü yüksek daha geniş bir örnekleme çalışılabilir. Ayrıca aile bütünlüğü duygusu dışında yaşam doyumunu etkileyecek sağlık, iş tatmini, iyimserlik, başa çıkma becerileri, kişisel eğilimler gibi diğer bağımsız değişkenlerin analize dahil edilmemesi araştırmanın diğer kısıtlılığını oluşturmaktadır. Araştırmanın pandemi kısıtlamaları döneminde yapılması nedeniyle yaşam doyumunu etkileyebilecek farklı bağımsız değişkenler ilâve edilerek yeni çalışmalar yapılabilir.

Kaynakça

- Aksoy, C., & Atılgan D. (2020). COVID-19 korkusu ve yaşam doyum: özel yetenek giriş sınavlarına katılan öğrenciler örnekleme. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*4(1), 40-50. <https://doi.org/10.38021/asbid.887323>
- Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 79-82. <https://doi.org/10.2307/352429>
- Arslan, E., & Kılıçoğlu, N.A. (2018). *Aile bütünlüğünü etkileyen etmenler: Dünyada ve Türkiye’de yaygınlaşan çok kültürlü yaşamlar*. VI. International Multidisciplinary congress of Eurasia (IMCOFE) da sunulan bildiri. <https://atif.sobiad.com/index.jsp?modul=makalegoruntule&id=AW4RdHWUyZgeuuwfeB5u>
- Avçin, E., & Erkoç, B. (2021). COVID-19 pandemi sürecinde sağlık anksiyetesi, yaşam doyum ve ilişkili değişkenler. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 17, 1-13. <https://doi.org/10.46218/tshd.898389>.
- Baykal, E. (2020). COVID-19 bağlamında psikolojik dayanıklılık, kaygı ve yaşam doyum ilişkisi. *International Journal of Social and Economic Sciences*.10(2), 68-80. <https://www.ijses.org/index.php/ijses/article/view/273/262>
- Canlı, Ö. (2019). *Öğrenilmiş güçlülük, aile bütünlük duygusu ve aile içi iletişim arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. ProQuest Dissertations Publishing.
- Cheng, H. & Furnham, A. (2003). Personality, self esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences*, 34(6), 921-942. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00078-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00078-8)
- Coşkun, S. (2013). *Akademisyenlerin iş ve aile karakteristiklerinin evlilik, aile ve yaşam tatmini ile ilişkisi: İş ve aile çatışmasının aracı rolü*. [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi]. <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr>.
- Çam, M. O., & Demirkol, H. (2019). Travma sonrası büyümenin bir yordayıcısı olarak bütünlük duygusu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(2), 167-177. <https://doi.org/10.18863/pgy.393111>
- Çeçen, A. R. (2007). Aile bütünlük duygusu ölçeği (ABDÖ – K) kısa formunun Türkçe’ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(3), 1199-1220. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/aile-butunluk-tutarlilik-duygusu-olcegi-abdo-k-kisa-formu-toad.pdf>.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE)*, 4(1), 19-30. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/63251>
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000). Explaining differences in societal levels of happiness: Relative standards, need fulfillment, culture and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 1(1), 41–78. <https://doi.org/10.1023/A:1010076127199>
- Erdugan, S. (2019). *Koruyucu aile modelinde aile yaşam deneyimleri: Aile Sistemleri Teorisi temelinde niteliksel bir araştırma*. [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi]. <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr>.
- Erol, S., Sezer, A., Şişman, F.N., & Öztürk, S. (2016). Yaşlılarda yalnızlık algısı ve yaşam doyum. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 60-69. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/220035>

- Erten, R. (2017). *Ailelerle sosyal hizmet: Eşlerin ikisinin de fabrikada işçi olarak çalıştığı ailelerde aile hayatı ve sosyal yaşam*. (Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gençer, İ. (2019). *Yetişkinlerde aile bütünlük duygusu ve benlik saygısının yakın ilişkiler üzerindeki etkisi*. (Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Gladding, S.T. (2015). *Aile terapisi tarih, kuram ve uygulamaları* (5.Baskı). PDR Yayınları.
- Gökmen, F. (2019). *Havayolu çalışanlarında iş aile çatışması, iş tatmini ve yaşam doyumu ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Güler, Y. (2019). *Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- İslamoğlu, A. H., & Alnaçık, Ü. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*: Beta Yayıncılık.
- Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K. (2018). Yetişkin yaşam doyumu ölçeğinin geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 1-14. <https://doi.org/10.18037/ausbd.550232>
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayınevi, s.81.
- Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi. Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama. *Çalışma Toplum Ekonomi ve Hukuk Dergisi*, 7(4), 77-96. <https://www.calismatoplum.org/makale/is-doyumu-ve-yasam-doyumu-iliskisi-otomotiv-sektorunde-bir-uygulama>
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success. *Psychological Bulletin*, 131, 803-855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Möllerberg, M. L., Arestedt, K., Swahnberg, K., Benzein, E., & Sandgren, A. (2019). Family sense of coherence and its associations with hope, anxiety and symptoms of depression in persons with cancer in palliative phase and their family members: A cross-sectional study. *Palliative Medicine*, 33(10), 1310–1318. <https://doi.org/10.1177/0269216319866653> journals.sagepub.com/home/pmj
- Nergiz, Z. (2019). *Şizofreni hastalarının bakım vericilerinin aile bütünlüğü duygusu ve bakım yükünün belirlenmesi*. (Yüksek lisans tezi, Ordu Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Ngai, F.-W., & Ngu, S.-F. (2014). Family sense of coherence and family adaptation among childbearing couples. *Journal of Nursing Scholarship*, 46(2), 82–90. <https://doi.org/10.1111/jnu.12045>
- Peker A., Cengiz, S., & Yıldız, M. N. (2021). Yaşam doyumu ve öznel zindeliğin COVID-19 korkusu ile problemlili internet kullanımı arasındaki aracılık ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24, 199-206. <https://doi.org/10.5505/kpd.2020.92259>
- Sagy, S., & Dotan, N. (2001). Coping resources of maltreated children in the family: A salutogenic approach. *Child Abuse & Neglect*, 25(11), 1463-1480. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(01\)00285-X](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(01)00285-X)
- Şahbudak, E. (2019). Aileye yönelik yaklaşım ve yöntemler. N. Avcı, E. Aksoy (Ed.). *Aile sosyolojisi* içinde (ss. 47 -70). Lisans Yayıncılık.
- Sezgin, E., Yağcı, F., & Arıcı-Doğan, D. (2021). Üniversite öğrencilerinin empati becerileri, affetme eğilimleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(4), 1305-1324. <https://doi.org/10.33417/tsh.936771>
- Szczesniak, M., & Tulecka, M. (2020). Family functioning and life satisfaction: the mediatory role of emotional intelligence. *Psychol Res Behav Manag*, 13, 223–232. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S240898>
- Şahin, E. (2019). *Farklı sosyo-kültürel yapılarından gelmiş enli bireylerin aile değerleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi] Ulusal Tez Merkezi.
- Şimşek, E. (2011). *Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri*. [Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.

- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). <https://www.pearsonhighered.com/assets/preface/0/1/3/4/0134790545.pdf>
- Timur, S. (1972). *Türkiye’de aile yapısı*. Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Tuncay, T., & Tekin, H. H. (2021). Sosyal Hizmet Mesleğinin ABC’si. Nika Yayınevi.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (2)22, 132-143. http://pauegitimdergi.pau.edu.tr/Makaleler/595625694_Meliha%20Tuzg%C3%B6l%20Dost1.pdf
- Tükel, Y., Temel, A.S., & Kılıç, S. (2021). COVID-19 sürecinde üniversite öğrencilerinin aktif-pasif serbest zaman kullanımlarının yaşam doyum düzeylerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. A. Kaya, S. Uslu (Ed.), *Akademik serbest zaman ve rekreasyon araştırmaları* içinde (ss.128-143). NEÜ Yayınları.
- Zencirkıran, M. (2020). *Sosyoloji*. Dora Yayıncılık.

EXTENDED SUMMARY

The family has an irreplaceable function in covering all physiological, psychological, and social needs of an individual at every stage of development throughout life, starting with birth. Developing a strong sense of belonging with the family and family satisfaction require these functions to be fulfilled in a healthy way for an individual. The creation of integrity within the family, which can be sustained by values such as love, loyalty, respect, and devotion by its nature, is possible if each individual perceives family life positively and has satisfaction. The presence of a sense of integrity within the family is a factor preventing many problems from occurring such as conflicts, restless family life, etc. Individuals who have a family sense of coherence are generally individuals who can manage conflicts more easily, communicate comfortably in their lives, respect the living spaces of others, and do not feel deprived of social support. Previous studies show that there are positive relations between the sense of individual integrity and the family sense of coherence. For individuals to lead a happier life and be more effective and productive, it is necessary to provide life satisfaction as well as the family sense of coherence.

The present study was conducted to determine the effects of family sense of coherence on life satisfaction in adult individuals. The study was conducted by using the correlational survey model, which is one of the quantitative study methods. The *Personal Information Form*, *Family Sense of Coherence Scale- Short Form*, and *Adult Life Satisfaction Scale* were used as the data collection tools. The study was conducted on the basis of the volunteering status of the participants, and a total of 490 people participated in it, 282 of whom were women, and 208 men. The IBM SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20 program was used in the analysis of the study data.

When the maximum scores were evaluated according to the findings, the scores of the sampling on the family sense of coherence and adult life satisfaction scales can be evaluated as slightly above the average. According to the results of the study, when the scale scores according to gender were compared, no differences were determined according to gender in the scores obtained from the adult life satisfaction scale; however, it was also found that there were significant but weak statistical relations with the family sense of coherence scale. Men had higher family sense of coherence scores than women. In terms of educational status, no significant relations were detected with the family sense of coherence scale, and a statistically significant but weak relation was detected between life satisfaction and education levels. According to the study data, it was found that the socio-economic levels of the participants were related to the family sense of coherence and life satisfaction. In this respect, it can be speculated that human relations and the perception of life will improve with comprehensive studies on increasing social welfare.

According to the results of the correlational analysis between the scales, statistically significant and positive relationship was found between the total family sense of coherence and total life satisfaction scores; between general life satisfaction sub-dimension and understandability sub-dimension scores; between the relation sub-dimension and the understandability, manageability, and meaningfulness sub-dimensions; and between the self sub-dimension and the manageability and significance sub-dimensions. If individuals find the reactions of other family members understandable and manageable, and if they can attribute a meaning in this sense, their life satisfaction increases. Also, previous studies show that the family sense of coherence is effective on self-esteem and problem-solving within the family, and individuals who have strong family sense of coherence have higher marital satisfaction. According to the results of the Simple Linear Regression Analysis that was made in the study, it was found that 19% of life satisfaction can be explained by the family sense of coherence. The family sense of coherence has vital importance for the psychological well-being of individuals as well as for their healthy continuation of marriage and the continuity of the family institution.

In our present day, family sense of coherence is damaged because of reasons such as migration, poverty, and divorce that are faced all over the world, and the rates of disintegration and dissolution of families are increasing. In this respect, it can be argued that studies must be conducted to increase the family sense of coherence and family belonging based on the "individual in the family" to increase the life satisfaction of individuals with the presupposition that a healthy society will consist of happy individuals from the individual to the society as a whole.