

YAŞAM KALİTESİ VE GÖSTERGELERİ

QUALITY OF LIFE AND INDICATORS

Doç. Dr. Ayfer AYDINER BOYLU
Hacettepe Üniversitesi, İİBF
Aile ve Tüketici Bilimleri Bölümü
aaboylu@hacettepe.edu.tr

Bahar PAÇACIOĞLU
Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
baharkinaci@gmail.com

Öz

Yaşam kalitesi, bugün toplumların ulaşmayı amaçladığı en önemli evrensel hedeflerden birisidir. Temelde Maslow (1970)'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile ilişkilendirilmekte ve sübjektif bazda kişinin yaşam doyumu ile ilişkili olduğundan, bu ihtiyaçların kantitesi (nicelik) ile birlikte kalitesi (nitelik) ile de ilgilenmektedir. Yaşam kalitesinin incelenmesinde ortak bir standart veya göstergeler sistemi bulunmamakla birlikte, objektif ve sübjektif olmak üzere iki açıdan incelenmektedir. Bu çalışmada, konuyla ilgili yapılan çalışmalara dayanarak yaşam kalitesi göstergeleri; "cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal destek, yaşanan konut ve özellikleri, sağlık, eğitim, gelir, iş yaşamı, boş zaman aktiviteleri" başlıkları altında sınıflandırılmış ve yaşam kalitesi üzerinde etkili olan bu göstergelere ilişkin literatür verilmeye çalışılmıştır. Çalışmalar genel olarak kadın olmak, yaşlı olmak, dul veya boşanmış olmak, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir düzeyi, zayıf sosyal destek, yaşanan konutun ve özelliklerinin yetersizliği, ıveğen ve/veya süreğen bir hastalığa sahip olmak, düşük iş doyumu ve boş zaman aktivitelerinin yetersiz olması gibi faktörlerin yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürdüğünü göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Kalitesi, Göstergeler, Yaşam Kalitesi Göstergeleri.

Abstract

Quality of life, today is one of the most important universal goals for societies. Basically, it is associated with the Maslow's hierarchy of needs (1970) and related to life satisfaction level of individuals, thus it is concerned with the quality as well as the quantity of these needs. Although there are no generally accepted standards or indicators system to examine the quality of life, two perspectives could be taken to do so, such as objective and subjective. In this study, quality of life indicators that are based on the previous studies in the field classified under these headings; "Gender, age, marital status, social support, residence and its properties, health, education, income, work life, leisure activities" and the literature about the impact of these indicators on quality of life have been reviewed. Studies in general shows that factors such as, being women, being elderly, being widowed or divorced, low levels of education, low income, poor social support, insufficient properties of the residence, having an acute and/or chronic disease, lower job satisfaction and insufficient leisure activity significantly decreases the quality of life.

Keywords: Quality of Life, Indicators, Quality of Life Indicators.

1. GİRİŐ

Platon'un "Devlet", Aristo'nun "Nikomakhos'a Etik" isimli eserleri, yaşam kalitesi etrafındaki tartışmaların bugün olduğu gibi antik dönemde de var olduğunu göstermektedir (Edisan ve Kadioğlu, 2013:3). Ancak yaşam kalitesi terimi ilk olarak Long'un 1960 yılında yayınladığı "On the Quantity and Quality of Life" isimli makalesinde geçmektedir. Yaşam kalitesi, insan hakları konusunda yaşanan gelişmelerle birlikte, tüm politik kararların alınmasında önemli bir gösterge olmuş, toplumların bir biçimde ulaşmayı amaçladığı evrensel bir hedef halini almıştır.

Yaşam kalitesinin evrensel bir hedef olmasının nedeni, Maslow (1970)'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile açıklanabilir. Bu teoriye göre insan gereksinimleri önceliklerine göre beş başlıkta sıralanmıştır:

1. Fiziksel gereksinimler (yiyecek, su, barınma...)
2. Güvenlik gereksinimi (emniyet, korunma, sağlık...)
3. Sosyal gereksinimler (bir topluluğa ait olma hissi, sevgi...)
4. Saygı görme gereksinimi (toplumda sayılma, sosyal statü...)
5. Kişisel ilgileri/fikirleri/idealleri ortaya koyma gereksinimi (kendini geliştirme, kişisel yaşamı zenginleştirme, kişisel hedefleri gerçekleştirme...).

Maslow'un teorisi bize, insan yaşamının her döneminde karşılanması gereken temel ihtiyaçları sıralarken yaşam kalitesi, bu ihtiyaçların kantitesi (nicelik) ile birlikte kalitesinin (nitelik) de önemli olduğunu vurgulamaktadır. Örneğin, yaşam süresinin uzunluğundan ziyade kalitesi, gelirin iyi olmasından ziyade kişiyi tatmin edip etmemesi vb. hususlar üzerinde durmaktadır. Nitekim kalite, bir bilinçlenme sürecidir ve tüm yaşam alanında her zaman ulaşılmak istenen mükemmellik düzeyi olmalıdır (Aksungur, 2009:11; Torlak ve Yavuzçehre, 2008:23).

Yaşam kalitesinin, günümüzde tüm bilimler açısından kabul görecekt tek bir tanımı bulunmamaktadır (Bilir vd., 2005:663). Ancak tüm tanımlardaki ortak nokta insan faktörü ve onun öznel değerlendirme sistemidir. Dünya Sağlık Örgütü yaşam kalitesini "kişinin kendi amaçlarına, beklentilerine, standartlarına ve çıkarlarına göre bir kültür ve değer sisteminde kendi yaşamını algılaması" olarak tanımlamıştır. Burada önemli olan nokta, yaşam kalitesi hedeflerine ulaşmak için temel teşkil eden standartların dışarıdan empoze edilmemesi, kişinin yaşamını tümüyle kendisinin değerlendirmesi ve bu değerlendirmenin sürdürülebilir olmasıdır (Bilir vd., 2005:663; Top, Özden ve Sevim, 2003:19).

Yaşam kalitesi ile ilgili yapılan tanımlamalar genel olarak "kişinin yaşamı ile ilgili sübjektif algısı" etrafında dönse de yaşam kalitesi, objektif ve sübjektif olmak üzere iki açıdan incelenmektedir (Aydiner Boylu, 2007:2). Objektif göstergeler; gelir, eğitim, meslek, sağlık, yaşanılan konutun durumu vb. iken; kişinin sahip olduğu bu imkânlardan duyduğu tatmin/doyum ise yaşam kalitesinin sübjektif göstergeleridir (Torlak ve Yavuzçehre, 2008:30; Malkina-Pykh, 2001:7; Veenhoven, 1996:1). Kimi araştırmacılara göre objektif göstergelerin (Kaya, İpekçi Çetin ve Kuruüzüm, 2011:85), kimi araştırmacılara

göre ise sübjektif göstergelerin daha önemli olduğu vurgulansa da (Aksungur, 2009:12), ne objektif göstergeler için ne de sübjektif göstergeler için evrensel bir sistem veya standart yoktur (Demirkaya, 2010:95). Ancak konuyla ilgili yapılan çalışmalara dayanarak yaşam kalitesi göstergeleri; cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal destek, yaşanılan konut ve özellikleri, sağlık, eğitim, gelir, iş yaşamı, boş zaman aktiviteleri olarak sınıflandırılabilir (Özmete, 2010; Torlak ve Yavuzçehre, 2008; Tüzün ve Eker, 2003; Gössweiner, Pfeiffer ve Richter, 2001). Bu çalışmada, yaşam kalitesi üzerinde etkili olan bu göstergelere ilişkin literatür verilmeye çalışılmıştır.

2. YAŞAM KALİTESİ GÖSTERGELERİ

2.1. Cinsiyet

Cinsiyet ve yaşam kalitesi arasında kuvvetli bir ilişki vardır. Bu ilişki, özellikle objektif yaşam kalitesi ölçümlerinde görülmektedir. Örneğin, geri kalmış ve gelişmekte olan ülkelerde öncelikle istihdam ve eğitim alanında cinsiyet açasından büyük farklılıklar görülmektedir. Bu ülkelerde yaşayan ve çalışmayan, çalışmalarına izin verilmeyen, muhafazakâr, ataerkil ve geleneksel aile çevrelerinden gelen kadınlarda ücretsiz aile işçiliği (ev hanımlığı) yaygın olarak görülmekte, kadınların yaşam kaliteleri eşlerinin çalışma ve sosyal güvencelerine bağlı olmaktadır (Torlak ve Yavuzçehre, 2008:34; AREM, 2007:8). Çalışan kadınların ise tatmin edici bir iş-yaşam dengesi kurmada erkeklerden daha fazla zorlandıkları görülmektedir (AREM, 2007). Aynı zamanda bu ülkelerde yaşayan kadınlar arasında görülen düşük eğitim düzeyi; sosyal, ekonomik, kültürel ve sağlık alanında kadınlar aleyhinde bir farkın oluşmasını kolaylaştırmaktadır (Aslan, 2009:2). Bunun yanı sıra toplumsal cinsiyet rolü olarak tanımlanan ve toplumların kadınlara yüklediği yemek pişirme, temizlik, çocuk ve diğer aile üyelerinin bakımı gibi farklı beklenti ve sorumluluklar (Sabbah vd., 2003:11; Saphiro, 1998:276) kadınların yaşam kalitelerini erkeklere oranla oldukça aşağıya çekmektedir.

Cinsiyet değişkeni açasından, sübjektif yaşam kalitesi ölçümlerine bakıldığında ise çalışmaların farklı bölgelerde, farklı yaş gruplarında ve farklı sosyo-ekonomik çevrelerde yapılması nedeniyle farklı sonuçlar görülmektedir. Yapılan bazı çalışmalar kadınların yaşam kalitesinin erkeklerden istatistiksel açıdan anlamlı derecede daha düşük olduğunu (Vural, Eler ve Atalay Güzel, 2010:74; Koçoğlu ve Akın, 2009:149; Torlak ve Yavuzçehre, 2008:34; Castillion vd., 2005:1232), bazı çalışmalar daha yüksek olduğunu (Gülmez, 2013:80; Eriş, 2012:46), bazı çalışmalar ise cinsiyet değişkeni ile yaşam kalitesi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymaktadır (Ergen vd., 2011:14; Avcı ve Pala, 2004:83).

2.2. Yaş

Yaşam kalitesi ve yaş arasındaki ilişkiye dair incelenen literatür taramasında öncelikle belli bir yaş dönemini (ergenlik dönemi, yaşlılık dönemi gibi) örneklemine alarak yürütölen çalışmaların çokluğu, bize yaşın yaşam

kalitesi açısından önemli göstergelerden biri olduğunu göstermektedir (ztop vd., 2009; Memik vd., 2007). Bazı yaşam kalitesi göstergelerinin tüm yaş dönemlerinde ölçü olarak ele alınmaması, örneğin emekliliğin yaşlılar için önemli bir yaşam kalitesi göstergesi iken diğer yaş grupları için bir anlam ifade etmemesi bu çalışmaların oluşmasında belirleyicidir.

Yapılan çalışmalarda, yaşam kalitesinin her yaş döneminde önemli olduğu vurgulansa da genel olarak yaşlılık dönemi yaşam kalitesi açısından daha fazla ele alınmaktadır (Bilir vd., 2005; Azman vd., 2003; Sabbah vd., 2003). Çünkü yaşlılık dönemi; genellikle yaşam kalitesinde düşüşün en yüksek olduğu dönemdir. Bu dönemde artan sağlık sorunları, emeklilik sonrası gelirin düşmesi, rol ve statü kaybı, yalnızlık (ocukların evden ayrılması, eşin vefatı, anne babanın vefatı vb.), bilişsel becerilerin azalması, sosyal hayattan kopma, cinsel fonksiyonların azalması vb. hususlar yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir (Güven ve şener, 2010:180; Altuğ vd., 2009:56; Aslan, 2009:3; Bektaş, 2008; Paskulin ve Molzahn, 2007:23). Bakar (2012) tarafından yapılan çalışmada da 65 yaş üzeri bireyler arasında kadın olma, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir düzeyi, sağlığın kötü algılanması ve herhangi bir kronik hastalığa sahip olmanın yaşam kalitesini olumsuz etkilediği tespit edilmiştir.

2.3. Medeni Durum

Yaşam kalitesi üzerinde etkili olan faktörlerden bir diğeri medeni durumdur. Bu kapsamda en önemli hususlardan birisi, bireyin dul veya boşanmış olmasıdır. Bekr veya evli olmak toplumlarda kanıksanmış bir durum iken, özellikle geri kalmış ve gelişmekte olan ülkelerde dul veya boşanmış olmak kabul görmemekle birlikte düşük yaşam kalitesinin önemli göstergelerindedir. Aynı zamanda toplumsal cinsiyet eşişsizliği ve kadının namus kavramı ile bütünleştirilmesi nedeniyle dul veya boşanmış kadınların, dul veya boşanmış erkeklere oranla daha fazla dışlandıkları, yoksulluk riskiyle karşı karşıya kaldıkları, sorumluluklarının arttığı ve yaşam kalitelerinin düştüğü grlmektedir (Aydiner Boylu ve ztop, 2013; Akgl Sarpkaya, 2012; zar ve Yakut akar, 2012). Yapılan birçok çalışmada da dul veya boşanmış olmanın kadınlarda depresyon ve anksiyete riskini yüksek oranda arttırdığı (Savrun, 1999:13; nen, Kaptanoğlu ve Seber, 1995:114), dolayısıyla yaşam kalitelerini düşürdüğü tespit edilmiştir. Dul veya boşanmış olmak yaşam kalitesini yalnızca cinsiyet açısından farklılaştırmamakta, yaş faktörü açısından da yaşam kalitesini etkilemektedir. Yaşlılar arasında yapılan bir çalışmada cinsiyet faktöründen bağımsız olarak dul veya bekar olmanın yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürdüğü ve bu sonucun tamamen yaş faktöründen kaynaklanabileceği bildirilmiştir (Bakar, 2012).

Medeni durum ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye dair bir diğer durum, evli olma veya bir eř ile yaşama durumudur. Yapılan alışmalar evli olmanın veya bir eř ile birlikte yaşamanın yaşam kalitesini önemli ölçüde arttırdığını göstermektedir (Perim, 2007; Avcı ve Pala, 2004:83; Baydur, 2001). Bu durum, evliliğin veya eşliliğin, bireye birincil ve sürekli bir sosyal destek sistemi oluşturmasından, ekonomik açıdan bireyi güçlendirmesinden (ift gelir) ve yalnızlık algısını ortadan kaldırmasından kaynaklanabilir.

2.4. Eğitim

Yařam kalitesi üzerinde etkili olan en önemli göstergelerden bir diđeri, eđitimidir. Eđitim kiřisel geliřimde ve kiřinin iř sahibi olması ile sahip olunan iřin niteliđi üzerinde dođrudan etkilidir (European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, 2004:2). Genel olarak eđitim düzeyi yüksek olanların daha yüksek gelirlili ve nitelikli iře, daha iyi sosyal olanaklara ve dolayısıyla daha yüksek yařam kalitesine sahip oldukları; buna karřın eđitim düzeyi dūřuk olanların iřsizlik, kōtū çalıřma kořulları, dūřuk ücret, ekonomik yoksunluk, sosyal olanaklardan yararlanamama, sūrekli maddi, sosyal ve psikolojik kaygı, yetersiz beslenme gibi nedenlerle dūřuk yařam kalitesine sahip oldukları bilinmektedir (Torlak ve Yavuzçehre, 2008; European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, 2004:3). Torlak ve Yavuzçehre (2008:35) tarafından yapılan çalıřmada da eđitim düzeyi yükseldikçe yařam kalitesinin yükseldiđi saptanmıřtır.

2.5. Gelir

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde ilk sırada yer alan fiziksel gereksinimlerin (yemek, su, barınma vb.) karşılanmasının yanı sıra daha iyi sağlık, eğitim, konut, ulaşım vb. olanaklara sahip olmak ekonomik koşullar ile doğrudan ilgilidir (Torlak ve Yavuzçehre, 2008; Aydiner Boylu, 2007; European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, 2004). Yapılan çalışmalar ekonomik koşulların en önemli sağlayıcısı olan gelirin; bireylerin fiziksel, duygusal, sosyal sağlıkları, iř ve sosyal yaşamdaki başarı ve doyumları, dolayısıyla yaşam kaliteleri üzerinde en önemli gösterge olduğunu vurgulamaktadır (Koçođlu ve Akın, 2009:150; Torlak ve Yavuzçehre, 2008:10; Aydiner Boylu, 2007:117; Kowaltowski vd., 2006:1109; Hollar, 2003:97). Nitekim yoksul olarak nitelendirilen bireylerin yaşam kalitelerinin yoksul olmayanlara göre daha dūřuk olduğu dūřüncesi de her zaman için kabul gören bir gerçektir (Cılga, 1994:357). Ancak bu bulgular gelirin, yaşam kalitesi açasından tek başına yeterli bir gösterge olduğu anlamına gelmemektedir. Nitekim gelir düzeyi yüksek olan ancak zamanı, isteği, enerjisi olmayan bir bireyin yaşam kalitesi yüksek olmayabilir (Demirkıran, 2012:54). Yaşamılan bölgede eğitim, sağlık ve güvenlik hizmetlerinin yetersiz olması, genel suç oranının yüksek olması, kiři başına dūřen yeşil alanın az olması, çevre kirliliği, trafik ve kalabalık gibi sorunlar kişinin gelirinden bağımsız olarak yaşam kalitesini dūřürmektedir (Demirkıran, 2012:55; Kowaltowski vd., 2006).

2.6. Sağlık

Yaşam kalitesi, insanların duygusal, toplumsal ve fiziksel doyumuna ve hayatlarındaki gündelik işlerini kendi başlarına yerine getirebilme becerisine sahip bulunmalarına atıfta bulunan tasvir edici bir kavramdır (Demirkaya, 2010:92). Dolayısıyla bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlığı, yaşam kalitesinin önemli bir göstergesidir (Aghaei, Khayyamnekouei ve Yousefy, 2013:572). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi, sağlıkla doğrudan ya da dolaylı olarak ilgili birçok faktōrü içine alan geniş bir kavramdır. Genel yaşam kalitesi

kavramında olduğu gibi, sağlıkla ilgili yaşam kalitesi konusunda da kabul görmüş evrensel tek bir tanım bulunmamaktadır (Tüzün ve Eker, 2003:4).

Sağlıkla ilgili en önemli objektif yaşam kalitesi göstergeleri; bireyin hangi durumda olursa olsun yürüme, koşma, merdiven çıkma, eğilme, doğrulma gibi fiziksel dayanıklılık isteyen aktiviteler ile günlük yaşam aktivitelerini, ayrıca öz bakımını yerine getirebilmesi ve bunların yeterli düzeyde olmasıdır (Yapıcı, 2006:18; Yancar, 2005:26). Bunun yanında kişinin herhangi bir sağlık sigortasına/güvencesine sahip olması da önemli bir objektif göstergedir ve yapılan birçok çalışma, kişinin sağlık sigortasına/güvencesine sahip olmasının, yaşam kalitesini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir (Koçoğlu ve Akın, 2009:153; Bilir vd., 2005:667).

Sağlıkla ilgili sübjektif yaşam kalitesi göstergeleri ise; bireyin fiziksel, psikolojik ve sosyal sağlığına yönelik öznel görüşleridir (Aksungur, 2009:13; Üstündağ vd., 2007:118). Sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ölçümünün yapıldığı çalışmalarda çeşitli bedensel rahatsızlıkların, ıveğen ve süreğen hastalıkların (Memik vd., 2007:361; Sabbah vd., 2003:8) yaşam kalitesini düşürdüğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra konuyla ilgili yapılan sübjektif yaşam kalitesi ölçümlerinde farklı sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Örneğin Demirkıran (2012: 41-44) tarafından yapılan çalışmada sağlıklı beslenme alışkanlıklarının yaşam kalitesini artırdığı bulunmuştur. Malkina-Pykh (2001:12) tarafından ise düzenli yeme alışkanlığının ve sağlık açısından en önemli risk faktörlerinden birisi olan alkol ya da tütün tüketiminin yaşam kalitesi ile hemen hemen ilişkisi olmadığı ifade edilmiştir. Vural (2010:75) tarafından yapılan çalışmada fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmasa da yapılan çalışmalarda çoğunlukla özellikle süreğen hastalıkların önlenmesinde en önemli faktörlerden birisi olan aktif yaşam biçiminin (fiziksel aktivite) yaşam kalitesini arttırdığı saptanmıştır (Özdoğru, 2013:25; Yücecan, 2007:195; WHO, 2003:3).

2.7. Sosyal Destek

Yaşam kalitesi açısından önemli göstergelerden bir diğeri, bireyin sosyal çevresi ve çevresi ile olan ilişkisidir. Bu noktada aile son derece önem taşımaktadır. Bireyin “var olabileceği”, “ait olabileceği” ve “kendini gerçekleştirebileceği” destekleyici bir aile çevresi, yaşam kalitesinin gelişmesinde son derece önemlidir (Özmete, 2010:456). Bu bağlamda yaşam kalitesi, sosyal kalite ile büyüyen/genişleyen bir kavramdır (Hollar, 2003:96). Özmete (2010:459) tarafından yapılan çalışmada da aile içi iletişimin kuvvetli olması ve ailede herkesin birbiri ile her şeyi açıkça konuşabilmesi aile yaşam kalitesi açısından önemli bulunmuştur.

Bireyin arkadaşları, komşuları ve akrabaları da yaşam kalitesi açısından önemli sosyal destek sağlayıcılarıdır (Hollar, 2003:100). Kabasakal ve Uz Baş (2013:32) tarafından yapılan bir çalışmada, arkadaş sahibi olmanın ve aktivitelerde bulunmanın yaşam doyumunu dolayısıyla yaşam kalitesini arttırdığı Eriş (2012:9), tarafından yapılan çalışmada da üniversite öğrencileri arasında herhangi bir öğrenci topluluğuna üye olanların yaşam kalitesinin herhangi bir topluluğa üye olmayanlardan oldukça yüksek olduğu saptanmıştır.

2.8. Yaşanılan Konut ve Özellikleri

Bireylerin yaşadıkları konut ve özellikleri de yaşam kalitesi açısından önemlidir. Güvenli ve konforlu bir konut, bireyin temel ihtiyaçlarından birisi olup, yaşanılan konutun tipi (gecekondu, apartman dairesi) ve özellikleri (ısınma, su, elektrik vb. olanaklar) güvenli ve konforlu bir konutun önemli göstergelerindedir. Bunun yanı sıra mobilya ve beyaz eşya gibi dayanıklı tüketim mallarının ve diğer ev araçlarının varlığı da yaşam kalitesi üzerinde önemli etkiye sahiptir. Uygun, yeterli ve kullanışlı ürünler, ailelerin ev işlerini daha etkin, kolay ve kısa zamanda gerçekteştirmelerini, ayrıca yaşamlarını kolaylaştırmalarını sağlamaktadır. Aydıner Boylu, (2007:106) tarafından yapılan çalışmada aylık gelir düzeyi arttıkaça yaşanılan konut tipinin ve özelliklerinin de iyileştiği dolayısıyla yaşam kalitesinin arttığı bulunmuştur. Kowaltowski ve diğerleri (2006:1109) tarafından yapılan çalışmada müstakil evde yaşamanın, yaşanılan evin ya da binanın estetik olmasının ve evin önünde veya yakınında yeşil alan bulunmasının yaşam kalitesini arttırdığı saptanmıştır. Hollar (2003:99) tarafından yapılan çalışmada da evin fonksiyonel ve güvenli olması gibi fiziksel özelliklerinin aile yaşam kalitesi açısından önemli olduğu vurgulanmıştır.

Aynı zamanda bireyin yaşadığı konutun sahibi olması; konutu istediği gibi kullanması, istediği gibi içinde ve dışında değişiklik yapabilmesi ve evsiz kalma korkusu yaşamayarak kendisini güvende hissetmesi açısından önemlidir. Nitekim Torlak ve Yavuzçehre (2008:36) tarafından yapılan çalışmada da konut sahipliğinin, yaşam kalitesinde en etkili faktör olduğu bulunmuştur.

2.9. İş Yaşamı

Günlük yaşamda çalışma saatleri günün büyük bir bölümünü almaktadır. Dolayısıyla İş yaşamı, yaşamın bölünmez bir parçasını oluşturmaktadır (DeCoster, 2004). İş yaşamında karşılaşılan olumlu veya olumsuz durumlar, başarı veya başarisızlıklar, sosyal katılım veya dışlanmalar, yaşam kalitesi üzerinde doğrudan etkilidir (Kırcı Çevik ve Korkmaz, 2014; Saldamlı, 2008:716). İş yaşamı ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda daha çok iş tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişkiye odaklanıldığı görölmektedir. Bu çalışmaların sonuçları da genel olarak iş tatmini ile yaşam tatmini arasında pozitif yönde ve güçlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (Akgündüz, 2013:197; Aşan ve Erenler, 2008:211; Yiğit, Dilmaç ve Deniz, 2001:11; Gülmez, 2013:76). Yapılan çalışmalarda, bireylerin ilgilerini çeken, hoşlarına giden, sorumluluk alabilecekleri bir işte çalıştıklarında yaşamdan tatmin olma düzeylerinin arttığı (Aşan ve Erenler, 2008:212), aynı zamanda gelir (Kılıç ve Keklik, 2012:156), hizmet yılı (Aksungur, 2009:68) ve işyerindeki pozisyonları (Baştemur, 2006; Yiğit, Dilmaç ve Deniz, 2001:9) arttıkaça iş tatminlerinin dolayısıyla da yaşam kalitelerinin yükseldiği görölmektedir. Söz konusu çalışmalarda bu sonuçların; gelir, hizmet yılı ve işyerindeki pozisyon arttıkaça; mesleki algının yanı sıra sahip olunan sosyal olanakların iyileşmesinden kaynaklandığı ifade edilmektedir. Konuyla ilgili bir diğer unsur da bireyin iş sahibi olma durumudur. Demiral (2001:69) tarafından yapılan çalışmada uzun süreli işsizliğin ve iş aramanın mental sağlığı olumsuz etkilediği dolayısıyla yaşam kalitesini düşürdüğu bulunmuştur.

2.10. Boş Zaman Faaliyetleri

Yaşam kalitesi açısından önemli göstergelerden bir diğeri, boş zaman faaliyetleridir. Bireylerin zorunlu olarak yaptıkları çaba ve eylemler dışında kendi isteklerine göre değerlendirmede serbest oldukları srelerde gerçekleştirilen boş zaman faaliyetlerinin (Mansuroğlu, 2002:53) dinlenme, eğlenme ve kendini geliştirme olmak üzere üç önemli fonksiyonu vardır (Zorba, 2007:52). Boş zaman faaliyetleri, bireyin yaşam kalitesini artıran ve geliştiren en önemli unsurlardan birisi olup, bireyin kendisini keşfetmesine, yenilemesine ve ortaya koyabilmesine katkı sağlamaktadır (Aslan ve Arslan Cansever, 2012:24).

Boş zamanı değerlendirme faaliyetleri ülkeden ülkeye, kültürden kültüre farklılık göstermekle birlikte ülkemizde yapılan çalışmalarda ergenlerin bu zamanı daha çok bilgisayar ve internet ortamında geçirdikleri (Aslan ve Arslan Cansever, 2012:29; Aksaçlıoğlu ve Yılmaz, 2007:17), en az ise kitap okuyarak değerlendirdikleri grlmektedir (Aksaçlıoğlu ve Yılmaz, 2007:17). Yaşlı bireyler arasında yapılan bir çalışmada ise tv izleme, radyo dinleme, okuma, internet kullanma, hobilerle ilgilenme, bahçe işleriyle uğraşma, seyahat etme, spor yapma, arkadaş/akraba/komşu ziyareti, sinema/tiyatro/müze/konser vb. yerlere gitme gibi boş zaman faaliyetlerinin yaşam kalitesini önemli lde arttırdığı tespit edilmiştir (akır vd., 2013:474).

Boş zaman faaliyetleri ve gelir düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Düşük gelir düzeyi özellikle sinema, tiyatro, seyahat, alışveriş gibi paraya endekli boş zaman faaliyetlerine katılımı sınırlandırmakta, dolayısıyla yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir (Sabbağ ve Aksoy, 2011:16; Aydıner Boylu, 2007:116).

3. SONUÇ

Bugün toplumların ulaşmayı amaçladığı en önemli evrensel hedeflerden birisi olan yaşam kalitesi, yaşamın tüm alanlarını kapsamakta ve dolayısıyla yaşamın her alanından etkilenmektedir. alışmalar genel olarak kadın olmak, yaşlı olmak, dul veya boşanmış olmak, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir düzeyi, zayıf sosyal destek, yaşanılan konutun ve özelliklerinin yetersizliği, iveğen ve/veya süreğen bir hastalığa sahip olmak, düşük iş doyumunu ve boş zaman aktivitelerinin yetersiz olması gibi faktörlerin yaşam kalitesini önemli lde düşürdüğünü göstermektedir. Bu faktörlerin yaşam kalitesi üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmalar, yaşam kalitesinin yaşamın her alanını kapsadığını göstermesi ve bu alanlardan ne şekilde etkilendiğini ortaya koymasından önemlidir. Bu sonuç; devlet, özel teşebbüsler, sivil toplum kuruluşları ve niversiteler tarafından gerçekleştirilen ve gerçekleştirilecek her türlü faaliyetin toplumdaki bireylerin yaşam kalitesini etkileme kapasitesi olduğunu göstermektedir. Bu nedenle bu faaliyetlerin, öncelikle toplumsal cinsiyet eşişsizliğini ortadan kaldırmaya yönelik, bireylerin eğitim ve gelir düzeylerini artırıcı, sosyal hayatlarına katkı sağlayan ve sağlıklarını tehdit eden unsurlara karşı geliştirilmesi önemlidir. Burada önemli olan nokta, tüm faaliyetlerin kalıcı çözümler sunacak şekilde planlanması ve yürütülmesidir.

KAYNAKLAR

- Aghaei, A., Khayyamnekouei, Z. ve Yousefy, A. (2013). "General Health Prediction Based on Life Orientation, Quality of Life, Life Satisfaction and Age", *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 84, 569-573.
- Akgül Sarpkaya, O. (2012). "Boşanmış Kadınlarda Kimlik Dönüşümü ve Toplumsal Baskıya Direnme Stratejileri: Van İli Örneği", *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Van.*
- Akgündüz, Y. (2013). "Konaklama İşletmelerinde İş Doyumu, Yaşam Doyumu ve Öz Yeterlilik Arasındaki İlişkinin Analizi", *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 180-204.
- Aksaçlıoğlu, A. G. ve Yılmaz, B. (2007). "Öğrencilerin Televizyon İzlemeleri ve Bilgisayar Kullanmalarının Okuma Alışkanlıkları Üzerine Etkisi", *Türk Kütüphaneciliği*, 21(1), 3-28.
- Aksungur, A. (2009). "Dr. Zekai Tahir Burak Kadın Sağlığı Eğitim ve Araştırma Hastanesinde Çalışan Ebe ve Hemşirelerin İş Doyumu ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Belirlenmesi", *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sağlık Yönetimi Programı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.*
- Altuğ, F., Yağcı, N., Kitiş, A., Büker, N. ve Cavlak, U. (2009). "Evde Yaşayan Yaşlılarda Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi", *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, (1), 48-60.
- AREM, (2007). Birinci Avrupa Yaşam Kalitesi Anketi: Türkiye’de Yaşam Kalitesi, İçişleri Bakanlığı Araştırma ve Etütler Merkezi (AREM). Erişim tarihi: 21 Kasım 2014, http://www.arem.gov.tr/ortak_icerik/arem/Raporlar/degerlendirme/Avrupa_yasam_kalitesi.pdf
- Aslan, D. (2009). Yaşlılık Döneminde Yaşam Kalitesi Kavramı: Kadın Sağlığı Bakışı, Yaşlanan Kadın Sempozyumu, Erişim tarihi: 21 Kasım 2014, http://www.huzurevleri.org.tr/docs/Yaslilik_Doneminde_Yasam_Kalitesi_Kavrami.pdf
- Aslan, N. ve Arslan Cansever, B. (2012). "Ergenlerin Boş Zaman Değerlendirme Algısı", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 23-35.
- Aşan, Ö. ve Erenler, E. (2008). "İş Tatmini ve Yaşam Tatmini İlişkisi", *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 207-216.
- Avcı, K. ve Pala, K. (2004). "Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesinde Çalışan Araştırma Görevlisi ve Uzman Doktorların Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi", *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(2), 81-85.
- Aydıner Boylu, A. (2007). "Ailelerin Yaşam Kalitelerini Etkileyen Bazı Objektif ve Sübjektif Göstergelerin İncelenmesi", *Hacettepe Üniversitesi Sosyal*

- Bilimler Enstitüsü Aile ve Tüketici Bilimleri Anabilim Dalı Doktora Tezi, Ankara.
- Aydiner Boylu, A. ve Öztop, H. (2013). “Tek Ebeveynli Aileler: Sorunlar ve Çözüm Önerileri”, *Sosyo Ekonomi Dergisi*, 1, 207-220.
- Azman, A. B., Sararaks, S., Rugayah, B., Low, L. L., Azian, A. A., Geeta, S. ve Tiew, C. T. (2003). “Quality of Life of the Malaysian General Population: Results from a Postal Survey Using the SF-36”, *Medical Journal of Malaysia*, 58(5), 694-711.
- Bakar, N. (2012). “Yaşlı Bireylerde Depresyon, Yaşam Kalitesi ve Etkileyen Faktörler”, *Erzincan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erzincan.*
- Baştemur, Y. (2006). “İş Tatminiyle Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkiler: Kayseri Emniyet Müdürlüğü’nde Bir Araştırma”, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kayseri.*
- Baydur, H. (2001). “Soma Elektrik Üretim ve Ticaret Anonim şirketi Tesislerinde Çalışan İşçilerde Bazı Sosyodemografik Faktörlerle Yaşam Kalitesinin İlişkisi”, *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Manisa.*
- Bektař, E. (2008). “Huzurevinde ve Ev Ortamında Yařayan Yaşlılarda Yaşam Kalitesi”, *Uludaę Üniversitesi Tıp Fakóltesi Aile Hekimlięi Anabilim Dalı Uzmanlık Tezi, Bursa.*
- Bilir, N., Özcebe, H., Vazioğlu, S. A., Aslan, D., Subaşı, N. ve Telatar, T. G. (2005). “Van İlinde 15 Yaş Üzeri Erkeklerde SF-36 ile Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi”, *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 25, 663-668.
- Castillion, P. G., Sendio, A. R., Baneges, J. R., Garcia, E.L., Rodriquez-Artalejo, F. (2005). “Differences in Quality of Life Women and Men in the Older Population of Spain”, *Social Science & Medicine*, 60, 1229-1240.
- Cılga, İ. (1994). *Gençlik ve Yaşam Niteliği*, Ankara: T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Basımevi.
- Çakır, Ö., Aksaraylı, M., Çınar, E. ve Denizli, U. (2013). *Günlük Yaşam Aktiviteleri- Yaşam Kalitesi- Psikolojik ve Fiziksel İyilik Hali İlişkisi: Türkiye’de Emekliler Açısından Bir İnceleme*, Erişim tarihi: 14 Ekim 2014, <http://e-arsiv.gumushane.edu.tr/xmlui/handle/123456789/538>.
- DeCoster, E. (2004). *Money, Happiness and the Importance of Motivation*, Erişim tarihi: 18 Mayıs 2003, <http://faculty.evansville.edu/jl3/psych49/Emily%20deCoster.htm>.
- Demiral, Y. (2001). “Çalışanlarda ve İşsizlerde Yaşam Kalitesine Etki Eden Etmenler ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Karşılaştırılması”, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı Doktora Tezi, İzmir.*

- Demirkaya, Y. (2010). Çekmeköy'ün Sosyo-Ekonomik Yapısı ve Kentsel Yaşam Kalitesi, İstanbul: Çekmeköy Belediye Başkanlığı Yayını.
- Demirkıran, S. (2012). “Yaşam Kalitesi ve Sağlık Çalışanları”, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Edisan, Z. ve Kadioğlu, F. (2013). “Yaşam Kalitesi Kavramının Antik Dönemdeki Öncüleri”, Lokman Hekim Journal, 3(3), 1-4.
- Ergen, A., Tanrıverdi, O., Kumbasar, A., Arslan, E. ve Atmaca, D. (2011). “Sağlık Personelinin Yaşam Kalitesi Üzerine Kesitsel Bir Çalışma”, Haseki Tıp Bülteni, 49, 14-19.
- Eriş, H. M. (2012). “Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Programı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- European Foundation for the Improvemnt of Living and Working Conditions (2004). Quality of Life in Europe: an Illustrative Report, Dublin.
- Gössweiner, V., Pfeiffer, C. ve Richter, R. (2001). Quality of Life and Social Quality, Working Paper 12, Austrian Institute for Family Studies.
- Gülmez, H. (2013). “Çalışanların Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler”, Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care, 7(4), 74-82.
- Güven, S. ve şener, A. (2010). “Factors Affecting Life Satisfaction in Old Age”, Turkish Journal of Geriatrics, 14(2), 179-186.
- Hollar, D. (2003). “A Holistic Theoretical Model for Examining Welfare Reform: Quality of Life”, Public Administration Review, 63(1), 90-99.
- Kabasakal, Z. ve Uz Baş, A. (2013). “Öğretmen Adaylarında Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Problem Çözme Becerileri”, Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2(1), 27-35.
- Kaya, P., İpekçi Çetin, E. ve Kuruüzüm, A. (2011). “Çok Kriterli Karar Verme ile Avrupa Birliği ve Aday Ülkelerin Yaşam Kalitesinin Analizi”, İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Ekonometri ve İstatistik Dergisi, 13, 80-94.
- Kılıç, R. ve Keklik, B. (2012). “Sağlık Çalışanlarında İş Yaşam Kalitesi ve Motivasyona Etkisi Üzerine Bir Araştırma”, Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 14(2), 147-160.
- Kırcı Çevik, N. ve Korkmaz, O. (2014). “Türkiye’de Yaşam Doyumu ve İş Doyumu Arasındaki İlişkinin İki Değişkenli Sıralı Probit Model Analizi”, Niğde Üniversitesi İİBF Dergisi, 7(1), 126-145.
- Koçoğlu, D. ve Akın, B. (2009). “Sosyoekonomik Eşişsizliklerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi”, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 2(4), 145-154.

- Kowaltowski, D. C. C. K., Gomes da Silva, V., Pina, S. A. M. G., Labaki, L. C., Ruschel, R. C., Moreira, D. C. (2006). "Quality of Life and Sustainability Issues as Seen by the Population of Low-Income Housing in the Region of Campinas, Brazil", *Habitat International*, 30, 1100-1114.
- Long, PH. (1960). "On the Quantity and Quality of Life", *Medieval Times*, 88, 613-619.
- Malkina-Pykh, I. G. (2001). *Rhythmic Movement Psychotherapy*, St Petersburg: INENCO Center of RAS.
- Mansuroğlu, S. (2002). "Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekân Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi", *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15(2), 53-62.
- Maslow, A. (1970). *Motivation and Personality*, New York: Longman.
- Memik, N. Ç., Ağaoğlu, B., Coşkun, A., Üneri, Ö. Ş. ve Karakaya I. (2007). "Çocuklar için Yaşam Kalitesi Ölçeğinin 13-18 Yaş Ergen Formunun Geçerlik ve Güvenirliği", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(4), 353-363.
- Önen, F. R., Kaptanoğlu, C. ve Seber, G. (1995). "Kadınlarda Depresyonun Yaygınlığı ve Risk Faktörlerle İlişkisi", *Kriz Dergisi*, 3(1-2), 88-103.
- Özar, Ş. ve Yakut Çakar, B. (2012). "Aile, Devlet ve Piyasa Kısılcasında Boşanmış Kadımlar", *Kültür ve Siyasette Feminist Yaklaşımlar Dergisi*, 16, 1-12.
- Özdoğru, E. (2013). "Üniversite Personelinin Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Programı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Burdur.
- Özmete, E. (2010). "Aile Yaşam Kalitesi Dinamikleri: Aile İletişimi, Ebeveyn Sorumlulukları, Duygusal, Duygusal Refah, Fiziksel/Materyal Refahın Algılanması", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(11), 455-465.
- Öztop, H., Şener, A., Güven, S. ve Doğan, N. (2009). "Influences of Intergenerational Support on Life Satisfaction of the Elderly: The Turkish Sample", *Social Behavior and Personality*, 37(7), 957-970.
- Paskulin, G L., Molzahn, A. (2007). "Quality of Life of Older Adults in Canada and Brazil", *Western Journal Nursing Research*, 29(1), 10-29.
- Perim, A. (2007). "Trakya Üniversitesi Eğitim, Araştırma ve Uygulama Hastanesi'nde Çalışan Hemşirelerin Kaliteli Yaşam Algısının Belirlenmesi", *Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trakya.*
- Sabbağ, Ç. ve Aksoy, E. (2011). "Üniversite Öğrencileri ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri: Adıyaman Örneği", *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(4), 10-23.
- Sabbah, I., Drouby, N., Sabbah, S., Retel-Rude, N. and Mercier, M. (2003). "Quality of Life in Rural and Urban Populations in Lebanon Using SF-36 Health Survey", *Health Quality Life*, 1, 1-14.

- Saldamlı, A. (2008). "Otel İşletmelerinde Bölüm Yöneticilerinin İş ve Yaşam Tatminini Belirlemeye Yönelik Bir Alan Araştırması", Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 25(2), 693-719.
- Saphiro, S. (1998). "Places and Spaces: The Historical Interaction of Technology, Home and Privacy", The Information Society, 14, 275-284.
- Savrun, B. M. (1999). "Depresyonun Tanımı ve Epidemiyolojisi. İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Depresyon", Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu, 2-3 Aralık 1999, İstanbul.
- Top, M. ř., Özden, S. Y. ve Sevim, M. E. (2003). "Psikiyatride Yaşam Kalitesi", Düşünen Adam, 16(1), 18-23.
- Torlak, S. E. ve Yavuzçehre, P. S. (2008). "Denizli Kent Yoksullarının Yaşam Kalitesi Üzerine Bir İnceleme", Çağdaş Yerel Yönetimler, 17 (2), 23-44.
- Tüzün, E. H. ve Eker, L. (2003). "Sağlık Değerlendirme Ölçütleri ve Yaşam Kalitesi", Sağlık ve Toplum Dergisi, 13(2), 3-8.
- Üstündağ, H., Gül, A., Zengin, N. ve Aydın, M. (2007). "Böbrek Nakli Yapılan Hastalarda Yaşam Kalitesi", Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 2(6), 117-126.
- Veenhoven, R. (1996). "Developments in Satisfaction Research", Social Indicators Research, 37, 1-46.
- Vural, Ö. (2010). "Masa Başı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi", Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Antrenman ve Hareket Bilimleri Programı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Vural, Ö., Eler, S. ve Atalay Güzel, N. (2010). "Masa Başı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi", Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 8(2), 69-75.
- WHO (2003). Health and Development Through Physical Activity and Sport, Erişim tarihi: 7 Kasım 2014, http://whqlibdoc.who.int/hq/2003/WHO_NMH_NPH_PAH_03.2.pdf
- Yancar, C. (2005). "Madde Bağımlılarında İkinci Eksen Komorbidite ve Kişilik Özelliklerinin Bağımlılık şiddeti ve Yaşam Kalitesine Etkisinin Değerlendirilmesi", Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Birimi Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Yapıcı, A. (2006). "Alkol Bağımlılığında Depresyon ve Anksiyetenin Yetiyitimi ve Yaşam Kalitesine Etkisi", Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Uzmanlık Tezi, İstanbul.
- Yiğit, R., Dilmaç, B. ve Deniz, M. E. (2001). "İş ve Yaşam Doyumu: Konya Emniyet Müdürlüğü Alan Araştırması", Polis Bilimleri Dergisi, 13(3), 1-18.

- Yücecan, S. (2007). Tüketici Yazıları I, Babaoğul & Şener (Ed), Tüketici Sağlığı, Yaşam kalitesi ve Optimal Beslenme (187-200), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri Basımevi.
- Zorba, E. (2007). “Türkiye’de Rekreasyona Bakış Açışı ve Gelişimi”, Gazi Haber Dergisi, Eylül, 52-55.