SOSYAL ZEKÂ VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Erva Taşcı
181149106

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans
Danışman: Doç. Dr. Ahmet Bedel

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Eylül, 2021

SOSYAL ZEKÂ VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Erva Taşcı
181149106
Orcid: 0000-0002-6961-6423

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans
Danışman: Doç. Dr. Ahmet Bedel

İstanbul
T.C. Maltepe Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Eylül, 2021



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulutarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulutarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Bilim uzmanlığı yolunda araştırmayı hayatın içinden sevdirerek öğreten, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Ahmet Bedel'e; içimize ektikleri merak tohumlarını bilimle filizlendiren lisansüstü ve lisans sürecindeki tüm hocalarıma, üzerimde emeği geçen tüm öğretmenlerime ve arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunuyorum.

Varoluşumu daha anlamlı hale getirebilmek için benimle birlikte hayaller kurup tüm imkanlarıyla destekleyen; emeğini, şefkatini hiçbir zaman esirgemeyen ancak yüksek lisans sürecimi tamamladığımı göremeyen rol modelim canım babam merhum Mehmet Taşcı'ya, ilk öğretmenim annem Ayşe Taşcı'ya ve sevgili abim İbrahim Serdar Taşcı'ya sonsuz teşekkürlerimle.

Erva Taşcı

Eylül, 2021

ÖZ

SOSYAL ZEKÂ VE YAŞAM DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Erva Taşcı
Yüksek Lisans Tezi
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans
Danışman: Doç. Dr. Ahmet Bedel
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2021

Bu çalışma "Sosyal zekâ ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" sorusundan hareketle yapılmıştır. Araştırma genel tarama modellerinin alt modeli olan ilişkisel tarama modeliyle ortaya konmuş ve basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle İstanbul ilindeki katılımcılardan rastgele seçilmiş 511 kişiyle yürütülmüştür. Çalışmadaki veriler Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS 25.0 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda 21-29 yaş arası katılımcıların 20 yaş ve altı katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine ve erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine ve sosyal farkındalığa sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca sosyal farkındalık arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumunun arttığı tespit edilmiştir. Genel yaşam doyumunun, benlik doyumunun, sosyal çevre doyumunun yordayıcısının sosyal beceri olduğu saptanan önemli sonuçlardandır. Türkiye'de bu konular üzerine yapılan teorik çalışmalar sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle farklı alanlarda, özellikle meslek gruplarının üzerinde sosyal zekânın yaşam doyumu üzerindeki etkisi konusunda akademik çalışmaların arttırılması önerilmektedir.

Anahtar Sözcükler: Zekâ, Sosyal Zekâ, Doyum, Yaşam Doyumu.

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL INTELLIGENCE AND LIFE SATISFACTION

Erva Taşcı
Master's Thesis
Department of Educational Sciences
Guidance and Counseling Psychology Programme
Advisor: Assoc. Prof. Ahmet Bedel
Maltepe University Graduate School, 2021

This study's hypothesis is stemmed from the question of: "Is there a significant relation between social intelligence and satisfaction of life?" The research is conducted via the relational survey design, which is a submodel of the general survey models; and randomly selected 511 subjects from Istanbul, participitated with the simple random sampling method. Data is collected using the Tromsø Social Intelligence Scale (TSIS) and the The Satisfaction with Life Scale (SWLS). The statistics were performed using SPSS (version 25.0, IBM). Results showing that the participants between the ages of 21-29 has a higher social information process than the participants aged 20 and under, and the male participants has a higher social information process and social awareness than the female participants. In addition, as social awareness increases, it is determined that general life satisfaction, relationship satisfaction, self-satisfaction, social environment satisfaction and job satisfaction increases. One of the significant results is that social skills are predictors of general life satisfaction, self-satisfaction and social environment satisfaction. Research studies on these topics in Turkey is very limited. For this reason, it is recommended to increase academic studies on the effect of social intelligence on life satisfaction in different fields, especially on occupational groups.

Keywords: Intelligence, Social Intelligence, Satisfaction, Life Satisfaction.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZ v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ ix
KISALTMALAR x
ÖZGEÇMİŞ xi
BÖLÜM 1. GİRİŞ 1
1.1. Problem 1
1.2. Amaç 3
1.3. Önem 4
1.4. Varsayımlar 4
1.5. Sınırlıklar 5
1.6. Tanımlar 5
BÖLÜM 2. ALANYAZIN 6
2.1. Zekâ Kavramı ve Türleri 6
2.2. Sosyal Zekâ Kavramı ve Kapsamı 9
2.2.1. Sosyal Zekânın Boyutları 11
2.2.2. Sosyal Zekânın Ölçülmesi 13
2.2.2.1. Tromso Ölçeği 14
2.2.3. Sosyal Zekâ Modelleri 15
2.2.3.1. Goleman Modeli 15
2.2.3.2. Albretch Modeli 16
2.3. Yaşam Doyumu 17
2.3.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı 17
2.3.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler 19
2.3.3. Yaşam Doyumu Kuramları 20
2.3.3.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı 21
2.3.3.2. Belli Bir Noktaya Erişmek (Telic) Kuramı 22
2.3.3.3. Etkinlik Kuramı 23
2.3.3.4. Yargı Kuramı 24

2.3.3.5. Bağ Kuramı 25
2.4. İlgili Araştırmalar 26
2.4.1. Sosyal Zekâ İle İlgili Yapılan Araştırmalar 26
2.4.2. Yaşam Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar 27
BÖLÜM 3. YÖNTEM 30
3.1. Araştırma Modeli 30
3.2. Evren ve Örneklem 30
3.3. Veri Toplama Araçları 31
3.4. Verilerin Analizi 33
BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR 35
4. 1. Bulgular 35
4.1.1. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Puanlarına Ait Bulgular 35
4.1.2. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarına Ait Bulgular 39
4.1.3. Sosyal Zekâ İle Yetişkin Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin Belirlenmesine Ait Bulgular 43
4.2. Tartışma ve Yorumlar 46
BÖLÜM 5. SONUÇ 53
5.1. Sonuç 53
5.2. Öneriler 54
EK'LER 56
Ek-2 58
Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği 58
Ek-3 59
Ölçek İzinleri 59
KAYNAKÇA 60

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Zekâ Sınıflandırmaları 7
Tablo 4.1. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanları ile Yaş Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 35
Tablo 4.2. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları 36
Tablo 4.3. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 37
Tablo 4.4. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Durumu Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 38
Tablo 4.5. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Yaş Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 39
Tablo 4.6. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları 40
Tablo 4.7. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 41
Tablo 4.8. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Durumu Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları 42
Tablo 4.9. Tromso Sosyal Zekâ Alt Boyut Puanları ile Yetişkin Yaşam Doyumu Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları 43
Tablo 4.10. Genel Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları 44
Tablo 4.11. İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları 44
Tablo 4.12. Benlik Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları 45
Tablo 4.13. Sosyal Çevre Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları 45
Tablo 4.14. İş Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları 46

KISALTMALAR

EQ	Duygusal Zekâ
IQ	Bilişsel Zekâ
SQ	Ruhsal Zekâ
TSZÖ	Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği
v**d.**	ve diğerleri
YY-DÖ	Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

ÖZGEÇMİŞ

Erva Taşcı

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Eğitim

Derece	*Yıl*	*Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı*
Y.Ls.	2021	Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Ls.	2017	Maltepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Lise	2013	Erkut Soyak Anadolu Lisesi

Yayınlar ve Diğer Bilimsel/Sanatsal Faaliyetler

Bedel, A., Ercan, A. B., & Taşcı, E. (2019). Sosyal Problem Çözme Becerisinde Sosyal Zekânın Rolü. *İlköğretim Çalışmaları: Bütünsel Açıdan Çocuk* (s. 28: 517-530).Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Bedel, A., Ercan, A. B., & Taşcı, E. (2019). Sosyal Problem Çözme Becerisinde Sosyal Zekânın Rolü.V. Turkcess Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul: 29 Haziran 2019. ss. 13

BÖLÜM 1. GİRİŞ

1.1. Problem

Bireylerin hayatları boyunca karşılaştıkları güçlüklere etkin çözümler üretebilmeleri ve çözüm üretme konusunda gelişmeleri psikolojik sağlık ile sosyal yetkinlik için önemlidir. Bunun yanında etkileşim kurulan çevrede diğer insanlarla etkin ve sağlıklı iletişim kurmak ve karşıdakinin düşünce ve duygularını daha önceden tahmin ederek idare edebilmek, sosyal hayatı kolaylaştırmak ve çevreyi etkileyebilmek gibi konuların da önem arz ettiğini belirtmek gerekir (Kul, 2020). Bütün bunları ifade eden ve insan hayatını etkileyen önemli kavramlardan biri olan sosyal zeka bu çalışmanın konusu olarak belirlenmiştir.

Sosyal zekâ, ilişkili sosyal durumsal bağlamlarının farkında olmak, zorlukları veya bağlamları etkin olarak ele almak, başkalarının duygularını, endişelerini ve duygusal hallerini anlama ve başkaları ile pozitif ilişkiler kurmak ve bu ilişkileri korumak, ne söylediğini, onu ne zaman söylediğini ve onu nasıl söylediğini bilerek inandırıcı bir tavır içinde olmak ve açıkça konuşma yeteneğidir (Rahim, 2014; Rahim, Afzalur ve Liang, 2016). Sosyal zekâ genel itibariyle geliştirilebilir özelliktedir. Doğumla birlikte başlamakta ve bu gelişim ve değişim süreci içinde çevredeki insanların etkin rol oynadığı görülmektedir. Anne ve baba, imkanlar, hayat tarzı, eğitim süreci içinde öğretilenler ve kişisel özelliklerin sosyal zekânın oluşması konusunda etkin bir yeri vardır. Bu durumda farklı ortam ve sosyal çevrelerde sosyal zekânın gelişimiyle şekillenmesi farklı olacaktır sonucu ortaya çıkmaktadır.

Sosyal zekâ alanında gelişmiş bireylerin, genellikle başka insanların beklenti ve ilgilerini çok iyi anladıkları görülmektedir (Saban, 2001). İnsanlarla iletişim kurmak, diğer bireylerin duygu, düşünce ve ruh hallerini anlama ve davranışlarını yorumlama yetenekleri olduğunu söylemek mümkündür. Bu bireylerin liderlik özellikleri taşıdıkları, iletişim becerilerinin yüksek olduğu, başkalarını önemseyerek paylaşmayı ve yardımlaşmayı sevdikleri belirtilmektedir. Sosyal etkinliklerde aktif oldukları gibi kendi varlıklarını hissettirmektedirler (Şimşek, 2007).

Sosyal zekânın insanlara çeşitli faydalar sağladığı görülmektedir. Örneğin sosyal zekâ, bireyin diğer insanlarla iletişim kurarak onları anlamasını sağlamasının yanı sıra grup üyeleriyle farklı görevleri paylaşma ve ilişkiler kurmasını sağlamaktadır. Bu zekâya sahip olan bireyler karşılaştırma yapmaktan, paylaşmaktan, ilişki kurmaktan, kooperatif çalışmaktan ve görüşme yapmaktan hoşlanmaktadırlar. Siyasetçiler, psikologlar, iş adamları ve organizatörlerin sosyal zekâsının yüksek olduğu belirlenmiştir (Demirel, Başbay ve Erdem, 2006: 38).

Alanyazında sosyal zekâ ile ilgili yapılan çalışmalarda farklı değişkenlerle birlikte değerlendirilerek ele alındığı görülmektedir. Yapılan araştırmalarda sosyal zekânın problem çözme becerisine etkisi (Yıldırım, 2017), sosyal problem çözme becerisinde rolü (Bedel, Ercan ve Taşcı, 2019), duygusal ve bilişsel zihin kuramı özellikleriyle olan ilişkisi (Fazlıoğlu, 2018), çatışma yönetimi tarzlarına etkisi (Şenkal, 2019), bireysel performansa etkisi (Kalmaz, 2020; Hançer ve Tanrıverdi, 2003), depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisi (Doğan, 2006; Berk, 2016; Doğan ve Çetin, 2008), iletişim becerilerine etkisi (Kazu, 2019), demografik özelliklerinin sosyal zekâ üzerindeki etkisi (Kul, 2020), algılanan iş yaşam kalitesi ile ilişkisi (Abul, 2015), psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki (Cemaloğlu ve Hakan, 2019). duygusal zekâ, sosyal zekâ ve sosyal girişimcilik arasındaki ilişki (Çakanel, 2018), akademik zekâ arasındaki ilişki (Messamer ve Throckmorton, 1991), kültürel zekâ arasındaki ilişki (İlhan ve Çetin, 2014) şeklinde değerlendirildiği görülmektedir.

Bu araştırmanın diğer önemli konusu olan yaşam doyumu, belli bir olay veya durumla ilgili doyumu değil bütün yaşamdaki doyum şeklinde ifade edilmekte ve kişinin bütün yaşamını kapsayan çok boyutlu bir kavram olarak değerlendirilmektedir (Özer ve Karabulut, 2003). Yaşam doyumu kişinin tüm hayatını ve hayatının bütün boyutlarını içermektedir (Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman, 1999). Yaşamın anlamı her birey, her gün ve her saat için farklılık göstermektedir ancak hiçbir zaman yok olmamaktadır. Birey bir iş veya eser yaparak, insanlar ile etkileşime girerek, acıya karşı bir tavır geliştirerek olmak üzere üç farklı yoldan yaşamında anlam bulabilmektedir. Bu farklılaşmanın yaşamda bireylerin genel bir anlamdan öte, an'a özgü olan anlamı bulmayı hedefleyerek, nihai anlam gibi soyut bir anlam arayışına girmemesinin önemine dikkat çekmektedir. Evrensel bir yaşam anlamından bahsedilememe durumu kişinin "yaşamda anlam nedir?" sorusunu cevaplaması gereken kişinin, kişisel anlamda

kendisi olduğunu kavramasını önemli hale getirmektedir (Frankl, 2009). Çalışma ya da iş zamanının kişinin yaşamı içerisinde de önemli yeri vardır. Bu nedenle yaşam doyumunun arttırılması, iş doyumunda da önemli bir unsurdur. İş doyumunun bireyin yetenek, kişilik ve arzularına uygun bir işte çalışması ve bireysel hedeflere uygun kariyer hedeflerinin belirlemesine bağlı olduğu görülmektedir (Özden, 2004).

Bu kapsamda alanyazında yaşam doyumunun birçok değişkenle ele alındığını ve üzerinde çokça çalışılan bir konu olduğunu söylemek mümkündür (Dikmen, 1995; Karataş, 1998; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Geneci, 2019; İncekara, 2018; Erdem vd., 2004). Buna karşın yaşam doyumu ve sosyal zekâ konularının bir arada ele alınıp değerlendirildiği çalışma sayısının kısıtlı olduğu dikkat çekmektedir (Elevli ve Bayram, 2019; Karadoğan, 2010). Oysa yaşam doyumu insanın bütün yaşamını, sosyal zekâ da bu yaşamda insanı yönlendiren önemli yetkinlikleri kapsamaktadır.

1.2. Amaç

Bu çalışma sosyal zekâ ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmanın hareket noktası sosyal zekâ ile yaşam doyumu arasında ilişkinin olduğunun düşünülmesidir.

Bu çalışmada ana problem katılımcıların sosyal zekâ ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? şeklinde belirlenmiştir. Alt problemler ise aşağıdaki gibidir.

1. Katılımcıların sosyal zekâ alt boyutları yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Katılımcıların sosyal zekâ alt boyutları cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Katılımcıların sosyal zekâ alt boyutları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Katılımcıların sosyal zekâ alt boyutları aylık gelir durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
5. Katılımcıların yaşam doyumu alt boyutları yaşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
6. Katılımcıların yaşam doyumu alt boyutları cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

7. Katılımcıların yaşam doyumu alt boyutları eğitim düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
8. Katılımcıların yaşam doyumu alt boyutları aylık gelir durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
9. Sosyal zekâ alt boyutları ile yaşam doyumu alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Sosyal zekâ genel yaşam doyumunu yordamakta mıdır?
11. Sosyal zekâ ilişki doyumunu yordamakta mıdır?
12. Sosyal zekâ benlik doyumunu yordamakta mıdır?
13. Sosyal zekâ sosyal çevre doyumunu yordamakta mıdır?
14. Sosyal zekâ iş doyumunu yordamakta mıdır?

1.3. Önem

Yaşam doyumu, kişinin kendi yaşamındaki birimleri algılayışı neticesinde hissedebildiği tatmin düzeyiyle belirlenmektedir. Kişinin kendi hayatını, çevreyi ve diğerlerini yerinde ve etkin algılaması ise sosyal zekâ ile gelen yetilerin sonucudur. Bireylerin, sosyal zekâ becerileri ile biçimlenen algılarıyla baktıkları kendi yaşamlarında, yaşam doyumu düzeylerinin sosyal zekâ düzeyleriyle orantılı olarak şekilleneceği düşünülmektedir.

Sosyal zekâ insanları birçok alanda etkisi altına alan bir olgudur. Bireyin sosyal, özel ve nihayetinde iş ilişkilerinin sosyal zekâsından etkilendiği görülmektedir. Bu nedenle sosyal zekâ, sadece bireysel olarak değil aynı zamanda toplumsal olarak da önem verilmesi gereken bir konudur. Yaşam doyumu kişinin tüm hayatını ve hayatının bütün boyutlarını içermektedir. Yaşam doyumunun kişinin kendine, diğer insanlara ve dünyaya ilişkin algıları ile yakından ilişkili olduğunu söylemek mümkündür. Hayatın her alanında her an ihtiyaç duyulan beceri ve doyumların ifadesi olan bu iki kavramın etkilenebileceği değişkenlerle birlikte incelenmesinin alanyazında yerinin önemli olabileceği düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

Araştırmanın uygulamasına dâhil olan katılımcıların samimi ve dürüst bir şekilde görüş belirtecekleri varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlıklar

1. Çalışmanın sonuçlandırılmasına ilişkin bulgular araştırmada kullanılan Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (TSZÖ), Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği (YYDÖ) ve kişisel bilgi formundan elde edilen verilerle sınırlı olacaktır. Kullanılan ölçekler "kendini anlatma tekniğine" dayalı olduğu için değişkenlerin ölçümü katılımcıların algılamaları ile sınırlıdır.
2. Çalışmada örneklem İstanbul'da ikamet etmekte olan ve online form ile ulaşılabilen 18 yaş ve üzeri 511 katılımcı ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Zekâ: Bireyin öğrenme sürecinde anlama, kavrama, ilişkilendirme ve değerlendirme gibi yetkinliklerini yönlendiren duyuşsal ve bilişsel yeterliliklerin bütünü olarak ifade edilmektedir (Köknel, 2003). Zeka konusundaki geleneksel görüşe göre zeka, şahsın doğumuyla gelen ve psikiyatristlerce küçük yanıtlarla test edilebilen sözlü ve sayısal kabiliyetlerdir (Saban, 2010).

Sosyal zekâ: bireyin iletişime geçme, öbür kişilerin hissiyatını, hedeflerini, ruhsal dünyalarını idrak etmek ve bu idrak neticesiyle ilişkili analiz yapma kabiliyeti olarak ifade edilmektedir (Özdemir, Yalın ve Sezgin, 2008). Başka bir deyişle sosyal zekâ, şahsın bulunduğu ortamlardaki bireylerin hissiyatını, amaçlarını, sorunlarını idrak edebilme ve bu bireylerin sorunları hakkında çözüm üretebilme kabiliyetidir (Kıroğlu, Oğuz, Barut, 2009).

Yaşam doyumu: bir kimsenin kendi belirlemiş olduğu kriterlere uygun olarak bütün yaşamını pozitif olarak değerlendirmesidir (Yiğit, Dilmaç ve Deniz, 2011). Başka bir ifadeyle, yaşam doyumu bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur (Özer ve Karabulut, 2003).

BÖLÜM 2. ALANYAZIN

2.1. Zekâ Kavramı ve Türleri

Zekâ, soyut bir kavramdır. Bireylerin arasındaki farkların belirlenmesini sağlayan zihinsel gelişim ile ilgili önemli bir nitelik olarak görülmektedir (Ülgen, 1994). Zekâ, ilk test denemesinin geliştirilmesinden bu yana özellikle psikoloji alanında önemli olmasına karşın tanımında fikir birliğine ulaşılamamıştır. Bu da bir tek zekâ tanımlamasının olmadığını göstermektedir. Bu durumun nedeni olarak zekânın sadece bir tek kabiliyette kendisini göstermemesi, tersine farklı becerilerden oluşmuş olan kapsamlı bir özellikte olmasını göstermektedir (Konrad ve Hendl, 2001).

Alfred Binet zekâ kavramını, belli bir hedefe yönelme, hedefe erişebilmek için direnme, uyum sağlayabilme ve kendini eleştirebilme eğilimi olarak ifade etmiştir. Ayrıca zekâ, iyi hüküm verebilme, iyi muhakeme edebilme ve eleştirel görüşlere sahip olma şeklinde de tanımlanabilmektedir (akt. Kulaksızoğlu, 2005). Ayrıca bireyin dış ve iç çevresinde yaşananları anlamlandırmasını, karar vermesini, problem çözmesini gerektiren becerileri kapsamaktadır. Ayrıca çevreye ve kurulan ilişkilere uyum sağlama yeteneklerinin bireyin zekâsı çerçevesinde gerçekleştirdiği yeterlilikleri de içermektedir. Bu anlamda sosyal zekâ, bireylerin çevresiyle uyumunu ifade etmek için kullanılmaktadır (Yurdakavuştu, 2012).

Zekâ, düşünce olayları altında incelendiği görülen faktörlerin bileşkesi şeklinde ifade edilebilir. Felsefe kavramında zekâ; hayal gücü, çağrışım, hafıza, muhakeme ve dikkat gibi düşünce üretim yetilerinin genel toplamı olarak tarif edilmektedir. Zekânın başlıca faktörlerini de düşüncenin bu özellikleri oluşturur. Zeki bir insan, bellek, dikkat, yargılama ve çağrışım gibi verileri gündelik yaşamında aktif olarak kullanmaktadır. Ancak, kağıt, kalem gibi eşya ya da konu ve üslup gibi nitelikler nasıl ki yazının kendisi olmayarak yalnızca yazı yazmaya aracılık eden unsurlar anlamına geliyorsa, hayal gücü ve dikkat gibi kaynaklar da bir araya gelerek zekâyı değil, zekânın unsurlarını oluşturduğunu da belirtmek gerekir (Gövsa, 1998). Bu bilgilerin ardından bugüne dek yapılan zekâ sınıflandırmalarını vermekte yarar vardır:

Tablo 2.1. Zekâ Sınıflandırmaları (Bacanlı, 2008)

Charles Spearman'ın zekâ sınıflamasında, davranıştan yola çıkılarak zekâ anlamaya çalışılmıştır. Tek merkezli zekâ anlayışının etrafında özel yetenekler vardır.
Cattell'in zekâ sınıflaması: Kristalize zekâ (mantık yürütme, sözel ve sayısal beceriler), Akışkan zekâ (görsel, uzaysal yetenekler ile ayrıntıları fark etme yeteneği, bellek)
Thorndike'ın zekâ sınıflaması: Soyut zekâ, Mekanik zekâ, Sosyal zekâ
Thurstone'nin zekâ sınıflaması: Uzaysal yetenek, Algısal hız, Sayısal yetenek, Sözel yetenek, Bellek kelime bilgisi, Akıl yürütme
Guilford'un zekâ sınıflamasında; Ürün, İçerik, İşlem
Piaget'in zekâ sınıflaması: Şema, Dengeleme, Özümseme, Uyum sağlama
Gardner'ın çoklu zekâ kuramı: Mantıksal matematiksel zekâ, Dilsel zekâ, Mekansal zekâ, Müzik zekâsı, Bedensel kinestetik zekâ, Kişilerarası zekâ, İçsel zekâ
Sternberg'in başarılı zekâ kuramı: Analitik zekâ, Yaratıcı zekâ, Pratik zekâ
Coles'in ahlaki zekâ kuramı
Hough, Riggio, Goleman'ın sosyal zekâ kuramı
Golaman'ın duygusal zekâ kuramı

İnsan zekâsıyla ilgili olarak geleneksel yapıdaki görüşlerin sınırlı olduğunun altını çizen Gardner, 1983'de yayımlamış olduğu Frames of Mind (Zihnin Çerçeveleri) isimli eserinde kişinin en az yedi temel zekâ alanlarından meydana gelen geniş yetenek yelpazesine sahip olduğu iddiasında bulunmuştur. Ancak Gardner yedi farklı zekâ alanı açıklamasında, bu sayının insan yeteneklerinin fazlalığını tarifinde yeterli olamayacağı ve her zaman daha fazla zekâ alanının ortaya çıkabileceğini de belirtmiştir. Öyle ki Checkley'in (1997) Gardner'le yapmış olduğu görüşmede, Gardner sekizinci bir zekâ türünden bahsetmiştir. 1999'da yayımlamış olduğu Intelligence Reframed (Zekâ Yeniden Yapılandırıldı) isimli eserinde "doğacı zekâ" dediği bu yeni zekâ alanını da kapsayacak biçimde çoklu zekâ kuramını yeniden gündeme getirmiştir (Saban, 2001: 6).

Ayrıca bu sekiz zekâ türünün her biri kendi arasında bir uyum içinde çalışsa da bireyin bir problem karşısında daha ziyade baskın olan zekâsını kullanacağı ve bu şekilde çözüme gitmeye çalışacağı belirtilmiştir (Temiz, 2007: 35). O halde her insanın bir ya da birkaç zekâ alanı diğer insanlardan daha gelişmiş olabileceğini söylemek mümkündür. Bu zekâ alanları aşağıdaki gibi sıralanabilir (Gardner, 2007):

1. Dilsel (Sözel) Zekâ: Yazma ve konuşma dilinde kelimeleri akıllıca ve etkili kullanma yeteneği ve kapasitesidir.
2. Görsel (Uzamsal) Zekâ: Etrafında bulunan objeleri hayalinde görme ve canlandırma yeteneğini ifade etmektedir.
3. Bedensel (Kinestetik) Zekâ: Kişi kendini ifade ederken bedenini kullanabilen ve kişinin ellerini bir şeyler yaratmakta kullanma yeteneği olarak görülür.
4. Matematiksel (Mantıksal) Zekâ: Sayılarıetkin bir şekilde kullanma ve neden sonuç ilişkilerini kurabilme yeteneğini ifade etmektedir.
5. İçsel Zekâ: Bir kişinin kendini tanıma ve kendi hakkında sahip olduğu bu anlayış ve bilgiyle çevresiyle uyumlu davranışlar sergileme yeteneği olarak görülmektedir.
6. Müziksel (Ritmik) Zekâ: Sesler karşısında hassas davranma kapasitesi ve kendini müzikle ifade etme yeteneğini ifade etmektedir.
7. Sosyal (Kişilerarası) Zekâ: Başkalarının hisleri, ruh hallerini, duygularını ve mizaçlarını anlama yeteneği ve kapasitesidir.
8. Doğacı (Naturalist) Zekâ: Bu zekâ çeşidi çevredeki doğal dünyayı algılama ve anlama yeteneği olarak görülmektedir.

Yukarıda sıralanan zekâ alanlarının yanı sıra zekânın çeşitlendirildiği de dikkat çekmektedir: duygusal, bilişsel ve ruhsal. Bu anlamda bu başlık altında birbirlerinden ayrı bağlantı sistemleri bulunan üç önemli zekâ türünün üzerinde durmak yerinde olacaktır (Kazu, 2019):

1. **Bilişsel Zekâ (IQ):** Biliş, dünyayı anlamlandırma, tanıma ve öğrenmeyi kapsayan zihinsel bir süreci ifade etmektedir. Bunların yanında kavramlaştırma, algılama, hatırlama, düşünme, sembolleştirme ve problem çözmek gibi zihinsel aktiviteleri de kapsadığı görülmektedir. Buna göre zihinsel zekâ şeklinde de ifade edilen bilişsel zekâ, bireyin entelektüel ve rasyonel yeteneklerinin sayesinde hedefleri göz önüne alarak davranması ve çevresi ile etkileşim halinde olmasıdır (Şimşek, 2007: 39).
2. **Duygusal Zekâ (EQ):** Özellikle son dönemlerde duygusal zekâ kavramının keşfedilmesi ile beraber insanların başarılı olmasında duygusal zekânın bilişsel zekâ kadar önemli olduğu tartışma konusudur. Kişinin mantıki zekâ katsayısıyla

birlikte duygusal zekâ katsayısının yüksek olması gerekliliği vurgulanmaktadır (Tarhan, 2001). Çünkü etkili öğrenme ve başarı, hem duygusal hem de entelektüel zekânın etkili ve kombine olarak kullanımıyla ortaya çıkar. Bir başka deyişle duygusal zekânın olmadığı bir zekâ yada entelektüel zekânın olmadığı bir duygusal zekâ başarıya giden yolda çözümün sadece bir parçası olarak görülmektedir (Yaylacı, 2008).

3. **Ruhsal Zekâ (SQ):** Ruhsal zekâ, insanın var olma çabası ve potansiyelinin temel kaynağı olarak ifade edilmektedir. Birey; yaratıcı olma konusunda karşılaşılan sorunları çözmede, olumsuz alışkanlıklardan kurtulmak ve açmazlarını giderme konusunda ruhsal zekânın gücüyle düzlüğe çıkarak sorunlarına çare bulabilmektedir. Ruhsal zekâ, insanların derinlerde beslediği duyguları, gizil güçlerin kılavuzu, pusulası ve esas olan vicdanı olarak tarif edilmektedir. Bir insan, kim olduğunu, yaşamış olduğu dünya ve etrafındakilerin kendi için ne anlam ifade ettiğini, ne çeşit sorumluluklarının olduğunu anlayabilmesi için ruhsal zekâya ihtiyaç duymaktadır (Şimşek, 2007).

Sosyal zekâ ise bireyin iletişime geçme, öbür kişilerle hissiyatını, hedeflerini, ruhsal dünyalarını idrak etmek ve bu idrak neticesiyle ilişkili analiz yapma kabiliyeti olarak ifade edilmektedir (Özdemir vd., 2008).

2.2. Sosyal Zekâ Kavramı ve Kapsamı

Sosyal zekâyla ilgili yapılan çalışmalar Thorndike (1920) ile birlikte başlamıştır. O, sosyal zekâyı insanları anlamak ve insanlarda kurulan ustaca ilişkiler olarak tanımlamıştır. Sosyal zekâyla ilgili yapılan bu tanımlamada bilişsel (insanları anlamak) ve davranışsal (insan ilişkilerinde akıllıca davranmak) olarak iki boyut vardır. Sosyal zekâ konusunda sonraları yapılan çalışmalarda genel olarak bu tanımın temel alındığını belirtmek gerekir (Keating, 1978'den aktaran Doğan, Totan ve Sapmaz, 2009).

Sosyal zekâya sahip olma durumuna geçmeden "sosyal beyin" kavramına değinmek gerekir. Sosyal beyin, bireyler ile kurulan iletişimlerin yanı sıra kurulan ilişkiler konusundaki duygu ve düşünceleri düzenleyen sinirsel mekanizmaların toplamı şeklinde ifade edilmektedir. Etkileşime geçilen bireyler ile ruh halini dengelemeyi sağlayan ve yalnızca tek biyolojik sistem olma özelliği olan sosyal beyin, son dönemlerde nörobilimde sıkça kullanılan bir kavram olarak dikkat çeker. Bireylerle

kurulan, işitsel, görsel ve dokunsal bağlantıyla sosyal beyinlerin birbiri ile kenetlendiği görülmektedir (Goleman, 2006).

Sosyal zekâ, kendisini kreşte, oyun sahalarında, barakalarda, fabrika ve satış yerlerinde bol bol göstermektedir. Ancak deney laboratuvarının standartlaştırılmış resmî şartlarında görülmemektedir. Bu gözlem, 1920 yılında Harper's Monthly Magazine'de bulunan bir makalede bu kavramı ilk defa öneren, Columbia Üniversitesi'nden psikolog Edward Thorndike'a ait olduğu görülmektedir. Bu tarz kişiler arası etkililikte, başta liderlik gelmek üzere birçok konuda hayati önem taşıdığını söyleyen Thorndike, "Fabrikadaki en iyi teknisyen, sosyal zekâdan yoksunsa ustabaşı olarak başarısızlığa uğrayabilir" demiştir (Goleman, 2017).

Sosyal zekânın tanımlanmasında ortaya çıkan anlaşmazlıklar psikologların hangi kişisel farklılıkların sosyal zekâ başlığında toplanması gerektiği konusunda kararsız olmalarından kaynaklanır. Sosyal zekânın muhtemel birçok anlamı bulunmaktadır. Genel olarak kaynaklarda bulunan yorumlarda sosyal zekâ üç kritere göre ifade edilmektedir. İlk kriterin biraz sınırlı olduğu görülmektedir ve özellikle sosyal bilginin şifresini çözme şeklinde tanımlanmaktadır. Bu perspektiften ele alındığı zaman sosyal zekâ, sözlü olmayan davranışları yorumlayabilmek ya da doğru sosyal çıkarımlar yapabilme yeteneği gibi beceriler ile örneklendirilebilmektedir. Rol alma, kişileri anlama yeteneği, sosyal sezgi ve kişilerin birbirlerinin sorunlarından haberdar olmaları tanımlayıcı yapılar olarak ifade edilmektedir. Sosyal zekâyı anlatabilmek için kullanılan ikinci kriterse, kişinin sosyal performanslardaki etkinliği ve onlara uyum gösterebilmesidir. Bu kriterde sosyal zekâ davranışsal sonuçlar kapsamında tanımlanır (Doğan, 2006).

Sosyal zekâyla ilgili bütün bu tanımların etkisi ile Herbert Marlowe (1986) sosyal zekâ konusunda aşağıda belirtilen beş alternatif tanımı yapmıştır (Yıldırım, 2017):

1. Karşısındaki kişinin hedef seçilerek, o hedeflere yönelik etkin hareket etme yetisi,
2. Kendisine yeterlilik beklentisi,
3. Pozitif motivasyon sağlayabilecek davranışlarda bulunma yetisi,
4. Bireyi sosyalleştirecek davranışlarda bulunma yetisi ve

5. Duyuşsal, bilişsel ve davranışsal hareket motiflerinde görülebilecek kişilik özelliği.

Marlowe ve Bedell (1982) ile Marlowe (1986) sosyal zekâ yapısının çok boyutluluğunu araştırmışlardır. Bu çalışmalara bakıldığında, hangi faktörlerin hangi boyutlardan oluştuğuyla ilgili farklı fikirlerin öne sürüldüğünü belirtmek gerekir. Marlowe (1986), sosyal zekâda beş ayrı etken olduğunu belirtmiştir. Bu etkenler; sosyal beceriler, sosyalleşme tutumları, empati becerileri, sosyal ve duygusal kaygılardır. Marlowe, verilerinde sosyal zekânın çok boyutlu olduğunu desteklemiştir. Diğer yandan Riggio vd. (1991), Marlowe'un yaptığı analizleri kendi araştırmalarında tekrar kullanmak istemişlerdir. Ancak bu araştırmacıların sosyal zekânın akademik zekâdan farklı olmadığı sonucuna ulaştıkları görülmüştür. Aslında Riggio vd. ile Marlowe'un kullanmış olduğu ölçeklerin farklı olması sebebiyle elde edilen sonuçların da farklı olması şaşırtıcı görünmemektedir. Örneğin, Marlowe'un sosyal zekâ ölçümleri, bireyin kendisine değer vermesini, empatiyi, sosyal bilgiyi içerirken, Riggio vd. sosyal yetenek envanteri ve sosyal zekâ faktör testlerini kullandıkları görülmüştür (Hançer ve Tanrısevdi, 2003).

2.2.1. Sosyal Zekânın Boyutları

Goleman, bilişsel olmayan yeteneklerin de sosyal zekâya dahil edilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Örneğin, duyarlı bir hemşirenin ağlayan bir bebeği ne yapması gerektiğiyle ilgili bir an dahi düşünmeden yalnızca güven veren bir dokunuşu ile sakinleştirmesini gösterir. Goleman (2017: 108), sosyal zekâ modelinde sosyal zekâyı oluşturan faktörlerin; sosyal farkındalık (başkalarıyla ilgili sezgiler) ve sosyal beceri (bu farkındalıkla ne yapıldığı) olarak iki geniş boyuttan oluştuğunu belirtmiştir. Bu her iki boyutun da kendi içerisinde dört farklı alt boyuta ayrıldığını söylemek gerekir:

Tablo 2.2. Goleman Sosyal Zekâ Boyutları (Goleman, 2017)

Sosyal Farkındalık

Sosyal farkındalık, başka birinin iç halini anında sezmekten, hislerini ve düşüncelerini anlamaya, karmaşık sosyal durumları kavramaya kadar uzanan geniş bir yelpazeyi kapsar. Şu öğelerden oluşur:

Temel empati: Başkalarının hislerini paylaşmak, sözsüz duygusal işaretleri okumak.

Uyum: Pür dikkat dinlemek, bir kişiye uyum sağlamak.

Empatik İsabet: Başka birinin düşüncelerini, hislerini ve niyetlerini doğru anlamak.

Sosyal Biliş: Sosyal dünyanın nasıl işlediğini bilmek.

Sosyal Beceri

Başka birinin ne hissettiğini sezmek ya da ne düşündüğünü veya amaçladığını bilmek işin başlangıcıdır ama verimli etkileşimleri garanti etmez. Sosyal farkındalığa dayanan sosyal beceri, pürüzsüz ve etkili ilişkilere olanak sağlar. Şu öğelerden oluşur:

Eşzamanlılık: Sözsüz düzeyde pürüzsüz etkileşim.

Benlik Sunumu: Kendini etkili biçimde tanıtmak.

Nüfuz: Sosyal etkileşimlerin sonucunu etkilemek.

İlgi: Başkalarının ihtiyaçlarını önemseyip uygun biçimde davranmak.

Sosyal zekânın genellikle davranışsal ve bilişsel olarak iki alt boyuttan oluştuğu genel anlamda kabul görse de, bu iki alt boyut çerçevesinde nelerin olduğuyla ilgili farklı görüşler vardır. Kozmitzki ve John (1993) sosyal zekânın yedi bileşenden oluştuğunu belirtmişlerdir. Bunlar, diğer insanların içsel durumları ve ruh hallerinin algılanması, insanlar ile ilişki kurma konusunda genel beceri, sosyal kuram ve yaşamla ilgili bilgi, karmaşık sosyal hallerde duyarlılık ve sosyal sezgi, başkalarını idare edebilmek için gereken sosyal teknikler kullanma, başkalarının bakış açısına sahip olma (empati) ve sosyal uyum olarak sıralanmaktadır.

Silberman (2000) sosyal zekâ ve sosyal zekâsı olan kişilerin sahip oldukları özelliklerin sekiz boyutta incelenebileceğini belirtmiştir:

1. İnsanları anlama,
2. Düşünce ve duygularını açıkça ifade etme,
3. İhtiyaçlarını dile getirmek yani atılganlık,
4. İletişim kurduğu kişilere geribildirim verme ve ondan geri bildirim alma,
5. Başkalarını etkileme, ikna etme ve motive etme,
6. Karmaşık hallerde yaratıcı çözümler getirme,
7. Kişisel olarak çalışmanın yerine işbirliği kurarak çalışma yani iyi bir takımın üyesi olma,

8. İlişkiler çıkmaza girdiği zaman uygun tutumu sergileme (Silberman, 2000).

Buzan (2002) sosyal zekâyı sekiz faktörden oluşturmuştur:

1. İnsanları okumak: İnsanların beden dillerinden sözlü ve sözlü olmayan iletişim verilerinden faydalanarak onları anlama ve tanıma,
2. Etkin dinleme becerisi,
3. Sosyallik,
4. Başkalarını etkilemek,
5. Sosyal ortamda etkin olma başka bir tabirle popülerlik,
6. Problem çözme ve müzakere,
7. İnsanları etkileme ve ikna,
8. Hangi sosyal ortamda nasıl davranacağını bilmek (Buzan, 2002).

Cantor ve Kihlstrom (1985), insanların sosyal davranışlarında sergiledikleri becerileri bilgilerinin sonucunda oluştuğunu söylemişlerdir. Bu haliyle sosyal zekâ bilişsel izlerin etkin olduğu bir kuramdır. İnsanların elde ettikleri bu bilgileri sosyal ortamlarda etkin olarak kullanarak "ustaca" davranışlar sergilediği görülmektedir. Özet olarak, Cantor ve Kihlstrom, sosyal zekâyı öğrenilebilir bir durum olarak değerlendirmişlerdir (Cantor ve Kihlstrom, 1985'den aktaran Şahin, 2016). Bir başka deyişle, sosyal zekâ sosyal öğrenmeyle öğrenilmekte ve eğitimle geliştirilebilmektedir (Bacanlı, 2014).

2.2.2. Sosyal Zekânın Ölçülmesi

Zekânın ölçülmesinde üç temel amacın söz konusu olduğu görülmektedir. İlki kişinin ileride zihin gücü isteyen işlerde ne kadar başarı göstereceği hakkında tahminlerde bulunmak, ikincisi kişiyi zekâ seviyesine göre bölümlendirmektir. Son olarak da bireyin fikrî yeteneklerinde ileri ve eksik tarafları belirlemektir (Hou, 2011). Zekâ testleri kişilerin, zekâlarını ölçmek için geliştirilen standart testler olarak görülmektedir. Zekâ doğrudan gözlenmesi imkansız olan karmaşık ve soyut bir yapısı olduğundan doğrudan bir ölçüm yapılması imkansızdır. Ancak yapılan uygulamalar kişilerin zekâ düzeyleriyle ilgili kısmi bir düşünce sahibi olunmasını sağlar. Dünyada bu anlamda yapılan değerlendirmeler için kullanılan çeşitli ölçekler bulunmaktadır. "*Alexander Pratik Yetenek Testi, Chapius labirentleri, Goodenough-Harris Adam Çizme Testi, Merrill-Palmer Ölçeği, Peabody Resim Kelime Ölçeği" vb. bireysel değerlendirme ölçekleri ve "Analitik Zekâ Testi, Progresif Matrisler Testi, Tnurstone*

Kavrayış Sürati Ölçeği, Temel Zihin Yetenekleri Testi" gibi birçok grup zekâ ölçekleri bulunmaktadır. Bu ölçeklerden bazıları diğer ülkelerde yaygın olarak uygulanır. Örneğin Wechsler Zekâ Ölçeği uygulanması hem uygulanan kimse hem uygulayıcı için zordur. Bu sebeple belirli bir zekâ ve yaş düzeyindeki kişilere uygulandığı zaman daha sağlıklı sonuçlar alınabilmektedir. Ölçeklerin yaygın kullanımı; onların geçerliliği, güvenirliği ve standardizasyonu ile ilişkilidir. Türkiye'de bireysel testler olarak Wechsler Zekâ Ölçeği, Stanford Binet Zekâ Testi, K.I.T Zekâ Testi (Kaufman kısa zekâ ölçeği) ve Merrill Palmer Ölçeği'yle grup zekâ ölçekleri olarak Otis Beta Zihin Yeteneği Testi, Cattell Zekâ Testi ve Analitik Zekâ Testi (From A) yaygın bir şekilde kullanıldığı görülmektedir (Salman vd., 2017).

Kullanılan bu ölçeklerde bireylerin yaş grupları, testin bireye uygulanabilirliği, ne amaçla bu şekilde bir ölçüme gereksinim duyulduğu gibi durumlarda değişiklikler gösterebilmektedir. Genel anlamda 0-6 yaş arasındaki çocuklarda "Stanford-Binet Zekâ Testi", 6-16 yaş arası erişkin ve ergenlerde "Wechsler Çocuklar için Zekâ Ölçeği", 16 yaş ve üstü kimselerde "Wechsler Yetişkinler için Zekâ Ölçeği, Cattell Zekâ Testi ve çeşitli mini mental ölçekler" yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Bununla birlikte ihtiyaç çerçevesinde çocuklarda "Peabody, Goodenough-Harris adam Çizme Testi" de kullanıldığı görülmektedir. Zekâ ölçekleri genellikle kişinin; kavrama, muhakeme ve bellek gibi becerilerini ölçen uygulamaları kapsamaktadır. Sözel ve performans etkinlikler olarak uygulanan çeşitleri de bulunmaktadır (Kuzgun ve Bacanlı, 2005).

Sosyal zekâ araştırmalarına bakıldığında en önemli sorun yapının işlevselleştirilme ve ölçülmesiyle ilgilidir. Sosyal zekânın ölçülmesi konusunda bu zorluk onun tam anlamıyla tanımlanamama durumu, akademik zekâ ile beraber değerlendirilmesiyle hangi alt boyutları içerdiği gibi hususlarda ortaya çıkan belirsizlikten kaynaklandığı görülmektedir. Bununla beraber sosyal zekâyla ilgili herkesin mutabakata ulaştığı bir ölçeğin yerine empati ve sosyal beceri kişilerarası ilişkiler ve sosyal yeterlik gibi sosyal zekâ kapsamı içindeki farklı boyutlarda ölçekler geliştirilir (Doğan ve Çetin, 2008).

2.2.2.1. Tromso Ölçeği

Silvera, Martinussen ve Dahl (2001) tarafından geliştirilen Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (TSZÖ), sosyal zekâ düzeylerini ortaya koyabilmek için hazırlanmıştır. 5'li Likert tipi bir ölçek olup; 21 maddeden oluşturulmuştur. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği

sosyal zekâyı üç ayrı alanda değerlendirir. Bunlardan birincisi Sosyal Bilgi Süreci, ikincisi Sosyal Beceriler, üçüncüsü de Sosyal Farkındalık alanıdır. Bunlara ek olarak sosyal zekâ düzeyini toplam olarak ortaya koyar. Ölçeğin 2, 4, 5, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 20 ve 21. Maddeleri tersten kodlanmıştır (Kurultay, 2018).

Silvera vd. (2001)'nin bu çalışmasında sosyal zekâ, hem insanları anlamaya dayanan bilişsel boyutunun hem de kişi ve olayları idare etmeye dayalı davranışsal boyutunun altının çizildiği çok boyutlu bir perspektifi destekler. Kişinin toplam zekâsı içinde sosyal zekânın bunun bir parçası mı olduğu, yoksa başlı başına bir yapı mı olduğu tartışma konusu olmuştur. Ayrıca, sosyal zekânın yapı ve ölçümüyle ilgili tartışmalar da olmuştur (Silvera vd., 2001).

2.2.3. Sosyal Zekâ Modelleri

Sosyal zekayı ele alış biçimleriyle benzer ve farklı boyutları bir araya getiren, biyolojik ve davranışsal temeller üzerinden sosyal zekayı bütünüyle ortaya koymaya çalışan iki modele yer verilmiştir.

2.2.3.1. Goleman Modeli

Goleman (2007)'ın geliştirdiği sosyal zekâ modelinde 2 ayrı boyut vardır. Bu boyutlar, sosyal beceri ve sosyal farkındalık olarak tespit edilmiştir. Sosyal beceri boyutu benlik sunumu, ilgi, eş zamanlılık ve nüfuz bileşenlerinden oluşur. Sosyal farkındalık, empatik isabet, uyum, temel empati ve sosyal biliş bileşenlerinden oluşur (Doğan ve Çetin, 2009).

Tablo 2.3. Goleman'ın Duygusal ve Sosyal Yeterlikler (Beytekin ve Göktürk, 2012)

DUYGUSAL YETERLİKLER	SOSYAL YETERLİKLER
Farkındalık	**Sosyal Bilinç**
Kendi duygularını fark etme	Başkalarının duygularını fark etme
Kendi duygularının sebeplerini anlama	Kusursuz empati
	Başkalarını dinleme
Sınırlarını ve değerlerini bilme	Sosyal durumu kavrama
Güçlü ve zayıf yanlarını bilme	**İlişki Yönetimi**
Öz Yönetim	Doğru zamanlama
Kendi duygularını yönetme	Kendini etkili sunma
Değişen durumlara ayak uydurma	Başkalarını etkileme
Tutarlı davranış geliştirme	Başkalarının eğilim istek ve davranışları ile ilgili olma
Güvenilir olma	
Başarı odaklı olma	Lider olma

Goleman (2006)'ın sınıflandırmış olduğu sosyal beceriler, eş zamanlılık (senkronizasyon) – karşıdakiyle aynı anda hareket edebilmek, benliğin ifadesi – karşıdakine varlık ve düşüncelerini kabul ettirebilmek, nüfuz / Etki – karşıdakinin düşünce ve hareketlerini yönlendirebilmek ve ilgi – karşıdakine kendisini dinletebilmek olarak sıralamıştır.

Bu dört başlık çerçevesinde belirtilen beceriler, kişinin ilişki kurma hususundaki fiziksel yetenekleriyle ilişkilidir. Eş zamanlılık bireyin refleksleri ve vücudunun sinir sisteminden başlayıp etkilere tepki verme hızıyla ilgilidir. Refleksleri daha güçlü olduğu görülen gençlerde daha yüksek olmasının beklenmesi normaldir. Benliğin ifadesi kapsamında, kişinin kendisini anlatma şekli ve zamanlamasının doğru bir şekilde yapılması, kişinin soğukkanlılığı ve sabrı söz konusudur. Bu durum da biyolojik unsurlarla doğrudan ilişkilidir. Duyguların dışavurumu süreci içinde vücudun genel hali ya da hormonlar bireyin davranışlarının üzerinde baskı yaratabilmektedir. Burada bireyin bedenini kontrol etme yeteneği onun sosyal ilişkilerinde başarısını belirlemektedir. Aynı biçimde, fiziki özelliklerle vücudun etkin kullanımı, etki/nüfuz bırakma hususunda önemli bir işlev görerek kişilerin arasındaki sosyal ilişkinin sonucunu etkileyebilmektedir. Fiziki gücü yeterli ve etkin kullanmak kimselerin ikna etmesini mümkün hale getirirken güç kullanımını abartma, istenen sonuçlara tam ters bir durumun yaşanmasına yol açabilmektedir. Bu nedenle vücut hareketlerinin yerinde ve doğru kullanımı nüfuz bırakma hususunda doğrudan etkili olduğu görülmektedir (Goleman, 2006).

2.2.3.2. Albretch Modeli

Karl Albrecht'in (2006) geliştirdiği modelde, birbirleri ile ilişki içinde olan farklı becerilerden söz edilmektedir. Goleman (2006)'ın bahsettiği alt yol, yani bilişsel yetenekleri kolaylaştıran ancak biliş sürecinin dışındaki kişinin sezgi ya da diğer kimselere göre daha güçlü bir algılama yetisinin olması gibi biyolojik avantajlar, Albrecht'in modelinde daha fazla ön plana çıktığı görülmektedir. Albrecht sosyal zekâ seviyesi yüksek olan ve sosyal ilişkilerde yetenekli kimseleri özellikle alt yollardaki başarılarıyla tanımlamıştır. Alt yol, Goleman'a göre dışardan gelen verinin beyne ilk girdiği talamustan duygusal hafızanın merkezi olan amigdala bölümüne aktarım süreci içinde ortaya çıkmaktadır. Başka bir ifadeyle karşıdaki işaretleri algılayan kimse, beynin duyguların oluşumundan sorumlu olan bölümünde bu işaretleri akıl yürütme

sürecinden bağımsız yorumlayarak tepki vermektedir. Kişilerin sözsüz işaretleriyle ipuçlarını daha dikkatli algılayıp yorumlama durumu ve onlara anında, yerinde tepkiler vermesi o kimsenin sosyal zekâsının isabetli bir göstergesi olarak kabul edilir (Albrecht, 2006).

Albrecht, davranışsal temelli bir modeldir. Bireylerin kendi gerçeklik algılarının üzerine yapmış olduğu yorumlarla tercih ettikleri davranış biçimlerine göre onların sosyal zekâlarını yorumlamaktadır. Ancak birey, en bilinçli olduğunu düşündüğünde dahi bilinçdışı baskılar ile hareket edebilir. Bu anlamda Albrecht (2006), beş kriter sıralamaktadır:

1. Durum bilinci (sosyal radar)
2. Karşıdakinin mesajları doğru okuma becerisi
3. Duruş – fiziksel hareketleri, sesi, davranışları etkili kullanma becerisi
4. İçtenlik – güvenilir olma mesajını verme becerisi
5. Açıklık – kendini doğru ifade edebilme, açıklayabilme becerisi
6. Empati – karşıdakini anladığını ona yansıtabilme becerisidir" (Yıldırım, 2017).

2.3. Yaşam Doyumu

1961 yılında Neugarten'in ilk defa gündeme getirdiği yaşam doyumu kavramı, sonraki dönemlerde araştırmacıların ilgisini çekmiştir (Yiğit vd., 2011). Yaşam doyumu, insanların hayatla ilgili başarmayı istedikleriyle elde ettikleri çıktılarının kıyaslanarak ulaşmış oldukları subjektif bir yargıyı ifade etmektedir (Pavot ve Diener, 1993). Aşağıdaki başlıkta yaşam doyumu kavramı daha ayrıntılı olarak tanımlanmıştır.

2.3.1. Yaşam Doyumu Kavramı Tanımı

Yaşam doyumu kavramının anlaşılması için doyum kavramının tanımlanması gerekmektedir. Doyum, insanların gereksinim, beklenti, arzu ve isteklerinin karşılanmasıdır. Başka bir deyişle, bir kimsenin kendi belirlemiş olduğu kriterlere uygun olarak bütün yaşamını pozitif olarak değerlendirmesidir (Yiğit vd., 2011). Yaşam doyumu kavramsal olarak bir insanın beklentileri ve ne istediğiyle, elinde olanların yani neye sahip olduğunun karşılaştırılması sonucunda elde edilen sonuç ya da durum olarak tanımlanmaktadır. Özetle, kişinin beklentileri ile gerçek durumunun karşılaştırılması sonucunda ortaya çıkan neticedir (Özer ve Karabulut, 2003).

Yaşam doyumu kavramının, yaşamı değiştirme isteği, geçmiş ve gelecekten doyum, bireyin yakın çevresi ve bireyin hayatı hakkındaki görüş ve fikirlerini içerdiği görülmektedir (Diener vd., 1999). Bu sebeple yaşam doyumu denildiği zaman belli bir boyutla ilgili doyumdan ziyade genel anlamda bütün yaşantılardaki doyumun anlaşılması gerekmektedir (Çevik ve Korkmaz, 2014).

Yaşam doyumu bir anlamda iş yaşamının dışındaki duygusal tepkileri ifade etmektedir. Hayata karşı genel tutum olarak görmek mümkündür (Özdevecioğlu, 2003). İnsanın mutluluğuyla ilgili ve öznel iyi oluşun bilişsel tarafını temsil eden bir kavramdır. Öznel iyi oluş, bireyin hayatını duyusal ve bilişsel anlamda değerlendirmesi şeklinde tarif edilmektedir (Dost, 2007).Bu anlamda mutlu olan kimselerin mutsuz kimselere göre;

a) Daha güçlü ve sosyal, romantik ya da sosyal ilişkilere egemen oldukları,
b) Diğer kişiler ile oluşturduğu etkileşimlerinde de daha yüksek doyuma ulaşmaları,
c) Olaylara daha uygun tepkiler oluşturmaları,
d) Arkadaş edinerek toplumun içinde daha fazla yer almaları,
e) Daha kolay evlenmeleri,
f) Daha sağlıklı olmaları ve evliliklerinde daha fazla doyum sağlamaları,
g) İşyerindeki performanslarının yüksek olma durumu ve daha fazla para kazanmaları,
h) Örgüte daha fazla uyum sağlamaları,

gibi birçok konuda başarılı olmalarıyla, mutluluk kavramının bütün hayatlarına pozitif etkileri yansıdığı görülmektedir (Şimşek, 2011).

Özetle, yaşam doyumunun kişinin kendine, diğer insanlara ve dünyaya ilişkin algıları ile yakından ilişkili olduğunu söylemek mümkündür (Levin vd., 2011). Öznel iyi olma ve mutluluğun tamamlayıcılarından biri olarak bireysel yaşamla ilgili bilişsel yargıları içermektedir (Diener, 1984, Akt. Şahin, 2019). O halde yaşam doyumu yüksek kişilerin yaşamdan daha fazla keyif aldıkları, olumlu duygularının olumsuz duygulardan daha baskın olduğu, öz saygılarının daha yüksek olduğu ve daha iyimser bir bakış açısına sahip olduklarını belirtmek gerekir (Çakar ve Karataş, 2017).

2.3.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Yaşam doyumu belirleyicilerinin sosyal, fiziksel, duygusal, psikolojik iyi oluş, mental sağlık, işlevsel ve etkin iletişim kurma becerisinin olması, sosyal ilişkileri başlatma ve sürdürme, sosyal bağlantılara sahip olma şeklinde sıralandığı görülmektedir (Cruce vd., 2010). Yaşam doyumu kavramının kişiden kişiye farklı algılanması söz konudur. Bu nedenle kavramın tanımlanması ve kapsamının belirlenmesi konusunda belirsizliğin olduğunu söylemek mümkündür. Bu sebeple alan yazında farklı yaklaşımlara rastlanılabilmektedir. Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen faktörleri aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür (Schmitter, 2003; Özdevecioğlu ve Aktaş, 2007);

- Günlük hayatta mutlu olma,
- Hayatı anlamlı bulma,
- Amaç ve hedeflere ulaşmada uyumlu olma,
- Pozitif kimlik,
- Fiziksel ve ruhsal anlamda bireyin kendini iyi hissetmesi,
- Ekonomik güvenlik,
- Sosyal ilişkiler,
- Açık fikirli olmak,
- Politik istikrar,
- Kendi hayatının kontrolünü kendi elinde olduğunu hissetmek,
- Evli olmak, ailesi ve arkadaşları ile iyi ilişkiler içerisinde bulunmak,
- Güvenilir bir bölgede yaşamak,
- Sosyal çevrenin geniş olması.

Bu değişkenler arasına bireylerin durum ve olaylara negatif veya pozitif yaklaşım özelliklerini, iş beklenti ve değerlerini de eklemek gerekir. Kişilerin bireysel özellikleri, yaşam doyumu algılarını etkilemektedir. Bireylerin yetişmiş olduğu ortam ve kültür gibi bazı özellikleri ile yaşam doyumu algılamaları da farklılık göstermektedir (Baştemur, 2006).

Yaşam doyumuyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında cinsiyet, yaş, eğitim, ırk, gelir durumu ve eğitim gibi demografik değişkenlerin yaşam doyumunu ve mutluluğu yordama konusunda etkisinin olduğu görülmesine karşın bireysel eğilimler,

kültür ve sosyal ilişki gibi etkenlerden daha az etkiye sahip olması söz konusu olmuştur (Eryılmaz, 2016; Myers ve Diener, 1995).

Yaşam doyumuyla cinsiyetin arasındaki ilişkilerin belirlenebilmesi için yapılan çalışmalarda, cinsiyetler arasında farkın değişebildiği görülmüştür. Yetim (1991), yaptığı araştırmada erkeklere göre daha fazla olumsuz duygu ifade ettikleri görülse de kadınların yaşamlarından daha fazla haz aldığını belirtmiştir. Yaşam doyumunu etkilediği görülen diğer bir değişkenin iş yaşantısı olduğu görülmektedir. Birey günlük hayatının büyük bölümünü iş yerinde geçirmektedir. Çalışılan ortam, sorumluluk düzeyi ve alınan ücret gibi durumların kişinin yaşam doyumunu etkilediğini belirtmek gerekir (Özdevecioğlu, 2003).

Keser (2003), yapmış olduğu bir araştırmada yaşam doyumunda, eğitim, statü ve gelir düzeyi gibi demografik faktörlerin etkili olduğunun altını çizmiştir. Aynı araştırmada eğitim düzeyinin yükselmesiyle bireyin beklentilerinin artabileceği, böylelikle mutsuzluğun ortaya çıkabileceği belirtilmiştir. Bununla beraber eğitim durumunun gelir durumu ve statüyle birleşmesi durumunda yaşam doyumu üzerinde olumlu etkiler yapabileceği savunulmuştur (Keser, 2003: 199).

Yaşam doyumunu etkileyen başka bir faktörse evlilik durumudur. Evliliğin iki kişiyi sosyal anlamda birbirlerine bağlamakta olduğu ayrıca dengeli olma, güven, istikrar, paylaşma, destek alma ve huzur gibi duyguları beraberinde getirdiği görülmektedir. Yapılan araştırmalarda evliliğin yaşam doyumu üzerindeki pozitif etkisi vurgulanmıştır. Evli kimselerin, hiç evlenmemiş veya boşanmış olan bireylere göre daha yüksek yaşam doyum seviyesine sahip olduğu belirtilmiştir (Çelik ve Tümkaya 2012; Caner 2015).

2.3.3. Yaşam Doyumu Kuramları

Yaşam doyumu arttığı görülen bireylerin işe severek gitmek, kaliteli zaman geçirmek, aile yapısında olumlu gelişmeler olduğu araştırmalarda ortaya çıkmıştır. Ayrıca yaşam doyumunu sağlayan kişilerin üretkenliği artmaktadır. Bireyler için yaşam doyumunun önemli olduğu yapılan araştırmalarla kanıtlanmıştır. Yaşam doyumu yüksek olan toplum fertlerinin daha olumlu düşüncelere sahip olduğu görülmüş; bedensel ve ruhsal sağlıklarının daha iyi ve başkalarının saygı gördüğü kişiler olduğu kanıtlanmıştır. Bu araştırmalara bakıldığında yaşam doyumunun bireyler için öneminin fazla olduğunu söylemek mümkündür. Başta bireyden başlayıp; sırayla aile ve toplum

yaşamının mutlu olabilmesi için bireylerin yaşam doyumuna, kurumların iş görenin iş doyumuna önem vererek toplumun mutluluk ve huzur seviyesini yükselteceği belirlenmiştir. O halde, yaşam doyumu yüksek olan toplumun yaşam standartlarının da yükseldiğini söylemek mümkündür (Ergün, 2016).

Yaşam doyumu, bireylerin yaşama ait takındıkları davranış ve tutumları içermesi bakımından birçok psikolojik dinamik ile yakından ilgilidir. Bu açıdan yaşam doyumunun tanımlanabilmesi ve hangi değişkenler ile sınırlanması gerektiğinin belirlenmesine yönelik birçok kuram ortaya atılmıştır. Doyum kavramının tanımlarında farklılıklar olduğu için, insanların yaşamdan aldıkları doyum ve yaşama amaçlarının açıklanmasında da farklılıklar söz konusu olmuştur (Suikkanen, 2011).

Kuramsal anlamda yaşam doyumu kavramının, Aristotales, Sokrates ve Platon'a kadar uzandığını söylemek mümkündür. Sokrates ve Aristoteles, erdem ve ilgiyle bireyin kendisini geliştirmesi; Platon da ruhun irade, akıl ve içgüdüden oluştuğunu ileri sürerek yaşam doyumu kuramı yaklaşımlarının temellerini atmışlardır (Şimşek, 2011).

Yaşam doyumu sadece bir kuram ya da alana bağlı değildir. Disiplinler arası önemli bir niteliğe sahiptir. Yaşam doyumuna kişisel açıdan bakan kuramlar; aşağıdan yukarıya (bottom up) ve yukarıdan aşağıya (top down) kuramları, duyuşsal, bilişsel ve birleşik kuramlar, sonuç ve süreç kuramları ve gereksinim kuramlarıdır. Aşağıdan yukarıya (bottom up) ve yukarıdan aşağıya (top down) kuramları; yaşam doyumunun ve mutluluğun dışsal ya da içsel kökenini değerlendirmektedir. Duyuşsal, bilişsel ve birleşik kuramlar; yaşam doyumunda duygunun mu, bilişsel karar sürecinin mi yoksa her ikisinin birleşiminin mi etkili olduğunu sorgulamaktadır. Sonuç ve süreç kuramlarında ise mutluğun, yapılan eylemlerin bir sonucu olan nihai bir nokta mı olduğu yoksa bu süreçte mi elde edildiği tartışılmaktadır. Gereksinim kuramları; mutluluğu çeşitli gereksinimlerin doyurulması bağlamında değerlendirmektedir (Şimşek, 2011). Aşağıda bu kuramlar daha ayrıntılı olarak ele alınmıştır:

2.3.3.1. Aşağıdan Yukarıya-Yukarıdan Aşağıya Kuramı

Aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramları öznel iyi oluş kuramları içerisinde yer almaktadır. Bu kurama göre, bireylerin yaşamış oldukları haz ve acıların değerlendirmesi yapılarak mutlu veya mutsuz olma durumlarına karar verilmektedir. Bu kuramda, bireye haz veren olguların ve kişilerin yaşam alanlarında elde etmiş oldukları doyumların sıklığı önem taşımaktadır (Eryılmaz, 2009).

Aşağıdan yukarı kuramını destekleyen bir durum da birçok haz veren halin iyi oluş raporlarıyla ilişkilendirilmesidir. Yapılan çalışmalarda günlük zevkli olay deneyimleri hoş duygulanımlarla, istenilmeyen günlük olay tecrübeleri olumsuz duygulanımla ilişkilendirilir. Ancak yapılan çalışmalarda cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, eğitim, ırk ve medeni durum gibi bazı demografik özelliklerin öznel iyi oluş varyansının yüzde 20'sinden az bir bölümünü açıkladığı görülmektedir. Bu sebeple, araştırmacıların öznel iyi oluşu etkin olarak açıklayabilmek için yukarıdan aşağı alanına yöneldiklerini belirtmek gerekir (Tuzgöl, 2004).

Yukarıdan aşağı bakış açısına göre, bireylerin olaylarla ilgili subjektif ifadeleri öznel iyi oluşu objektif şartlara göre daha öncelikli olarak etkileyebilmektedir. Bu yaklaşımda yaşam alanlarında hissedilen doyumların kendi başlarına bir neden olmaktan ziyade genel yaşam doyumundan çıkarılan birer sonuç olduklarını ileri sürmektedir (Yetim, 2001). O halde yukarıdan aşağı kuramında öznel iyi oluşun bir neden; aşağıdan yukarı modelinde ise bir etki olduğunu söylemek mümkündür.

2.3.3.2. Belli Bir Noktaya Erişmek (Telic) Kuramı

Belli bir noktaya erişme kuramı, 1960'larda Wilson tarafından öne sürülmüştür. Erek kuramında ihtiyaçlar karşılandığında ve amaçlara ulaşıldığında kişi mutluluğa erişilebilir. Wilson (1960), ihtiyaçların doyurulmasının mutluluğa, doyurulmayan ihtiyaçlarınsa mutsuzluğa yol açabildiği, doyum alabilmek için gereken şartların kişinin geçmiş tecrübelerinden, başkalarıyla karşılaştırmalarından, kişisel değer gibi unsurlardan etkilenen istek ve uyum derecesiyle ilgili olduğunun altını çizmiştir (Yavuz, 2006).

Kuramsal kapsamda ihtiyaçların doyurulması doyuma ve mutluluğa neden olurken bunun aksi durumlar ise doyumsuzluk ve mutsuzluk oluşturmaktadır. Başka bir deyişle, iyi olma ve mutluluğun amaç veya ihtiyaca bağlı olduğu ve yalnızca bu gerçekleştiği zaman mümkün olabileceği savunulmaktadır (Gümüş, 2006).

Bazı hedeflere ulaşmaya karar vermek kişiye günlük hayatta planlı olma ve anlam duygusu yüklemektedir. Bunun yanında, amaç oluşturmak bireylere günlük hayatta bazı sorunlarla baş etme konusunda yardımcı olabilmektedir. Sıkıntılı dönemlerde dahi iyi oluşun devam etmesi sağlanabilmektedir. Bu kuram kapsamında bireylerin seçtiği hedeflerin öznel iyi oluşa etkilerinde fark yarattığı belirtilmektedir. Bireyler makul düzeylerde ve günlük hayatı kolaylaştıracak biçimde kendi kişisel amaç

ve hedeflerini takip ettikleri takdirde iyi oluş durumu artabilmektedir. Böylelikle kaynakların iyi oluşu, dolaylı bir şekilde kişilerin önemli amaçlarını sürdürmesi ve erişmesine izin vermesi bakımından kolaylaştırmaktadır (Saygın, 2008).

Amaç kuramının açıklanmasında birçok farklı bakış açısı ve kaynak olduğu görülmektedir (Gülaçtı, 2009):

a) Maslow'un gündeme getirdiği ihtiyaçlar hiyerarşisinde; ihtiyaçlarını gideren kişi kendisini gerçekleştirecek ve en üst aşamaya getirebilecektir. Ancak bu kuramın mutluluğu tam anlamda açıklaması için araştırma eksikliklerinin tamamlanması gerekir.
b) Adler, hedeflerin üzerinde durmuş; insan yaşamının bir amaçla belirlendiğini bu kişinin düşünmesi, hissetmesi, bir istekte bulunması hatta hayal kurması için tüm bunların bir hedefle sınırlandırılması ve belirli bir yöne yöneltilmesinin gerekli olduğunu belirtmektedir.
c) Ellis, kuramında bütün insanların temelde iki amacı olduğunu söylemiştir. İlki; hayatta kalmak, ikincisi de acıdan uzak kalıp; kendini mutlu hissedebilmektir.
d) Glasser ise bireyin mutsuzluğu, ait olma ve sevgi, güç, eğlence ve özgürlük gibi beş temel ihtiyaçtan birinin ya da daha çoğunun doyurulup doyurulmaması üzerinde durmaktadır.
e) Murray, ihtiyaçların kişilere göre farklılaştığını belirtmiştir. Bu durumun özellikle onay ve başarı ihtiyaçları için çok önemli olduğunu da vurgulamıştır.
f) Diener vd.'nin yaptıkları araştırmalarda; insanların bazı ihtiyaçlarını giderebilmeleri onların daha mutlu olmalarını sağlamaktadır.

2.3.3.3. Etkinlik Kuramı

Etkinlik kuramı, mutluluğun bireyin kendi etkinliklerinden kaynaklandığı düşüncesine dayanmaktadır. Aristoteles bu kuramın birinci ve en önemli temsilcisi olarak görülmektedir. O, mutluluğu bireyin erdemli etkinliklerinden beklemektedir. Modern anlayışta etkinlikler; hobiler, sosyal ilişki ve egzersiz gibi bütüncül kavramlarla söylenmektedir. Etkinlik kuramındaki temel fikir, kişinin kendisini anlamasının mutluluğu azalttığıdır. Devamlı bir şekilde mutluluğu elde etmenin üzerinde durmak anlamsızdır. Kişinin önemli etkinliklerin üzerinde konsantre olması halinde mutluluğun kendiliğinden gelmesi beklenir (Diener,1984 Akt. Dal, 2015).

Etkinlik kuramında mutluluk insanların kendi elindedir. Etkinlik kuramının yaratıcısı olan Aristoteles'e göre alçakgönüllü insanlar mutlu olabilirler. Ona göre insanlar devamlı mutluluğu düşünüp onu yakalamaya odaklanırlarsa tam olarak o zaman mutluluktan uzaklaşırlar. İnsan ilişkilerini arttırarak sevilen işlerle uğraşıldığında mutluluk zaten kişiyi bulacaktır. Tüm insanlar kişilerarası ilişkilerinde mutabakat sağlamaya yönelik yaşarlar. Bu doğuştan gelen bir özelliktir. Bu düzen bazı dış etkenler sebebiyle zaman zaman bozulabilir (Senemoğlu, 1997). İnsanın fizyolojik gereksinimleri ve değerlerle ilgili gereksinimleri yerine getirildiğinde düzen tekrar oluşmuş olur (Budak, 2000).

2.3.3.4. Yargı Kuramı

Kişinin yaşam şartları amaçlanan durumun üstüne çıktığı zaman mutluluk oluştuğu belirtilir. Yargı kuramları, bireylerin yaşamış olduğu duygu yoğunluklarının olumsuz veya olumlu olmasını ve yaşanan duygusal yoğunluğunu tespit edebilmektedir (Aslan, 2020). Yargı kuramı kapsamında, olayların karşılaştırma açısından olumlu/olumsuz olacağının tahmininden ziyade gerçekleşen olayın ortaya çıkaracağı duygu miktarı tahmin edilebilmektedir (Çevik ve Korkmaz, 2014).

Belirlenen standartlar farklılıklar gösterse bile hepsinde yargılama söz konusudur. Yargı kuramında bireyin mutluluğu, kendine ölçüt olarak aldığı kişiler ile kıyaslamasının sonucuna bağlıdır. Lyubomirsky ve Ross (1997), mutlu olan kimselerin kendilerinden kötü durumdakiler ile karşılaştırma yapmaya, mutsuz bireylerin hem kötü durumda olanlar ile hem de iyi durumda olanlarla karşılaştırma yapmaya eğilimli olduklarını ifade etmektedir (Diener vd., 1999).

Bu kuramdaki bakış açısına bakıldığında gerçek benlikle ideal benlik kavramları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Kişinin "ne yapabileceği" gerçek benliğini, "ne yapmak istediği" de ideal benliğini yansıtmaktadır. İnsanların gerçekleştirebileceği ideallere sahip olması iyi olmayla ilişkilidir (Cihangir, 2005).

Yargı kuramında, yaşam doyumunun bazı standartların gerçek durumlar ile karşılaştırılması neticesinde ortaya çıktığını belirtmek gerekir. Şayet gerçek durumlar standartlara yaklaşır ise doyum ortaya çıkmaktadır. Doyum halinde bireyin bilinci yerindedir. Duygu durumunda standartlar ile bilinçdışı kıyas yapılmaktadır. Burada bireyin kullandığı standartlar ilk plandadır. Birey kendini kıyas yaptığı kimselere göre değerlendirmektedir. Bu kıyasların kişinin ruh sağlığını da etkilediği görülmektedir.

Kişinin kendinden daha kötü durumdaki bireyler ile yaptığı kıyasların kişinin yaşam doyumunu artırdığı belirtilir. Çünkü diğerlerinin kötü şartlar altında yaşadığını düşünenlerin kendi durumlarına baktıklarında; yaşamdan aldıkları doyum seviyesi de değişecektir (Arasan, 2010).

2.3.3.5. Bağ Kuramı

Diener (1984), ilişkilendirici (Bağ) kuramı kapsamında, bazı kimselerin mutluluğunu etkileyen özelliklere niçin sahip olduklarıyla ilgili açıklamalar yapan modeller bulunmaktadır. Bu kuramların çoğunun bağ modellerinin genel kurallarında, hafıza, bilişsel ilke veya şartlanma üzerinde temellenmektedir. Mutlulukla ilgili bilişsel yaklaşımların başlangıç aşamasında olduğu görülmektedir. Bilişsel yaklaşımlardan birinin, bireylerin kendilerinin mutluluğunu ilgilendiren olaylara yönelik atıflarıyla ilişkilidir. Bilişsel yaklaşımlara göre mutluluğun bellekte bir ağı bulunmaktadır (Gülaçtı, 2009).

Mutluluğun insan belleğinde bir ağının olduğu psikologlar tarafından ifade edilmektedir. Buna göre, kişinin kendini ilgilendiren olaylar karşısında öznel yüklemeleridir. Bireyin hayatındaki olumlu olaylar iç bilişsel öğelere yüklenmiş ise kişi mutluluğu daha çok hisseder. Bu yaklaşım, mutluluğun insan belleğinde bir ağı olduğunu belirtmektedir (Şahin, 2008).

Bireylerin mutlu olma ihtiyacına yatkın olduklarını gösteren kuramlar mevcuttur. Mutluluğa bilişsel bakış son zamanlarda ortaya çıkmıştır. Bunlardan biri bireylerin yaşadıkları vakaları içsel olarak değerlendirme şekilleridir. Olumlu yaşantılar içselleştirildiğinde normalden daha çok mutluluk sağlarlar. Başka bir bakışa göre ise kişi içselleştirmeyi yapmasa da olumlu yaşantılar mutluluk sağlar. Bilişsel kuramcılar zihinde mutluluğun bir etki mekanizmasının olduğunu ortaya koymuşlardır. Bower, kişilerin güncel ruh hallerine dayanarak hatıralarını anımsayıp değerlendirdiklerini söylemiştir. Mutlu olan insanların anılarının bağlantılarının olumlu olduğu zihinsel araştırmalarla kabul görmüştür. Mutlu olmayan insanların ise olumsuz zihinsel bağlantılarının olduğu görülmüştür. Olumlu bağlantıları olanların yaşantıları neticesinde verdikleri karşılıklar da iyi olmaktadır (Yetim, 2001).

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu başlık altında sosyal zekâ ve yaşam doyumu ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan bazı araştırmalara yer verilmiştir.

2.4.1. Sosyal Zekâ İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Messamer ve Throckmorton (1991) tarafından öğrencilerle yürütülen çalışmada, sosyal zekânın çok boyutlu ölçeklerinin arasındaki ilişkiler ve akademik zekâyla ilişkisi incelenmiştir. Sosyal zekâ ve akademik zekâ ile ilgili ölçeklerden elde edilen korelasyonel analiz ve faktör analiz sonuçlarına göre sosyal ve akademik zekâların kavramsal olarak birbirlerinden farklı oldukları ancak bu iki yapının birbiriyle çok fazla örtüşen ölçümler olduğu tespit edilmiştir.

Buzan (2002) sosyal zekâsı yüksek olan insanların başka insanları anlama ve onlarla iletişim kurmak için bütün vücutlarını ve bedenlerini etkili bir şekilde kullandıklarını aktarmıştır. Kızıltepe (2004) de yaptığı çalışmada, yüksek sosyal zekâya sahip olan kişilerin diğer insanların ruh hâllerini, istek ve arzularını, kızgınlık ve sevinçlerini, dürtülerini, iniş çıkışlarını anlayabilmek ve bunlara göre davranışlarını ayarlayabilme yeteneğine; başkalarıyla iyi geçinebilme, iyi iletişim kurabilme becerisine sahip olduklarını aktarmıştır. Ayrıca sosyal zekâsı yüksek olan kişiler karşısındakine belli etmese de onun niyetlerini, arzularını ve düşündüklerini kolayca anlayabilir ve onları etkileyip yönlendirebildikleri belirtilmiştir. Doğan (2006), sosyal zekâsı yüksek olan kişilerin özellikle sosyal zekânın performans boyutu olan sosyal beceri konusunda kendilerine güvenlerinin yüksek olduğu, insan ilişkileri konusunda daha girişken olduklarını saptamıştır. Silvera vd. (2001) yaptıkları çalışma sonucunda kızların sosyal zekâ ortalamalarının erkeklerin sosyal zekâ ortalamalarından yüksek olduğu bulunmuştur. Doğan ve Çetin (2009) yaptıkları araştırmada akademisyenlerin cinsiyet, medeni durum, yaş ve akademik unvanlarına göre sosyal zekâ alt boyutları olan sosyal beceri, sosyal bilgi süreci ve sosyal farkındalık faktörlerine göre farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Saxena ve Jain (2013) yaptıkları bir araştırmada, kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden ve sanat bölümlerinde okuyan öğrencilerin diğer bölümde okuyan öğrencilerden daha yüksek sosyal zekâya sahip oldukları saptanmıştır. Bununla beraber, kentsel üniversitelerde okuyan ve akademik başarısı daha yüksek olan öğrencilerin kırsal kesimdeki üniversitelerde okuyan öğrencilere oranla daha yüksek sosyal zekâya

sahip oldukları da görülmüştür. Abul (2015) yaptığı çalışmada, sosyal zekâ düzeyi ile algılanan iş yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, sosyal zekâ ve alt boyutları olan sosyal bilgi süreci, sosyal beceri ve sosyal farkındalık ile algılanan iş yaşam kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Ülker (2016), meslek yüksekokulu öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada, sosyal zekâ düzeyleri ile iletişim becerilerinin arasında farklı değişkenler bakımından anlamlı bir farklılığın olup olmadığı incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal zekâ düzeyleriyle iletişim becerilerinin arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Kahya ve Ceylan (2017), yaptıkları çalışmada, sosyal zekâ düzeyleri yüksek olan bireylerin iletişim becerileriyle arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Yapılan analizler sonucunda, öğrencilerin iletişim becerileriyle sosyal bilgi süreci boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Genel sosyal zekâ ölçeğinin doğrudan iletişim becerisiyle arasında pozitif yönlü nispeten güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuca göre sosyal zekâsı artan bireyin iletişim kabiliyetinin de arttığı vurgulanmıştır.

2.4.2. Yaşam Doyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Yetim (1991), öğrencilerle yürüttüğü çalışmada yaşam doyumunun, kişi (planlılık, kişisel kontrol, haz kapasitesi, kendine güven, tutarlılık), çevre (sosyal onay, sosyal katılım) ve sistem (projelerin birbirini engellemesi ve projelerin uyum değerleri) öğelerinden etkilendiğini ancak yetişkin örnekleminde durumun farklılaştığını savunmuştur. Üniversite mezunu yetişkin örnekleminde projenin duyurulması (bilinirlik), ona daha çok zaman ayırmayı sağlarken bireyin yaşam stiline uygunluğu bireysel bağlanmayı sağlayarak yaşam doyumunu etkilemektedir. Bununla birlikte projelerin sayısı, stres ve objektif engel sayısı yaşam doyumunu olumsuz yönde etkileyen kritik değişkenlerdendir. Lazzari (2000) yapmış olduğu araştırmada, erken ve geç ergenlikte kişisel yaşam doyumu, psikolojik iyi olma hâli ve duygusal zekâ düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre ahlaki gelişim ve kimlik çözülmesinde kişisel doyuma önem verilerek, psikolojik iyi olma hâli ve yaşam doyumunu kişisel doyumun duygusal zekâdan daha iyi yordayabileceği tahmin edilmektedir.

Özer (2001), araştırmasında huzurevinde ve aile ortamında yaşayan bireyleri incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, yaşam doyumu puanlarının aile ortamında yaşayanların huzurevinde kalanlardan; yine aile ortamında yaşayan erkeklerin kadınlardan yüksek olduğu; ayrıyeten aile ortamında yaşayan erkeklerin huzurevinde yaşayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine medeni durum, eğitim durumu, boş zamanları değerlendirme, meslek ve sağlık durumlarıyla yaşam doyumu arasında da ilişki olduğu belirlenmiştir.

Suldo, Rıley ve Shaffer (2006) tarafından çocuk ve ergenlerle yapılan araştırmada akademik başarı ile yaşam doyumu arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırma sonunda, öğrencilerin akademik yeteneklerine ilişkin algıları, olumlu okul deneyimleriyle kendini etkileyen öğretmen ve yetişkinlerin destekleyici ve şefkatli tutumu yaşam doyumlarını olumlu olarak etkilemektedir. Bununla beraber zekâ, not ortalaması, teşhis edilen öğrenme güçlükleri akademik mücadeleleri öngörürken, yaşam doyumunun yordayıcıları olmadıkları tespit edilmiştir.

Eren (2008)'in yaptığı çalışma sonuçlarına göre; kişilerin medeni durum ve cinsiyetlerinin ortak etkisinin, hastalık durumu ve cinsiyetlerinin ortak etkisinin yaşam doyumu üzerinde farklılık oluşturmadığı saptanmıştır. Lisansüstü mezunlarının lisans ve altı olan hemşirelere göre ayrıca lisans mezunlarının da ön lisans mezunu hemşirelere nazaran anlamlı düzeyde fazla olduğu tespit edilmiştir.

Koçak ve İçmenoğlu (2012) tarafından yapılan çalışmada duygusal zekâ ile yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyumu düzeyini yordama gücünü araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, duygusal zekâ alt boyutlarıyla yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yaratıcılık düzeyinin yaşam doyum düzeyinin ters yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Ülker vd., (2012) yaptıkları araştırmada, üniversite akademik personelinin yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi incelenmişlerdir. Araştırma Kastamonu Üniversitesi'nde görevli 94 öğretim elemanıyla yürütülmüştür. Araştırma sonuçlara göre yaşam doyumuyla psikolojik dayanıklılık arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Cinsiyet, medeni durum, yaş, unvan, hizmet yılı ve bulundukları üniversitedeki hizmet yılına göre anlamlı biçimde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Çelebi ve Çelebi (2018) lise öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada ebeveynlerden duyulan memnuniyetle yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü ve yüksek bir ilişki olduğunu, yaşam doyumunun cinsiyet, okul türü, kardeş sayısı ve akademik başarıya göre farklılaşmadığını sınıf seviyesi arttıkça yaşam doyumunun azaldığını ileri sürmüşlerdir.

Schoeps, Montoya ve Raufelder (2019) çeşitli öğrenci gruplarıyla yürüttükleri çalışmada kız ve erkek öğrenci grupları arasında algılanan stresin duygusal zekâyla yaşam doyumu arasında tam aracılık etkisinin farklılaşmadığı, bununla beraber kız öğrencilerin duyguları daha iyi anlayıp ifade ettikleri ve ileri yaşlarda daha yüksek miktarda stres algıladıkları aktarılmıştır. Yapılan bazı araştırmaların sonuçlarında üniversite öğrencilerinin sosyoekonomik düzeylerinin, kişilik özelliklerinin, benlik saygılarının, stresle baş etmede kullandıkları yolların çevresi ile kurduğu ilişkilerin, ayrıca akademik özelliklerinin yaşam doyumları ile ilişkili değişkenler olduğunu göstermiştir (Lounsbury vd., 2005; Chow, 2005; Tuzgöl, 2010; Fife vd., 2011; Odacı ve Çıkrıkçı, 2012; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013; Tagay, 2015).

.

BÖLÜM 3. YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, genel tarama modellerinin alt modeli olan ilişkisel tarama modeliyle yapılmış bir çalışmadır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2016).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul ilindeki katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırma örneklemi ise basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle İstanbul ilinden rastgele seçilmiş 511 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırma örnekleminde yer alan katılımcıların sosyo-demografik özellikleri Tablo 3.1'de tablolaştırılarak sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Frekans ve Yüzde Değerleri

Değişkenler		**Frekans**	**Yüzde (%)**
Yaş	20 yaş ve altı	43	8.4
	21-29 yaş	393	76.9
	30-39 yaş	59	11.5
	40 yaş ve üzeri	16	3.1
	Toplam	511	100.0
Cinsiyet	Erkek	225	44.0
	Kadın	286	56.0
	Toplam	511	100.0
Eğitim Düzeyi	Lise ve altı	57	11.2
	Ön lisans	69	13.5
	Lisans	337	65.9
	Lisansüstü	48	9.4
	Toplam	511	100.0

Aylık Gelir Durumu	2500 TL ve altı	257	50.3
	2501-5000 TL arası	172	33.7
	5000 TL ve üstü	82	16.0
	Toplam	511	100.0

Tablo 3.1'de, araştırmaya katılanların yaş dağılımına bakıldığında %8,4'ü (n=43) 20 yaş ve altı, %76,9'u (n=393) 21-29 yaş, %11,5'i (n=59) 30-39 yaş ve %3,1'i (n=16) 40 yaş ve üzerindedir.

Cinsiyet dağılımına bakıldığında katılımcıların %44'ü (n=225) erkek ve %56'sı (n=286) kadındır.

Eğitim düzeyi dağılımına bakıldığında katılımcıların %11,2'si (n=57) lise ve altı, %13,5'i (n=69) ön lisans, %65,9'u (n=337) lisans ve %9,4'ü (n=48) lisansüstü mezunudur.

Aylık gelir durumu dağılımına bakıldığında katılımcıların %50,3'ü (n=257) 2500 TL ve altı, %33,7'si (n=172) 2501-5000 TL arası ve %16'sı (n=82) 5000 TL ve üstünde gelire sahiptir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak yetişkinlerde sosyal zekâ düzeyini ölçmek için Silvera, Martinussen ve Dahl (2001) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması ve geçerlik güvenirlik çalışmaları Tayfun Doğan ve Bayram Çetin tarafından yapılan Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (TSZÖ), yetişkin bireylerin yaşam doyum düzeylerini ölçmek için İlker Kaba, Murat Erol ve Kadir Güç tarafından geliştirilip geçerlik güvenirlik çalışmaları yapılan "Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği" (YYDÖ), ve araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ile veriler toplanmıştır.

Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (TSZÖ):Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (TSZO) (Tromso Social Intelligence Scale-TSIS) Silvera ve arkadaşları tarafından 2001 yılında geliştirilmiştir. Türkçeye Doğan (2006) tarafından uyarlanan sosyal zekâ ölçeği, yetişkinlerde sosyal zekâ düzeyini belirlemek için 21 madde olarak oluşturulmuş öz

bildirim tipi bir ölçme aracıdır. Ölçek, sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık ve sosyal beceriler olmak üzere üç alt faktör ile toplam puanı vermektedir. Sosyal bilgi süreci 8, sosyal beceriler 6 ve sosyal farkındalık 7 madde içermektedir. TSZO için beşli Likert tipi bir cevaplama anahtarı oluşturulmuştur. Her bir madde için en düşük puan 1 ve en yüksek puan 5'tir. Ölçekten toplam alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105'tir. Puanın yüksekliği sosyal zekâ düzeyinin de yüksek olduğunu ifade eder.

Doğan (2006), ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için gerçekleştirdiği açımlayıcı faktör analizi neticesinde, TSZO'nun orijinal halindeki gibi üç faktörlü bir yapıda olduğu ve alt boyutların toplam varyansın %44,79'unu açıkladığı sonucuna ulaşmıştır. TSZO'nun benzeri ölçeklerle geçerliliğini belirlemek için Sosyal Beceri Envanteri (Yüksel, 1998) ile korelasyonuna bakılmış ve ölçeğin tamamı için .51'lik bir korelasyon elde etmiştir. TSZO'nun güvenirliğini belirlemek için ise test-tekrar test ve iç tutarlılık (Cronbachalfa) yöntemleri sonucunda iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için .83 olarak bulunmuştur. Alt boyutların iç tutarlılık güvenirlik katsayıları "sosyal bilgi süreci" için .77, "sosyal beceriler" için .84 ve "sosyal farkındalık" için .67 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test sonucu hesaplanan toplam puanın güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için .80 olarak bulunmuştur. Alt boyutlarda güvenirlik katsayısı "sosyal bilgi süreci" için .68, "sosyal beceriler" için .81 ve "sosyal farkındalık" için .95 olarak hesap edilmiştir (Doğan, 2006).

Çalışma örneklemi kapsamında Tromso Sosyal Zekâ Ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği(YYDÖ): Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği (YYDÖ) Kaba ve arkadaşları tarafından 2018 yılında geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak geliştirilmiştir. Yetişkinlerin yaşam doyumu düzeylerini belirlemek ve yaşamları üzerine detaylı bilgi toplayabilmek için 21 maddelik öz bildirim tipi bir ölçek olarak hazırlanmıştır. Genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumu olmak üzere beş alt boyut ile yetişkin yaşam doyumu düzeyini belirlemeyi amaçlar. Genel yaşam doyumu 6, ilişki doyumu 5, benlik doyumu 4, sosyal çevre doyumu 3 ve iş doyumu 3 maddeden oluşmaktadır (Kaba, Erol ve Güç, 2018). YYDÖ için beşli likert tipi bir cevap anahtarı hazırlanmıştır. Ölçek genelinden toplamen düşük 21 en yüksek 105 puan alınabilmektedir. Puanın yüksekliği katılımcının kendi yaşamıyla ilgili olumlu görüşüne işaret eder.

YYDÖ'nün ölçüt geçerlik çalışmaları sonucu Cronbach-alpha iç tutarlılık katsayısı .90, toplam 21 maddenin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .89 olarak ölçümlenmiştir. Alt boyutların cronbach alfa katsayıları incelendiğinde, genel yaşam alt boyutu 0.849, ilişki doyumu 0.849, benlik doyum 0.774, sosyal çevre doyumu 0.737, iş doyumu 0.867 olarak belirlenmiştir.

YYDÖ'nün güvenirliğini belirlemek için test-tekrar test yöntemiyle korelasyon katsayısı r = .891 (p <.01) olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre YYDÖ'nün bir ölçek için gerekli olan iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirlik kriterlerini sağladığı söylenebilir. YYDÖ'nün toplam madde korelasyonlarının .41 ile .67 arasında değiştiği ve tüm maddeler için t değerlerinin anlamlı (p <.05) olduğu görülmektedir (Kaba ve ark., 2018).

Çalışma örneklemi kapsamında Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Çalışmanın nicel boyutuna yönelik olarak ölçme araçlarının uygulanması sonucunda elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programıyla analiz edilmiştir. Araştırmada parametrik ve non-parametrik yöntem seçiminin yapılabilmesi için ölçeklerin toplam puan ve alt boyut puanlarının normal dağılıma uyup uymadığı belirlenmiştir.

Normallik analizi sonucu ve uygulanacak testler Tablo 3.2'de verilmiştir.

Tablo 3.2. Sosyal Zekâ ve Yaşam Doyumu Alt Boyut Puanlarına Ait Normallik Sınaması Sonuçları

						Çarpıklık		Basıklık	
	N	Min.	Max.	Ort.	SS	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Sosyal Bilgi Süreci	511	16.00	36.00	23.67	3.16	.599	.108	.976	.216
Sosyal Beceri	511	11.00	27.00	19.25	2.22	-.388	.108	.676	.216
Sosyal Farkındalık	511	9.00	30.00	17.96	3.11	.118	.108	.679	.216
Genel Yaşam Doyumu	511	6.00	30.00	19.63	4.41	-.590	.108	.356	.216
İlişki Doyumu	511	5.00	25.00	20.65	3.20	-.978	.108	1.897	.216
Benlik Doyumu	511	6.00	20.00	15.89	2.66	-.751	.108	.992	.216
Sosyal Çevre Doyumu	511	3.00	15.00	9.64	2.78	-.319	.108	-.114	.216
İş Doyumu	511	3.00	15.00	9.22	3.17	-.264	.108	-.629	.216

Normallik testinde Çarpıklık değerlerinin (-1) ila (+1) ve Basıklık değerlerinin (-3) ile (+3) aralığında olması beklenmektedir. Bu koşulun yerine geldiği durumlarda verilerin normal dağılıma sahip olduğu varsayılır. (Alpar, 2020). Tablo 3.2'de, elde edilen çarpıklık ve basıklık değerlerine göre, sosyal zekâ yetişkin yaşam doyumu puanlarının normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bundan dolayı normallik dağılımı gerektiren Bağımsız Grup T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Pearson Korelasyon Katsayısı, Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi ve Çoklu Regresyon Analizinden yararlanılmıştır. ANOVA sonucun anlamlı bulunması durumunda farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek üzere post hoc tekniklerinden Tukey'den yararlanılmıştır.

Tanımlayıcı özelliklerin belirlenmesinde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma istatistikleri kullanılmıştır. Yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve aylık gelir durumu bağımsız değişkenleri için frekans ve yüzdeden; sosyal bilgi süreci, sosyal beceri, sosyal farkındalık, genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu, iş doyumu alt boyutları normallik analizleri, ANOVA ve Bağımsız Grup t Testi sırasında ortalama ve standart sapmadan yararlanılmıştır.

Cinsiyet bağımsız değişkeninin Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarına ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarına etkisine bakmak için Bağımsız Grup t Testi kullanılmıştır.

Yaş, eğitim düzeyi, aylık gelir durumu değişkenlerinin Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarına ve Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarına etkisine bakmak için her bir değişken için ayrı olmak üzere ANOVA uygulanmıştır.

Sosyal zekâ ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için sosyal bilgi süreci, sosyal beceri, sosyal farkındalık, genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu, iş doyumu alt boyutlarına Pearson Çarpım Moment Korelasyon analizi uygulanmıştır.

Sosyal bilgi süreci, sosyal beceri, sosyal farkındalık alt boyutlarının genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu, iş doyumu alt boyutlarını yordama düzeylerini belirlemek adına Çoklu Regresyon Analizinden yararlanılmıştır.

Korelasyon katsayısı ise "0.00: İlişki yok", "0.01-0.29: Düşük düzeyde ilişki", "0.30-0.70: Orta düzeyde ilişki", "0.71-0.99: Yüksek düzeyde ilişki", "1.00: Mükemmel ilişki" şeklinde değerlendirilmiştir (Büyüköztürk vd., 2014).

BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR

Araştırmanın bu bölümünde, örneklem grubuna ait demografik bilgilerin açıklanması ve elde edilen verilerin uygun istatistiksel yöntem ile analizi sonucunda ortaya çıkan bulgulara ve bu bulgulara yönelik yorumlara yer verilmiştir.

4. 1. Bulgular

4.1.1. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Puanlarına Ait Bulgular

Tablo 4.1. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanları ile Yaş Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Grup Farkları
Sosyal bilgi süreci	20 yaş ve altı	43	26.88	4.37	2.797	0.040	21-29 yaş> 20 yaş ve altı
	21-29 yaş	393	28.79	4.43			
	30-39 yaş	59	28.00	4.79			
	40 yaş ve üzeri	16	27.75	5.18			
	Toplam	511	28.51	4.52			
Sosyal beceri	20 yaş ve altı	43	22.28	2.95	0.747	0.524	
	21-29 yaş	393	22.79	3.06			
	30-39 yaş	59	22.51	2.84			
	40 yaş ve üzeri	16	22	4.07			
	Toplam	511	22.69	3.06			
Sosyal farkındalık	20 yaş ve altı	43	25.21	2.97	1.374	0.250	
	21-29 yaş	393	26.07	3.35			
	30-39 yaş	59	25.39	3.45			
	40 yaş ve üzeri	16	25.75	4.67			
	Toplam	511	25.91	3.38			

Tablo 4.1'de sosyal zekâ alt boyut puanları ile yaş arasında istatistiksel olarak bir ilişki olup olmadığını belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda yaş değişkenine göre sosyal bilgi süreci puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). ANOVA sonrasında farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için post hoc testlerinden Tukey testi uygulanmış ve 21-29

yaş arası katılımcıların (28.79) 20 yaş ve altı (26.88) katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Yaş değişkenine göre sosyal beceri puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak 20 yaş ve altı, 21-29 yaş arası, 30-39 yaş arası ve 40 yaş ve üzeri katılımcıların sosyal beceri ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Yaş değişkenine göre sosyal farkındalık puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak 20 yaş ve altı, 21-29 yaş arası, 30-39 yaş arası ve 40 yaş ve üzeri katılımcıların sosyal farkındalık ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Tablo 4.2. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Sosyal Bilgi Süreci	Erkek	225	29.20	4.7	3.082	0.002
	Kadın	286	27.97	4.3		
Sosyal Beceri	Erkek	225	22.64	3.08	-0.316	0.752
	Kadın	286	22.73	3.05		
Sosyal Farkındalık	Erkek	225	26.32	3.23	2.465	0.014
	Kadın	286	25.58	3.47		

Tablo 4.2'de sosyal zekâ alt boyut puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız grup t testi uygulanmış ve test sonucunda; cinsiyet değişkenine göre sosyal bilgi süreci puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Böylece erkek katılımcıların (29.20) kadın (27.97) katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu görülmektedir.

Cinsiyet değişkenine göre sosyal beceri puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak kadın ve erkek katılımcıların arasında sosyal beceri ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Cinsiyet değişkenine göre sosyal farkındalık puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<05,$). Böylece erkek katılımcıların (26.32)

kadın (25.58) katılımcılardan daha yüksek sosyal farkındalığa sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 4.3. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Grup Farkları
Sosyal Bilgi Süreci	Lise ve altı	57	26.75	5.12	3.783	0.011	**Lisans>**
	Ön lisans	69	28.36	5.04			**Lise ve altı**
	Lisans	337	28.71	4.24			**Lisansüstü>**
	Lisansüstü	48	29.40	4.49			**Lise ve altı**
	Toplam	511	28.51	4.52			
Sosyal Beceri	Lise ve altı	57	22.40	3.47	0.756	0.519	
	Ön lisans	69	22.71	3.91			
	Lisans	337	22.66	2.77			
	Lisansüstü	48	23.27	3.13			
	Toplam	511	22.69	3.06			
Sosyal Farkındalık	Lise ve altı	57	25.07	3.42	1.598	0.189	
	Ön lisans	69	25.93	3.73			
	Lisans	337	25.97	3.23			
	Lisansüstü	48	26.44	3.79			
	Toplam	511	25.91	3.38			

Tablo 4.3'te sosyal zekâ alt boyut puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda eğitim durumu değişkenine göre sosyal bilgi süreci puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). ANOVA sonrasında farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için post hoc testlerinden Tukey testi uygulanmış ve lisans mezunu (28.71) ve lisansüstü (29.40) katılımcıların lise ve altı (26.75) mezunu katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu görülmektedir.

Eğitim durumu değişkenine göre sosyal beceri puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak lise ve altı, ön lisans, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcıların sosyal beceri ortalamalarına göre benzer olduğu görülmektedir.

Eğitim durumu değişkenine göre sosyal farkındalık puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Ancak lise ve altı, ön lisans, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcıları arasında sosyal farkındalık ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Tablo 4.4. Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Durumu Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\overline{X}$	SS	F	p	Grup Farkları
Sosyal Bilgi Süreci	2500 TL ve altı	27.88	4.47	27.88	5.170	0.006	2501-5000 TL arası> 2500 TL ve altı
	2501-5000 TL arası	29.09	4.21	29.09			5000 TL ve üstü> 2500 TL ve altı
	5000 TL ve üstü	29.26	5.04	29.26			
	Toplam	28.51	4.52	28.51			
Sosyal Beceri	2500 TL ve altı	22.34	3.18	22.34	4.070	0.018	2501-5000 TL arası> 2500 TL ve altı
	2501-5000 TL arası	23.19	2.66	23.19			
	5000 TL ve üstü	22.76	3.34	22.76			
	Toplam	22.69	3.06	22.69			
Sosyal Farkındalık	2500 TL ve altı	25.42	3.43	25.42	5.422	0.005	2501-5000 TL arası> 2500 TL ve altı
	2501-5000 TL arası	26.45	3.08	26.45			
	5000 TL ve üstü	26.27	3.64	26.27			
	Toplam	25.91	3.38	25.91			

Tablo 4.4'te sosyal zekâ alt boyut puanlarının aylık gelir durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda eğitim durumu değişkenine göre sosyal bilgi süreci puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). ANOVA sonrasında farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için post hoc testlerinden Tukey testi uygulanmış ve 2501-5000 TL arası ve 5000 TL ve üstü gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı

gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu görülmektedir.

Aylık gelir durumu değişkenine göre sosyal beceri puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Böylece 2501-5000 TL arası gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal beceriye sahip olduğu görülmektedir.

Aylık gelir durumu değişkenine göre sosyal farkındalık puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0,05). Böylece 2501-5000 TL arası gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal farkındalığa sahip olduğu görülmektedir.

4.1.2. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarına Ait Bulgular

Tablo 4.5. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Yaş Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Genel yaşam doyumu	20 yaş ve altı	43	20.6	3.53	1.005	0.390
	21-29 yaş	393	19.55	4.44		
	30-39 yaş	59	19.27	4.95		
	40 yaş ve üzeri	16	20.31	3.4		
	Toplam	511	19.63	4.41		
İlişki doyumu	20 yaş ve altı	43	20.63	2.99	0.001	1.000
	21-29 yaş	393	20.65	3.28		
	30-39 yaş	59	20.64	2.98		
	40 yaş ve üzeri	16	20.69	2.75		
	Toplam	511	20.65	3.2		
Benlik doyumu	20 yaş ve altı	43	16.12	2.16	0.51	0.676
	21-29 yaş	393	15.88	2.74		
	30-39 yaş	59	16	2.57		
	40 yaş ve üzeri	16	15.19	2.2		
	Toplam	511	15.89	2.66		
Sosyal çevre doyumu	20 yaş ve altı	43	9.88	2.68	0.779	0.506
	21-29 yaş	393	9.55	2.78		
	30-39 yaş	59	10.08	2.79		
	40 yaş ve üzeri	16	9.44	2.92		
	Toplam	511	9.64	2.78		
İş doyumu	20 yaş ve altı	43	9.21	3	0.951	0.416
	21-29 yaş	393	9.12	3.22		
	30-39 yaş	59	9.85	2.95		
	40 yaş ve üzeri	16	9.5	3.14		
	Toplam	511	9.22	3.17		

Tablo 4.5'te yetişkin yaşam doyumu alt boyut puanlarının yaşa göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda yaş değişkenine göre yetişkin yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Ancak 20 yaş ve altı, 21-29 yaş, 30-39 yaş ve 40 yaş katılımcıların yetişkin yaşam doyumu ortalamalarına göre benzer olduğu görülmektedir.

Tablo 4.6. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Genel Yaşam Doyumu	Erkek	225	19.60	4.49	-.108	.914
	Kadın	286	19.65	4.35		
İlişki Doyumu	Erkek	225	20.45	3.40	-1.259	.209
	Kadın	286	20.81	3.03		
Benlik Doyumu	Erkek	225	15.85	2.81	-.294	.769
	Kadın	286	15.92	2.54		
Sosyal Çevre Doyumu	Erkek	225	9.52	2.83	-.837	.403
	Kadın	286	9.73	2.74		
İş Doyumu	Erkek	225	9.07	3.18	-.949	.343
	Kadın	286	9.34	3.16		

Tablo 4.6'da yetişkin yaşam doyumu alt boyut puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız grup t testi uygulanmış ve test sonucunda; cinsiyet değişkenine göre yetişkin yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Ancak kadın ve erkek katılımcıların yetişkin yaşam doyumu ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Tablo 4.7. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Genel Yaşam Doyumu	Lise ve altı	57	19.18	4.80	.256	.857
	Ön lisans	69	19.58	4.95		
	Lisans	337	19.69	4.33		
	Lisansüstü	48	19.83	3.70		
	Toplam	511	19.63	4.41		
İlişki Doyumu	Lise ve altı	57	20.49	3.43	.130	.942
	Ön lisans	69	20.71	3.41		
	Lisans	337	20.69	3.07		
	Lisansüstü	48	20.46	3.57		
	Toplam	511	20.65	3.20		
Benlik Doyumu	Lise ve altı	57	16.04	2.30	.546	.651
	Ön lisans	69	16.10	2.84		
	Lisans	337	15.88	2.70		
	Lisansüstü	48	15.50	2.55		
	Toplam	511	15.89	2.66		
Sosyal Çevre Doyumu	Lise ve altı	57	9.54	2.95	.040	.989
	Ön lisans	69	9.67	2.64		
	Lisans	337	9.66	2.70		
	Lisansüstü	48	9.56	3.33		
	Toplam	511	9.64	2.78		
İş Doyumu	Lise ve altı	57	9.12	3.39	1.553	.200
	Ön lisans	69	8.93	3.51		
	Lisans	337	9.17	3.03		
	Lisansüstü	48	10.13	3.29		
	Toplam	511	9.22	3.17		

Tablo 4.7'de yetişkin yaşam doyumu alt boyut puanlarının eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda eğitim düzeyi değişkenine göre yetişkin yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak lise ve altı, ön lisans, lisans ve lisansüstü mezunu katılımcıların yetişkin yaşam doyumu ortalamalarına göre bir benzerlik olduğu görülmektedir.

Tablo 4.8. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Aylık Gelir Durumu Değişkenine Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan ANOVA Sonuçları

Değişken	Grup	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Genel Yaşam Doyumu	2500 TL ve altı	257	19.86	4.42	1.124	.326
	2501-5000 TL arası	172	19.22	4.60		
	5000 TL ve üstü	82	19.76	3.94		
	Toplam	511	19.63	4.41		
İlişki Doyumu	2500 TL ve altı	257	20.72	3.30	.164	.849
	2501-5000 TL arası	172	20.63	3.20		
	5000 TL ve üstü	82	20.49	2.89		
	Toplam	511	20.65	3.20		
Benlik Doyumu	2500 TL ve altı	257	15.90	2.56	.204	.815
	2501-5000 TL arası	172	15.96	2.81		
	5000 TL ve üstü	82	15.73	2.66		
	Toplam	511	15.89	2.66		
Sosyal Çevre Doyumu	2500 TL ve altı	257	9.45	2.84	1.202	.301
	2501-5000 TL arası	172	9.81	2.75		
	5000 TL ve üstü	82	9.87	2.66		
	Toplam	511	9.64	2.78		
İş Doyumu	2500 TL ve altı	257	9.05	3.08	.758	.469
	2501-5000 TL arası	172	9.41	3.32		
	5000 TL ve üstü	82	9.35	3.14		
	Toplam	511	9.22	3.17		

Tablo 4.8'de yetişkin yaşam doyumu alt boyut puanlarının aylık gelir durumuna göre farklılık gösterip gösteremediğini belirlemek için ANOVA uygulanmış ve test sonucunda aylık gelir durumu değişkenine göre yetişkin yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak aylık geliri 2500 TL ve altı, 2501-5000 TL arası ve 5000 TL ve üstü olan katılımcıların yetişkin yaşam doyumu ortalamalarına göre benzer olduğu görülmektedir.

4.1.3. Sosyal Zekâ İle Yetişkin Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin Belirlenmesine Ait Bulgular

Tablo 4.9. Tromso Sosyal Zekâ Alt Boyut Puanları ile Yetişkin Yaşam Doyumu Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Sosyal Bilgi Süreci	-							
2. Sosyal Beceri	**.638****	-						
3. Sosyal Farkındalık	**.698****	**.661****	-					
4.Genel Yaşam Doyumu	***.265*****	***.322*****	***.253*****	-				
5. İlişki Doyumu	***.287*****	***.440*****	***.352*****	**.442****	-			
6. Benlik Doyumu	***.330*****	***.434*****	***.350*****	**.509****	**.444****	-		
7.Sosyal Çevre Doyumu	***.122*****	***.248*****	***.126*****	**.345****	**.309****	**.269****	-	
8. İş Doyumu	***.172*****	***.176*****	***.091****	**.444****	**.292****	**.304****	**.264****	-

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

Tablo 4.9'da sosyal zekâ ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için korelasyon analizi uygulanmış ve test sonucunda;

Sosyal bilgi süreci ile genel yaşam doyumu arasında düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.265. p<.01), ilişki doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.287. p<.01), benlik doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki (r=.330. p<.01), sosyal çevre doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.122. p<.01) ve iş doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.172. p<.01) olduğu belirlenmiştir.

Sosyal beceri ile genel yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif ilişki (r=.322. p<.01), ilişki doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki (r=.440. p<.01), benlik doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki (r=.434. p<.01), sosyal çevre doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.248. p<.01) ve iş doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.176. p<.01) olduğu belirlenmiştir.

Sosyal farkındalık ile genel yaşam doyumu arasında düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.253. p<.01), ilişki doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki (r=.352. p<.01), benlik doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki (r=.350. p<.01), sosyal çevre doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.126. p<.01) ve iş doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki (r=.091 p<.05) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.10. Genel Yaşam Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH_B	β	***t***	***P***
Sabit	8.236	1.545		5.332	0.000
Sosyal Bilgi Süreci	0.086	0.061	0.088	1.42	0.156
Sosyal Beceri	0.358	0.085	0.248	4.196	0.000
Sosyal Farkındalık	0.036	0.083	0.028	0.437	0.662
R = .332 R^2 = .110					
$F_{(3.\ 507)}$ = 20.961 p = .000					

Tablo 4.10 incelendiğinde yordayıcı değişken olarak belirlenen tüm değişkenlerin birlikte genel yaşam doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı (p <.05) ve sosyal zekâ becerilerinin genel yaşam doyumu varyansın yaklaşık %11'ini açıkladığı gözlenmektedir. İlgili Beta değerleri incelendiğinde ise genel yaşam doyumunun yordayıcısının sosyal beceri (β =.248) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.11. İlişki Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH_B	β	***t***	***P***
Sabit	9.264	1.062		8.721	0.000
Sosyal Bilgi Süreci	-0.037	0.042	-0.052	-0.884	0.377
Sosyal Beceri	0.404	0.059	0.385	6.879	0.000
Sosyal Farkındalık	0.127	0.057	0.133	2.212	0.027
R = .449 R^2 = .202					
$F_{(3.\ 507)}$ = 42.685 p = .000					

Tablo 4.11 incelendiğinde yordayıcı değişken olarak belirlenen tüm değişkenlerin birlikte ilişki doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı (p <.05) ve sosyal zekâ becerilerinin ilişki doyumu varyansın yaklaşık %20.2'sini açıkladığı gözlenmektedir. İlgili Beta değerleri incelendiğinde ise ilişki doyumunun yordayıcısının sosyal beceri (β =.385) ve sosyal farkındalık (β =.133) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.12. Benlik Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH_B	β	*t*	*P*
Sabit	6.598	0.873		7.561	0.000
Sosyal Bilgi Süreci	0.029	0.034	0.05	0.845	0.399
Sosyal Beceri	0.296	0.048	0.345	6.134	0.000
Sosyal Farkındalık	0.068	0.047	0.087	1.437	0.151
$R = .443$ $R^2 = .196$					
$F_{(3.\ 507)} = 41.268$ $p = .000$					

Tablo 4.12 incelendiğinde yordayıcı değişken olarak belirlenen tüm değişkenlerin birlikte benlik doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı (p <.05) ve sosyal zekâ becerilerinin benlik doyumu varyansın yaklaşık %19.6'sını açıkladığı gözlenmektedir. İlgili Beta değerleri incelendiğinde ise benlik doyumunun yordayıcısının sosyal beceri (β =.345) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.13. Sosyal Çevre Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH_B	β	*t*	*P*
Sabit	5.093	0.994		5.123	0.000
Sosyal Bilgi Süreci	-0.024	0.039	-0.038	-0.605	0.545
Sosyal Beceri	0.277	0.055	0.305	5.033	0.000
Sosyal Farkındalık	-0.04	0.054	-0.048	-0.743	0.458
$R = .255$ $R^2 = .065$					
$F_{(3.\ 507)} = 11.741$ $p = .000$					

Tablo 4.13 incelendiğinde yordayıcı değişken olarak belirlenen tüm değişkenlerin birlikte sosyal çevre doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı (p <.05) ve sosyal zekâ becerilerinin sosyal çevre doyumu varyansın yaklaşık %6.5'ini açıkladığı gözlenmektedir. İlgili Beta değerleri incelendiğinde ise sosyal çevre doyumunun yordayıcısının sosyal beceri (β =.305) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.14. İş Doyumunun Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH_B	β	t	P
Sabit	5.35	1.147		4.664	0.000
Sosyal Bilgi Süreci	0.111	0.045	0.158	2.464	0.014
Sosyal Beceri	0.162	0.063	0.157	2.554	0.011
Sosyal Farkındalık	-0.115	0.062	-0.123	-1.87	0.062
$R = .209$ $R^2 = .044$					
$F_{(3.\ 507)} = 7.689$ $p = .000$					

Tablo 4.14 incelendiğinde yordayıcı değişken olarak belirlenen tüm değişkenlerin birlikte iş doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı (p <.05) ve sosyal zekâ becerilerinin iş doyumu varyansın yaklaşık %4.4'ünü açıkladığı gözlenmektedir. İlgili Beta değerleri incelendiğinde ise iş doyumunun yordayıcısının sosyal bilgi süreci (β =.158) ve sosyal beceri (β =.157) olduğu görülmektedir.

4.2. Tartışma ve Yorumlar

Yapılan bu çalışmada, sosyal zekâ alt boyut puanları ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Buna göre 21-29 yaş arası katılımcıların 20 yaş ve altı katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir. Kul (2020) ve Berk (2016)'in yaptığı çalışmalarda ise farklı olarak yaşa göre sosyal zekâ ve boyutları değerlendirildiğinde ölçek genelinde ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Yapılan bu çalışmada erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir. Oysa Berk (2016)'in çalışmasında sosyal zekâ düzeyi boyutlarından sosyal bilgi süreci ile cinsiyetler arasında anlamlı ilişkinin olmadığı görülmüştür. Aynı şekilde Bedel vd. (2019)'nin çalışmasında da sosyal zekâ ölçeğinde sosyal bilgi süreci alt boyutunda cinsiyetler arasında istatiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşma olmadığı görülmektedir. Bu çalışmada ise erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal farkındalığa sahip olduğu tespit edilmiştir. Konuya ilgili yapılan bazı çalışmalarda ise sosyal zekâ düzeyi boyutlarından sosyal farkındalık ile cinsiyet arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır (Gnanadevan, 2011; Berk, 2016; Al-Makahleh ve Ziadat, 2012; Kazu, 2019; Bingöl ve Demir, 2011;

Bedel vd., 2019). Genel olarak literatür incelendiğinde birçok araştırmada cinsiyet değişkeni açısından kişilerin sosyal zekâ düzeylerinde anlamlı değişimlerin olmadığı görülmektedir (Yazıcı ve Yıldırım, 2017; Çetinkaya vd., 2016; Kahya ve Ceylan, 2017; Doğan vd., 2009). Bu durumda sosyal zekâ düzeylerinde kadın veyahut erkek katılımcılarda herhangi farklı bir duruma sebebiyet vermediği her iki cins için de aynı sonuçların çıktığını söylemek mümkündür. Sosyal zekâ ile ilgili yapılan diğer araştırmaların örnekleminin genellikle öğrencilerden oluşması sebebiyle (Yazıcı ve Yıldırım, 2017) konuyla ilgili karşılaştırma yapılamamıştır. Çalışmada erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi süreci ve sosyal farkındalığa sahip olduğu saptanmıştır. Sosyal beceri, diğer insanlar ile anlaşmak ve sosyal ortamlara uyum sağlamak; sosyal farkındalık ise bireyin sosyal ortamın farkında olması ve bu ortama uygun davranışlar sergilemek şeklinde değerlendirildiğinde erkeklerin kadınlardan daha yüksek sosyal bilgi süreci ve sosyal farkındalığının olma durumunu, kadınların üzerindeki toplumsal baskıyla yorumlamak mümkündür.

Sosyal zekâ alt boyut puanlarında eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Buna göre lisans mezunu ve lisansüstü katılımcıların lise ve altı mezunu katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir. Sosyal beceri ve sosyal farkındalık algısının farklı eğitim düzeylerinde benzer olduğu tespit edilmiştir. Abul (2015) yaptığı çalışmada, eğitim durumu ön lisans ve öncesi olanların sosyal zekâ puanlarının, lisans ve lisansüstü/doktora olanlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Albrecht (2006) ve Jeloudar ve Goodarzi (2012) ise yaptıkları çalışmalarda lisans ve yüksek lisans derecesine sahip olan bireylerin sosyal zekâ düzeylerinin, daha düşük öğrenim düzeyinde olan bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumunun sosyal zekâ üzerinde etkili olmadığının saptandığı çalışmalar da bulunmaktadır (Yazıcı ve Yıldırım, 2017; Wessel vd., 2008; Ülker, 2016). Bu durumda sosyal zekânın eğitim ile yakından ilgisi olduğunu söylemek mümkündür. Bireyin aldığı eğitimler, eğitim esnasında öğrendikleri ve eğitim aldığı çevre sosyal zekânın gelişmesi açısından önemlidir.

Sosyal beceri, insan ilişkileriyle ilgili olarak sözlü/sözsüz mesajları anlayabilme, empati kurabilme, açık mesajların ötesinde gizli mesajları da okuyabilme becerilerini ölçmektedir. Ölçeğin sosyal farkındalık alt boyutunda da ortama, yere ve zamana uygun olarak etkili bir şekilde davranma becerisi ölçülmektedir. Araştırmada, lisans mezunu

ve lisansüstü katılımcıların lise ve altı mezunu katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda eğitimin insanların hayatını yakından etkilediği özellikle toplumsal ilişkilerin şekillenmesi açısında önemli olduğu görülmektedir. Sosyal beceri ve sosyal farkındalık eğitim ile birlikte artmaktadır.

Yapılan bu araştırmada, sosyal zekânın aylık gelir durumuna göre farklılık gösterip gösteremediğini belirlemek için uygulanan test sonucunda grupların arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Sosyal beceri ve sosyal farkındalığın artmasını sağlayan bir diğer unsur da maddi durumdur. Öyle ki araştırmada tespit edilen önemli sonuçlardan biri de 2501-5000 TL arası ve 5000 TL ve üstü gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olmalarıdır. Ayrıca, 2501-5000 TL arası gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal beceri ve sosyal farkındalığa sahip oldukları saptanmıştır. Bu durumda maddi kazancın toplumsal ilişkileri yakından etkilediği söylenebilir.

Yapılan bu çalışmada yaşam doyumunun yaş değişkenine göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Benzer sonuçların elde edildiği çalışmalar bulunmaktadır (Değer, 2017). Tam tersi sonuçlara ulaşılan çalışmaların da olduğunu belirtmek gerekir (Geneci, 2019; Yüksel vd., 2020). Clemente ve Sauer (1976), yaptığı çalışmada yaşlı grubun gençlere göre daha doyumlu olduğunu saptamış ve bu durumu "Yaşlanma ile birlikte belli bir doyuma ulaşma daha yerleşik hale gelmektedir" şeklinde yorumlamıştır (akt. Gümüş, 2006). Bu durumda yaşam doyumunun tecrübeyle ilişkisi olduğunu söylemek mümkündür. Yaş değişkeninde farklı sonuçlara ulaşılmasının nedeni evren ve örneklem seçimi olabileceği gibi yaşanan olay ve olgular, edinilen tecrübe deneyimlerle de ilgili olabilmektedir.

Yapılan çalışmada kadın ve erkek katılımcıların yaşam doyumunun benzer olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkekler arasında, yaşam doyumu düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu görülen çalışmalar bulunmaktadır (Aydıner, 2011; Değer, 2017; Yüksel vd., 2020; Dost, 2007; Gümüş, 2006). Yüksel vd. (2020) yaptıkları araştırmada erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık tespit edilirken; Gümüş (2006) ve Dost (2007), kadınların lehine fark olduğunu saptamıştır. Yapılan çalışmada farklı eğitim düzeylerinde yaşam doyumunun benzer olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin yaşam doyumu düzeyi açısından eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar olduğu tespit

edilen çalışmalar bulunmaktadır (Değer, 2017; Yavuzçehre ve Torlak, 2008; Dal, 2015; Batan, 2016). Dal (2015), çalışmasında üniversite ve üzerinde eğitimi olan bireylerin yaşam doyumlarının, diğer bireylere göre yüksek olduğunu saptamıştır. Bu durum toplumun eğitim düzeyi beklentisinin üniversite mezuniyeti yönünde olması ve bireyin bu beklentiyi karşılamış olmasıyla dışsal bir motivasyon ve doyum sağlayabileceğini düşündürmektedir. Öte yandan kişilerin artan eğitim düzeyiyle dünyaya ve kendine bakış açısında kazandığı beceri ve birikimlerinin de yaşam doyumu düzeylerini arttırdığı söylenebilir. Yapılan bu çalışmada, farklı gelir düzeylerinde yaşam doyumunun benzer olduğu tespit edilmiştir. Yaşam doyumu düzeylerinin hane aylık gelir düzeyine göre anlamlı olarak farklılık tespit edilen araştırmalara rastlanmaktadır (Erdinç, 2018; Ünal vd., 2001; Geneci, 2019). Ünal vd. (2001)'ın çalışmasında yaşam doyumunun aylık maaşını yeterli bulanların bulmayanlara göre daha fazla olduğu bulunmuştur. İnsanların aldıkları maaş oranlarıyla birlikte değişen yaşam standartlarının yaşam doyumunu etkilemesi olağandır. Yaşam standartları artan bireyler hayatlarından keyif alacaklar ve bu durum çalıştıkları ortama da olumlu olarak yansıyacaktır.

Yapılan çalışmada sosyal zekâ ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Buna göre sosyal bilgi süreciyle genel yaşam doyumu arasında düşük düzeyde pozitif ilişki, ilişki doyumuyla düşük düzeyde pozitif ilişki, benlik doyumuyla orta düzeyde pozitif ilişki, sosyal çevre doyumuyla düşük düzeyde pozitif ilişki ve iş doyumuyla düşük düzeyde pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sosyal beceriyle genel yaşam doyumu arasında orta düzeyde pozitif ilişki, ilişki doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki, benlik doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki, sosyal çevre doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki ve iş doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Sosyal farkındalık ile genel yaşam doyumu arasında düşük düzeyde pozitif ilişki, ilişki doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki, benlik doyumu ile orta düzeyde pozitif ilişki, sosyal çevre doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki ve iş doyumu ile düşük düzeyde pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Alanyazın incelendiğinde sosyal zekâ ve yaşam doyumu kavramlarının birlikte değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan çalışmaların genellikle duygusal zekâ (Yurdakavuştu, 2012; Yaylacı, 2008; Fazlıoğlu, 2018; Dal, 2015) üzerine yapıldığı gözlemlenmiştir.

Yapılan çalışmada sosyal zekâ ve yaşam doyumu arasında nasıl bir ilişki olduğunu açıklamak üzere regresyon analizi uygulanmıştır. Sosyal zekâ bağımsız değişkenlerinin yaşam doyumu bağımlı değişkenleri üzerindeki yordama gücü ortaya konmuştur. Yordayıcı değişken olarak belirlenen değişkenlerin yani sosyal zeka alt boyutlarının (sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık, sosyal beceri) tümüyle birlikte genel yaşam doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ve sosyal zekâ becerilerinin genel yaşam doyumu varyansının yaklaşık %11'ini açıkladığı gözlenmiştir. Genel yaşam doyumunun yordayıcı değişkeninin sosyal beceri olduğuna ulaşılmıştır. Sosyal beceriler, sosyal çevreye uyum sağlamak ve uygun iletişim yollarının kullanılarak oluşabilecek çatışmalarla başa çıkabilme becerileri olarak ifade edildiğinde insan yaşamındaki yeri yadsınamaz. Öyle ki sosyal beceriler, başkalarıyla etkileşim ve başkalarını gözleme yoluyla gelişmekte ve insanların uyumlu bir yaşam için gereken sosyal becerileri öğrenmesi beklenmektedir. Kişinin beklentilerinin, gerçek durumlarla kıyaslanmasıyla ortaya çıkan sonuç da yaşam doyumunu ifade etmektedir. Özetle, bireylerin günlük yaşam etkileşimlerinde kullanılan sözel ve sözel olmayan tüm davranışları ifade eden sosyal becerilerin yaşam doyumunu belirleme konusunda önemli rolü olduğu görülmektedir.

Ayrıca sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık, sosyal beceri yordayıcı değişkenlerinin tümünün birlikte ilişki doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ve sosyal zekâ becerilerinin ilişki doyumu varyansının yaklaşık %20.2'sini açıkladığı gözlenmiştir. İlişki doyumunun yordayıcısının sosyal beceri ve sosyal farkındalık olduğu görülmüştür. Bununla birlikte sosyal farkındalık arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumu arttığı saptanmıştır. Sosyal farkındalık, bireyin içsel ve dışsal faktörler konusundaki farkındalığının oluşmasını sağlamaktadır. Sosyal beceriler ise başkalarıyla ilgili sezgileri oluşturan sosyal farkındalığın kullanılarak ne yapıldığıyla ilişkilidir. Farkındalık bir anlamda bireyin kendini, mutluluğunu, hazzını ve düşüncelerini ilgilendirdiğinden farkındalığın düşük veya yüksek olması yaşam doyumunu da etkilemektedir. Kendisiyle barışık olan bireyin enerjisi de yükseleceğinden yaşamdan daha fazla doyum alacağını söylemek mümkündür. Bireyin sosyal farkındalığının yükselmesiyle yaşamındaki acısının da sevincinin de farkında olması ve onları kabullenmesi beklenir. Bu kabullenme

sonucunda nasıl yaşayacağını öğrenen bireyin; yaşam doyumunun da yükselteceği düşünülmektedir.

Sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık, sosyal beceri yordayıcı değişkenlerinin tümünün birlikte benlik doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ve benlik doyumu varyansının yaklaşık %19.6'sını açıkladığı ortaya konmuştur. Benlik doyumunun yordayıcısının sosyal beceri olduğu görülmüştür. Bu durumda sosyal beceri ile benlik doyumu arasında güçlü bir bağın olduğunu söylemek mümkündür. Kişiyi o kişi yapan, başkalarından ayrılmasını sağlayan tutum, duygu ve davranışlarının örgütlenmiş bütünlüğünü ifade eden benlik; insanın kendini algılama ve kavrama biçimidir. Kişinin kendini nasıl gördüğüyle yakından ilgili olan benlik; kişinin kendisine verdiği değeri de tanımlamaktadır. Kendinden memnun olan bir kişinin benlik doyumunun yüksek olduğu düşünülürse sosyal becerilerinin de olumlu yönde gelişeceğini söylemek mümkündür.

Sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık, sosyal beceri yordayıcı değişkenlerin tümünün sosyal çevre doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ve sosyal zekâ becerilerinin sosyal çevre doyumu varyansının yaklaşık %6.5'ini açıkladığı görülmüştür. Sosyal çevre doyumunun yordayıcısının sosyal beceri olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Problem çözme, iletişim, karar verme, kendini yönetmek ve akran ilişkileri gibi diğerleri ile olumlu sosyal ilişkilerinin başlatılması ve sürdürülmesine izin veren sosyal beceriler; sosyal çevre doyumunu yakından etkilemektedir. İnsanların sosyal çevresi ile kurduğu ilişkilerden memnun olmaları, aile, arkadaş, iş ve özel hayatında bulunan kişilerle iyi geçinmesi sosyal çevre doyumlarını arttıracaktır. Sosyal çevre doyumu elde etmeleri için de sosyalleşmeyi bilmeleri ve çevrelerindeki insanlarla sağlıklı iletişim kurmaları önemlidir. Bu da sosyal beceriyi gerektirmektedir.

Sosyal bilgi süreci, sosyal farkındalık, sosyal beceri yordayıcı değişkenlerinin tümünün birlikte iş doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ve iş doyumu varyansının yaklaşık %4.4'ünü açıkladığı saptanmıştır. İş doyumunun sosyal bilgi süreci ve sosyal beceri değişkenleri tarafından yordandığına ulaşılmıştır. Bunun en önemli nedeni benliğin, kişiliğin bağımsız ve güçlü bir bölümünü oluşturmasıdır. Kişinin kimliğinin oluşturulması ve çevresinin üzerinde egemenlik kurma ihtiyacının tatmin edilmesi gibi hedefler doğrultusunda çalıştığını söylemek mümkündür. Diğer insanların düşünce ve duygularını anlamak, beden dillerini okumak, sözlü/sözsüz

mesajlarındaki gerçekleri görme becerisinin sosyal beceriyi oluşturduğu düşünüldüğünde; bireyin yaptığı işi sevmesi, işine karşı memnuniyet duyması ve çalışma arkadaşlarıyla olan iletişimin sağlıklı olması için önemli bir süreç olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada sosyal bilgi süreci arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumunun arttığı tespit edilmiştir. Sosyal bilgi sürecinin, insanların yaşamdan aldığı mutluluğu, ilişkiden aldığı doyumu, benlik, sosyal çevre ve iş yerindeki mutluluğu etkilediği görülmektedir. Bu durumda sosyal bilgi sürecinin insan hayatının her alanını yakından etkilediğini söylemek mümkündür.

BÖLÜM 5. SONUÇ

Araştırmanın bu bölümü sonuç ve öneriler başlıklarından oluşmaktadır.

5.1. Sonuç

Bu çalışma sosyal zekâ ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amacıyla yapılmıştır. Sosyal zekâ, insanlarla ilgilenme, başkalarının düşünce, duygu ve niyetlerini anlama ve kişilerin mizaç, duygu ve motivasyonları konusunda doğru yargıda bulunma yeteneklerini kapsamaktadır. Yaşam doyumu ise bir insanın beklentileri ve ne istediğiyle, elinde olanların yani neye sahip olduğunun karşılaştırılması sonucunda elde edilen sonuç ya da durum olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmanın hareket noktası sosyal zekâ ile yaşam doyumu arasında ilişkinin olduğunun düşünülmesidir. Ayrıca konuyla ilgili yapılan çalışmaların kısıtlılığı göz önüne alınmış ve alandaki boşluğun doldurulması hedeflenmiştir.

Sosyal zekâ ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? sorusundan hareketle yapılan bu çalışmada; 21-29 yaş arası katılımcıların 20 yaş ve altı katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip oldukları, erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi süreci ve sosyal farkındalığa sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca, lisans mezunu ve lisansüstü katılımcıların lise ve altı mezunu katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada 2501-5000 TL arası ve 5000 TL ve üstü gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi sürecine sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca 2501-5000 TL arası gelire sahip katılımcıların 2500 TL ve altı gelire sahip katılımcılardan daha yüksek sosyal beceri ve sosyal farkındalığa sahip oldukları saptanmıştır.

Sosyal bilgi süreci arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumunun arttığı tespit edilmiştir. Bunun yanında sosyal beceri arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumu da artmaktadır. Sosyal farkındalık arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumu artmaktadır.

Araştırmada genel yaşam doyumunun, benlik doyumunun ve sosyal çevre doyumunun yordayıcısı sosyal beceri olduğu; ilişki doyumunun yordayıcısı sosyal beceri ve sosyal farkındalık olduğu ve iş doyumunun yordayıcısının sosyal bilgi süreci ve sosyal beceri olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda sosyal becerisi yüksek kişilerin yaşamlarının her alanından memnun olacaklarını ve doyum düzeylerinin de yüksek olacağını söylemek mümkündür.

Araştırmaya başlamadan önce sosyal zekânın tüm alt boyutları ile yaşam doyumu alt boyutları arasında subjektif biçimde öngörülen ve araştırma motivasyonu olan pozitif bir ilişkinin varlığına çalışmanın sonucunda ulaşılan yordama verileri objektif bir ispat getirmiştir. Keza yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve aylık gelir durumuna göre sosyal zekâ alt boyutlarının farklılaşacağı düşünülmüş ve bulgular sonucunda anlamlı farklılık görülmüştür. Sosyal zekâ ve yaşam doyumu alt boyutları arasında pozitif yönlü orta ve zayıf düzeyde bir ilişkinin olduğuna, sosyal zeka düzeyi arttıkça yaşam doyumunun arttığına; sosyal zekânın yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığına ulaşılmıştır.

Yaşam doyumu alt boyutlarının da yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve aylık gelir durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşacağı düşünülürken bulgular bu yönde bir sonuç ortaya koymamıştır. Ancak yetişkin yaşam doyumu puanlarının farklı yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve aylık gelir durumlarında ortalamalar bazında benzer oldukları görülmüştür.

5.2. Öneriler

Araştırma sonucunda uygulamaya yönelik aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Çalışmada erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha yüksek sosyal bilgi süreci ve sosyal farkındalığa sahip olduğu saptanmıştır. Buna göre kadınların fırsat eşitlikleri ile ilgili eğitim, konferans ve konuyla ilgili toplumsal farkındalığın arttırılması sağlanmalıdır.
- Çalışmada eğitim düzeyinin sosyal beceri ve sosyal farkındalığı etkilediği görülmektedir. Eğitim arttıkça sosyal beceri ve sosyal farkındalık düzeyinin attığı saptanmıştır. Bu durumda eğitime ulaşılabilirliğinin arttırılması için yapılan çalışmaların genişletilmesi önerilmektedir.

- Çalışmada sosyal bilgi süreci arttıkça genel yaşam doyumu, ilişki doyumu, benlik doyumu, sosyal çevre doyumu ve iş doyumunun arttığı tespit edilmiştir. Bu durumda bireylerin kendilerini geliştirmeleri ve özellikle sosyal bilgi düzeylerini arttırmaları ve/veya bu yönde eğitim ve etkinliklerle okul, iş yerleri gibi alanlarda desteklenmeleri önerilmektedir.

Sosyal zekâ ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi amacıyla yapılan bu çalışma sonucunda araştırmaya yönelik aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Sosyal zekâ ve yaşam doyumuna ilişkin sonradan yapılacak araştırmalar; farklı coğrafi bölgelere genişletilmesi ve farklı araştırma yöntem ve teknikleri kullanılarak derinlemesine bilgi toplanması önerilmektedir.
- Ayrıca sosyal zekâ ve yaşam doyumunun değerlendirilmesine yönelik araştırmaların farklı örneklemler üzerinde yapılması, bu çalışmaların ışığında öğretim programlarının düzenlenmesi ve bu programların etkinliğinin değerlendirildiği deneysel çalışmaların yapılması önerilmektedir.
- 18 yaş altındakilere sosyal zekâ çalışmalarının yapılabilmesi için uygun ölçme araçlarının geliştirilmesi ve sosyal zekâ becerilerinin daha erken gelişim dönemlerinde uygun ölçüm, öğretim programları ve eğitimlerle desteklenmesi önerilmektedir.
- Türkiye'de bu konular üzerine yapılan teorik çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle farklı alanlarda, özellikle meslek gruplarının üzerinde sosyal zekânın yaşam doyumu üzerindeki etkisi konusunda akademik çalışmaların arttırılması önerilmektedir.

EK'LER

Ek-1
Tromso Sosyal Zeka Ölçeği

Aşağıda insanların kendileriyle ilgili düşünce ve duygularını ifade eden cümleler yer almaktadır. Bu ifadelerin size uygun oluş derecesine göre "***Tamamen uygun***" , "***Uygun***" , "***Biraz uygun***" , "***Uygun değil***" ,
"***Hiç uygun değil***" seçeneklerinden birisini işaretleyiniz.

	Maddeler	**Hiç Uygun Değil**	**Uygun Değil**	**Biraz Uygun**	**Uygun**	**Tamamen Uygun**
1	Diğer insanların davranışlarını önceden tahmin edebilirim.					
2	Çoğunlukla başkalarının seçimlerini anlamanın zor olduğunu hissederim.					
3	Davranışlarımın diğer insanlara ne hissettireceğini bilirim.					
4	Tanımadığım yeni insanların olduğu bir ortamda genellikle tedirginlik hissederim.					
5	İnsanlar yaptıkları şeylerle beni sık sık şaşırtırlar.					
6	Diğer insanların duygularını anlayabilirim.					
7	Sosyal ortamlara kolaylıkla uyum sağlarım.					
8	İnsanlar açıklama yapmama fırsat vermeden bana kızarlar.					
9	Başkalarının isteklerini anlarım.					
10	İnsanlarla ilk tanışmada ve yeni ortamlara girme konusunda iyiyimdir.					
11	Ne düşündüğümü söylediğimde insanlar genellikle benden rahatsız olmuş veya bana kızmış gibi görünürler.					
12	Başka insanlarla geçinebilmekte zorlanırım.					
13	İnsanları tahmin edilemez bulurum.					
14	Bir açıklama yapmalarına gerek duymadan insanların ne yapmaya çalıştıklarını çoğunlukla anlarım.					
15	Başkalarını iyice tanımam uzun zaman alır.					
16	Farkına varmadan çoğu kez başkalarını incitirim.					
17	Diğer insanların davranışlarıma nasıl tepki göstereceklerini tahmin edebilirim.					
18	Yeni tanıştığım insanlarla iyi ilişkiler kurmada başarılıyımdır.					
19	Diğer insanların yüz ifadelerinden, beden dillerinden vs. gerçekte ne demek istediklerini çoğunlukla anlarım.					
20	Başkalarıyla konuşacak güzel sohbet konuları bulmakta çoğunlukla sıkıntı çekerim.					
21	Diğer insanların yaptıklarıma verdikleri tepkiler beni çoğunlukla şaşırtır.					

Ölçek 21 maddeden oluşmakta, hem toplam puan alınabilmekte, hem de alt ölçekler ayrı ayrı değerlendirilebilmektedir. Ölçekten toplam puan olarak en yüksek 105 puan, en az 21 puan alınabilmektedir. Yüksek puan yüksek sosyal zekaya işaret etmektedir. Ancak puanlama yapılırken bazı maddeler tersten puanlanmaktadır. Yani ölçeğin 2, 4, 5, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 20 ve 21. maddeleri 5-4-3-2-1 şeklinde değil de, 1-2-3-4-5 olarak puanlanmaktadır. Yukarıdaki ölçekte bu maddelerin puanlanması uygun şekilde değiştirilmiştir. Ölçeğin orjinali Norveç'te geliştirilmiştir. Türkçe psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve uyarlanması tarafımca yapılmıştır. Ölçek bilimsel ve istatistiksel olarak geçerli ve güvenilir bir ölçektir.

Ek-2

Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-3

Ölçek İzinleri

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli *"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"* ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

KAYNAKÇA

Abul, A. (2015). *Sosyal zekâ düzeyi ve algılanan iş yaşam kalitesi etkileşimine yönelik bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Albrecht, K.(2006). *Sosyal zekâ: yeni başarı bilimi*, İstanbul: Timaş Yayınları.

Al-Makahleh A. & Ziadat, A. (2012). Social intelligence and personal characteristics of talented secondary school students in king abdullah ıı schools for excellence, *Jordan. Educational Research,* 3 (10), 785-798.

Alpar, R. (2020). *Uygulamalı istatistik ve geçerlilik-güvenilirlik,* Ankara: Detay Yayıncılık.

Arasan, Acar, B. (2010). *Akademisyenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak.

Aslan, G. (2020).*İlkokul yöneticilerinin iş doyum düzeyleri ile yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Avşaroğlu, S., Deniz, E., Kahraman, A. (1999). *Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi**,** Adana, 1999.

Bacanlı, H. (2008). Zekâ kavramının gelişimi. *Üstün Zekâlı Ve Yetenekli Çocuklar Kongresinde Sunulan Bildiri.* Ankara, 16-17 Mayıs.

Bacanlı, H. (2014).*Sosyal beceri eğitimi*, (5. Baskı), Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Baştemur, Y. (2006). *İş tatmini* ile yaşam tatmini arasındaki ilişkiler: kayseri emniyet müdürlüğünde bir araştırma, Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

Batan N. (2016). *Yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve dini başa çıkmanın yaşam doyumuna etkileri*, Yayımlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Berent Burcu A. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Sakarya.

Bedel, A., Ercan, A. B., & Taşcı, E. (2019). Sosyal Problem Çözme Becerisinde Sosyal Zekânın Rolü. *İlköğretim Çalışmaları: Bütünsel Açıdan Çocuk* (s. 28: 517-530).Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Berk, M. (2016). *Sosyal zekâ boyutları ile tükenmişlik boyutları arasındaki ilişki: Dumlupınar üniversitesinde bir uygulama,* Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Beytekin, Osman F. & Göktürk, Şüheyda D. (2012). Yükseköğretim yöneticilerinin idari davranışları, duygusal ve sosyal yeterlikleri: Kültürlerarası bir araştırma, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 2(1), 34, 2012.

Bingöl, G. & Demir, A. (2011). Amasya sağlık yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri. *Göztepe Tıp Dergisi*, 26 (4), 152-159,

Budak, S. (2000).*Psikoloji sözcüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Buzan, T. (2002).*The power of social ıntelligence*, Perfect Pound Publisher.

Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. & Köklü, N. (2013). *Sosyal bilimler için istatistik,* Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

Caner, A. (2015). Happiness and life satisfaction in turkey in recent years. *Social Indicators Research,* 5(8), 1-39.

Cemaloğlu, N.& Hakan, A. (2019). *Yaz sosyal zekâ ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki,* 6.Internatıonal Eurasıan Educatıonal Research Congress.

Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research,* 70, 139-150.

Cihangir, Çankaya, Z. (2005). *Öz-belirleme modeli: özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma,* Yayımlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Cruice, M., Worrall, L., Hickson, L.& Murison, R. (2003). Finding a focus for quality of life with aphasia: social and emotional health, and psychological well-being. *Aphasiology,* 17(4), 333-353.

Çakanel, Z., (2018). *Duygusal zekâ, sosyal zekâ ve sosyal girişimcilik arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.

Çakar, F. S. & Karataş, Z. (2017). Adolescents self-esteem, school anger and life satisfaction as predictors of their school attachment. *Education and Science*. 42(189), 121-136.

Çelik, M.& Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi,* 13(1), 223-238.

Çetinkaya, Y. E. & Toprak, E. (2016). Psikolojik danışman adaylarının empatik eğilim, utangaçlık, olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal beceri düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi, *Mediterranean Journal of Humanities,* 6(2) 513-530.

Çevik, Nüket K. & Korkmaz, O. (2014). Türkiye'de yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi, *Niğde Üniversitesi İİBF Dergisi,* 7(1), 126-145.

Dal, E., (2015). *Kadınlardaki duygusal zekâ düzeyi ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Demirel, Ö., Başbay, A. & Erdem, E. (2006). *Eğitimde çoklu zeka: Kuram ve uygulama*. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Diener, E., Suh, E., Lucas, R., Smith, H., (1999). Subjective well-being: three decades of progress, *Psychological Bulletin*, 125(1), 276-302.

Dikmen, A. (1995). *Kamu Çalışanlarında iş doyumu ve yaşam doyumu*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Dilmaç B. & Ekşi, H., (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2, 279-289.

Doğan, T. & Çetin, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal zekâ düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi,* 5(2), 1-19.

Doğan, T. & Çetin, B., (2009). Tromso sosyal zekâ ölçeği türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirlik çalışması, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi,* 9(2): 694-695.

Doğan, T. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin sosyal zekâ düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Doğan, T., Totan, T. & Sapmaz, F., (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zekâ, *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (8): 235-247.

Dost, M. Tuzgöl, (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 22(2), 132-143.

Eren, A.T., (2008), *Onkoloji hemşirelerinin iş doyumu ve yaşam doyumunun incelenmesi,* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Erdem, N., Karabulutlu E., Okanlı A. & Tan M., (2004). Hemodiyaliz hastalarında umutsuzluk ve yaşam doyumu. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 5(1): 2-14.

Erdinç, İ., (2018). *Evli Çiftlerde, Evlilik Uyumu, Cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ergün, B., (2016). *İş doyumu ve yaşam doyumu arasındaki ilişki: öğretmenler üzerinde bir araştırma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Eryılmaz, A. (2016). Ergenler İçin Öznel İyi Oluşu Arttırma Stretejileri Ölçeğinin Geliştirilmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 4(33): 81-88.

Eryılmaz, A., (2009). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi,* 7(4): 975-989.

Fazlıoğlu, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinde duygusal ve bilişsel zihin kuramı özelliklerinin sosyal zekâ ile olan ilişkinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Fife, J., Adegoke, A., Mccoy, J., & Brewer, T. (2011) Religious commitment, social support and life satisfaction among college students. *College Student Journal,* 45 (2).

Frankl, V.E. (2009). *İnsanın anlam arayışı*. İstanbul: Okyanus Yayınları.

Gardner, H. (2007).*Responsibility at work*. USA: Jossey Bass.

Geneci, G., (2019). *Beden imgesi ve sosyal medya etkileniminin beden imgesine bağlı yaşam niteliğine ve yaşam doyumuna etkisi*, Yüksek lisans tezi, Ufuk Üniversitesi, Ankara.

Gnanadevan, R., (2011). Social intelligence of higher secondary students in relation to their socioeconomic status. *MIER Journal of Educational Studies, Trends and Practices,* 1 (1), 61-66.

Goleman, D. (2006).*Social intelligence: the revolutionary new science of human relationships,* New York: Bantam.

Goleman, D. (2017). *Sosyal zekâ: insan ilişkilerinin yeni bilimi,* İstanbul: Varlık Yayınları.

Gövsa, İ. A., (1998). *Çocukta zihinsel gelişim*. İstanbul: Hayat Yayıncılık.

Gülaçtı, F., (2009). *Sosyal Beceri eğitimine yönelik programın üniversite öğrencilerinin, sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi*, Doktora tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Gülkan, D. (2017). *Evli bireylerde partnere saygı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gümüş, H., (2006). *Farklı mesleklerde çalışanların iş ve yaşam doyumlarının tükenmişlik düzeyleri açısından karşılaştırılması*, Doktora tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

Hançer, M.& Tanrisevdi, A., (2003). Sosyal zekâ kavramının bir boyutu olarak empati ve performans üzerine bir inceleme, *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi,* 27(2): 211–225.

Hou, H. Y. (2011). Adaptation of the tromso social intelligence scale to the digital library Guide designers: *A case study of the transworld university library*. 3 (4), 1-11.

İlhan, M.& Çetin, B., (2015). Sosyal ve kültürel zekâ arasındaki ilişkinin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi, *Turkish Journal of Education*, 3(2), 4-15.

İncekara, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde vücut algısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.

Jeloudar, S.& Yunus, A. (2011). Exploring the relationship between teachers social intelligence and classroom discipline strategies. *İnternational Journal of Psychological Studies*, 3(2),149-155.

Kaba, İ., Erol, M., Güç, K. (2018). Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi, *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 1-14.

Kahya, V. & Ceylan, E. (2017). Sosyal zekânın iletişim becerileri üzerine etkisi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Proceedings Book of 2nd İnternational Scientific Researches Congress on Humanities and Social Sciences,* 436-442.

Kalmaz, C. (2020). *Sosyal zekânın bireysel performansa etkisi: örgütsel mizahın aracılık rolü,* Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

Karadoğan, N. B., (2010). Y*öneticilerin sosyal zekâ seviyelerinin çalışanların iş doyumuna etkisi,* Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Karasar, N. (2016).*Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Karataş, Ç., (1998). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kazu, E. (2019). *Sosyal zekâ düzeyinin öğrencilerin iletişim becerilerine etkisi: fırat üniversitesi örneği*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.

Keser, A. (2003). *Çalışmanın anlamı, insan yaşamındaki yeri ve yaşam doyumu üzerine bir uygulama*. Yayımlanmamış doktora tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Kıroğlu, K., Oğuz, E., Barut, Y., Gülcan, M. & Günindi, Y. (2009), *Eğitim Bilimine Giriş,* 1. Baskı, Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Kızıltepe, Z. (2004). *Öğretişim: Eğitim psikolojisine çağdaş bir yaklaşım*. İstanbul: Merteks.

Koçak, R. &İçmenoğlu, E., (2012), Üstün yetenekli öğrencilerin duygusal zekâ ve yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyumlarını yordayıcı rolü, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 4 (37), ss. 73-85

Konrad, S.& Hendl, C., (2001).*Duygularla güçlenmek*, (Çev. M. Taştan), İstanbul: Hayat Yayınları.

Kozmitzki, C. & John, O. P. (1993). The Implict use of explicit conceptions of social ıntelligence. *Personality and Individual Differences*, 15, 11-23.

Köknel, Ö. (2003).*Akıl ile düşünme gücü*, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

Kul, Ahmet C., (2020). *İstanbul ilinde sağlık sektörü çalışanlarının demografik özelliklerinin sosyal zekâ üzerindeki etkisinin irdelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Kulaksızoğlu, A., (2005). *Ergen psikolojisi*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Kurultay, C. (2018). *Kişilerarası ilişkiler psikoterapisi eğitimi almanın mental iyi oluş, sosyal zekâ ve duygusal zekâ üzerine etkileri*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kuzgun, Y. & Bacanlı, F. (2005).*PDR'de kullanılan ölçekler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Levin, K.A., Torsheim, T., Volleberg, W., Richter, M., Davies, C.A., Schnohr, C.W., Due, P. & Currie C. (2011). "National income and income inequality, family affluence and life satisfaction among 13-year old boys and girls: A multilevel study in 35 countries".*Social Indicators Research*, 104: 179–194.

Lounsbury, J. W., Saudargas, R. A., Gibson, L. W., & Leong, F. T. (2005). An investigation of broad and narrow personality traits in relation to general and domain-specific life satisfaction of college students. *Research in Higher Education*, 46(6), 707-729

Messamer, J. & Throckmorton, B. (1991). Social and academic ıntelligence: conceptually distinct but overlapping constructs, *Personality and Individual Differences,* 12(7): 695-702.

Myers, David G. & Diener, E. (1995). "Who is happy?", *Psychological Science*, 6(1), 10-19.

Odacı, H.& Çıkrıkçı, Ö. (2012). University students' ways of coping with stress, life satisfaction and subjective well-being. *The Online Journal of Counselling and Education* 1(3), 117-130.

Özcan E. & Ayhan, B. (2019). Yaşam doyumunun iş doyumuna etkisinde sosyal zekânın aracı rolü, *BAİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 25-41.

Özdemir, S., Yalın İ. & Sezgin, F., (2008), *Eğitim bilimine giriş,* Ankara: Nobel Yayınları.

Özden, Y. (2004).*Eğitim ve okul yöneticiliği*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Özdevecioğlu, M. ve Aktaş, A., (2007). Kariyer bağlılığı, mesleki bağlılık ve örgütsel bağlılığın yaşam tatmini üzerindeki etkisi: iş-aile çatışmasının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 28, 1-20.

Özdevecioğlu, M., (2003). İş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma, *11.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi,* 22-24 Mayıs, Afyon.

Özer, M., (2001), *Huzurevinde ve aile ortamında yaşayan yaşlıların öz bakım gücü ve yaşam doyumunun incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir

Özer, M. & Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Turkish Journal of Geriatrics,* 6(2),72- 74.

Pavot, W. ve Diener, E., (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment,* 5(2), 164-172.

Rahim, M. A, (2014). A structural equations model of leaders' social ıntelligence and creative performance, *Creativity and Innovation Management,* 23(1), 44-56.

Rahim, M. Afzalur, Civelek, İ. ve Liang, Feng H., (2016). A model of leaders' social ıntelligence and followers' Satisfaction With Annual Evaluation, *Current Topics in Management,* 18, 1-16.

Saban, A. (2001).*Çoklu zekâ teorisi ve eğitim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Saban, A. (2010), *Çoklu Zeka Kuramı ve Türk Eğitim Sistemine Yansıması*, 6. Baskı, Ankara: Nobel Yayınları.

Salman, U., Şimşek, A., Turfanda, M. ve SalmanArzu B. (2017). Türkiye'de kullanılan zekâ ölçekleri, *FNG & Bilim Tıp Dergisi*, 3(2-3):87-89.

Sarıcaoğlu, H. & Arslan, Ç. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri,* 13(4), 2097-2104.

Saxena, S. & JAİN, Kumar Rajat. (2013). Social İntelligence of Undergraduate Students in Relation to Their Gender and Subject Stream. *IOSR Journal of Research & Method in Education*,1(1), 1-4.

Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.

Schmitter, A. Cutillo, "Life satisfaction in centenarians residing in long-term Care", http://www.mmhc.com/articles/NHM9912/cutillo.html, 21.02.2003.

Schoeps, K., Montoya-Castilla, I. & Raufelder, D. (2019). Does stress mediate the association between emotional ıntelligence and life satisfaction during adolescence? *Journal Of School Health*, 89(5), 354-364.

Senemoğlu, N. (1997).*Gelişim öğrenme ve öğretim (Kuramdan Uygulamaya*), Ankara: Spot Maatbacılık.

Silberman, M., (2000).*Peoplesmart: developing your ınterpersonal ıntelligence*. Berrett- Koehler Publishers Inc..

Silvera, David H. Martinussen, M.& Dahl, Tove I. (2001). The tromso social intelligence scale,a self-report measure of social intelligence. *Scandinavian Journal of Psychology*,42(4),313-319.

Suikkanen, Ju. (2011). An improved whole life satisfaction theory of happiness. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 149-166.

Suldo, S.M., Rıley, K.N. & Shaffer, E.J. (2006). Academic correlates of life satisfaction. *School Psychology International*, 27(5), 567-582.

Şahin, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu ve iyi oluş arasındaki ilişkiler,*Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (5): 151-176.

Şahin, S. (2016). *Okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin çatışma yönetimi stillerinin sosyal zekâ ve bazı kişisel değişkenlere göre incelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şahin, Ş. (2008). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.

Şenkal, F. (2019). *Çalışanların sosyal zekâ seviyelerinin çatışma yönetim tarzları üzerine etkisi,* Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Şimşek, E. (2011). *Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri.* Doktora tezi. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

Şimşek, N. (2007).*Akıllı zekâ*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.

Tagay, Ö. (2015). Contact disturbances, self-esteem and life satisfaction of university students: A structural equation modelling study. *Eurasian Journal of Educational Research*, 58, 113-132.

Tarhan, N. (2001).*Kendinizle barışık olmak*. İstanbul: Zafer Yayınları.

Temiz, N. (2007).*Çoklu zekâ kuramı: okulda ve sınıfta*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*, Yayımlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tuzgöl Dost, M. (2010). An examination of subjective well-being and life satisfaction of students attending to universities in South Africa and Turkey. *Eğitim ve Bilim*, 35(158), 75-89

Ülgen, G. (1994).*Eğitim psikolojisi: kavramlar, ilkeler, yöntemler, kurumlar ve uygulamalar*. Ankara: Lazer Ofset Matbaa.

Ülker, Ç. (2016). *Meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal zekâ ve iletişim becerilerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Ülker T., G., Recepoğlu, E. ve Baltacı, Ö., (2012), Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumlarının incelenmesi, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, Cilt 3(3), 205-213

Ünal, S., Karlıdağ, R. & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi, *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.

Powers, C.L. (2008). Academic achievement and social involvement as predictors of life satisfaction among college students. Psi Chi *Journal of Undergraduate Research*, 13(3), 128-135.

Wessel, J., Ların, H., Benson, G., Brown, B., Ploeg, J., Williams, R.& Martin, L.,(2008). Emotional social ıntelligence in health science students and its relation to leadership, Caring And Moral Judgment. *The Internet Jurnel of Allied Health Science and Practise,* 6(1),1-9.

Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: karşılaştırmalı bir çalışma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yavuzçehre P. S. & Torlak, S., (2008). Denizli kent yoksullarının yaşam kalitesi üzerine bir inceleme, *Çağdaş Yerel Yönetimler,* 17(2).

Yaylacı, Gaye Ö. (2008)*Kariyer yaşamında duygusal zekâ ve iletişim yeteneği* (2. Baskı). İstanbul: Hayat Yayıncılık.

Yazıcı Çelebi, G. & Çelebi, B. (2018). Lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Erciyes Journal of Education, 2 (2), 1-15.

Yazıcı, F. & Yıldırım, T. (2017). Okul dışı tarih öğretimi ve sosyal zekâ arasındaki ilişkinin yol analiziyle incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi,* 18(2), 733-755.

Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Yetim, Ü. (2001).*Toplumdan bireye mutluluk resimleri*, İstanbul: Bağlam Yayınları.

Yıldırım, Z. (2017). *Sosyal zekânın problem çözme becerisine etkisi: Ankara ilinde görev yapan siyasetçiler üzerinde bir uygulama,* Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Çankaya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yiğit, R., Dilmaç, B. & Deniz, M. E. (2011). İş ve yaşam doyumu: konya emniyet müdürlüğü alan araştırması, *Polis Bilimleri Dergisi,* 13 (3), 1-18.

Yurdakavuştu, Y. (2012). *İlköğretim öğrencilerinde duygusal zekâ ve sosyal beceri düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2012.

Yüksel, M. Y., Çini, A. & Yasak, B. (2020). Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığı, yalnızlık ve yaşam doyumunun incelenmesi, *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi,* 40, 66-85.