

¹Йылдыз М.^{ORCID}, ²Ермаханов Б., ²Тастемірұлы Б., ³Дошыбеков А.,
³Копжанов Ғ.

¹Гази университеті, Анкара қ., Түркия

²Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті, Түркістан қ., Қазақстан

³Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

ГАЗИ УНИВЕРСИТЕТІ МЕН АНКАРА УНИВЕРСИТЕТІ БІЛІМГЕРЛЕРІНІҢ САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ЗЕРТТЕУ

Йылдыз Мехмет, Ермаханов Бағлан, Тастемірұлы Бағлан, Дошыбеков Айдын,
Копжанов Ғалымжан

Гази университеті мен Анкара университеті білімгерлерінің салауатты өмір салтын зерттеу

Аңдатпа. Бұл мақалада дене шынықтыру және спорт мамандығы студенттерінің салауатты өмір салтын ұстану деңгейі мен өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейі зерттелген. Зерттеу жұмысына қатысушылар үшін Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы тарапынан әзірленген «Салауатты өмір салты» шкаласының қысқа Фиданер мен Бехчедтің (1999) дайындаған нұсқасы қолданылды. Респонденттердің өмір сүру жағдайын анықтау мақсатында Динер, Эммонс, Ларсен және Гриффин әзірлеген (1985) «Өмір сүру сапасы» шкаласы пайдаланылды. Ғылыми зерттеу жұмысына Гази университеті мен Анкара университеттерінің «Дене шынықтыру және спорт оқытушылығы», «Спорт менеджменті», «Жаттықтырушылық» және «Спорттық сауықтыру» бөлімдерінде оқитын жалпы саны 706 (оның ішінде 467 ер бала, 239 әйел) респондент қатыстырылды. Ғылыми мақалада зерттеу жұмысына қатысушы респонденттердің сауалнамадан алынған нәтижелері берілген. Анализдік талдаулар үшін белгілі бір екі топтың арасында айырмашылық бар-жоғын анықтау тесті (бұдан әрі t-Тест) және вариацияны талдау, сонымен қоса, Пирсон Корреляция анализдері қолданылды. Жиналған нәтижелер Әлеуметтік ғылымдарға арналған статистикалық пакет бағдарламасына салынып, кестелер түрінде енгізілді және талдау жасалынды.

Түйін сөздер: Түркия Республикасы, Гази университеті, Анкара университеті, дене шынықтыру және спорт, салауатты өмір салты.

Yidiz Mehmet, Yermakhanov Baglan, Tastemiruly Baglan, Doshybekov Aydin,
Kopzhanov Galymzhan

Research of healthy lifestyle of students Gazi University and Ankara University

Abstract. This article examines the relationship between the level of commitment of students of the specialty Physical Culture and Sports to a healthy lifestyle and the level of satisfaction with the quality of life. The "Healthy Lifestyle" scale (WHOQOL-BREF-TR) developed by the World Health Organization was used for the study participants, an abbreviated Turkish version developed by Fidaner and Behched (1999). In order to determine the respondents' living conditions, the "Quality of Life" scale developed by Diener, Emmons, Larsen and Griffin (1985) was used. The research work involved 706 respondents (including 467 Male and 239 women) studying at the departments of "Teaching Physical Culture and Sports", "Sports Management", "Coaching" and "Sports Improvement" of the Universities of Gazi and Ankara. The scientific article presents the results of a survey of respondents participating in research work. For the analysis, t-Test was used to determine whether there is a difference between two specific groups (hereinafter t-Test) and Analysis Of Variance (hereinafter ANOVA), as well as Pearson correlation analysis. The collected results were embedded in the Statistical Package for the Social Sciences (hereinafter SPSS) program, entered in the form of tables and analyzed.

Key words: Republic of Turkey, Gazi university, Ankara university, university students, physical culture and sports, quality of life.

Йылдыз Мехмет, Ермаханов Бағлан, Тастемірұлы Бағлан, Дошыбеков Айдын,
Копжанов Ғалымжан

Исследование здорового образа жизни обучающихся университета Гази и университета Анкары

Аннотация. В данной статье исследована связь между уровнем приверженности студентов специальности «Физическая культура и спорт» здоровому образу жизни и уровнем удовлетворенности качеством жизни. Для участников исследования была использована шкала «Здоровый образ жизни», разработанная Всемирной организацией здравоохранения, сокращенная турецкая версия разработанная Фиданером и Бехчедом (1999).

С целью определения условий жизни респондентов была использована шкала «Качество жизни», разработанная Динером, Эммонсом, Ларсеном и Гриффином (1985). В научно-исследовательской работе было задействовано 706 респондентов (в том числе 467 мужского пола и 239 женского пола), обучающихся на отделениях «Преподавание физической культуры и спорта», «Спортивный менеджмент», «Тренерское дело» и «Спортивное оздоровление» Университетов Гази и Анкары. В научной статье представлены результаты опроса респондентов, участвующих в исследовательской работе. Для анализа были использованы t-Тест, чтобы определить, есть ли разница между двумя определенными группами, а также анализ вариации и корреляции Пирсона. Полученные результаты были внесены в программу статистический пакет для социальных наук, представлены в виде таблиц и проанализированы.

Ключевые слова: Турецкая Республика, университет Гази, университет Анкара, студенты вузов, физическая культура и спорт, здоровый образ жизни.

Кіріспе. Салауатты өмір салты табыс, қоршаған орта жағдайы және еркіндік сияқты көптеген ерекшеліктерді қамтитын ауқымды ұғым. Салауатты өмір салтының маңызды факторларының бірі денсаулық болып табылады [1].

Салауатты өмір салтының ендігі бір тұжырымдамасы медициналық техникамен, зертханалық процедуралармен өлшенетін ұғым ретінде қарастыруға болады. Бұл субъективті түрде сақталатын мөлшер емес. Өмір сапасындағы басты мақсат – адам баласының дене, психологиялық және әлеуметтік функцияларына және олардың өмірінің осы аспектілеріне қатысты сипаттамаларына қаншалықты қанағаттанғандығы.

Өмір сапасы әр түрлі терминдердің синонимі болып саналады. Мысалы: өмірге қанағаттану, өзін-өзі бағалау, әл-ауқат, бақыт, денсаулық, бедел, өмірдің маңыздылығы, әлеуметтік және экономикалық жағдай сынды ұғымдар [2].

Әлем халықтарының өмір сүру сапасының жағдайы халықаралық ұйымдар тарапының назарында болып отыр. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы сарапшыларының жариялаған дерегі бойынша әлемдегі халық денсаулығының 49-50 %-ы өмір сүру салтына, яғни адамның өз денсаулығына қалай қарайтынына тәуелді, ал 17-20 %-ы қоршаған орта ерекшеліктеріне байланысты қалыптасады [3].

Салауатты өмір салты деңгейіне жастың ұлғаю үрдісі кері әсерін береді. Денсаулыққа қатысты мәселелер мен денсаулық жағдайының өзгермелілігі өмір сүру сапасын төмендетудің негізгі себептері болып табылады [4].

Өмір сүру сапасына қанағаттану, жеке адамның өз өмірі туралы жалпы пікірлері мен бағаларының жиынтығы. Субъективті сапаға ие өмірге қанағаттану туралы пікірлерді қалыптастыруда жеке тұлға өзінің жағдайын салыстырмалы түрде бағалауы өмірге деген қанағаттану жағдайына әсер етеді [5]. Бұл стандарттар адамның жақсы өмір сүру үшін қоятын өзіндік ұстанымдарынан, талаптарынан және

басқа да әсер етуші факторлардан тұрады. Сондай-ақ, жеке тұлға өмірдің әр түрлі саласында «жетістікке» жету үшін түрлі стандарттарға қажеттілігі туындайды. Сондықтан өмірдің белгілі бір салаларында, өмір сүру сапасына қанағаттанудан гөрі оны бағалау маңызды рөл атқарады [6].

Зерттеудің әдістері және әдіснамалары. Бұл зерттеу жұмысына «Салауатты өмір салты» шкаласы мен «Өмір сүру сапасы» шкаласы қолданылды. Аталмыш шкалалар жөнінде мәлімет келесідей:

I. Салауатты өмір салты шкаласы (өлшем) (СӨС): Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы тарапынан әзірленген 100 сұрақтан (WHOQOL-100) құралған болатын. Аталмыш шкаланың түрік тіліндегі қысқаша 27 сұрақтық нұсқасын (СӨС-27) Фиданер және Бехчед (1999) әзірледі [7]. Аталмыш шкала салауатты өмір салтын айқындайтын төрт түрлі фактордан тұрады. Бұл факторлар:

- 1-фактор: Денсаулық жағдайы;
- 2-фактор: Психологиялық жағдай;
- 3-фактор: Әлеуметтік қатынастар;
- 4-фактор: Қоғамдық орта.

Төрт бағыттағы ұпайлар 4-20 аралығында есептеледі. Ұпай неғұрлым жоғары болса, қатысушының салауатты өмір салты деңгейі соғұрлым жоғары деген статистикаға қол жеткізе аламыз [8].

II. Өмір сүру сапасы (ӨСС) шкаласы (өлшем): Аталмыш шкаланы Динер, Эммонс, Ларсен және Гриффин (1985) әзірледі [9]. Бұл шкаланың түрік тіліндегі нұсқасын Көкер және Иетим (1991) жасады. Жалпы бес бөліктен тұратын шкала 7-лік Likert түрінде есептеледі және (1) «мүлдем келіспеймін», (5) «толық келісемін» деген жауаптар аралығында бағаланады [10].

Зерттеу нәтижесі және талдау. Мәліметтерді талдау кезінде, қатысушылардың демографиялық сипаттамаларына сәйкес, салауатты өмір салты мен өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейлері арасындағы ерекшеліктерді анықтау

мақсатында t-Test және ANOVA анализі жасалды, ал өзгерістер арасындағы байланысты зерттеу үшін Пирсон Корреляция анализі қолданылды (1-кесте).

1-кесте – Демографиялық мәліметтер бойынша қатысушылардың саны мен пайыздық мәндері

Жынысы	n	%
Әйел	239	33,9
Ер	467	66,1
Бөлімі		
Дене шынықтыру және спорт оқытушылығы	204	28,9
Жаттықтырушылық	233	33
Спорт менеджменті	65	9,2
Спорттық сауықтыру	204	28,9

Қатысушылардың 33,9%-ы әйелдер және 66,1%-ы ер студенттер. Студенттердің 28,9% – Дене шынықтыру және спорт оқытушылығы, 33% – Жаттықтырушылық, 9.2% – Спорт менеджменті және 28,9% – Спорттық сауықтыру саласында оқиды (1-кесте).

2-кесте – Демографиялық мәлімет бойынша қатысушылардан алынған нәтижелер

Ерекшелік	N	x	S
Жасы	706	20,71	1,97
Отбасы табысы	706	2542,62	1259,72
Жеке табысы	706	725,55	357,33
Күндік бос уақыты	706	5,52	2,43

Қатысушылардың орташа жасы – 20,71; отбасы табысы орта есеппен 2542,62 лира; жеке табысының орташа мөлшері 725,55 лира, ал күндік бос уақыты 5,52 сағатты құрайды (2-кесте).

3-кесте – Қатысушылардың жыныстық ерекшелігіне байланысты тәуелсіз t-Test нәтижелері

	Жынысы	N	X	Ss	t	sd	p
ӨСС	Әйел	239	4,6	1,4	0,3	704	0,6
	Ер	467	4,6	1,5			
Денсаулық жағдайы	Әйел	239	3,4	0,7	0,6	704	0,6
	Ер	467	3,5	0,8			
Дене жағдайы	Әйел	239	3,5	0,5	0,8	704	0,7
	Ер	467	3,4	0,6			
Психологиялық жағдай	Әйел	239	3,4	0,6	0,2	704	0,5
	Ер	467	3,4	0,6			
Қоғамдық орта	Әйел	239	3,3	0,7	0,2	704	0,3
	Ер	467	3,3	0,5			
Әлеуметтік қатынастар	Әйел	239	3,4	0,8	0,2	704	0,3
	Ер	467	3,4	0,8			
СӨС	Әйел	239	3,4	0,5	0,3	704	0,3
	Ер	467	3,4	0,5			

3-кестеге сәйкес, қатысушылардың өмір сүру сапасының орташа мәні, салауатты өмір салтының төменгі көрсеткіші және салауатты

өмір салты шкаласының орташа балы жыныстық ерекшелік тұрғысынан қарастырылған кезде мәнді айырмашылық байқалмады ($p>0,05$).

4-кесте – Қатысушылардың жас ерекшеліктеріне қарай СӨС және ӨСС Корреляциялық тест нәтижелері

	ӨСС	Денсаулық жағдайы	Физикалық жағдай	Психологиялық жағдай	Қоғамдық орта	Әлеуметтік қатынастар	СӨС
Жасы	0,03	0,04	0,03	0,06	0,04	0,09	0,03

4-кестеге сәйкес, жас ерекшелігі мен өмір сүру сапасына қанағаттану орташа мәні, салауатты өмір салтының төменгі көрсеткіші және салауатты өмір салты шкаласының орташа мәні

арасындағы байланысын анықтау мақсатында жүргізілген корреляциялық талдау нәтижесінде қандай да бір мәнді байланыс анықталмады ($p>0,05$).

5-кесте – СӨС және ӨСС мен бөлім ерекшелігі арасындағы қатынасты анықтау мақсатында жүргізілген ANOVA тестінің нәтижесі

	Сүйенген мәлімет	Жалпы	sd	Орташа мәні	F	p	Сәйкестік
ӨСС	Бөлімдер арасы Бөлім іші	38,9 14,8	3 702	12,9 2,4	6,5	0,01	Сп.Мен-Сп.Оқ.* Сп.Мен-Жаттық.*
Денсаулық жағдайы	Бөлімдер арасы Бөлім іші	2,2 451,9	3 702	0,7 0,6	1,1	0,31	*Жаттық.-Сп.Сауық.
Дене жағдайы	Бөлімдер арасы Бөлім іші	0,4 251,9	3 702	0,1 0,3	0,3	0,80	
Психологиялық жағдай	Бөлімдер арасы Бөлім іші	0,8 265,8	3 702	0,2 0,3	0,7	0,52	
Қоғамдық орта	Бөлімдер арасы Бөлім іші	0,3 243,1	3 702	0,1 0,3	0,3	0,78	
Әлеуметтік қатынастар	Бөлімдер арасы Бөлім іші	1,6 454,7	3 702	0,5 0,6	0,8	0,48	
СӨС	Бөлімдер арасы Бөлім іші	0,4 197,3	3 702	0,1 0,2	0,5	0,62	

5-кестеге сәйкес, бөлімдер мен ӨСС жалпы орташа ұпайлар бойынша статистикалық мәнді қатынас анықталды ($p<0,05$). Бөлімдер арасында айтарлықтай айырмашылық «Дене шынықтыру және спорт оқытушылығы мен Спорт менеджменті», «Спорт менеджменті мен

Жаттықтырушылық», «Жаттықтырушылық және Спорттық сауықтыру» сынды бөлімдер арасында байқалды. Бұл айырмашылықтар «Дене шынықтыру және спорт оқытушылығы», «Жаттықтырушылық» бөлімдерінде басым екендігі анықталды.

6-кесте – Қатысушылардың отбасы табысына қарай, салауатты өмір салты және өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейіне байланысты корреляциялық тест нәтижелері

	ӨСС	Денсаулық жағдайы	Дене жағдайы	Психологиялық жағдай	Қоғамдық орта	Әлеуметтік қатынастар	СӨС
Отбасы табысы	0,06	0,07	0,06	0,06	0,096*	0,04	0,086*

6-кестеге сәйкес, «отбасы табысы мен ӨСС орташа нәтижесі, СӨС төменгі көрсеткіші және СӨС орташа нәтижесі» арасындағы байланысты анықтау мақсатындағы жасалынған корреляциялық

анализ қорытындысында, СӨС төменгі көрсеткіші ($r = ,096^*$, $p < 0,05$) және СӨС жалпы нәтиженің орташа мәні бойынша ($r = ,086^*$, $p < 0,05$) статистикалық төмен деңгейдегі оң мәнді байланыс анықталды.

7-кесте – Қатысушылардың жеке табыс мөлшеріне қарай, салауатты өмір салты және өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейіне байланысты корреляциялық тест нәтижелері

	ӨСС	Денсаулық жағдайы	Дене жағдайы	Психологиялық жағдай	Қоғамдық орта	Әлеуметтік қатынастар	СӨС
Жеке табысы	0,085*	0,081*	0,05	0,102**	0,136**	0,102**	0,120**

7-кестеге сәйкес, «жеке табыс ерекшелігі мен ӨСС нәтижесінің орташа мәні, СӨС төменгі көрсеткіші және СӨС орташа нәтижесі» арасындағы байланысты анықтау мақсатындағы жасалынған корреляциялық анализ қорытындысында, ӨСС жалпы нәтиженің

орташа мәні бойынша, денсаулық жағдайы, психологиялық жағдай, қоғамдық орта, әлеуметтік қатынастар және СӨС жалпы нәтиженің орташа мәні бойынша статистикалық төмен деңгейдегі оң мәнді байланыс анықталды ($p < 0,05$).

8-кесте – Қатысушылардың күндік бос уақыты ерекшелігіне қарай, салауатты өмір салты және өмір сүру сапасына қанағаттану деңгейіне байланысты Корреляциялық тест нәтижелері

	ӨСС	Денсаулық жағдайы	Дене жағдайы	Психологиялық жағдай	Қоғамдық орта	Әлеуметтік қатынастар	СӨС
Күндік бос уақыт	0,03	0,05	0,01	0,02	0,05	0,02	0,04

8-кестеге сәйкес, «Күндік бос уақыт ерекшелігі мен ӨСС нәтиже орталамасы, СӨС төменгі көрсеткіші және СӨС орташа нәтижесі» арасындағы байланысты анықтау мақса-

тындағы жасалынған корреляциялық анализ қорытындысында ешқандай мәнді қатынас анықталған жоқ ($p > 0,05$).

9-кесте – Қатысушылардың өмір сүру сапасына қанағаттану және салауатты өмір салтына байланысты корреляциялық тест нәтижелері

	Денсаулық жағдайы	Дене жағдайы	Психологиялық жағдай	Қоғамдық орта	Әлеуметтік қатынастар	СӨС
ӨСС	0,395**	0,352**	0,403**	0,446**	0,360**	0,477**

9-кестеге сәйкес, «ӨСС нәтижесінің орташа мәні мен СӨС төменгі көрсеткіші және СӨС орташа нәтижесі» арасындағы байланысты анықтау мақсатындағы жасалынған корреляциялық анализ қорытындысында, СӨС барлық төменгі көрсеткіштері және қорытынды ұпайлардың орташа көрсеткішінде оң мәнді байланыс анықталды ($p < 0,05$).

Қорытынды. «Гази университеті мен Анкара университеті білімгерлерінің салауатты өмір салтын зерттеу» тақырыбы аясында студенттердің салауатты өмір салты мен өмір сүру сапасына қатысты алынған нәтижелер басқа да зерттеушілердің еңбектерінде пайдалы болады деген үміттеміз. Студенттердің денсаулығының жақсаруы мен адам баласының

өмір сүру жасының ұзаруына бұқаралық спорт пен дене жаттығулары ерекше әсер етеді. Әлемнің дамыған елдеріндегі озық технологиялар мен сапалы спорттық жабдықтарды қолдану, халықтың көп жиналатын орындары мен тұрғын үйлердің ауласындағы спорттық алаңдарды көбейту сынды жұмыстар студенттер мен бұқара халықтың дене жаттығуларымен айналысуына ықпал жасайды.

Қорыта келгенде: Студенттердің салауатты өмір сүру салтын нақтылау мүмкіндігі мен құрылымын, салауатты өмір сүру салтын қолдану, денешынықтыру және педагогикалық әрекет жағдайындағы қарқынды іріктелу еркіндігі;

– Студенттер арасында салауатты өмір сүру салтын насихаттаудың ғылыми-практикалық не-

гіздерін жаһандану жағдайында зерттеудің ғылыми-әдістемелік тұрғыда сипатталуының қажеттілігі;

– Білімгерлердің салауатты өмір сүру салтын насихаттаудың ғылыми-практикалық негіздерін жаһандану жағдайында зерттеудің ғылыми-әдістемелік негіздерінің инновациялық технологиялар мазмұны;

– Қазақстан мен Түркия Республикаларында ғана емес, әлемдік деңгейде салауатты өмір сүру салтын насихаттаудың ғылыми-практикалық негіздерін жаһандану жағдайында зерттеудің ғылыми-әдістемелік негіздерінің инновациялық технологиясының әдістемелік тұрғыдағы тиімділігін анықтау назардан тыс қалмауы тиіс.

Әдебиеттер

- 1 Иетим Y. Жеке жобаларды ұйымдастыру және өмірге қанағаттану мәселелері. Докторлық диссертация. – Еге. – 2001. – 10 б.
- 2 Билир Н., Өзджебе Х., Вайзоғлу С.А., Аслан Д., Шубашы Н., Телафар Т.Г. Ван қаласындағы 15 жастан жоғары ер балаларда sf-36 салауатты өмір салтына арналған ғылыми зерттеу жұмысы. – Ван. – 2005. – Б. 663-664.
- 3 World Health Organization. The world health organization quality of life instruments (The whoqol-100 and the whoqol-bref). Whoqol Measuring Quality of Life, Programme on Mental Health Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. – 1997. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63482>.
- 4 Гүлер Д. Салауатты өмір салты және депрессия. Кәсіптік ғылыми жұмыс. – Ыстанбұл. – 2006. – Б. 64-65.
- 5 Кескиноғлу П. Салауатты өмір салтына әсер етуші факторлар. III ұлттық денсаулық конгресі. – Измир. – 2010. – Б. 25-27.
- 6 Pavot W., Diener E. Review of the satisfaction with life scale // Psychological Assessment. – 1993. – № 5 (2). – Pp. 164-172.
- 7 Fidaner H., Elbi H., Fidaner C., Eser S. Y., Eser E. ve Göker E. Psychometric properties of Whoqol-100 and whoqol-bref. 3P Dergisi, 7(Ek 2). – 1999. – Pp. 23-40.
- 8 Oliver M. Whoqol-bref. University of Washington Seattle, United States of America, United States Version. – 1997. – Pp. 5-31.
- 9 Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The satisfaction with life scale // Journal of Personality Assessment. – 1985. – 49 (19). – Pp. 71-75.
- 10 Eriş H.M., Anıl D. Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. – 2015. – 49 (19). – Pp. 1-14. DOI:10.16986/HUJE.2015014183.

References

- 1 Ietim Y. ZHeke zlobalardy ұjymdastyru zhөne өmirge қанағаттану мәселелері. Докторлық dissertaciya. – Ege. – 2001. – 10 б.
- 2 Bilir N., Özdzhebe H., Vajzorlu S.A., Aslan D., SHubashy N., Telafar T.G. Van қаласындағы 15 zhastan zhofary er balalarda sf-36 salauatty өmir saltyna арналған ғылыми зерттеу zhұmysy. – Van. – 2005. – B. 663-664.
- 3 World Health Organization. The world health organization quality of life instruments (The whoqol-100 and the whoqol-bref). Whoqol Measuring Quality of Life, Programme on Mental Health Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. – 1997. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63482>
- 4 Gүler D. Salauatty өmir salty zhөne depressiya. Kәсіptik ғылыми zhұmys. – Ystanbұl. – 2006. – B. 64-65.
- 5 Keskinoflu P. Salauatty өmir saltyna әсер etushi faktorlar. III ұltтық денсаулық kongresi. – Izmir. – 2010. – B. 25-27.
- 6 Pavot W., Diener E. Review of the satisfaction with life scale // Psychological Assessment. – 1993. – №5 (2). – Pp. 164-172.
- 7 Fidaner H., Elbi H., Fidaner C., Eser S. Y., Eser E. ve Göker E. Psychometric properties of Whoqol-100 and whoqol-bref. 3P Dergisi, 7(Ek 2). – 1999. – Pp. 23-40.
- 8 Oliver M. Whoqol-bref. University of Washington Seattle, United States of America, United States Version. – 1997. – Pp. 5-31.
- 9 Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The satisfaction with life scale // Journal of Personality Assessment. – 1985. – 49 (19). – Pp. 71-75.
- 10 Eriş H.M., Anıl D. Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. – 2015. – 49 (19). – Pp. 1-14. DOI:10.16986/HUJE.2015014183

Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)	Автор для корреспонденции (первый автор)	The Author for Correspondence (The First Author)
Мехмет Йылдыз – PhD, Гази университетінің доценті; Анкара қ., Түркия. e-mail: mehmetyildiz@gazi.edu.tr, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0001-9784-6050	Мехмет Йылдыз – PhD, доцент Университета Гази, Турция, г. Анкара, e-mail: mehmetyildiz@gazi.edu.tr, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0001-9784-6050	Mehmet Yldz – PhD, Associate professor of Gazi University; Ankara, Turkey. e-mail: mehmetyildiz@gazi.edu.tr, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0001-9784-6050