

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**HAYATTA AMAÇ ÖLÇEĞİ, HAYATTA ANLAM ANKETİ VE YAŞAM
YÖNELİMİ TESTİ REVİZE TÜRKÇE VERSİYONUNUN GEÇERLİK,
GÜVENİRLİĞİ VE FAKTÖR YAPISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
GÖKÇE KAHLEOĞULLARI

GAZİANTEP - 2017

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**HAYATTA AMAÇ ÖLÇEĞİ, HAYATTA ANLAM ANKETİ VE YAŞAM
YÖNELİMİ TESTİ REVİZE TÜRKÇE VERSİYONUNUN GEÇERLİK,
GÜVENİRLİĞİ VE FAKTÖR YAPISI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
GÖKÇE KAHLEOĞULLARI

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. HANNA NİTA SCHERLER

GAZİANTEP - 2017

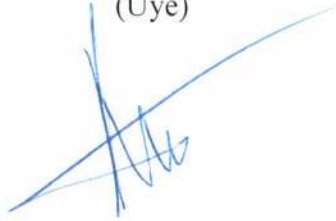
KABUL VE ONAY

Gökçe KAHLEOĞULLARI tarafından hazırlanan ‘‘ Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revize Türkçe Versiyonunun Geçerlik, Güvenirliği ve Faktör Yapısı‘‘ başlıklı bu çalışma 28/03/2017 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabule dılmıştır.

Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL
(Başkan)



Doç. Dr. Hanna SCHERLER
(Üye)



Yrd. Doç. Dr. İtir TARI CÖMERT
(Üye)



Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım. / /

Doç. Dr. Mazlum ÇELİK
Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “ Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revize Türkçe Versiyonunun Geçerlik, Güvenirliği ve Faktör Yapısı ” başlıklı çalışmanın tarafımca, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım. 28/03/2017

Gökçe KAHLEOĞULLARI



ÖNSÖZ

Yaşamak Şakaya Gelmez,
Büyük Bir Ciddiyetle Yaşayacaksınız
Bir Sincap Gibi Mesela,
Yani, Yaşamın Dışında ve Ötesinde Hiçbir Şey Beklemeden
Yani, Bütün İşin Gücün Yaşamak Olacak.
Nazım Hikmet RAN

İnsan, biyolojik, ruhsal ve toplumsal bir bütündür. Uğruna yaşanacak amaç ve anlam arayışı insanın bütününe oluşturan faktörler tarafından engellendiğinde varoluşsal tehdit ve iç çatışma ortaya çıkar. Yaşamda anlam her zaman değişir ancak hiçbir zaman yok olmaz. Kişi, bilinen bütün hedefler tükendiği zaman hayatını anlamlı kılacak arayışlara girer ve birey yaşamının anlamını farklı yollardan bulabilir. Ümit ederek, bir eser yaratarak, üretmek, bir insanla iletişime girerek, inanç sahibi olarak, nihayet hayatta bilinen bütün anlamlar hedefler uçup gittiğinde koşullar doğrultusunda kendi tavrını belirleme özgürlüğünü kullanarak...

Bu çalışmada, kişilerin aldığı terapiler sırasında tanı ve tedaviye yardımcı olmak için Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revizenin Türkçeye kazandırılması ve Türkiye’deki ruh sağlığı merkezlerinde kullanılması için uyarlanması amaçlanmıştır.

Yaşamda Anlam, Amaç ve Yönelim” kavramları ile yakından tanışmamı sağlayan, çalışmamın her aşamasında akademik bilgi ve deneyimlerini, zamanını ve enerjisini benimle paylaşan, hayattaki pozitif enerjisi ve hümanist çizgisiyle beni motive eden Uz. Klinik Psikolog Ferhat Jak İÇÖZ’e teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecimde benden ilgisini ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, bilgi ve donanımıyla örnek olan tez danışmanım ve saygıdeğer Hocam Doç. Dr. Hanna Nita SCHERLER’a teşekkür ederim.

Maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen, varlıklarıyla güven duyduğum uzakta olsalar da yanımdaymış gibi bana destek veren annem Aysel KAHLEOĞULLARI, babam Bedi KAHLEOĞULLARI’na ve bu süreçte beni sabırla destekleyen, yaratıcı çözümler üreten, zorlu zamanlarımda beni motive eden değerli kardeşlerime teşekkürlerimi sunuyorum.

Arkadaşlarım Ercan AKIN, Ali ŞEN, Yeliz YAPRAK ve Özge ŞENER’e teşekkür ederim.

Gaziantep, 2017

Gökçe KAHLEOĞULLARI

ÖZET

Testlerin Türkçe versiyonlarının, Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), Hayatta Anlam Anketi (HAA) ve Yaşam Yönelimi Testi Revizenin geçerliği, güvenirliği ve faktör yapısının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini farklı üniversitelerde eğitim görmekte olan 648 öğrenciden oluşmaktadır. Türkçe HAÖ, HAA ve YYT-R'nin iç tutarlılığı Cronbach Alfa güvenirlik analizi tekniği ile hesaplanmıştır. HAÖ, HAA ve alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı ile YYT-R'nin Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla 0.63, 0.74, 0.80, 0.79 ve 0.38 bulunmuştur. Yapılan test-tekrar test analizlerinde HAÖ, Hayatta Anlamın Varlığı ile Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği ve YYT-R'nin test-tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayıları sırasıyla 0.79, 0.64, 0.73, 0.75 bulundu. Türkçe HAÖ ile Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeği ($r=0.332$, $p<0.01$) ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği ($r=0.137$, $p<0.01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışmanın bulguları değerlendirildiğinde HAÖ ve HAA geçerli ve güvenilir ölçme araçları olarak Türkiye örnekleminde kullanılabileceği görülürken, YYT-R'nin kullanıma uygun olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: hayatta amaç ölçeği, hayatta anlam anketi, yaşam yönelimi testi, anlamın varlığı, anlam arayışı.

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the reliability and the validity of three scales; Meaning in Life Questionnaire (MLQ), Purpose in Life Scale (PIL) and Life Orientation Test (LOT). The sample consisted of 648 university students enrolled in various university. The Cronbach's alpha coefficients for PIL, Presence of Meaning in Life and the Search of Meaning in Life subscales of the MLQ and the LOT were 0.63, 0.74, 0.80, 0.79 and 0.38, respectively. The test-retest correlation coefficients for PIL, Presence of Meaning in Life and the search of Meaning in Life subscales of the MLQ and the LOT were 0.79, 0.64, 0.73, 0.75, respectively. A statistically significant correlation was found between the PIL and Presence of Meaning in Life ($r = 0.332$, $p < 0.01$) and the Search of Meaning in Life subscale ($r = 0.137$, $p < 0.01$). The results revealed that while the Turkish versions of PIL and MLQ were valid and reliable measurement tools, while the Turkish version of LOT-R was rendered to be invalid and unreliable.

Keywords: purpose in life scale, the meaning in life questionnaire and the life orientation test-revised.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

KABUL VE ONAY	i
TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ	x
KISALTMALAR LİSTESİ	xi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ	1
1.1. Problemin Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	1
1.3. Araştırmanın Sayıtları.....	1
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	2

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	3
2.1. Hayat (Yaşam) Nedir?	3
2.2. Anlam Nedir?.....	3
2.2.1. Varoluşsal Olarak Anlam	3
2.2.2. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramının Tarihsel Gelişimi	4
2.2.2.1. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramı	5
2.2.2.2. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramının Temelleri	6
2.2.2.2.1. Hayatta Anlam Kavramı ve Din	6
2.2.2.2.2. Hayatta Anlam Kavramı ve Felsefe	7
2.2.2.2.3. Hayatta Anlam Kavramı ve Psikoloji.....	7
2.2.3 Anlamın Varlığı ve Anlam Arayışı.....	8
2.2.4. Yaşamda Anlam ve Travmatik Olaylar	9
2.2.4.1 Boşluk ve Anlamsızlık Kaygısı.....	10
2.2.5. Yaşamın Anlamını Ölçmek İçin Geliştirilmiş Ölçekler	11
2.3. Amaç Nedir?	12
2.3.1 Hayatta (Yaşamda) Amaç Kavramı.....	12
2.3.1.1. Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlar.....	14
2.3.1.1.1. Kişisel Gelişim	14
2.3.1.1.2. Maddi Kazanç.....	15
2.3.1.1.3. Fiziksel Görünüm	15
2.3.1.1.4. Sosyal Sorumluluk.....	16
2.3.1.1.5. Bireysel Farkındalık	16
2.3.2. İnsanların Amaçlarına Ulaşmada Başarısız Olmalarının Nedenleri.....	17
2.3.3. Yaşamın Amacının Ölçülmesi İçin Geliştirilmiş Ölçekler	18
2.4. Yaşam Yönelimi, İyimserlik ve Karamsarlık (Kötümserlik).....	19

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM	22
3.1. Evren ve Örneklem	22
3.2. Veri Toplama Araçları	22

3.2.1. Sosyodemografik Veri Toplama Formu	22
3.2.2. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ)	22
3.2.3. Hayatta Anlam Anketi (HAA).....	23
3.2.4. Yaşam Yönelimi Testi (YYT- R)	24
3.3. İşlem.....	24
3.4. Verilerin Analizi	25

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM.....	26
4.1. Bulgular	26
4.1.1. Örneklemenin Sosyodemografik Özellikleri	26
4.1.2. Yaş İle Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), ve Hayatta Anlam Anketinin (HAA) Alt Ölçekleri Arasındaki İlişki	29
4.1.3. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), ve Hayatta Anlam Anketi (HAA) Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması.....	29
4.1.4. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ) ve Hayatta Anlam Anketi (HAA) Alt Ölçeklerinin Medeni Durum Açısından Karşılaştırılması	31
4.1.5. Güvenirlilik Analizleri	32
4.1.5.1. İç Tutarlılık.....	32
4.1.5.2. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize, Hayatta Anlam Anketi ve Hayatta Anlam Anketi Alt Ölçeklerinin Test Tekrar Test Güvenirliliği	37
4.1.6. Geçerlilik Analizleri	39
4.1.6.1. Aynılık (Convergent) Geçerliliği	39
4.1.6.2. Yapı (Construct) Geçerliliği.....	40

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA.....	46
5.1. Hayatta Anlam Anketi	47
5.1.1. Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Hayatta Anlam Anketi	47
5.1.2. Güvenirlilik ve Geçerlik	49
5.1.2.1. Güvenirlilik.....	49
5.1.2.2. Geçerlilik.....	50
5.1.2.2.1. Ölçüt-Bağıntılı Geçerlik	50
5.1.2.2.1.1. Aynılık (Convergent) Geçerlik	50
5.1.2.2.1.2. Yapı Geçerliliği.....	51
5.2. Hayatta Amaç Ölçeği.....	52
5.2.1. Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Hayatta Amaç Ölçeği.....	52
5.2.2. Güvenirlilik ve Geçerlik	53
5.2.2.1. Güvenirlilik.....	53
5.2.2.2. Geçerlilik.....	54
5.2.2.2.1. Ölçüt-Bağıntılı Geçerlik	54
5.2.2.2.1.1. Aynılık (Convergent) Geçerlik	54
5.2.2.2.1.2. Yapı Geçerliliği	55
5.3. Yaşam Yönelimi Testi Revize	56
5.3.1. Yaşam Yönelimi Testi Revize Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması	56

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
6.1. Sonuç	57
6.2. Öneriler	58

KAYNAKÇA.....	60
----------------------	-----------

EKLER	68
--------------------	-----------

Ek 1. Özgeçmiş.....	68
----------------------------	-----------

Ek 2. Gönüllüleri Bilgilendirme ve Olur (Rıza) Formu	70
---	-----------

Ek 3. Sosyodemografik Veri Toplama Formu	71
---	-----------

Ek 4. Hayatta Amaç Ölçeği	72
--	-----------

Ek 5. Hayatta Anlam Anketi	75
---	-----------

Ek 6. Yaşam Yönelimi Testi	76
---	-----------

Ek 7. Üniversitelerde Ölçek Uygulama İzin Dilekçesi	77
--	-----------

Ek 8. Üniversitelerde Öğrencilere Ölçek Uygulama İzinleri	79
--	-----------



TABLÖLAR LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri.....	27
Tablo 2. Örneklemin Cinsiyete Göre Yaş Dağılımı ve Yüzdelikleri.....	28
Tablo 3. Yaş İle Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketinin Alt Ölçekleri Olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Arasındaki İlişki.....	29
Tablo 4. Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketi'nin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre U-Testi Sonuçları.....	30
Tablo 5. Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketi'nin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Medeni Durum Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	32
Tablo 6. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize ve Hayatta Anlam Anketi'nin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Ortalama, Standart Sapma ve Cronbach Alfa Değerleri.....	34
Tablo 7. Hayatta Amaç Ölçeği için Madde Toplam Puan Korelasyonları.....	35
Tablo 8. Hayatta Anlam Anketi için Madde Toplam Puan Korelasyonları.....	36
Tablo 9. Yaşam Yönelimi Testi Revize İçin Madde Toplam Puan Korelasyonları.....	37
Tablo 10. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve Hayatta Anlam Anketi'nin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Test Tekrar Test Korelasyon Sonuçları	39
Tablo 11. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve Hayatta Anlam Anketi'nin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Birbirleri Arasındaki Korelasyon	40
Tablo 12. Hayatta Amaç Ölçeği KMO ve Bartlett Testi Sonuçları	41
Tablo 13. Hayatta Amaç Ölçeği Keşfedici Faktör Analizi Sonuçları	42
Tablo 14. Hayatta Anlam Anketi KMO ve Bartlett Testi Sonuçları	43
Tablo 15. Hayatta Anlam Anketi Keşfedici Faktör Analizi Sonuçları	44

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Yaşam Amaçları Alt Boyutları	14
Şekil 2. Hayatta Amaç Ölçeği Faktör Özdeğerlerine İlişkin Yamaç-Birikim Grafiği	43
Şekil 3. Hayatta Anlam Anketi Faktör Özdeğerlerine İlişkin Yamaç-Birikim Grafiği	45



KISALTMALAR LİSTESİ

Çev	:	Çeviren
HAA	:	Hayatta Anlam Anketi
HAÖ	:	Hayatta Amaç Ölçeği
N	:	Örneklem Sayısı
p	:	Anlamlılık Değeri
PPYABÖ	:	Pozitif Psikoterapi Bağlamında Yaşam Amaçlarını Belirleme Ölçeği Ergen Formu
R	:	Korelasyon
sd	:	Serbestlik Derecesi
SPSS:		Sosyal Bilimler İçin Statistik Paket Programı (Statistical Package For Social Sciences)
Ss	:	Standart Sapma
t	:	T Testi
YAÖ	:	Yaşamın Anlamı Ölçeği
YYT	:	Yaşam Yönelimi Testi
YYT-R	:	Yaşam Yönelimi Testi Revize
X	:	Örneklem Ortalaması
X²	:	Ki-Kare

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problemin Durumu

İnsanların, yaşamlarını sürdürmeye başladığı andan itibaren ilk hedefleri yaşamda varlığını destekleyecek bir amaç belirlemek ve belirledikleri bu amacı anlamlı kılmak, yaşamını anlam ve amacı doğrultusunda yönlendirmektir. İnsanlar varoluşlarının, anlamsız olmasını kabullenemezler. Bu nedenle, felsefi ya da bilimsel bir dayanak arayışı içine girerler. Bu arayışı göz önüne getirdiğimizde, varoluşsal dayanak, anlam ve amaç bulamama, yaşamın yönünü çizememe durumları kişilerin psikolojik olarak olumsuz etkilenmelerine, anlam ve yaşamda arayış girişimlerine sebep olmaktadır. Bu açıdan hayatta anlam, amaç ve yönelim insan için evrensel ve güdüleyici bir güçtür. Bunların eksikliği kaygı, mutsuzluk, depresyon ve yaşama karşı isteksizlik durumlarını da beraberinde getirmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Türkiye’de 2010 yılında Hayatta Anlam kavramı araştırılmaya başlanmıştır. Bu kavram, günümüzdeki önemini yeni yeni kazanmaya başlamaktadır. Hayatta amaç ve yönelimin odak noktası olan anlamın, varlığının günümüz koşullarındaki öneminin artması bu konudaki psikolojik problemleri de beraberinde getirmektedir. Bu problemlerin çözüm sürecinde hayatın anlamını amacını ve yaşam yönelimini ölçebilecek çalışmalara ihtiyaç duyulacaktır. Çözüm sürecinde etkili olabilecek bu çalışmaların sayısının oldukça sınırlı olduğu gözlemlenmiştir.

Bu amaçla yapılan çalışmada Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından Hayatta Anlamın Varlığını ve Hayatta Anlam Arayışını ölçen 10 maddelik Hayatta Anlam Anketinin, Crumbaugh (1968) tarafından yaşamın amacını ölçen 20 maddelik Hayatta Amaç Ölçeğinin ve Scheir, Carver ve Bridges (1994) tarafından değerlendirilen yaşamın yönelimini, iyimserlik ve kötümserlik (karamsarlık) açısından ölçen 10 maddelik Yaşam Yönelimi Testi Revize’nin, Türkiye toplumunda geçerlik, güvenirlik ve faktör analizi çalışmasının yapılması hedeflenmiştir.

1.3. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılan kişilerin ölçekleri samimi olarak yanıtladıkları, ölçme araçlarının istenilen bilgiyi doğru ölçtüğü, ölçeklerde yer alan maddeleri cevaplayan kişiler tarafından doğru anlaşıldığı ve cevapladığı varsayılmıştır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmaya katılacak olan bireyler Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Harran Üniversitesi, Gaziantep Üniversitesi, Mustafa Kemal Üniversitesi, Onsekiz Mart Üniversitesi, Yakındoğu Üniversitesi, Girne Amerikan Üniversitesi ve Uluslararası Kıbrıs Üniversitesinde çeşitli bölümlerde öğrenimlerine devam eden ve gönüllü olan bireylerden elde edilen veriler ile sınırlıdır.

2. Araştırma Ağustos 2016 ve Aralık 2016 tarihleri arasında elde edilen veriler ile sınırlıdır.

3. Ölçeklerden elde edilen veriler ölçeklerin ölçtüğu özellikler ile sınırlıdır.



İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu kısmında Hayatta Anlam, Hayatta Amaç ve Yaşam Yönelimi hakkında ayrıntılı kavramsal bilgilere değinilmiştir.

2.1. Hayat (Yaşam) Nedir?

Hayat kavramını genel olarak tanımlayacak olursak, doğaya bağımlı, sınırlı ve beşeri olmayan bir varoluş ile tam tersi olan tamamen bağımsız, rahat ve beşeri bir varoluşun iç içe girmiş olduğu karmaşık bir yaşam çabası durumu şeklinde tanımlayabiliriz. Hayat inkar edilmeksizin, toplum, kurallar, kanun ve rollerin insan üzerindeki baskısı ve aniden ortaya çıkan durumlar (kaza, ölüm, doğal olaylar ve hastalıklar gibi) karşısında mücadele etmek zorunda bırakılan bütünsel bir örüntüdür. Kısacası hayat, kişinin kendisinden başlayarak, çevresini, inancını, rollerini, maddi ve manevi bütün unsurlarını bir bütün haline getirmeye ve iç içe işlevsellik kazanmasına olanak sağlayan canlı ve bütünsel bir alandır (Bahadır, 1999).

2.2. Anlam Nedir?

Anlam terimi zihinsel olarak düşünüldüğünde bir sözcüğün, şeklin, işaretin, anlatımın, teorinin taşıdığı ve nitelendirildiği bilişsel ve duygusal içerik şeklinde tanımlanabilir (Demir ve Acar, 1997: 28). Bir başka şekilde tanımlandığında anlam, bir durumu, olayı manalandırmak ya da herhangi bir şeye mana yüklemek istendiğinde ifade edilen kavramdır. İnsan yaşamı boyunca çeşitli anlamları yaşantısı içinde barındırır. İnsan yaşamı içinde barındırdığı anlamları ölçer, tartar ve kendisine uygun olan özgün bir anlam seçer. Bu nedenle her insanın yaşama verdiği anlam farklı ve kişiseldir (Yalom, 2011: 662). Anlam kişinin birincil olarak belirli bir hedefinin olması durumudur. Diğer bir söyleyişle anlam kişinin belirlemiş olduğu hedefe dönük olması veya bu hedefi gerçekleştirmek adına davranış ortaya koyması durumudur (Çilingir, 2003: 229).

Anlam, zihinsel bir bütün olmaktan ziyade, varoluşsal bir bütün olarak değerlendirilmelidir (Bahadır, 1999: 7).

2.2.1. Varoluşsal Olarak Anlam

Varoluşsal açıdan baktığımızda anlam, yaşamı anlamada, yaşam üzerine inşa edilecek bir yapı için doku ya da alt yapı oluşturmada, bireyin yaşamına yön vermede,

kişinin yaşamında karşılaştığı olay ya da durumlara tasarladığı şekilde cevap ya da tepki vermede kullanılan bir modeldir (Mckenzie, 1986: 9).

Anlam kavramı ile öncelikle, hayatın yaşamaya değer olup olmadığı, yaşamın en iyi şekilde yaşanıp yaşanmadığı, yaşamdan beklenenlerin gerçekleşip gerçekleşmediği, kişinin yaşamında belirlediği temel amaçlara ulaşip ulaşmadığı, soruları karşısında insanın yaşam şekli ile uyumlu cevaplar verebilmesi belirtilmiştir. Bu sorular karşısında anlam, varoluşun özünü ve yaşamın anlamını ifade eder (Bahadır, 1999: 4).

Bireyin oluşturmuş olduğu anlama göre dünyası şekillenmektedir. Kişi kendi yarattığı anlam üzerine kurmuş olduğu dünyada yaşar ve kendi anlamsal dünyasını oluşturur (Geçtan, 2007: 183). İnsanlar varoluşun anlamsız olduğu düşüncesini yaşamları boyunca aykırı ve kabul edilemez bir düşünce olarak kabul etmiştir. Bu sebeptendir ki doğduklarından yani varoluşlarından bugüne anlamlandırmaya çalışmışlardır. Anlamlandırırken kimi zaman bilim, kimi zaman da felsefi inançlar etkili olmuştur. Birbirinden farklı ve çeşitli din ve inançların, felsefe ve psikolojinin olması insanlara yaşamı anlamlandırmada ve anlamada rahatlık sağlamıştır (Kızılırmak, 2015).

2.2.2. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramının Tarihsel Gelişimi

Sosyal bilimler açısından bakıldığında, davranışsal ve objektif deneyimler duygulara ve öznel deneyimlere yönelik çalışma olarak tercih edilirken, patoloji odaklı çalışmalar ise ruh sağlığı çalışmalarında tercih edilmiştir. Bu sebeple yaşamın anlamı konusu ve “Yaşamın anlamı nedir ?” sorusu felsefi olarak odak haline gelmiştir (Battista ve Almond, 1973: 409). Ancak 2. Dünya savaşından bu yana psikolojide pozitif kavramların önemi daha da artmış ve araştırmalara daha fazla konu olmaya başlamıştır (Seligman ve Csikszentemihalyi, 2000: 5).

Psikoloji akımı içerisinde hayatta anlam ile ilgili çalışmalara 2. Dünya savaşıdan sonra yer verilmeye ve üzerinde çalışılmaya başlanmıştır. Varoluşçu psikolojinin kurucularından Frankl’ın bu çalışmaların yapılmasında ve yaşamın anlamının öneminin belirmesinde önemli bir katkısı olmuştur. 1951 yıllarına baktığımızda Allport, Vernon ve Lindzey’in değerler ile ilgili çalışmalar yapmaları ve bunları yayımlamaları anlam kavramının öne çıkmasına ve öneminin anlaşılmasına olanak sağlamıştır. Bütün bu uğraş ve çabalara rağmen yaşamda anlam kavramı, kendini gerçekleştirme ve otantik olma kavramlarına göre daha geride kalmış ve daha az ilgi görmüştür (Debats, 1999: 31).

2.2.2.1. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramı

Hayatta anlam arayışı, yüzyıllardır insanlığın varoluşu için konu olmuş ve günümüzde devamlı konu olan, tarih ile özdeşleşmiş ve iç içe girmiş bir kavramdır. Görünen o ki hayvanlar aleminde böyle bir durumdan söz edilmemektedir (Bahadır, 1999: 12).

Hayatta anlam, insanın anlam arayışını ve sorgusunu doğuştan gelen bir güdü ile içselleştiren ve yaşamın anlamını amaçları ile birlikte ele alarak bütünleştiren, doğal, gerçekçi ve temel bir güdü olarak tanımlanmaktadır (Frankl, 2009: 122). Yaşamda anlam, kişilik özelliğinde iyi bir varoluş özelliğinin olması durumudur (Ryff, 1989: 1069).

“Logoterapi” yıllar önce Frankl tarafından ortaya atılmış bir kavramdır. Logoterapideki “logos” Yunancada anlam kavramına karşılık gelmektedir. Bu nedenle Frankl kuramını anlam terapisi olarak adlandırmıştır. Frankl’a göre insan için yaşamak ve bu yaşamı sürdürmek için temel motivasyon yaşamında aramakta olduğu anlamdır. Doğal, sağlıklı ve verimli bir yaşam için bu anlam arayışının kaçınılmaz olduğu ele alınır. Logoterapi için kaçınılmaz ve şart olan üç ana kriter bulunmaktadır (Frankl, 2009: 112).

1. İnsan yaşamı içerisinde bir anlam oluşturmali, bir iş yaparak ya da bir eser oluşturarak.
2. Hayatı anlamlı kılmak için ve amaç oluşturmak için, bir şeyler yapmalı, etkileşim kurulmalıdır. Bu nedenle temel motivasyon aracı her zaman anlam aramak olmalıdır.
3. İnsan kaçınılmaz bir acı yaşasa da hayatı yaşanılabilir kılacak anlamlar üretebilmelidir.

İnsan yaşamı boyunca karşısına çıkan canlı cansız, pek çok durum veya nesneye istemsiz bir şekilde doğru veya yanlış, bilinçli veya bilinçsiz bir anlam yüklemektedir. Bu durumun en büyük sebebi insanın bilişsel olarak var olan durum ya da nesneyi anlaşılır kılmaktır. Birey, zihinsel olarak yaşamındaki ruhsal ve zihinsel gerginlik ve belirsizliği ortadan kaldırmak istemektedir (Bahadır, 1999: 4).

İnsanlar yaşadıkça ve var oldukça hayat bulmaya çalıştıkları anlam sürekli olarak değişim göstermektedir. Varoluşsal anlam arayışının sürekli değişim göstereceği

ancak hiçbir zaman yok olmayacağı kanısı kabul görmüştür. Logoterapiye göre yaşamda anlamı bulmak için üç farklı yöntem kullanılabilir (Frankl, 2009: 125).

1. Ürün, eser yaratarak ya da bir çalışma yaparak (başarı elde ederek)
2. İnsanlarla iç içe olarak, etkileşim kurarak, olay yaşayarak (sevgi bağı oluşturarak)
3. Var olan ve kaçınılmaz olduğu bilinen acıyı çekerek ve inkar edilmez ölüme karşı tefekkür ederek.

2.2.2.2. Hayatta (Yaşamda) Anlam Kavramının Temelleri

Varoluşlarından bu yana insanlar hayatın anlamını sorgulamış ve yaşamın daha anlamlı hale gelebilmesi için neler yapılabileceğini sorgulamıştır. Felsefe tarihine baktığımızda karşımıza çıkan ilk sorulardan birinin “Yaşamın anlamı nedir ?” sorusu olmaktadır ve bu soru günümüze kadar gelmiştir. Tarihsel sürecin başlangıcından günümüze birçok bilim dalı yaşamda anlam arayışına katkıda bulunmuştur. Böylece hayatta anlamın arayışı çabasıyla yüzyıllar arasında bir köprü oluşmuştur (Kızılırmak, 2015: 7).

İnsan hayatta her zaman bir anlam arar, bu yüzden anlamsız bir varoluş insan bilincine aykırıdır. Doğuşundan bu yana insanlar kendilerinin ve dünyanın varoluşuna anlam katmak için etkin çabalar göstermişlerdir (Sezer, 2012: 212).

2.2.2.2.1. Hayatta Anlam Kavramı ve Din

Ölümün ve yaşamın anlamında olduğu gibi insanların varoluşlarına yönelik sorgulamalarına da en net ve kapsamlı açıklamalar dinsel gelenekler ile verilmiştir. Dinsel gelenek ve açıklamalar insanlara neden ve nasıl yaşamaları gerektiği konusunda kapsamlı bilgiler sunmaktadır. Bu nedenle insanın yaşamına adapte olması sürecinde dinlerin etkililiği büyüktür. Şöyle bir durum vardır ki dini inancı olan bireyler, yaşamı anlamlandırırken, yaşama yön verirken, yaşama dair sorunlara çözüm üretirken dini inançlarını etkin bir şekilde kullanmamaktadırlar. Bu noktada dindarlığın etkin olup olmadığına dair sorular göze çarpmaktadır (Kıraç, 2007).

Williams, evrim teorisini kabul eden insanların anlamsızlığı benimsemediklerini belirtmektedir. Yaşamın tümünün anlamsız olduğu fikri ile bireyin kendi yaşamının anlamsız olduğu fikri arasında önemli ve ciddi bir ayrım vardır. Evrim teorisi insanlara ne yapacaklarını değil nereden geldiklerini söyler. Oysa evrim teorisini benimsememiş olanlar, Tanrı tarafından seçilmiş olarak bilinen kader ve kısmet şeklinde tanımlanan

amaç ve anlamlar bireylerin kendi tercihlerinden daha ön planda görünmektedir. Williams böyle bir durumun insanların kendi amaç ve anlamlarını oluşturmalarına engel olduğunu ve özgürlüğü kısıtladığını savunmaktadır (Williams, 2012: 87).

Dini inancı olan insanlar oluşturdıkları dini yapılarla, dünyaya ve varoluşa ilişkin, yaşam öncesi, yaşam ve yaşam sonrası hakkında anlamlar bütünü sunarlar ve insanlar bütünsel olarak sunulan bu yapı ile yaşamlarını sürdürürler. İnsanların anlam arayışlarına ilişkin dinler dışında felsefe bilimi de açıklamalar getirmiştir (Sezer, 2012: 213).

2.2.2.2.2. Hayatta Anlam Kavramı ve Felsefe

Hayatın anlamı insanın varoluşunun sorgulanmasına yönelik bir arayıştır. Bu anlamın arayışı psikolojide 1960'lı yıllara dayanan yeni ve kişiden kişiye değişen bir arayıştır. Felsefi açıdan baktığımızda hayatta anlamın arayışı daha eskilere dayanmaktadır. Hayatın anlamının felsefi dayanakları varoluşçuluk akımı içinde incelenebilir. Anlam kavramı felsefi açıdan ele alındığında genel olarak yaşamın genel geçer olmadığına dair ortak bir görüş ortaya çıkmaktadır. İnsan doğduğu anda yaşamında bir anlamın varoluşu ile doğmamaktadır, kişi doğumundan sonra olay, durum ya da nesnelere değerler atfederek anlam oluşturur. İnsanlar hayatlarında anlam oluşturmak istediklerinde özgür ve bağımsızdırlar çünkü, yaşamda genel geçer ve nesnel bir anlam yoktur. Anlam, kişiden kişiye değişir. Kurgulanan anlam kişinin varlık arayışını ve hayatının amacını oluşturur (Arda, 2011: 7).

Varoluşçu felsefe yaşamın anlamı ve amacı arayışında baskın olarak kendi istek ve arzuları dışında, bir gücün olmaması durumunda, birey olarak özgür bir şekilde yaşamlarındaki amaç ve anlamı seçip kurgulayabilecekleri bir konumda olacaklarını öngörür (Williams, 2012: 10).

2.2.2.2.3. Hayatta Anlam Kavramı ve Psikoloji

Yirminci yüzyılın ortalarına doğru gelindiğinde, psikoloji tarihinde insan doğasını “olumsuz” olarak ele alan psikoanalitik yaklaşım ve insan doğasını “etkisiz-nötr” olarak değerlendiren davranışçı yaklaşımın hakim olduğu gözlenmiştir. Bu bakış açılarının yanı sıra hümanistik (insancıl) yaklaşımın kuramcıları ruhsal hastalıklara ve bozukluklara odaklanmış bir psikolojik anlayışın yetersiz olduğunu ve genellenemeyeceğini belirtmişlerdir. Hümanistik anlayışın kuramcıları insanlar kendi erdem ve güce sebep olan durumun psikolojinin neşeli olma, şefkatli olma, memnun

olma, eğlenceli olma, insanlara dönük ve cömert olma, umutlu olma gibi özellikleri göz ardı etmesinden kaynaklandığını belirtmektedir. Böyle bir bakış açısı ile doğan hümanistik anlayış psikoloji dünyasında üçüncü güç olarak bilinmektedir. İnsanın pozitif bir doğası olduğunu göz ardı edilmiş pozitif yönlerini açığa çıkarmayı amaçlar (Burger, 2006: 461).

İkinci dünya savaşından sonra psikoloji ve psikiyatri dünyasında hızlı ilerlemeler görülmüş olsa da bu ilerlemenin yoğun olarak patolojik anlamda olduğu görülmektedir. Bu yaklaşım psikopatolojinin ilerlemesini durdurmak adına olsa da, psikolojideki gelişimi olumlu destekleyen özelliklerin dışarıda kalmasına sebep olmuştur. Hümanistik (İnsancıl) psikolojinin ilerlemesi ile insanların geliştirilebilir kapasitelerine ilgi gösterilmeye başlanmıştır. Psikologlar, insanlar için önemli olan psikolojinin iki temel görevini tamamlamaya yönelmişlerdir: psikolojik açıdan olumlu olan özellik ve niteliklerin geliştirilmesi ve hayatın bütün insanlar için daha yaşanılabilir ve değerli kılınması (Seligman, 2002: 3).

2.2.3 Anlamın Varlığı ve Anlam Arayışı

Hayatta anlam, “anlamın varlığı” ve “anlam arayışı” boyutları olarak iki farklı boyutta değerlendirilir. Anlamın varlığı insanlar açısından yaşamlarının ne denli önemli olduğu ve nasıl algılandığını düşündürürken; anlam arayışı, kişilerin anlamlı kılmak istedikleri yaşamlarının anlam ve amaçlarına yönelik istek, uğraş ve çabalarının gücü, şiddeti ya da anlam arayışına yönelik faaliyetlerini ifade eder (Steger vd., 2006: 83).

Hayatta anlam denildiğinde öncelikli olarak belirtilen anlam arayışı ve anlamın varlığı boyutları ele alınmaktadır. Bunlar birbiriyle iç içe girmiş anlamlı bir ilişki içinde olan boyutlardır (Kızılırmak, 2015: 17).

İnsanların yaşamlarındaki önemli süreçlerinden biri anlam arayışı ve bu arayış sonucunda elde edilen önemli ve değerli bir anlamın varlığıdır (Steger, Kawabata, Shimai ve Otake, 2008: 661).

İnsanlar, yaşamlarından zevk almaları adına, yaşamlarını zevkli hale getirebilecek arayışlarda bulunurlar. Bu arayış yaşamları adına olumlu bir motive gücüdür. Bu sonuçtan yola çıkarak yaşamda anlam arayışının doğal ve sağlıklı bir süreç olduğu bilinmektedir. Bu süreç ile bireyler yaşamlarında tecrübe elde ederler ve arayış içinde olmaktan rahatsızlık duymazlar. Bütün bu sürece rağmen anlam arayışını, işlevsel

bir bozukluk olarak gören teori ve kuramlara da rastlamak mümkündür (Frankl, 2010: 122).

Varlık modeli, insanların yaşamlarında anlam arayışlarını psikolojik bir özellik olarak görmektedir. Buna göre varlık modeli, insanların yaşamlarında anlam hissinin azaldığı ya da kaybolduğunda ilk olarak arayış içine gireceklerini ve yaşamlarını anlamsal açıdan tamamlayacaklarını savunur. Buradan yola çıkarak anlam arayışı ile anlam varlığının pozitif bir ilişki içinde olduğu söylenebilir. Sağlıklı bir arayış, bireyin yaşadığı yaşam deneyimlerinin anlamlandırılması ve bu deneyimlere yönelik arayışlarının sağlamlığı ile ortaya koyulur (Steger vd., 2008: 664).

2.2.4. Yaşamda Anlam ve Travmatik Olaylar

Travmatik olaylar karşısında kişisel olarak verilen tepki ve davranışlara atfedilen anlam iki açıdan önemlidir. Birincil olarak soruna yüklenen anlamı etkileyen durum ve faktörlerin ne olduğu, ikincil olarak da anlam ve akıl sağlığı arasındaki uyum sürecinde anlamın diğer dış faktörler ile ilişkisinin nasıl olduğudur? (Fife, 2005: 2133).

Kişi kendisinde stres yaratan bir durum ya da olay ile baş etmeye çalışırken deneyimlerini anlamlandırması önemli bir ihtiyaçtır. Olayın meydana geliş sebebi, olayda biri var mı, varsa sorumlu tutulan kişi kim ve olayın kişinin hayatındaki anlamı ve dünyaya bakışındaki anlamının önemi saptanır (Taylor, 1983: 1162; Thompson, 1985: 280).

Birey için stres yaratan durum, pozitif odaklı birincil kazançları destekleyici ikincil kazançlar oluşturarak, diğer insanların yaşantıları ile karşılaştırarak, daha kötüsü olabileceği düşüncesi ile var olanın iyi olma durumunu düşünerek, negatif bakış açısı yerine pozitif yeni bir tanımlama yaparak tekrardan gözden geçirebilir (Thompson, 1985: 281).

Anlam, kişinin olması gereken değişimlere uyum süreci yaşarken ve yaşadığı travmatik bir yaşantının yarattığı stres durumu ile baş etmeye çalışırken gelişir. Bu gelişim sürecini etkileyen üç faktör vardır (Fife, 2005: 2134).

1. Kişinin problem, durum ya da olay ile başa çıkma yeteneğinin ya da olayların sosyal rollerine ve işlevlerine etkisi.
2. Bireye etki eden olaya bağlantılı olarak diğerlerinin göstermekte olduğu tepki ve olayı yaşayan kişiyi algılayışları.

3. Kişinin geleceğe dönük algısı ile yaşadığı olay ile ilgili stresi dengeleyebilme etkililiği.

Bireylerin var oluşlarına ilişkin yaşadıkları kaygı ve yaşamlarının anlamlarına ilişkin inançlarının negatif olması, intihar girişiminde bulunma ve psikopatoloji eğilimlerinin oluşması riskini arttırmaktadır (Lemay ve Wilson, 2008: 488).

2.2.4.1 Boşluk ve Anlamsızlık Kaygısı

İnsan bütünlüğünü tehdit eden en önemli unsur yokluk, anlamsızlık, boşluk, ölüm ve kaderdir. İnsanın varoluşu yokluk tehdidi ile karşı karşıya kalmıştır (Kıraç, 2007: 33).

İnsanlar varoluşlarından bu yana yaşama yönelik anlamlı bir katılım göstermemiştir. Yani, kişinin varoluşu için harcadığı çaba yokluk tehdidine maruz kalmıştır. Yokluk, bireyin varlığını boşluk ve anlamsızlık ile tehdit etmektedir. Anlamsızlık, varoluşu sınırsız ya da bağımsız ve sınırlı ya da bağımlı olarak tehdit etmektedir, bunu yokluk ve boşluk ile gerçekleştirmektedir. Ölüm yaşamımızda var ve inkar edilemez bir olgudur (kaderin arka planında yokluğu, boşluk duygusunun ise anlamsızlık duygusunu görmektedir). Anlamsızlık kaygısı, aranan anlamın bulunamaması şeklinde tanımlanmaktadır. Bu kaygı durumu, kişinin yaşamına yüklediği anlamın merkezde olmaması ve varlığın anlamının sorgulanmasına cevap bulunamamasından kaynaklıdır (Tillich, 1952: 47).

Bireyin düşüncelerine ve yaşamsal değerlerine zarar veren, yok eden ve bu sebeple boşluk ve anlamsızlık kaygısına sebep olan durum sadece kişisel bir endişe ile gelişmemektedir. Bireyin düşünceleri ve yaşamsal değerleri, kişinin var olduğu durumu açıklamada ya da insanın varoluşsal sorularına cevap vermede eksik ve yetersiz kalmış olabilir. Zaman değişen bir süreçtir ve bireylerin anlam yarattığı zaman dilimi ile yaratılan anlamı tekrardan gündeme aldığı zaman dilimleri farklı olabilir. Bu nedenle anlamın, değerlerin ve düşüncelerin yenilenmesi gerekebilir. Çünkü bu anlam, değer ve düşünceler yavaş yavaş ve fark edilmeden ortadan kalkmış olabilir. Başlangıçta anlamsızlık kaygısı belirgin değilken zamanla oluşur ve aniden ortaya çıkarak fark edilir (Tillich, 1952: 50).

2.2.5. Yaşamın Anlamını Ölçmek İçin Geliştirilmiş Ölçekler

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Steger, Frazier, Oishi ve Kaler tarafından 2006 yılında yaşamın anlamını ölçmek için geliştirilmiştir. 7'li likert tipi olan YAÖ (1 kesinlikle geçerli değil - 7 kesinlikle geçerli) 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır, anlamın varlığı (1., 4., 5., 6., 9. maddeler, örneğin; Yaşamın anlamını biliyorum) ve anlam arayışı (2., 3., 7., 8., ve 10. maddeler, örneğin; yaşamımı anlamlı hissetmemi sağlayacak bir şeyler arıyorum). Ölçekten alınacak puanlar 7 ile 70 arasında değişmektedir. Ölçeğin alt boyutundan alınan puanın yüksekliği alt boyuta ait özelliğin kişide yüksek olduğunu ifade eder. Ölçekte 9. madde ters puanlanır. Anlamın varlığı alt boyutu için iç tutarlılık güvenirlik katsayısı 0.82 bulunmuşken, anlam arayışı alt boyutu için 0.87 bulunmuştur. Dört hafta aralık verilerek yapılan test tekrar test güvenirlik katsayısı sırası ile 0.70 ve 0.73 bulunmuştur (Steger vd., 2006). Ölçek Akın ve Taş tarafından Türkiye'ye uyarlanmış ve geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmıştır (Akın ve Taş, 2015).

Yaşam Tutumu Profili (Life Attitude Profile-Revised LAP-R): Yaşam Tutumu Profili ölçeği ilk olarak 1981 yılında Kanada'da Reker tarafından yaşamda anlamı ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Ölçek varoluşsal anlam, yaşamda anlam ve amaç bulmada motivasyonel gücün derecesini değerlendirmek için geliştirilmiştir (Reker ve Peacock, 1981: 265; Peacock ve Reker, 1982: 93). 7'li likert tipi bir ölçektir. Yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışması sonrası ölçek orijinalinden (6 boyut) farklı olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar amaç boyutu, tutarlılık boyutu, seçim boyutu ve sorumluluk boyutudur. Bu dört alt boyut için Cronbach's Alpha katsayısı 0.73 ile 0.82 aralığında bulunmuştur. Orijinal ölçekteki ölüm kabulü ve varoluşsal boşluk alt boyutlarının Cronbach's Alpha katsayısı 0.70'ten düşük bulunduğundan ölçekten çıkarılmıştır. Ölçekte puanlama 1-7 arasında gerçekleşmektedir. Ölçek Türkçe versiyonunun son halinde toplamda 30 maddeden oluşmaktadır. LAP-R ölçeği 2008 yılında Erci tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır (Erci, 2008: 706).

Hinton Yaşamın Anlamı ve Amacı Ölçeği: Hinton Yaşamın Amacı Ve Anlamı Ölçeği bireylerin yaşantılarına dair hislerini, yaşamlarına kattıkları anlam ve amacı ölçmek için geliştirilmiştir. Beşli likert tipi bir ölçektir (1 Hiç Uygun Değil – 5 Kesinlikle Uygun) ve 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinalinde yaşamın anlamı ve yaşamın amacı alt boyutları vardır. Ölçeğin 6 maddesi ters kodlanarak

hesaplanmaktadır (2, 10, 12, 14, 16 ve 20). Ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.80 olarak bulunmuştur (Hinton'dan [2012] aktaran Güven, 2015: 24).

2.3. Amaç Nedir?

Amaç, bireylerin yaşamlarını organize eden ve harekete geçiren, insanın davranışlarını yöneten ve hayatındaki yaşam amaçlarına bir anlam veren, kendi kendini planlayan bir unsurdur. Bir pusulanın, navigasyonun kişiye yön vermesi ile yaşam amacının kişinin yaşamasına yön vermesi aynı şeylerdir. Bu nedenle, yaşam amacına uygun yaşamak, amaç arayışı ve hedefe ulaşma mücadelesi insanın yaşamı için bir anlam kaynağıdır. Bütün bunların yanı sıra amaç, kişiliği ve davranış merkezini önemli açıdan etkiler, bu da kişiliğin merkezidir. (Mcknight ve Kashdan, 2009: 242).

2.3.1 Hayatta (Yaşamda) Amaç Kavramı

Yaşama verilen anlam, kişiden kişiye, günden güne, saatten saate, değişen bir unsurdur. Önemli ve tek olan yaşam anlamı olmamalıdır, kişilerin yaşamın anlamına verdikleri değer, kişisel anlam daha önemlidir. Yani, insanın yaşam amacı daha önemlidir. İnsanlar soyut bir anlam arayışına girdikleri zaman yaşamlarında aslında bulunması gereken özel noktaları göz ardı etmiş olurlar. Örneğin, kişiler kendi anlamlarını gerçekleştirmekten ziyade, toplumun atfettiği anlamları yaşamlarına uyarladıklarında, soyut bir yaşamsal anlam ortaya çıkar. Bunlar, özel bir iş, özel bir arkadaş, özel bir uğraş ya da üzerine emek harcadığı yaşam amaçlarıdır. (Frankl, 1997: 83).

İnsanların yaşamlarında mutlu olmalarının en büyük etkenlerden biri amaç belirlemek ve belirledikleri amaçlara ulaşmak için mücadele etmeleridir (Diener, 1984: 542). Ulaşılması zor, ulaşılması kolay amaçlar ve küçük olsun büyük olsun her mertebeden amaç tek bir amaca yani yaşam amacına yöneliktir. Bazen insanlar hayatta bir amacı olan insanların hedeflerine kolay bir şekilde ulaşabilmesini, bir hedeften diğerine çok rahat geçebilmesini, birden fazla hedefi bir anda yönetebilmesini bekler. Aksine, kişi amaçsız olabilir ve bir amaç elde edebilir, ancak bir sonraki amacı çok rahat ve hızlı bir şekilde elde edeceği anlamına gelmez, başka bir amacı kolayca tespit etmek zordur. Bu nedenle genel amaç (yaşam amacı) özel amaç (yaşamın anlamı) için üretilir (Mcknight ve Kashdan, 2009: 242).

Yaşamdan alınan doyum ve yaşamın anlamlandırılmasında en önemli etken yaşamdaki amaçların belirlenmiş olmasıdır. Bu da bireyler için yaşam amacının belirlenmesinin ne denli önemli olduğunu göstermektedir (Aydiner, 2011: 9).

İnsanların varlıklarını sürdürebilmeleri için, bir amaca bağlanmaları ve bu amacı devamlı hale getirmeleri önemlidir. Devamlı hale getirilen amacın içeriği, bireyin mutluluğunu belirli bir koşula bağlamaktadır. Bireyler arasında ilişki geliştirme, kendini gerçekleştirme ve kabul etme, fiziksel ve zihinsel olarak sağlam olma ve bunu sürdürebilme, yardımsever olma vb. amaçlar bireyin psikolojisini sağlıklı ve olumlu etkilerken, zenginlik, ünlü olma isteği ve dikkat çekici olma gibi dışsal amaçlara ulaşma isteği ve bunları devamlı hale getirme isteği bireyin psikolojik sağlığına olumsuz etkilemektedir. Şu ana kadar ifade edilenler içsel amaçların önemli ve değerli olduğunu belirtiyor. Durum böyleyken neden bazı insanlar amaçlarına ulaşmak için emek harcayıp mücadele ederlerken, bazıları benzer performans ve uğraşmayı göstermeyip pes etmektedirler? (İlhan, 2009: 14).

Bireyler kurguladıkları ya da ulaşmak istedikleri amaçlara ulaşamayabilir. Bazen bireyin yaşamında amaç oluşturmaya engel olabilecek yetersizlikler (bilişsel engeller, yetenek ve ilginin olmaması vb.) vardır (Carver ve Scheier, 2002: 311).

İnsanlar yaşamlarındaki anlamı yaratmak ve yaşamlarından doyum almak için farklı alanlarda (bireysel gelişim, ekonomik kazanç, fiziksel görünüm, sosyal (toplumsal) sorumluluk, bireysel farkındalık vb. gibi) yaşam amaçları etkili olmaktadır (Aydiner, 2011: 10). Yaşam amaçları tek bir boyut altında toplanmamaktadır, yaşam amacı kişiden kişiye değişim göstermektedir, kişi yaşamını nasıl anlamlandırıyor ise amaç bu bağlamda gelişir (Eryılmaz, 2012: 167).

2.3.1.1. Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlar



Şekil 1. Yaşam Amaçları Alt Boyutları

Kaynak: Aydın, 2011: 10.

2.3.1.1.1. Kişisel Gelişim

Bireyin yaşamı boyunca etkisinde kalacağı ve gelişimi için önemli olan süreçlerden biri kişisel gelişim sürecidir. Bu süreç insan gelişimi için doğal ve önemli bir süreç olarak kabul edilmektedir. İnsanlar karşılıklı engel çıkmadıkça kişisel deneyimlerini destekleyecek deneyimlere açık olurlar. Hümanistik (İnsancıl) yaklaşım bireylerin karşılıklı engel çıktığı zaman kişisel gelişimin olumsuz etkilenmemesi için bireyleri yönlendirir. Danışanı kişisel gelişim sürecine geri döndürmek için yönlendirir ancak neler yapılabileceği konusunda danışana yardımcı olmaz bunu danışanın bulmasını sağlar çünkü, bunu sadece danışan yapabilir. Danışanların problemlerine çözüm yolu bulmalarını sağlayacak ve kişisel gelişimlerinin devam edip aksamamasına yardımcı olabilecek kişi ise terapisttir (Burger, 2006: 421).

Kişisel gelişimleri zarar görmüş ancak potansiyelini etkili kullanabilen bireyler, karşılıklı çıkabilecek her türlü deneyim ve yaşantıya hazırlıklıdır. Tek düze,

davranışsal kalıplar yerine, yaşantıların yön verdiği şekilde yaşamayı tercih ederler. Bu nedenle, bu bireyler yaşamlarındaki her anı verimli olarak değerlendirmeye çalışırlar. Birey için amaç, yaşamın kıyısından geçmek değil, yaşamı tam anlamıyla hissedip yaşamaktır (Aydiner, 2011: 11). Mevcut potansiyelinin mümkün olduğu kadar fazlasını tam anlamıyla kullanmaya çalışan bireyler ister olumlu isterse olumsuz olsun tüm duygularını başka insanlara göre daha derin, içten ve yoğun yaşarlar. Bu sebeple bu kişiler yaşam amaçları ve yaşantıları bakımından diğerlerine göre daha zengindirler (Burger, 2006: 424).

2.3.1.1.2. Maddi Kazanç

Günümüz koşullarında bireyler, hayatlarını devam ettirebilmek için, yaşam amaçlarına ulaşmak adına verdikleri çaba ve emeğin sonucunda sadece manevi anlamda kar elde etmek ve tatmin olmak istemezler, aynı zamanda maddi kazanç elde etme istekleri de vardır. Bireyler yaşam amacına ulaşmak için çaba harcarken maddi imkanları araç olarak kullanırlar. Bu koşuldan yola çıkarak bireyler, bir üst adıma geçeceği zaman kendilerine olanak sağlayacak maddi imkanları göz ardı etmez ve önemserler. İnsanlar yaşayabilmek ve yaşam amaçlarına ulaşabilmek için bazı olguları, sahiplenmeli, korumalı, saklamalı, emek vermeli (beslemek, büyütme vb.) ve bunları kullanmalı. Bedenimiz, beslenmemizi sağlayacak unsurlarımız (yiyecek), barınmamız için evimiz, giysilerimiz ve nihai ihtiyaçlarımız için olması gereken araç ve gereçlerimiz bu olgular arasındadır (Fromm çev: Arıtan, 2003: 121).

İnsanlar varlıkları özel mülke, kazanç elde etmeye ve iktidar odaklılığa değer veren bir toplum içerisinde yaşadıkları için, düşünceleri, beklentileri ve yargıları kalıplaşmış gibidir. Bu sebeple endüstri toplumlarında bireylerin kendilerinde nihai olarak gördükleri haklardan en önemlileri kazanç elde etme, mal-mülk sahibi olma ve bunlar için çalışmadır (Fromm çev: Arıtan, 2003: 201).

2.3.1.1.3. Fiziksel Görünüm

Kişilerin kendilerine ait fiziksel algıları büyük önem taşımaktadır. Birçok insan karşısındakiler tarafından dikkat çekici görünmek adına pek çok yol ve yöntem denemektedir. Bunun yanı sıra fiziksel görünümündeki (beden imajı) yanlış ve doğru olmayan algılar psikomatik bozukluğa dönüşmektedir. Bireyler için fiziksel görünüşlerinin ne denli önemli olduğu bütün bunlar göz önünde bulundurulduğunda daha da netleşmektedir. Bireylerin amaçlarından biri de diğerleri tarafından çekici

bulunmaktadır, bu durum bireylerin olumlu benlik algısı oluşturmalarında önemli bir etkindir. Gelişimde etkili ve önemli olan fizyolojik nitelikler ve ruh sağlığı, bireysel öz-yeterlilik konusundaki algıları etkilemektedir. Kişi düşük öz-yeterliliğe sahip ise vücuduna karşı duyarlılığı artar, yüksek öz-yeterliliğe sahip ise vücudundan aldığı hoşnutluğun devam etmesini sağlar (Petrovich, 2004: 431).

2.3.1.1.4. Sosyal Sorumluluk

Adler'in vurguladığı üzere, sosyal sorumluluk olgusu insan yaşamında göz ardı edilemeyecek bir unsurdur. Sosyal ilgi çerçevesinde birey, insanların yarattığı ortak bir kültürün ürünü olarak ele alınmaktadır. Doğduğunda güçsüz bir varlık olan birey bir taraftan çevresindekilerin ilgisi ve değerleri doğrultusunda gelişerek dünya üzerindeki kurulu düzene uyum sağlamakta iken diğer taraftan da başka kişilerle işbirliği yapmayı ve ortak yaşamın sürdürülmesine katkıda bulunmayı öğrenmektedir (Adler, 2000: 150). İnsanlar kendileri ve içinde bulundukları çevre, toplum ve insanlar için yararlı olabilecek bazı amaçlar ortaya koyarlar. Birey öncelikli olarak temel ihtiyaçlarını karşılar ve daha sonra Maslow'un ihtiyaç piramidinde olduğu gibi sevgi, ait olma ve saygı duyulma ihtiyaçlarını karşılamak için uğraş gösterirler. Bu durumdan yola çıkarak insanların yaşamlarına anlam katabilmek, kendisi ve içinde olduğu çevreyi güzelleştirip bundan zevk almak adına bazı çalışmalar yaparlar (Aydiner, 2011: 13). Frankl'a (2009) göre insanların yaşamlarına anlam katmalarındaki yollardan biri, bir iş yapmak, eser ya da ürün ortaya koymaktır. Sosyal sorumluluk kavramı ile iç içe olan bu düşünce ürünü, kişinin, içinde yaşadığı toplum için yaptığı bir işin, eserin ya da ürünün onun tanınma, ait olma (sevgi) ve saygı görme ihtiyaçlarına da cevap verecektir. Nihai olarak hedeflenmiş ihtiyaçları karşılanmış bir kişi, kendisinden sonra içinde bulunduğu toplumun yaşam kalitesini sağlamlaştırma hissini kendisinde bulur. Böylece birey kendi talepleri ve amaçlarını, yaptığı iş ile bütünleştirerek içinde bulunduğu sosyal topluma katkı sağlayacaktır (Frankl, 2009: 157).

2.3.1.1.5. Bireysel Farkındalık

Gestalt metolojisinde temel kavram olan farkındalık; hayatımızın her yönünü, duygu ve düşüncelerimizi, bedenimizde algılamakta olduğumuz duyum ve tepkilerimizi, sergilediğimiz davranışları, duruşumuzu kapsamakta olduğu gibi içinde bulunduğumuz çevreyi, çevrede yaşananları ve bunlarla olan ilişkimizi de kapsamaktadır (Cüceloğlu, 2004: 486).

Bireysel farkındalık, kişinin yaşamsal değerlerinin, davranışlarının, tutumlarının, ilgi ve yeteneklerinin, zihinsel süreçlerinin, bedensel özelliklerinin, ve yeteneklerinin vb. pek çok özelliğinin farkında olması durumudur. Kişinin yaşantısında önemli bir yere sahip olan farkındalık kavramı pek çok bütünü içinde barındırmaktadır. İnsanlar seçimlerini ve tercihlerini yaparken duygu, düşünce ve seçimlerinin farkında olmaları gerekmektedir. Eğer bireyler farkında olmazlarsa, duygu, düşünce ve davranışları seçimsiz olur, sadece var olan alışkanlıkları ile hareket ederler. İnsanlar kişisel gelişimlerini sürdürebilmeleri için kendilerini tanımalı, özelliklerini bilip kabul etmeli, yeteneklerini ve ilgilerini fark etmeli, ve yaşam amaçlarını bu doğrultuda belirlemelidirler. Bireysel farkındalık, terapi sürecinde önemli unsurlardan biridir. Kişi terapi sürecinde içgörü kazanarak, bireysel farkındalığını sağlamlaştırmalıdır. Bireysel farkındalığa sahip bir kişi yaşam amaçlarını belirlerken, uygun, etkin, yaratıcı ve yararlı olan amaçlara yönelirler, bu kişiler kişisel özelliklerini bildiklerinden neleri yapıp neleri yapamayacaklarını daha iyi bilirler böylece yaşadıkları tecrübeleri hayal kırıklığı şeklinde yaşamak yerine, gelişimlerini destekleyen deneyimler olarak algırlar (Aydiner, 2011: 13).

2.3.2. İnsanların Amaçlarına Ulaşmada Başarısız Olmalarının Nedenleri

İnsanların, amaçlarını değerlendirecek ve amaçlarına ulaşmalarını sağlayacak iki temel faktör bulunmaktadır: bilişsel faktör ve motivasyonel faktör. İnsanların amaçlarını belirledikleri ancak bu amaçlarını gerçekleştiremedikleri zamanlar olmaktadır. Bunun sebebi insanların kendileri için anlamlı ve önemli olan amacı seçmelerindeki başarısızlıktan kaynaklanmaktadır. Böyle kişiler amaçlarını belirlerken dışsal faktörleri baskın olarak ön planda tutarlar. Kendi kişisel istek, ilgi ve değerleri yerine, toplumsal baskı, başkalarının istekleri gibi dışsal, faktörleri göz önünde bulundururlar (Downie, Koestner, Horberg ve Haga, 2006: 522).

Bireylerin yaşam amaçlarına ulaşmaları konusunda yaşadıkları başarısızlıkların nedenleri konusunda Downie ve arkadaşlarının yorumlamalarına ek olarak Baumeister ve Heartherton (1996), amaçların sürdürülebilir olması ve amaçları gerçekleştirmede başarılı olabilmek için, planlı olma ve strateji belirlemenin önemi üzerinde durmuşlardır. Kişinin yaşamının amacı ve bu amaca yönelik planlama, yaşam amaçlarına ulaşmayı etkilemektedir. (Baumeister ve Heartherton, 1996: 9).

Bireyler yaşamlarına net, açık ve anlaşılır anlamlar yüklemelidir. Ulaşılması zor ve imkansız anlam ve amaçlar bireylerin yaşamlarını zorlaştırır. Bireylerin kendi içinde çelişen karmaşık amaçlar belirlemesi, ulaşmak istediği hedefe olan mesafeyi arttırır. Belirlenen amaçlar neden sonuç ilişkisi içinde olmalıdır, böylece kişi süreci izleyebilir ve nereden nereye gittiği konusunda net bir fikir yürütebilir. Eğer amaçlarla ilgili süreç izlenmez ise amaç üzerindeki kontrol zorlaşır. Bu amaçları gerçekleştirirken, kontrolü kaçırmamak, çaba sarf etmek ve dışarıdan gelen unsurlardan fazla etkilanmemek gerekir. Bireyler dışsal unsurlardan etkilense dahi bu unsurlar ile mücadele etmeyi ve hedef yollarını iyileştirmeyi bilecek deneyime sahip olmalıdır. Bu da kendini düzenleme sahip bireylere özgü bir özelliktir (Baumeister ve Heartherton, 1996: 11).

2.3.3. Yaşamın Amacının Ölçülmesi İçin Geliştirilmiş Ölçekler

Yaşam Amacı Ölçeği (YAÖ): Ölçek, İlhan (2009) tarafından geliştirilmiş 47 maddeden oluşmakta ve Likert tipi ölçek türüne göre değerlendirilmektedir. Çalışmanın tamamında katılımcılar üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Ölçeğin faktör yapısının belirlenmiş ve birinci düzey faktör analizinde dokuz, ikinci, düzey faktör analizinde ise iki faktörlü bir yapı bulunmuştur. Ölçek içsel amaçlar ve dışsal amaçları ele alan unsurları barındırmaktadır. Ölçekte, toplumsal katkı, bireyler arası ilişkiler, anlamlı yaşam, aileye katkı sağlama ve fiziksel sağlık unsurları da içsel amaçların; başarı ve zenginlik, imaj sahibi olma ve tanınma, dikkat çekme unsurları dışsal amaçların kapsamında yer almaktadır. Dokuz alt faktörün, yaşam amaçlarına ait toplam varyansın %64.1'ini, ikinci üst faktörün ise %61.3'ünü açıkladığı bulunmuştur. Ölçeğin güvenirlik analizi Cronbach's Alfa katsayısı hesaplanarak bulunmuştur. Alt faktörlerin güvenirlik katsayıları 0.74 ile 0.90 arasında bulunmuştur. Üst faktör olan içsel amaçların güvenirlik katsayısı 0.85 iken, üst faktör olan dışsal amaçların güvenirlik katsayısı 0.77 bulunmuştur (İlhan, 2009).

Pozitif Psikoterapi Bağlamında Yaşam Amaçlarını Belirleme Ölçeği Ergen Formu (PPYABÖ): Ölçek Eryılmaz (2010) tarafından pozitif psikoterapi kapsamında lise öğrencileri üzerinde geliştirilmiştir. Ölçeğin amaçlarından biri, ergenlerin yaşam amaçlarını belirlerken üç faktör altında belirleyip belirlemediklerini ölçmektir. Dörtlü derecelendirme tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek puanlar 9 ile 36 arasında değişmektedir. Üç boyutlu (başarı amaçları, ilişki amaçları, beden(duyum) amaçları) olan ölçeğin açıklanan varyansı %65.32'dir. Ölçeğin başarı (kariyer), ilişki ve beden

(duyum) olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Bu boyutları Cronbach's Alfa katsayıları sırasıyla 0.85, 0.73, 0.68'dir. Ölçeğin uyum geçerliliği ergen öznel iyi oluş ölçeği kullanılarak incelenmiştir (Eryılmaz, 2010: 55).

Amaçlar İçin Mücadele Ölçeği: Ölçek, Eryılmaz (2015) tarafından geliştirilmiş, 17 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek üç boyuttan oluşmaktadır bunlar: bir amaca bağlanma (6 maddeden oluşmaktadır), bağlanılan amaç için verilen mücadeleye devam etme (5 maddeden oluşmaktadır), amaç için verilen mücadeleye devam etmeme (7 maddeden oluşmaktadır). Ölçeklerin güvenilirliği iç tutarlılık yöntemiyle hesaplanmıştır, bir amaca bağlanma alt boyutunun iç tutarlılık katsayısı 0.88, verilen mücadeleye devam etmeme alt boyutunun iç tutarlılık katsayısı 0.86, bağlanılan amaç için verilen mücadeleye devam etme alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı 0.86 şeklinde hesaplanmıştır. Test tekrar test yöntemiyle yapılan güvenirlik katsayıları ise sırasıyla 0.82, 0.87 ve 0.85 olarak hesaplanmıştır. Oxford Mutluluk Ölçeği (Doğan ve Çötök, 2011) ile ölçüt geçerliliği hesaplanmış ve incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda ölçek geçerli ve güvenilir bulunmuştur (Eryılmaz, 2015).

2.4. Yaşam Yönelimi, İyimserlik ve Karamsarlık (Kötümserlik)

Günümüz koşullarına baktığımızda, insanlar bilimin ve teknolojinin sağlamakta olduğu imkanlar dahilinde yaşamlarını sürdürmeye çalışmaktadır. Ciddi olanaklar sağlayan ve gelişimiyle insanların yaşamını kolaylaştıran teknoloji ve bilim zaman zaman yaşamı kolaylaştırırken zaman zaman karmaşıklığı ile daha zor bir konuma getirmektedir. Böyle bir durum insanları var olan yaşam koşullarına uymaya mecbur kılmaktadır. Birey bu mecburiyete ayak uydurduğu zaman, duygu, düşünce ve kişilik özellikleri devreye girer, kişi yaşadığı deneyimlerine iyimser bakıyorsa uyum sağlamakta zorlanmaz ancak, kötümser bakıyorsa uyum sağlamakta zorluk yaşar. Böyle bir durum kişinin yaşamını kaliteli sürdürmesine imkan sağlayan yaşam yönelimlerini etkiler (Balcı ve Yılmaz, [2002] National Curriculum Statement, [2003] Gençoğlu, [2006] Gündoğdu, [2010] Özdemir'den, [2011] aktaran Bodur, Işık, Kaya ve Şenyuva, 2012: 1536).

İnsanlar yaşamları boyunca birçok gelişimsel dönemden geçmektedir. Bu dönemlerden bazıları çocukluk, ergenlik ve erişkinliktir. Kişilik, değerler, yaşama yönelik bakış açısı bireylerin kişilik yapılarının oturmaya başladığı ergenlik döneminde gelişmeye başlamaktadır. Bireylerin hayatta başarılı ya da başarısız olmaları sahip oldukları kişilik özellikleri ve davranış kalıpları etkisinde kalmaktadır. Bu durum

bireyin yaşam yöneliminin, gelecekteki başarı ve yaşantısına olan etkisini göstermektedir (Gündoğdu, Korkmaz ve Karakuş, 2005: 153).

Scheier ve Carver (1985)'e göre iyimserlik olumlu yaşam yönelimini, kötümserlik ise olumsuz yaşam yönelimini tanımlamaktadır.

Son zamanlarda yapılan birçok çalışmada önemsenen ve fark edilen: yaşama (hayata) pozitif bakış, iyimserlik kavramı ile örtüşmelidir (Aydın ve Tezer, 1991: 3).

Bu çalışmanın yapılmasındaki amaç, yukarıda belirtildiği gibi, yaşam yönelimi (iyimserlik-karamsarlık) konularına verilen önemin artmasıyla, bu konuda yapılan çalışmaları destekleyecek ölçek ihtiyacını karşılamaktır.

Erkek ve kadınlarda iyimserlik ve karamsarlık açısından herhangi bir farklılık bulunmamaktadır. Yaşama bakış açılarındaki, olumlu yönelimin ve amaçlarına ulaşma inancının iyimserlik, olumsuz yönelimin ve amaçlara ulaşamama inancının ise karamsarlık olarak nitelendirilmesi her iki cinsiyet için de aynıdır (Uğurlu, 2011: 88).

Bireylerin yaşam yönelimleri bazı faktörlerden etkilenirken bazı faktörlerden ise etkilenmemektedir. Kişilerin mezun oldukları bölüm, birlikte yaşadıkları kişiler, en uzun yaşadıkları yer gibi faktörler bireyin yaşam yönelimlerini fark oluşturacak şekilde etkilememektedir (Bodur vd., 2012: 1543). Bu faktörlerin yanı sıra yaş, eğitim alınan okul, aile tipi, kardeş sayısı, anne babanın eğitim durumu, çalışma ve sosyal aktivitelere katılım gibi faktörler de bireyin yaşam yönelimleri üzerinde etkiye sahip değildir. Ancak, ekonomik faktörler için aynı durum söz konusu değildir ekonomik faktörlerin düşük olması kişilerin yaşam yönelimlerini etkilemektedir (Özdemir, 2011: 59).

Kişilik özellikleri bireylerin yaşamlarına yön verme sürecinde amaçlarını etkileyen önemli unsurlardır. Olumlu kişilik özelliklerine (kabul etme, empati, anlayış, organize etme, etkin dileme vb. olumlu özellikler) ve benlik saygısına (benlik değeri, özgüven, başarıma inancı) sahip bireylerin iyimserlik düzeylerinin daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır. Psikolojik sağlamlık açısından baktığımızda ise psikolojik açıdan sıkıntısı olmayan bireylerin iyimserlik düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Bastianello, Pacico ve Hutz, 2014: 529; Parmaksız ve Avşaroğlu, 2012: 552; Creed, Patton ve Bartrum, 2002: 57).

Bireylerin psikolojik olarak sağlamlığını etkileyen depresif olma hali, sürekli kaygılı olma durumu gibi ruhsal açıdan problem yaratacak unsurların, bireylerin

iyimserlik düzeylerinin arttırılması ile giderilebilir. Yani kısacası, iyimserlik hali bir bakıma yaşam yönelimini belirlerken önleyici bir faktör görevi görmektedir (Sapmaz ve Doğan, 2012: 67).

Bedensel engelli olan ve olmayan bireylerin yaşam yönelimleri iyimserlik düzeylerinden etkilenmektedir. Bireylerinin engelli olması ya da engel düzeylerinin artması ile birlikte iyimserlik düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Buna karşın bedensel engelli olan bireyler ile olmayan bireylerin hayata olumlu bakma, yani iyimserlikleri ile akademik başarıları arasında herhangi bir fark bulunmamaktadır (Akçamete ve Kargın 1998: 43).

Ebeveynlerin çocuklarında, klinik açıdan davranış bozukluklarının olması, annelerde iyimserliğin kaybolmasına ve karamsar bir yaşam yönelimine sahip olmasına sebep olmaktadır (Baker, Blacher ve Olsson, 2005: 587).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

Bu çalışma 2015-2016 eğitim öğretim yılında yedi farklı üniversitede (İskenderun Teknik Üniversitesi, Yakın Doğu Üniversitesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Girne Amerikan Üniversitesi, Gaziantep Üniversitesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Harran Üniversitesi) eğitim görmekte olan 18-41 yaş aralığındaki 273'ü kadın, 375'i erkek olmak üzere toplamda 648 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Katılımın gönüllü olduğu araştırmada dışlama ölçütleri, katılımcının herhangi bir psikiyatrik bozukluk tanısı almış olması, halen psikotrop ilaç kullanıyor olması ve o anda zihinsel süreçlerini etkileyecek alkol ve benzeri bir maddenin etkisi altında olmasıdır.

3.2. Veri Toplama Araçları

3.2.1. Sosyodemografik Veri Toplama Formu

Çalışmaya katılacak bireylerin sosyodemografik bilgilerine ulaşmak amacı ile dokuz sorudan oluşan bir form geliştirilmiştir. Sosyodemografik veri toplama formu örnekleme oluşturan gönüllü katılımcıların kişisel bilgilerine (cinsiyet, doğum yılı, medeni durum, bölüm, üniversite seviyesi, üniversite, şehir, eğitim durumu, ekonomik durumu) ulaşmak amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulmuştur (Ek 3).

3.2.2. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ)

Hayatta Amaç Ölçeği Crumbaugh (1968) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilmesindeki amaç, Frankl'ın fikirlerini uygulamaya geçirmek ve bireyin hayatındaki anlam ve amacı ölçmektir. 20 maddelik 7'li likert tipi olan Hayatta Amaç Ölçeğinde en az 20 en fazla 140 puan alınabilir. Ölçek iyi düzeyde geçerlik ve güvenilirlik sonuçları göstermiştir. HAÖ'nün Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.81 bulunmuş. Yapılan bir çalışmada psikiyatristler tarafından klinikte hastalara yapılan hayatın amacına yönelik çalışmalar ile rahipler tarafından kilise mensuplarına hayatta amaçla ilgili yapılan çalışmalar arasında korelasyon sağlandığı sonucuna varılmıştır. Ölçeğin bazı maddelerinden örnekler: "genellikle: tamamen sıkılıyorum (1) - verimli ve hevesliyimdir (7)", "seçebilseydim: hiç doğmamış olmayı tercih ederdim (1) - bunun gibi dokuz hayatım daha olmasını isterdim (7)", "eğer bir gün ölseydim, hayatımın: çok değerli olduğunu hissederdim (1) - tamamen değersiz olduğunu hissederdim (7)". HAÖ de 6. ve 7. maddeler "net bir anlam ve amacın varlığını göstermektedir", 3. ve 5.

maddeler ‘‘ kararsızlığı ve açık olarak anlamın eksiliğini göstermektedir’’, 1. ve 2. Maddeler ‘‘hayatta amacın olmadığı ve hayatta amacın eksikliğini gösteren’’ maddelerdir. Türk örnekleminde yapılan geçerlik güvenirlik ve faktör analizi çalışmalarının Avusturalya, Çin ve Amerika gibi ülkelerinin örneklemlerinde de yapıldığı görülmüştür (Marsh vd., 2003; Shek, 1992; Schulenberg, Schnetzern ve Buchanan, 2010) (Ek 4).

3.2.3. Hayatta Anlam Anketi (HAA)

Hayatta Anlam Anketi Steger, Frazier, Oshi, ve Kaler (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilmesindeki amaç, bireylerin hayatın ne kadar anlamlı olduğunu hissettiği ve bireylerin hayatlarında ne kadar anlam aramakta olduğu konusunda bilgi toplamaktır. HAA 10 maddeden oluşan 7’li likert tipi (1 kesinlikle yanlış – 7 kesinlikle doğru) bir ölçektir. Hayatta Anlam Anketinin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı olmak üzere iki tane alt ölçeği vardır. Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeği 1, 4, 5, 6 ve 9. maddelerdir ve bu maddelerden 9. madde ters kodlanmıştır. Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği ise 2, 3, 7, 8 ve 10. Maddelerdir. Ölçeğin mükemmel bir güvenirliliği, test tekrar test sağlamlığı, sağlam faktör yapısı vardır. Hayatta Anlam Anketinden en az 5 en fazla 35 puan alınabilir. Alt ölçeklerin maddelerinden alınan puanlar toplanarak, alt ölçek için toplam puan elde edilir. Hayatta Anlam Anketinde alınan puanlar üzerinden bazı tahminlerde bulunulabilir. Varlık ve arayış alt ölçeklerinde 24 puan üstü alınması hayatta değerli bir anlam ve amaca sahip olunduğu anlamına gelir. Herhangi bir cevaptan daha çok ‘‘ Hayatım ne anlama geliyor ? ‘‘ sorusunun daha cazip geldiğine işaret eder. Eğer Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeğinden 24’ün üzerinde, Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeğinden 24’ün altında alınmışsa kişi hayatında değerli bir anlam ve amaç olduğunu hisseder fakat aktif bir şekilde bu anlamı aramaz ve kovalamaz kişinin, hayatına anlam veren etkenlerle doyuma ulaşmış olduğu söylenebilir. Neden burada olduğu ve hayatta neler yapmak istediği gibi. Eğer Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeğinden 24’ün altında ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeğinden 24’ün üstünde puan alınmışsa muhtemelen kişi, hayatının değerli bir anlam ve amaca sahip olduğunu hissetmiyordur ve aktif bir şekilde hayatına anlam ve amaç katacak bir şey veya kişiyi aramaktadır. Eğer puanı varlıkta 24’ün altında ve arayışta 24’ün altında ise muhtemelen kişi, hayatının değerli bir anlam ve amaca sahip olduğunu hissetmiyor ve böyle bir anlam ve arayış içerisinde de değil ve hayatının anlamı üzerinde düşünmeyi ilginç veya önemli bulmadığı anlamına

gelmektedir. Türk örnekleminde yapılan geçerlik güvenirlik ve faktör analizi çalışmalarının Amerika, Japonya, Çin gibi ülkelerinin örneklemlerinde de yapıldığı görülmüştür (Battista ve Almond, 1973; Steger vd., 2008; Chan, 2014;) (Ek 5).

3.2.4. Yaşam Yönelimi Testi (YYT- R)

Yaşam Yönelimi Testinin Revize edilmiş hali Carver, Scheier, Bridges (1994) tarafından geliştirilmiştir. 10 maddelik, 5'li likert tipi bir ölçektir. Yaşam Yönelimi Testinin geliştirilmesinin amacı, iyimserliğin ve kötümserliğin bireyler arasında göstermekte olduğu farklılığı ortaya koymaktır. Yaşam Yönelimi Testi yaygın olarak kullanılmasına rağmen bazı eksiklikleri bulunmaktadır. En önemlisi, orijinal öğelerinin hepsi, yaşamda yönelmeyi amaçladığımız geleceğe yönelik beklentileri net ve açıklayıcı olarak vermemiştir. Bu eksikliği gidermek için kısmen, YYT-R olarak adlandırılan YYT'nin daha anlaşılır bir revizyonunun geliştirilmesi planlanmıştır. YYT-R'nin Brezilya (Bastianello vd., 2014), Avusturalya (Creed vd., 2002), Japonya (Iwanaga, Yokoyama, Seiwa, 2004) gibi farklı toplumlarda geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. YYT-R, kullanımı kolay olan çok kısa bir testtir. Kısaltması, birçok çalışmada kullanımı ideal kılmaktadır. Orijinal ölçeğin çalışmasında 6 madde için Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı 0.78'dir. Ölçekteki diğer 4 madde dolgu maddesidir. Test tekrar test korelasyon katsayısı, yapılan çalışmalarda 0.68, 0.60 ve 0.56 bulunmuş. Bu değerlerin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olması ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiş. Yaşam yönelimi testinin puanlamasında, Ölçekte bulunan madde 3, madde 7 ve madde 9 ters puanlanan maddelerdir. Aynı zamanda madde 2, madde 5, madde 6 ve madde 8 dolgu maddeleri olup puanlanmamaktadır. Ölçeğin toplam puanı kişilerin maddelere verdiği cevapların birbirlerine eklenmesi ile oluşturulur. Ölçekten alınan düşük puanlar karamsarlığı belirtirken, yüksek puanlar kişilerin iyimser olduklarını göstermektedir. İyimserlik veya kötümserlik için kesme puanı bulunmamaktadır (Ek 6).

3.3. İşlem

Ölçeklerin, Türkçe geçerlik güvenirlik çalışmasına başlamadan önce Türk örneklemine uyarlanabileceğine ilişkin gerekli izinler alınmıştır. Ölçeklerin orijinali İngilizce ve Türkçe dillerine hakim Uz. Klinik Psikolog Ferhat Jak İçöz ve Psikiyatrist Dr. Onur Yılmaz tarafından birbirlerinden bağımsız olarak Türkçeye çevrilmiştir. Daha sonra her iki çeviri karşılaştırılarak orijinal maddeleri temsil eden en iyi çeviri maddeleri seçilip ortak bir havuzda toplanmıştır. Hem Türkçe hem de İngilizceye aynı

derecede hakim olan Dr. Yudit Namer tarafından yeniden İngilizceye çevrilmesi ve orijinal maddelerle kıyaslanması yoluyla ölçek son haline getirilmiştir. Ölçek Türkçe'ye çevrildikten sonra, Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliğini test etmek için üniversite öğrencilerinden gönüllü katılımcılar kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerine uygulanan bu ölçek için izin dilekçesi (Ek 7) hazırlanmış ve üniversite rektörlerine ulaştırılarak gerekli izinler alınmıştır (Ek 8). Ölçeklerin gönüllü üniversite öğrencilerine uygulanması konusundaki dilekçenin onaylanması üzerine bir hafta içerisinde bütün üniversitelere ölçekler ulaştırılmış ve test-tekrar test için dördüncü hafta rumuzlarını belirleyen kişilere ulaşılarak ölçekleri tekrardan doldurmaları istenmiş ve dördüncü haftanın sonunda bütün ölçekler tekrardan toplanarak veri analizine başlanmıştır. Ölçeklerin uygulanma süresi 20-30 dakika arasında sürmüştür. Katılımcılara öncelikle hem araştırmanın amacı hem de uygulama aşamasında nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilgi verildikten ve rızaları alındıktan sonra ölçekler uygulanmaya başlanmıştır (Ek 2).

3.4. Verilerin Analizi

Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testinin Türkçe versiyonlarının geçerlik, güvenirlik ve faktör analizlerinin tümü SPSS for Windows 22.0 programı ile yapılmıştır. Ölçeklerde veriler normal dağılım göstermediğinden dolayı üç ve daha fazla kategoriden oluşan gruplar için parametrik olmayan analiz yöntemlerinden Kruskal Wallis, iki kategoriden oluşan gruplar arasında karşılaştırmayı yapmak için ise parametrik olmayan analiz yöntemlerinden Mann Whitney U analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılığı Cronbach Alfa yöntemiyle analiz edilmiş ve test-tekrar test yöntemi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık için alfa değeri $p < 0.05$ olarak seçilmiştir. Aynılık geçerliğini incelemek üzere Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketinin birbirleriyle korelasyonuna bakılmış ve ikili analizler Spearman korelasyon analizi ile yapılmıştır Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revizenin Türkçe versiyonlarının geçerlik, güvenirlik ve faktör analizi çalışmasında yapı ve ölçüt bağıntılı geçerliliği incelemek için araştırmacı (keşfedici) faktör analizi yapılmıştır. Ölçeklerin faktör yapısını ortaya çıkartmak için, Kaiser Normalizasyonlu Promax dönüştürmesine bağlı olarak Temel Eksen Faktör Analizi (Principal Axis Analysis) uygulanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

4.1. Bulgular

4.1.1. Örneklemen Sosyodemografik Özellikleri

Tablo 1’de detaylı olarak görüldüğü gibi, çalışmaya katılan 648 kişinin oluşturduğu örneklem grubunun (n:273) %42.1’i kadın, (n:375) %57.9’u ise erkek öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan örneklem grubu 18-41 yaş aralığındadır. Örneklem grubunun yaş ortalaması 21.79 bulunmuştur. Çalışmaya katılan öğrencilerin medeni durumları incelendiğinde çoğunun bekar olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin (n:623) %96.1’i bekar, (n:22) %3.4’ü evli ve (n:3) %0.5’i boşanmıştır. Öğrenciler çalışmaya 84 çeşitli bölümden katılmıştır. Çalışmaya katılan kişi sayısı en fazla olan 9 bölüm ve katılımcı sayısı sırasıyla; Psikoloji Bölümü (n:74) %11.4, İnşaat Mühendisliği (n:64) %9.9, İşletme Yönetimi (n:57) %8.8, İlahiyat (n:47) %7.3, Dış Ticaret (n:35) %5.4, Su Altı Teknolojileri (n:33) %5.1, Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik (n:31) %4.8, Hukuk (n:30) %4.6, Lojistik (n:27) %4.2 kişidir. Örneklem grubundaki öğrenciler yedi farklı üniversiteden çalışmaya katılmıştır: İskenderun Teknik Üniversitesi (n:182) %28.1, Yakın Doğu Üniversitesi (n:154) %23.8, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi (n:95) %14.7, Girne Amerikan Üniversitesi (n:61) %9.4, Gaziantep Üniversitesi (n:55) %8.5, Hasan Kalyoncu Üniversitesi (n:52) %8.0, Harran Üniversitesi (n:49) %7.6 kişidir. Katılımcıların (n:398) %61.4’ünün ekonomik durumu orta, (n:166) %25.6’sının iyi, (n:84) %13.0’ının kötüdür. Çalışmaya katılan öğrencilerin eğitim durumlarına baktığımızda (n:468) %72.2’sinin lisans, (n:151) %23.3’ünün ön lisans, (n:29) %4.5’inin yüksek lisans eğitimi aldığı belirlenmiştir. Sosyodemografik verilere ait diğer bilgiler Tablo1’de sıralanmıştır.

Tablo 1. Örneklemin Sosyodemografik Özellikleri

	N	%
Cinsiyet		
Kadın	273	42.1
Erkek	375	57.9
Medeni Durum		
Evli	22	3.4
Bekar	623	96.1
Boşanmış	3	0.5
Bölümler		
Psikoloji Bölümü	74	11.4
İnşaat Mühendisliği	64	9.9
İşletme Yönetimi	57	8.8
İlahiyat	47	7.3
Dış Ticaret	35	5.4
Su Altı Teknolojileri	33	5.1
Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik	31	4.8
Hukuk	30	4.6
Lojistik	27	4.2
Üniversiteler		
İskenderun Teknik Üniversitesi	182	28.1
Yakın Doğu Üniversitesi	154	23.8
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi	95	14.7
Girne Amerikan Üniversitesi	61	9.4
Gaziantep Üniversitesi	55	8.5
Hasan Kalyoncu Üniversitesi	52	8.0
Harran Üniversitesi	49	7.6
Ekonomik Durum		
İyi	166	25.6
Orta	398	61.4
Kötü	84	13.0
Eğitim Durumu		
Ön Lisans	151	23.3
Lisans	468	72.2
Yüksek Lisans	29	4.5
Sınıf Seviyesi		
1. Sınıf	185	28.5
2. Sınıf	278	42.9
3. Sınıf	119	18.4
4. Sınıf	59	9.1
5. Sınıf	6	0.9
6. Sınıf	1	0.2
Coğrafi Bölge		
Akdeniz Bölgesi	189	28.3
Karadeniz Bölgesi	7	1.3
İç Anadolu Bölgesi	10	1.7
Ege Bölgesi	18	2.9
Marmara Bölgesi	94	14.6
Doğu Anadolu Bölgesi	14	2.4
Güneydoğu Anadolu Bölgesi	176	27.1
Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC)	140	21.7

Çalışmaya katılan örneklem grubu 18-41 yaş aralığından oluşmuştur. Çalışma bulgularına baktığımızda örneklem grubunun yaş ortalaması 21.79 bulunmuştur. Çalışmada örneklem grubunun yaş aralığı geniş (18 – 41) olmasına rağmen, örneklem sadece üniversite öğrencilerini kapsadığından dolayı öğrencilerin %90.6'sı 18 – 24 yaş aralığındandır. Örneklemin cinsiyete göre yaş dağılımı ve yüzdelikleri Tablo2'de sıralanmıştır.

Tablo 2. Örneklemin Cinsiyete Göre Yaş Dağılımı ve Yüzdelikleri

Yaş	N	%	Kadın		Erkek	
			N	%	N	%
18	6	0.9	5	83.33	1	16.67
19	55	8.5	33	58.19	22	41.81
20	143	22.1	71	49.66	72	50.34
21	144	22.2	54	37.50	90	62.50
22	133	20.5	59	44.36	74	55.64
23	66	10.2	26	39.39	40	60.61
24	40	6.2	10	25.00	30	75.00
25	22	3.4	6	27.27	16	72.73
26	6	0.9	3	50.00	3	50.00
27	18	2.8	2	11.11	16	88.89
28	4	0.6	1	25.00	3	75.00
30	2	0.3	1	50.00	1	50.00
31	1	0.2	0	0.00	1	100
32	4	0.6	2	50.00	2	50.00
36	1	0.2	0	0.00	1	100
38	2	0.3	0	0.00	2	100
41	1	0.2	0	0.00	1	100

4.1.2. Yaş İle Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ) ve Hayatta Anlam Anketinin (HAA) Alt Ölçekleri Arasındaki İlişki

Çalışmada yaş aralığı geniş (18 – 41) olmasına rağmen, örneklem sadece üniversite öğrencilerini kapsadığından dolayı öğrencilerin %90.6'sı 24 yaşın altındaydı. HAÖ ve HAA'nın alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı ile yaş arasındaki ilişkiyi ölçmek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır ve yapılan analiz sonuçlarına göre ölçekler ve yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Korelasyon sonuçlarından elde ettiğimiz bulgulara baktığımızda Hayatta Amaç Ölçeği ($r=0.034$, $p=0.388$), Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeği ($r=0.073$, $p=0.062$), Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği ($r=-0.059$, $p=0.135$) yaş ile istatistiksel olarak anlamlı değildir. Ölçekler ve yaş değişkenine ait korelasyonlar Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Yaş İle Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), ve Hayatta Anlam Anketinin (HAA) Alt Ölçekleri Olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Arasındaki İlişki

	Yaş	
	r	p
Hayatta Amaç Ölçeği	0.034	0.388
Hayatta Anlamın Varlığı	0.073	0.062
Hayatta Anlam Arayışı	0.059	0.135

4.1.3. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ) ve Hayatta Anlam Anketi (HAA) Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Açısından Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan erkek öğrencilerin sayısı, kadın öğrencilerin sayısından fazladır ((n:375) Erkek, %57.9; (n:273) Kadın, %42.1). Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı puanlarının cinsiyet değişkeni ile karşılaştırılması için nonparametrik bir istatistik yöntem olan Mann-Whitney U testi yapılmıştır. Yapılan bu analiz sonucunda HAÖ'den alınan puanlar ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.540$). Kadınlar (Ortalama sıra=329.78) Hayatta Amaç Ölçeğinde erkeklere (ortalama sıra=320.66) göre daha yüksek puanlar almalarına rağmen iki cinsiyet

arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($U=49747.000$, $z=-0.612$, $p=0.540$).

Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeklerinden alınan puanlar incelendiğinde kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. ($p>0.05$). Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan, Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeği puanlarına baktığımızda, kadınlar (Ortalama sıra=332.34) erkeklere (ortalama sıra=318.79) göre daha yüksek puanlar almalarına rağmen iki cinsiyet arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($U=49046.500$, $z=-0.911$, $p=0.362$). Hayatta Anlam Anketinin bir diğer alt ölçeği olan, Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği puanlarına baktığımızda, kadınlar (Ortalama sıra=336.99) erkeklere (ortalama sıra=315.41) göre daha yüksek puan almalarına rağmen iki cinsiyet arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($U=47778.500$, $z=-1.450$, $p=0.147$). Bu bulgular bize ölçeklerden alınan puanlar ile cinsiyet arasında bir fark olmadığını göstermektedir. Bulgulara ait sonuçlar Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ) ve Hayatta Anlam Anketi’nin (HAA) Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre U-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	Z
Hayatta Amaç Ölçeği	Kadın	273	329.78	90029.00	49747.000	-0.612
	Erkek	375	320.66	120247.00		
Hayatta Anlamın Varlığı	Kadın	273	332.34	90729.50	49046.500	-0.911
	Erkek	375	318.79	119546.50		
Hayatta Anlam Arayışı	Kadın	273	336.99	91997.50	47778.500	-1.450
	Erkek	375	315.41	118278.50		

4.1.4. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ) ve Hayatta Anlam Anketi (HAA) Alt Ölçeklerinin Medeni Durum Açısından Karşılaştırılması

Çalışmaya katılan örneklem grubunun 623'ü bekar, 22'si evli, 3 kişi de boşanmıştır. Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı puanlarının medeni durum değişkeni ile karşılaştırılması için nonparametrik bir istatistik yöntem olan Kruskal-Wallis Tek Yönlü ANOVA testi yapılmıştır.

HAÖ ile medeni durum grupları arasında anlamlı fark olup olmadığını incelemek için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Bekar (Ortalama sıra= 325.90), evli (Ortalama sıra= 309.86) ve boşanmış (Ortalama sıra= 141.83) katılımcıların Hayatta Amaç Ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($\chi^2 = 3.028$; $p = 0.220$). Yapılan analizler sonucunda bu ölçek bağlamında ikili gruplar arasında herhangi bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

HAA'nın alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ile medeni durum grupları arasında anlamlı fark olup olmadığını incelemek için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Bekar (Ortalama sıra= 324.47), evli (Ortalama sıra= 338.77) ve boşanmış (Ortalama sıra= 225.67) katılımcıların Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($\chi^2 = 0.966$; $p = 0.617$). Yapılan analizler sonucunda bu alt ölçek bağlamında ikili gruplar arasında herhangi bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$).

HAA'nın alt ölçeği olan Hayatta Anlam Arayışı ile medeni durum grupları arasında anlamlı fark olup olmadığını incelemek için Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Bekar (Ortalama sıra= 325.67), evli (Ortalama sıra=306.43) ve boşanmış (Ortalama sıra= 214.33) katılımcıların Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($\chi^2 = 1.270$; $p = 0.530$). Yapılan analizler sonucunda bu alt ölçek bağlamında ikili gruplar arasında herhangi bir fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Medeni durum ve ölçeklerin karşılaştırılmasına ait bulgular Tablo 5'de verilmiştir.

Tablo 5. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), Ve Hayatta Anlam Anketi'nin (HAA) Hayatta Anlamın Varlığı Ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların Medeni Durum Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	Sd	X ²	P
Hayatta Amaç Ölçeği	Bekar	623	325.90	2		
	Evli	22	309.86		3.028	0.220
	Boşanmış	3	141.83			
Hayatta Anlamın Varlığı	Bekar	623	324.47			
	Evli	22	338.77	2	0.966	0.617
	Boşanmış	3	225.67			
Hayatta Anlam Arayışı	Bekar	623	325,67			
	Evli	22	306.43	2	1.270	0.530
	Boşanmış	3	214.33			

4.1.5. Güvenirlik Analizleri

4.1.5.1. İç Tutarlılık

İç tutarlılık, ölçme aracının belirlenmiş amacı gerçekleştirebilmek (bir bütün haline getirebilmek) amacıyla deneysel olarak birbirinden bağımsız ünitelerden meydana geldiği varsayımına dayanan bir kavramdır. Bu sebeple iç tutarlılığa aracın homojenliği de denebilmektedir (Erefe, 2002: 170).

Cronbach alfa güvenirlik katsayısı, likert tipi ölçeklerde kullanılması uygun görülen iç tutarlılık tahmin yöntemlerinden biridir. Cronbach Alfa katsayısı, ölçekteki maddelerin varyansları toplamının, genel varyansa oranlanmasıyla elde edilen ağırlık standart değişim ortalamasıdır. Ölçek içindeki maddelerin benzeşikliğinin (homojenliğinin) ölçüsüdür. Cronbach Alfa katsayısı bir ölçekte ne kadar yüksek ise, ölçeğin içindeki maddelerinin tutarlı maddelerden oluştuğunu söyleyebiliriz.

- $0.00 < \alpha < 0.40$ arasındaki değerleri alıyor ise ölçek güvenilir değildir.

- $0.40 < \alpha < 0.60$ arasındaki değerleri alıyor ise ölçek düşük güvenirliliktir.
- $0.60 < \alpha < 0.80$ arasındaki değerleri alıyor ise ölçek oldukça güvenilirdir.
- $0.80 < \alpha < 1.00$ arasındaki değerleri alıyor ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir (Akgöl, 2003: 85).

Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize, Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin iç tutarlılığı Cronbach Alfa Güvenirlik analiz tekniği kullanılarak hesaplanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre ölçeklerin Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla 0.63, 0.38, 0.74 olarak bulunmuştur. Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketinin Cronbach Alfa katsayıları tutarlı bulunmuştur. Yaşam Yönelimi Testi Revizenin ise Cronbach Alfa katsayısı tutarlı bulunmamıştır. Yani Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketi için Cronbach Alfa katsayıları 0.60'dan yüksek bulunmuştur. Yaşam Yönelimi Testi Revizenin Cronbach Alfa katsayısı ise 0.60'dan düşük bulunmuştur. Bu analiz sonuçlarına göre Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketinin oldukça güvenilir olduğunu, Yaşam Yönelimi Testi Revizenin ise düşük güvenirlilikte olduğunu göstermektedir.

Hayatta Anlam Anketinin iç tutarlılığı Cronbach Alfa güvenirlik analiz tekniği ile hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin Cronbach Alfa katsayıları sırasıyla 0.80, 0.79 olarak bulunmuştur. Bütün ölçek için ise iç tutarlılık katsayısı 0.74'tür. Hayatta Anlam Anketinin tüm alt ölçekleri tutarlı bulunmuştur. Yani Hayatta Anlam Anketi alt ölçekleri için Cronbach Alfa katsayıları 0.60'dan yüksek bulunmuştur. Yapılan çalışmaya ve Amerika'daki örneklem gruplarına ait Cronbach Alfa değerleri Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), Yaşam Yönelimi Testi Revize Ve Hayatta Anlam Anketi'nin (HAA) Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Ortalama, Standart Sapma ve Cronbach Alfa Değerleri

	Türkiye (n:648)	ss	α	Amerika		
	$\bar{X}$			$\bar{X}$	ss	α
Hayatta Amaç Ölçeği ¹	84.89	3.110	0.63	107.99	13.17	0.86
Yaşam Yönelimi Testi Revize ²	34.46	5.342	0.38	21.03 ^(Erkek)	4.56 ^(Erkek)	0.76
				21.41 ^(Kadın)	5.22 ^(Kadın)	
Hayatta Anlamın Varlığı ³	24.08	7.047	0.80	24.0	5.6	0.82
Hayatta Anlam Arayışı ³	22.60	7.434	0.79	22.5	6.2	0.87
1 Amerika örneklemini n=298 (Schulenberg vd., 2010: 9).						
2 Amerika örneklemini n=624 (Scheier ve Carver, 1985: 227).						
3 Amerika örneklemini n=154 (Steger vd., 2006: 86).						

Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revize'ye ait madde toplam puan korelasyonları sırasıyla Tablo 7, Tablo 8 ve Tablo 9 da verilmiştir.

Tablo 7. Hayatta Amaç Ölçeği için Madde Toplam Puan Korelasyonları

Madde	$\bar{X}$	SS	Madde
			Toplam r (r_{pbis})
1. Madde	4.39	1.790	0.32
2. Madde	3.81	1.675	0.10
3. Madde	5.30	1.754	0.36
4. Madde	5.24	1.736	0.37
5. Madde	3.75	2.001	0.10
6. Madde	4.41	1.848	0.34
7. Madde	3.40	1.998	0.14
8. Madde	4.96	1.678	0.37
9. Madde	4.72	1.693	0.31
10. Madde	3.51	1.929	-0.02
11. Madde	4.28	2.200	0.33
12. Madde	4.21	1.883	0.35
13. Madde	4.86	1.778	0.32
14. Madde	3.51	2.021	0.17
15. Madde	4.08	2.030	0.23
16. Madde	5.33	1.937	0.29
17. Madde	3.09	1.787	-0.02
18. Madde	3.36	1.850	0.04
19. Madde	3.62	1.636	0.08
20. Madde	5.04	1.645	0.27

Tablo 8. Hayatta Anlam Anketi için Madde Toplam Puan Korelasyonları

Madde	$\bar{X}$	SS	Madde
			Toplam r (r_{pbis})
1. Hayatımın anlamını anladım.	4.43	1.987	0.48
2. Hayatımı anlamlı yapacak bir şey arıyorum.	4.60	1.996	0.57
3. Hayatımın amacını bulmak için sürekli arayıştayım.	4.33	1.986	0.58
4. Hayatımın, onu anlamlı kılan net bir yönü var.	4.83	1.844	0.43
5. Hayatımı neyin anlamlı kılacağına dair iyi bir algım/hissim var.	5.01	1.811	0.50
6. Tatmin edici bir hayat amacı keşfettim.	4.58	1.831	0.36
7. Hayatımın önemli olduğunu hissettirecek bir şeyi hep arıyorum.	4.63	1.971	0.52
8. Hayatım için bir amaç veya vazife bulmaya çalışıyorum.	4.61	1.975	0.54
9. Hayatımın net bir amacı yok.	2.76	1.955	-0.15
10. Hayatımda anlam arıyorum.	4.42	2.114	0.34

Tablo 9. Yaşam Yönelimi Testi Revize İçin Madde Toplam Puan Korelasyonları

Madde	$\bar{X}$	SS	Madde Toplam r (r_{pbis})
Madde 1 Belirsizlik halinde genellikle en iyisini beklerim.	3.91	1.162	0.08
Madde 3 Benim için bir şeyin yolunda gitmeme ihtimali varsa, o şey yolunda gitmez.	2.56	1.342	0.17
Madde 4 Geleceğim hakkında her zaman iyimserimdir.	3.63	1.233	0.24
Madde 7 İşlerin benim istediğim gibi gitmesini hemen hemen hiç beklemem.	3.26	1.349	0.21
Madde 9 Nadiren başıma iyi şeylerin gelmesini beklerim.	2.86	1.367	0.18
Madde 10 Genelde başıma kötü şeylerden çok iyi şeylerin gelmesini beklerim.	3.64	1.293	0.21
Not: Tabloda dolgu maddelerine yer verilmemiştir.			

Madde-toplam puan korelasyonunun yorumlanmasında 0.20 ve daha yüksek olan maddelerin, bireyleri ölçülen özellik bakımından iyi derecede ayırt ettiği (Büyüköztürk, 2012) göz önüne alındığında, madde-toplam korelasyonlarının Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketi için yeterli olduğu görülmekte iken Yaşam Yönelimi Testi Revize için yeterli olmadığı görülmektedir.

4.1.5.2. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize, Hayatta Anlam Anketi ve Hayatta Anlam Anketi Alt Ölçeklerinin Test Tekrar Test Güvenirliği

Güvenirlik analizlerinden test tekrar test güvenilirliği uygulanan testin aynı katılımcılara (gruba) belirli aralıklarla iki defa uygulanması ile elde edilen puanlar arasındaki korelasyon ile açıklanır. Katılımcılara uygulanan test sonucu elde edilen iki puan tablosu arasındaki ilişki korelasyon katsayısı ile hesaplanmaktadır. İki uygulama arasında belirli bir zaman dilimi olmalıdır, bu zaman dilimi ölçülecek olunan davranış

ya da ölçümün yapılacağı hedef kitleye göre değişebilmektedir. Bu zaman dilimi için dört haftalık bir süre uygun görülmektedir (Büyüköztürk, 2012: 170).

Güvenirlik katsayıları incelendiğinde çıkan sonuçlar özellikle sosyal bilimler açısından bakıldığında;

$0.00 < \alpha < 0.40$ altındaki değerler düşük olarak kabul edilmekte,

$0.40 < \alpha < 0.60$ arasındaki değerler yeterli düzeyde kabul edilmekte,

$0.60 < \alpha < 0.80$ arasındaki değerler yüksek kabul edilmekte,

$0.80 < \alpha < 1.00$ üzerinde yer alan değerler ise çok yüksek olarak kabul edilmektedir (Churchill ve Peter, 1984: 365).

Yapılan test tekrar test süreçleri arasında 4 haftalık (1 ay) bir zaman dilimi vardır. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize, Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin test tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayıları sırasıyla 0.79, 0.75, 0.645 ve 0.730 olarak bulunmuştur. Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize, Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlam Arayışı puanları arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Analiz sonuçları doğrultusunda Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize ve Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeği yeterli düzeyde test tekrar test korelasyonu göstermiştir. Ölçekler ve alt ölçeklere ait test-tekrar test korelasyonları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), Yaşam Yönelimi Testi Revize ve Hayatta Anlam Anketi'nin (HAA) Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Test Tekrar Test Korelasyon Sonuçları (N=52)

Ölçek ve Alt Ölçekler	r_{tt}
Hayatta Amaç Ölçeği	0.793 ^{**}
Yaşam Yönelimi Testi Revize	0.753 ^{**}
Hayatta Anlamın Varlığı	0.645 ^{**}
Hayatta Anlam Arayışı	0.730 ^{**}

r_{tt} : test tekrar test korelasyonu

^{**} Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

4.1.6. Geçerlilik Analizleri

4.1.6.1. Aynılık (Convergent) Geçerliliği

Hayatta Amaç Ölçeğinin aynılık geçerliliğini sınamak için bu ölçeğin Yaşam Yönelimi Testi Revize İle Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin arasındaki korelasyona bakılmıştır. Yaşam Yönelimi Testi Revizenin aynılık geçerliliğini sınamak için bu ölçeğin Hayatta Amaç Ölçeği ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin arasındaki korelasyona bakılmıştır. Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinin aynılık geçerliliğini sınamak için bu ölçeğin Hayatta Amaç Ölçeği ile Yaşam Yönelimi Testi Revize arasındaki korelasyona bakılmıştır.

Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre Hayatta Amaç Ölçeği ile Yaşam Yönelimi Testi Revize ($r=-0.123$, $p<0.01$), Hayatta Amaç Ölçeği ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ($r=0.332$, $p<0.01$) ve Hayatta Amaç Ölçeği ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlam Arayışı ($r=0.137$, $p<0.01$) ile arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon bulunmuştur. Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri ile Hayatta Amaç Ölçeği arasında pozitif anlamlı bir korelasyon bulunmuş iken Hayatta Amaç Ölçeği ile Yaşam Yönelimi Testi Revize arasında negatif anlamlı bir korelasyon bulunmuştur.

Yaşam Yönelimi Testi Revize ile Hayatta Amaç Ölçeği ($r=-0.123$, $p<0.01$) arasında negatif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Yaşam Yönelimi Testi Revize ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ($r=-0.368$, $p<0.01$) arasında negatif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Yaşam Yönelimi Testi Revize ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlam Arayışı ($r=-0.016$, $p>0.01$) arasında anlamlı bir korelasyon bulunamamıştır.

Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeği olan Hayatta Anlamın Varlığı ile Hayatta Anlam Arayışı ($r=0.237$, $p<0.01$) arasında pozitif anlamlı korelasyon bulunmuştur. Aynılık geçerliliğine ait korelasyon değerleri Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11. Hayatta Amaç Ölçeği (HAÖ), Yaşam Yönelimi Testi Revize ve Hayatta Anlam Anketi’nin (HAA) Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeklerinin Birbirleri Arasındaki Korelasyon

Ölçekler	Hayatta Amaç Ölçeği	Yaşam Yönelimi Testi Revize	Hayatta Anlamın Varlığı	Hayatta Anlam Arayışı
Hayatta Amaç Ölçeği				
Yaşam Yönelimi Testi Revize	-0.123**			
Hayatta Anlamın Varlığı	0.332**	-0.368**		
Hayatta Anlam Arayışı	0.137**	-0.016**	0.237**	

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

4.1.6.2. Yapı (Construct) Geçerliliği

Hayatta Amaç Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi Revize ve Hayatta Anlam Anketinin yapı geçerliliğini sınamak için keşfedici faktör analizinde faktör yapısı, çeşitli yöntemler kullanılarak incelenmiştir. Önceden yapılmış olan ölçekteki bütün maddeler arasındaki korelasyon matrisinde, anlamlı korelasyonların bulunmuş olması faktör

analizinin yapılabilceğini göstermişti (Tablo 7, Tablo 8, Tablo 9). Faktör analizinin yapılabilirliği incelendikten sonra faktör analizi yapılması için örneklemin yeterli ve uygun olduğunu öğrenmek için örneklem uygunluğu (sampling adequacy) ve Bartlett Sphericity testleri yapılmıştır (Tablo 12). Barlett testi sonucunun anlamlı çıkması ve KMO değerinin 0.60'dan yüksek olması örneklemden toplanan verilerin faktör analizi için uygun olabilmesi için gerekli koşullardır (Büyüköztürk, 2004: 145). Bunun yanı sıra Kaiser-Meyer-Olkin değerinin yüksek olması, ölçekteki her değişkenin, öbür değişkenler tarafından çok iyi bir düzeyde tahmin edilebileceği anlamına gelir. Değerler sıfır ya da sıfıra yakın çıkar ise korelasyon dağılımında bir dağınıklık olduğu anlamına gelir ve bu değerlere yönelik yorum yapılmaz. Kaiser-Meyer-Olkin testinin sonucuna baktığımızda, değer 0.50'den düşük ise faktör analizine devam edilemeyeceği yorumu yapılır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk 2012: 207). Bu çalışmada Hayatta Amaç Ölçeği için, KMO örneklem uygunluk katsayısı 0.877, Bartlett Küresellik Testi X^2 değeri ise 3450.295 ($p<0.01$) olarak bulunmuştur. KMO ve Bartlett testi sonuçlarına göre çalışmada keşfedici faktör analizi yapılmaya uygun bulunmuştur.

Tablo 12. Hayatta Amaç Ölçeği KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Uygunluğu Testi	0.877
Bartlett Küresellik Testi Yaklaşık Ki Kare	3450.295
Sd	190
P	0.000

Yapılan ilk faktör analizinde, döngüsüz metod (unrotated) kullanılarak faktör çözümlemesiyle maksimum faktör sayısı incelenmiş ve toplam varyansın %54.48'ini açıklayan 5 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ancak ölçeğin yapısı 1 faktörlü yapıya daha uygun olduğundan temel bileşenler tekniği ile Promax döndürme faktör çözümlemesi sonuçları 1 faktörlülükle sınırlandırılmıştır. Genellikle, bir ölçeğin faktörleri eğer kendi aralarında ilişkili değilse Varimax döndürme tekniği, eğer ilişkili ise Promax döndürme tekniği kullanılır (Tabachnick ve Fidell 1996: 25). Yapılan bu işlem sonucunda toplam varyansın 26,84'ünü açıklayan, Hayatta Amaç Ölçeği olmak üzere tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Faktör sonuçları ve faktör yüklemeleri Tablo 13'de verilmiştir.

Tablo 13. Hayatta Amaç Ölçeği Keşfedici Faktör Analizi Sonuçları

Madde	Faktör 1
3. Madde	0.72
4. Madde	0.71
9. Madde	0.70
8. Madde	0.68
20. Madde	0.64
1. Madde	0.61
17. Madde	-0.58
6. Madde	0.54
12. Madde	0.53
18. Madde	-0.51
10. Madde	-0.48
11. Madde	0.46
16. Madde	0.44
19. Madde	-0.44
13. Madde	0.44
5. Madde	-0.40
7. Madde	-0,34
14. Madde	
2. Madde	
15. Madde	
Açıklanan Toplam Varyans : %26.84	%26.84
*0.30'dan düşük yük değerlerine tabloda yer verilmemiştir.	



Şekil 2. Hayatta Amaç Ölçeği Faktör Özdeğerlerine İlişkin Yamaç-Birikim Grafiği

Maddelerin açıkladıkları varyans oranına göre tüm faktör yapıları incelenmiş ve bulgular yapı geçerliliği gösteren bulgular olarak değerlendirilmiştir. Tek faktörlü bulunan yapıda 3 maddeye (2, 14, 15) herhangi bir şekilde %30'dan yüksek faktör yüklenmemiştir. Bu faktör toplam varyansın %26.84'ünü açıklamakta ve maddelerin faktör yükleri 0.72 ile -0.34 arasında değişmektedir.

Bu çalışmada Hayatta Anlam Anketi için, KMO örneklem uygunluk katsayısı 0.820, Bartlett küresellik testi X^2 değeri ise 2246.371 ($p < 0.01$) olarak bulunmuştur. KMO ve Bartlett testi sonuçlarına göre keşfedici faktör analizini yapmaya uygun bulunmuştur (Tablo 14).

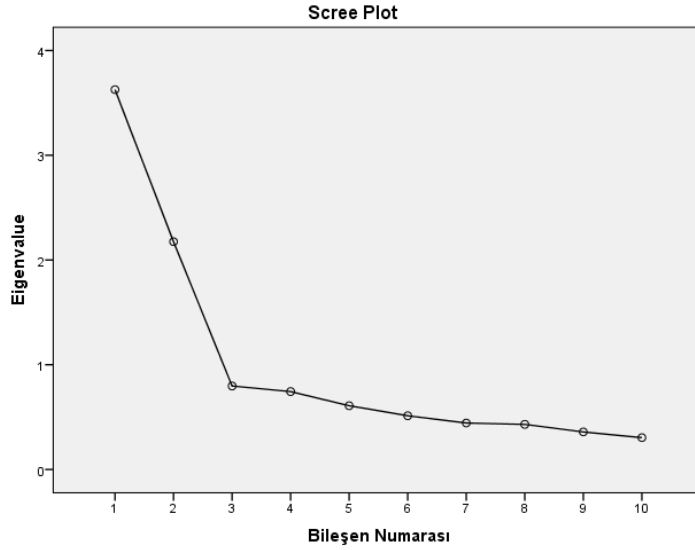
Tablo 14. Hayatta Anlam Anketi KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Uygunluğu Testi	0.820
Bartlett Küresellik Testi Yaklaşık Ki Kare	2246.371
Sd	45
P	0.000

Yapılan faktör analizi çalışmasında, Döngüsüz Metod (Unrotated) kullanılarak faktör çözümlemesiyle maksimum faktör sayısı incelenmiş ve toplam varyansın %58.01'ini açıklayan 2 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Faktör sonuçları ve faktör yüklemeleri Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15. Hayatta Anlam Anketi Keşfedici Faktör Analizi Sonuçları

Madde	Faktör 1 Hayatta Anlamın Varlığı	Faktör 2 Hayatta Anlam Arayışı
Madde 1 Hayatımın anlamını anladım.	0.76	
Madde 2 Hayatımı anlamlı yapacak bir şey arıyorum.		0.74
Madde 3 Hayatımın amacını bulmak için sürekli arayıştayım.		0.74
Madde 4 Hayatımın, onu anlamlı kılan net bir yönü var.	0.82	
Madde 5 Hayatımı neyin anlamlı kılacağına dair iyi bir algım/hissim var.	0.82	
Madde 6 Tatmin edici bir hayat amacı keşfettim.	0.78	
Madde 7 Hayatımın önemli olduğunu hissettirecek bir şeyi hep arıyorum.		0.73
Madde 8 Hayatım için bir amaç veya vazife bulmaya çalışıyorum.		0.76
Madde 9 Hayatımın net bir amacı yok.	0.53	
Madde 10 Hayatımda anlam arıyorum.		0.68
Açıklanan Toplam Varyans: %58.01	36.263	21.749
*0.30'dan düşük yük değerlerine tabloda yer verilmemiştir.		



Şekil 3. Hayatta Anlam Anketi Faktör Özdeğerlerine İlişkin Yamaç-Birikim Grafiği

Elde edilen iki faktör yapısı incelenmiş ve açıklamış oldukları varyans oranlarına göre yapı geçerliliği gösteren bulgular oldukları sonucu elde edilmiştir. Elde edilen faktörlerin Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri ile eşleşmiş olması (Hayatta Anlamın Varlığı Alt Ölçeği: 1, 4, 5, 6, 9 ve Hayatta Anlam Arayışı Alt Ölçeği: 2, 3, 7, 8, 10) yani 1. Faktörün altında yükleme değerine sahip maddeler ile 2. Faktör altındaki yükleme değerine sahip maddeler Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeklerini oluşturan maddelerle eşleşmektedir. Birinci faktör altında elde edilen yapı Hayatta Anlamın Varlığı boyutudur. Bu yapıyı oluşturan maddeler anlamın varlığı iyi olma, içten gelen dindarlık, dışa dönüklük ve uyumlulukla olumlu bir şekilde ilgili iken kaygı ve depresyon ile olumsuz bir şekilde ilintili maddelerden oluşmaktadır. 5 maddeden oluşan Hayatta Anlamın Varlığı boyutu toplam varyansın %36.26'sını açıklamakta ve bu faktördeki maddelerin faktör yükleri 0.53 ile 0.82 arasında değişim göstermektedir.

İkinci faktör altında elde edilen yapı Hayatta Anlam Arayışı alt boyutudur. Bu faktör altında toplamda 5 madde bulunmaktadır. Bu yapıyı oluşturan maddeler anlam arayışı ve dini arayış ile olumlu, derin düşünce, geçmiş olumsuz ve şimdiki kederli zaman anlayışı, dogmatiklik ve iyi olma hali ile olumsuz olarak ilintili maddelerdir. 5 maddeden oluşan Hayatta Anlam Arayışı boyutu toplam varyansın 21.74'ünü açıklamakta ve bu faktördeki maddelerin faktör yükleri 0.68 ile 0.76 arasında değişim göstermektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Çalışmanın beşinci bölümü olan tartışma kısmında Hayatta Anlam Anketi, Hayatta Amaç Ölçeği ve Yaşam Yönelimi Testi Revize olmak üzere, anlam odaklı üç ölçeğin bulguları tartışılacaktır.

İnsanların yaşama başladıkları andan itibaren yaşamlarının devam etmesini sağlayacak itici güçler, yani yaşamı yönlendiren etkenler vardır. Hayata verilen anlam, hayatta seçilen amaç, değerler ve idealler bu itici güçlerden bazılarıdır. İnsanlar bu iti güçler ile yaşamlarını anlamlandırır ve psikolojik olarak sağlıklarını korurlar. Bu güçlerin eksikliği ya da yokluğu bireylerde stres, kaygı ve boşluk hissine yol açmaktadır. Stres, kaygı ve boşluk hissi özümsemeyecek derecede olduğu zamanlar, yaşam kaygısına ait ciddiyet artar ve bu durum kişinin yaşamının sona ermesine yol açar (Demirbaş, 2010: 3).

İnsanlar varoluşlarından ölüme kadar geçen yaşamsal süreçte, yaşamlarına anlam ve amaç katmak için uğraşırlar çünkü varoluşun sebebini sürekli sorgulayan ve zihinsel olarak sürekli cevap arayan insanlar bu yaşamsal süreci anlamlandırmak isterler ve bu anlamlandırma sürecinin yanı sıra bu süreçte gerçekleşen olayları yönetmeye ilişkin gerekli tecrübeleri de kazanmak isterler. Teknolojinin artması ve insan yaşamına dahil olmasıyla beraber, stres yaratan olay ve durumlar artmıştır. Bunun sonucunda insanların yaşamlarına anlam katma ihtiyacı gün geçtikçe daha çok önem kazanmıştır. Bu sebeple yaşama katılan anlam konusunda yapılacak bilimsel çalışmalar, anlamsızlıktan kaynaklı problemler karşısında, insanlar için bir dayanak görevi görecektir (Kızıllırmak, 2015: 75).

Bu çalışmanın amacı, bireylerin hayatın anlamı konusundaki düşüncelerini ve yönelimlerini ölçmek üzere geliştirilmiş, varoluşsal ve anlam odaklı olan, Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Revize'yi Türkiye'ye uyarlamak ve Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğini test etmektir.

Yapılan çalışmada ölçeklerin, Türkçe uyarlamasının psikometrik özelliklerine ilişkin değerlendirmelere yer verilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonucunda Hayatta Amaç Ölçeği ve Hayatta Anlam Anketinin Türkçe formunun Türk örneklem gruplarında kullanılabilecek, güvenilirliği ve geçerliği olan ölçekler olduğu sonucuna varılmıştır ancak, Yaşam Yönelimi Testi Revizenin güvenilirlik düzeyinin yeterli çıkmaması, Türkçe formunun Türk örneklem gruplarında kullanılabilecek, güvenilirliği ve geçerliği

olan bir ölçek olmadığı bulgusuna varılmıştır. Çalışmadan elde edilen sosyodemografik bulgular, geçerlik ve güvenirlik bulguları genel bilgi çerçevesinde tartışılacaktır.

5.1. Hayatta Anlam Anketi

5.1.1. Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Hayatta Anlam Anketi

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada bireylerin, Hayatta Anlam Anketinin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile cinsiyet açısından anlamlı bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır. Demirbaş (2010: 68); Kızılırmak (2015: 64) ve Göcen (2013: 111)'in araştırmalarında üniversite öğrencileri ve yetişkinlerin yaşamlarından algılamakta oldukları anlam ve bu anlamın aranması boyutlarında cinsiyete göre bir farklılık göstermediklerini aynı şekilde Arda (2011: 54) kanser hastaları ve sağlıklı bireyler ile yapmış olduğu çalışmada, cinsiyet değişkeni açısından Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışları alt ölçeklerinin puanları açısından anlamlı bir fark bulunmadığını sonucuna varılmıştır, bu çalışmalar yaptığımız araştırmanın sonucunu desteklemektedir.

Yurt dışında yapılan çalışmaları incelediğimizde elde edilen bulgular çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Yapılan araştırma sonucunda yaşamın anlamından alınan puanlar ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Peacock ve Reker, 1982: 95; Steger vd. 2006: 84). Aynı şekilde kanser hastaları ile yapılan çalışmada yaşamın anlamının cinsiyete göre farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır (Jim, Richardson, Golden-Kreutz ve Andersan, 2006: 756).

Taş (2011: 114) öğretmenlere yaşamda anlamın varlığı ve aranan anlam ile ilgili yaptığı bir çalışmada anlamın varlığı alt ölçeği, cinsiyet açısından farklılık göstermezken, aranan yaşam anlamı açısından erkek öğretmenlerin aldığı puanların, kadın öğretmenlerin puanlarından daha yüksek olduğu bulgusuna varılmıştır, bu da aranan yaşam anlamı açısından cinsiyetler arasında fark olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde Güven (2015: 70) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir çalışmada kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre yaşamın anlamı ve anlam arayışı düzeyleri anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Taş (2011)'in Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeğinden elde ettiği bulgular ile yapılan çalışmanın bulguları birbirlerini desteklerken, aranan anlam alt ölçeğinden elde edilen sonuçlar ile Güven'in (2015) bulguları çalışmayı desteklememektedir. Yaptığımız çalışmanın ve diğer çalışmaların bulguları değerlendirildiğinde cinsiyet ile Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı alt

ölçekleri arasında ilişkinin olmaması çalışmadaki örneklem grubunun eşit dağılım göstermemesinden (erkek örneklem grubu kadın örneklem grubundan daha fazladır) kaynaklandığı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışma yaş değişkenine göre incelendiğinde, yaş ile Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Taş (2011: 117)'ın öğretmenler üzerinde yaptığı çalışmada mevcut yaşamın anlamı ve aranan anlam ile yaş arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır, bu sonuç çalışmamızı destekler niteliktedir. Göcen (2013: 112)'in yetişkinler üzerinde yaptığı bir çalışmada Hayatta Anlamın Varlığı ve yaş grupları (29-36 yaş dönemi lehine 21-28 yaş dönemi) arasında anlamlı bir farklılık bulmuştur. Bu durum yaş ilerledikçe Hayatta Anlamın Varlığına ilişkin değerin önemini arttırdığını göstermektedir. Aynı şekilde Steger ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada yaş ile Hayatta Anlam arasında düşük ama pozitif bir ilişki bulunmuştur (Steger vd., 2006: 84). Göcen, Steger ve arkadaşlarının çalışmalarından elde edilen bulgular çalışmayı desteklememektedir.

Yukarıdaki bulgular değerlendirildiğinde çalışmamızda yaş ve Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri arasında ilişki olmamasının sebebinin, yaş aralığının geniş olmasına rağmen çoğunluğun 24 yaş ve altı olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışma, medeni durum değişkenine göre incelendiğinde medeni durum ile Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan, Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Jim ve arkadaşları (2006: 756)'nın kanser hastaları üzerinde yaptığı çalışmada hayatın anlamı ve medeni durum arasında ilişki olmadığı sonucu çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Göcen (2013: 115) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan çalışmada Hayatta Anlam ve medeni durum açısından evlilerin bekarlara göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucu bulunmuştur. Aynı şekilde Ryff (1989: 1077) çalışmasında medeni durum ve Hayatta Anlam arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır. Ryff (1989) ile Göcen (2013)'nin çalışmaları çalışmamızı desteklememektedir. Çalışmamız ile diğer çalışmalar arasındaki farklılığın örneklem grubunun çoğunu bekarların oluşturuyor olması, evli ve boşanmış öğrencilerin sayısının az olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

5.1.2. Güvenirlik ve Geçerlik

5.1.2.1. Güvenirlik

Hayatta Anlam Anketinin Türkiye toplumu için iç tutarlılığı Cronbach Alfa güvenirlik analizi tekniği ile hesaplanmıştır. Buna göre Türkiye örnekleminde kullanılacak Türkçe Hayatta Anlam Anketinin alt ölçeklerinin Cronbach Alfa katsayısı 0.60'dan yüksek olduğu için yeterli düzeydedir. Elde edilen bulgular ölçeğin orijinal çalışmasında elde edilen bulguları (Steger vd., 2006: 86) ve yaşam anlamı ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik güvenirliliğinin incelendiği çalışma bulgularını (Akın ve Taş, 2015: 32) destekler niteliktedir.

Ölçeğin orijinali incelendiğinde Hayatta Anlam Anketinin (HAA) geçerlik güvenirlik çalışması farklı ülkelerden gelen üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Örneklemin çoğunluğu kadın ve yaş oranları yüksektir. Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde araştırmacılar 44 maddelik bir ölçek havuzu ile çalışmaya başlamıştır ve yapılan faktör analizi sonucunda çalışmanın son halinde 10 maddelik 7'li likert tipi bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin her üç aşamasında da iç tutarlılık Cronbach Alfa güvenirlik analiz tekniği ile hesaplanmıştır. Orijinal ölçeğin alt ölçeklerinin Cronbach Alfa katsayısına baktığımızda anlamın varlığı alt ölçeği için 0.82 iken arama alt ölçeği için 0.87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmamıştır (Steger vd., 2006: 86).

Akın ve Taş (2015), Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiş olunan Hayatta Anlam Anketinin Türkçeye uyarlama ve geçerlik güvenirlik analizini gerçekleştirmiştir. Türkçe formunun geçerlik güvenirlik analizleri iki çalışma grubundan elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir. İlk grup 356 üniversite birinci sınıf öğrencisidir. Yapılan çalışmada iç tutarlılık güvenirlik katsayıları anlam alt ölçeği için 0.77, aranan anlam alt ölçeği için 0.83 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin farklı zaman diliminde aralıklı olarak yapılan uygulamalarında elde edilen sonuçların farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile yapılan test-tekrar test güvenirlik analizi sonuçlarına göre çalışmaya katılan kişilerin birinci uygulama ile ikinci uygulamadan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Birinci uygulama ile dört haftalık (1 ay) bir zaman dilimi sonrası gerçekleştirilen ikinci uygulamada, ölçeklerden alınan puanların birbirleri ile anlamlı düzeyde ilişkili çıkması ölçeğin test-tekrar test güvenirliliğini sağladığını

göstermektedir. Türkçe Hayatta Anlam Anketinin anlamın varlığı ve anlam arayışı alt ölçeklerinin test-tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayıları yeterli düzeyde bulunmuştur. Yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlar neticesinde Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri olan anlamın varlığı ve anlam arayışı alt boyutlarının yüksek düzeyde test- tekrar test korelasyonu gösterdiği sonucuna varılmıştır.

Orijinal ölçeğe baktığımızda test-tekrar test sonuçları anlamın varlığı için 0.70, anlam arayışı için 0.73 bulunmuştur (Steger vd., 2006: 86). Akın ve Taş (2015), Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiş olunan Hayatta Anlam Anketinin Türkçeye uyarlama ve geçerlik güvenirlik analizi çalışmasında, test-tekrar test sonuçları anlam varlığı alt ölçeği için 0.89, anlam arayışı alt ölçeği için 0.92 olarak bulunmuştur. Her iki çalışmada dört haftalık bir zaman dilimi aralığında test-tekrar test uygulaması yapılmıştır.

Çalışmamızdaki Cronbach Alfa değerleri ve test-tekrar test sonuçlarının orijinal ölçeğin sonuçları ile Akın ve Taş tarafından Türk örnekleme uyarlaması yapılan çalışmadaki sonuçların, farklılık göstermesinin örneklem grubunun genişliği ya da niteliğinin farklı olmasından, ölçekteki soruların ölçmek istediği özelliği tam anlamıyla ölçmemesinden ya da test tekrar test sürecindeki aralığın farklı olmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülebilir.

5.1.2.2. Geçerlilik

5.1.2.2.1. Ölçüt-Bağıntılı Geçerlik

5.1.2.2.1.1. Aynılık (Convergent) Geçerlik

Aynılık geçerliği, aynı niteliği yani benzer yapıları ölçen ölçekler arasındaki korelasyon katsayılarının hesaplanması ile elde edilir. Ölçeğin kendisi ile aynı yapıdaki ölçek ile gösterdiği korelasyon derecesi ne kadar yüksek ise ölçeğin aynılık geçerliliği o kadar yüksektir (Steger vd., 2006: 85).

Hayatta anlam bulma ve hayatta anlam arayışı, yaşamın amacı ile ilişkili bir kavramdır (Aydın vd., 2015). Bu nedenle Türkçe Hayatta Anlam Anketinin Aynılık (convergent) geçerliği Hayatta Amaç Ölçeği ölçüt alınarak değerlendirilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri ile Hayatta Amaç Ölçeği arasında pozitif anlamlı korelasyon sağlandığı görülmüştür.

Ölçeğin orijinaline baktığımızda da Hayatta Anlamın Varlığı alt ölçeği ile memnuniyeti, pozitif duygular, içsel dindarlık, dışa dönüklük ve hoşnut olma ile istatistiksel olarak ve pozitif anlamlı korelasyon bulunmuş iken, depresyon, negatif duygular, ve nevrotizm değişkenleri ile de negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Bunun yanında, anlam arama alt ölçeği, nevrotiklik, depresyon ve çeşitli olumsuz duygular değişkenleri ile pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki göstermiştir (Steger vd., 2006)

Bu bulgulara baktığımızda da, Frankl'ın çalışmalarını destekleyen ilişkiler bulunduğumuz söylenebilir. Hayatta amaç arayışı değişkeni ile Hayatta Anlam Varlığı değişkenlerinin pozitif korelasyon gösterdiği çeşitli araştırmalarda ortaya konulduğundan (Frankl, 2009; Aydın vd., 2015) çalışmamızdaki bu iki değişken arasındaki istatistiksel olarak anlamlı korelasyon, ölçeğin ölçüt geçerliğini sağladığını göstermektedir.

5.1.2.2.1.2. Yapı Geçerliği

Hayatta Anlam Anketinin yapısını ölçmek için keşfedici (exploratory) faktör analizi yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin boyutlarının, hangi maddelerin bir araya gelerek oluştuğunu öğrenmek için bu yöntem kullanılır. Ölçeğin yordamakta olduğu belirtiler anlamın varlığı, iyi olma, içten gelen dindarlık, dışa dönüklük, uyumluluk, dini arayış, derin düşünce, iyilik hali belirtileridir.

Önceki çalışmalarda hangi maddelerin hangi boyutları oluşturduğu belirlenmiş bir kuramın sınanması için ise Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılır. Doğrulayıcı faktör analizinde bir ölçeğin kaç boyuttan oluşacağı ve her bir faktör yapısının hangi maddeler tarafından oluşturulacağı bilinir (Hinkin, Tracey ve Enz, 1997: 11).

Yapılan çalışmada döngüsüz metod kullanılarak 2 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Birinci faktörde bulunan yapı Hayatta Anlamın Varlığı boyutudur. Bu yapıyı oluşturan maddeler anlamın varlığı iyi olma, içten gelen dindarlık, dışa dönüklük ve uyumlulukla olumlu bir şekilde ilişki göstermekte iken kaygı ve depresyon ile olumsuz bir şekilde ilişkili maddelerden oluşmaktadır.

İkinci faktör altında bulunan yapı 5 maddeden oluşan Hayatta Anlam Arayışı alt boyutudur. Bu yapıyı oluşturan maddeler anlam arayışı ve dini arayış ile olumlu, derin düşünce, geçmiş olumsuz ve şimdiki kederli zaman anlayışı, dogmatiklik ve iyi olma hali ile olumsuz olarak ilişkili olan maddelerdir.

Steger (2006) çalışmasında hayatta anlamı ölçen ölçeklerin faktör yapılarının sorunlu ve birbiriyle uyuşmadığını belirtmiştir. Aynı zamanda, hayatta anlam kavramını ölçmek için sıklıkla kullanılan ölçekler olan PIL ve LRI, çeşitli çalışmalarda değişik faktör yapıları göstermiştir. Oluşturulan 44 maddelik havuz ile yapılan faktör analizi çalışmasında, Steger ve ark. öz değerleri birden fazla olan en fazla 6 faktörlü yapı elde etmelerine rağmen, scree-plot iki faktörlü bir yapıya daha uygun bulunmuştur. Daha sonra bu maddelerin içinden seçilen 10 maddelik ölçek ile yapılan faktör analizi sonuçlarına göre madde 1. 4. 5. 6. ve 9. maddeler anlamın varlığı alt ölçeğini oluştururken, 2. 3. 7. 8. ve 10. maddeler ölçeğin anlam arayışı alt boyutunu oluşturmaktadır. Bunun yanında, Chan (2014)'te Hayatta Anlam Anketinin Çince versiyonunun faktör yapısını incelediği çalışmasında Steger (2006) ve diğerleri (Liu and Gan, 2010; Wang ve Dai, 2008) ile benzer şekilde 2 faktörlü bir yapı elde etmiştir. Bu bulgular, çalışmamızda yaptığımız faktör analizi sonuçlarını desteklemektedir. Özet olarak, 10-maddelik Hayatta Anlam Anketinin Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı ile ilgili beşer maddeden oluşan iki faktörden oluştuğu söylenebilir.

5.2. Hayatta Amaç Ölçeği

5.2.1. Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Hayatta Amaç Ölçeği

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışmada bireylerin, Hayatta Amaç Ölçeğinden aldıkları puanlar ile cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenleri açısından anlamlı bir fark olmadığı bulgusuna varılmıştır.

Aydiner (2011: 86)'in çalışmasını incelediğimizde cinsiyet ile yaşam amaçlarının alt boyutları (kişisel gelişim, maddi kazanç, fiziksel görünüm, sosyal sorumluluk) açısından kişisel gelişim ve sosyal sorumluluk boyutlarında kadınlar erkeklere göre anlamlı düzeyde farklılık göstermiş iken, maddi kazanç ve fiziksel görünüm açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda elde edilen bulgular çalışmamızı kısmen destekler niteliktedir. Peacock ve Reker (1982: 95) tarafından Hayat Tutumu Profiline geçerlik ve güvenirlik çalışmasında, ölçeğin alt ölçeklerinin (amaç arayışı ve yaşamın amacı) cinsiyet açısından aralarında bir farklılık göstermeleri çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Bu sonuçların tersine İlhan ve Özbay (2010: 112) 14 farklı üniversiteden 1474 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada kızların yaşam

amaçlarının puan ortalamaları, erkeklerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucu çalışmamızı desteklememektedir.

Aydiner (2011: 87)'in çalışmasını incelediğimizde 526 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada hayatta amaç puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucu çalışmamızı desteklemektedir. Jim ve arkadaşları (2006: 756) kanser hastaları üzerinde yaptığı çalışmada hayatın amacının yaş açısından farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır, bu sonuç çalışmamızı desteklememektedir.

Ryff (1989: 1077) yaptığı çalışmada medeni durum ile hayatta amaç arasında anlamlı bir ilişki olduğu, yaşamdaki amaç için evli olmanın bir faktör olduğu sonucuna varmıştır ve aynı şekilde, Göcen (2013: 115) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan çalışmada hayatın amacını anlama ve önemseme alt ölçeğinde medeni durum açısından evlilerin bekarlara göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucu bulunmuştur bu sonuçlar çalışmamızı desteklememektedir.

Ryff (1989) ve Göcen (2013) tarafından yapılan çalışmaların, bu çalışma ile uyuşmamasının sebebi, örneklemin yaş değişkeninin ağırlıklı olarak 21-22 yaşlarından oluşmuş olması ve örneklem grubunun medeni durumunun homejen dağılım göstermeyip bekar kişilerin ağırlıkta olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

5.2.2. Güvenirlik ve Geçerlik

5.2.2.1. Güvenirlik

Hayatta Amaç Ölçeğinin Türkiye toplumu için iç tutarlılığı cronbach Alfa güvenirlik analizi tekniği ile hesaplanmıştır. Çalışmada yapılan analiz sonuçlarına göre Hayatta Amaç Ölçeğinin Cronbach Alfa katsayısı yeterli bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, Türkiye örnekleminde kullanılacak olan Hayatta Amaç Ölçeğinin Cronbach Alfa katsayısı 0.60'dan yüksek olduğu için oldukça güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır.

Orijinal ölçeğin çalışmasından elde edilen Cronbach Alfa katsayısı 0.81 (yüksek düzeyde) olarak bulunmuştur (Crumbaugh, 1968). Çalışmanın bulguları ölçeğin orijinal çalışmasında elde edilen bulguları destekler niteliktedir. Ancak bu çalışmada elde edilen sonucun orijinal ölçeğe oranla daha düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Bu durumun sebebinin örneklem grubunu oluşturan bireylerin genç olması ya da ölçek sorularının

ölçmek istediği özelliği tam olarak yansıtamamış olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Ölçeğin farklı zaman diliminde aralıklı olarak yapılan uygulamalarında elde edilen sonuçların farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile yapılan test-tekrar test güvenirlik analizi sonuçlarına göre çalışmaya katılan kişilerin birinci uygulama ile ikinci uygulamadan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Birinci uygulama ile dört haftalık (1 ay) bir zaman dilimi sonrası gerçekleştirilen ikinci uygulamada, ölçeklerden alınan puanların birbirleri ile anlamlı düzeyde ilişkili çıkması ölçeğin test-tekrar test güvenirliğini sağladığını göstermektedir. Türkçe Hayatta Amaç Ölçeğinin test-tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayısı sırası 0.79'dur. Yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlar neticesinde Hayatta Amaç Ölçeğinin yüksek düzeyde test- tekrar test korelasyonu gösterdiği sonucuna varılmıştır. Orijinal ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasında test tekrar test verisine rastlanmamıştır ancak daha sonraki çalışmalarda Hayatta Amaç Ölçeğinin test-tekrar test güvenirliliği Meier ve Edwards (1974) bir haftalık aradan sonra 0.84, Reker (1977) 12 haftalık aradan sonra 0.68 ve Reker ve Cousins (1979) 6 haftalık aradan sonra 0.79 bulmuşlardır.

5.2.2.2. Geçerlilik

5.2.2.2.1. Ölçüt-Bağıntılı Geçerlik

5.2.2.2.1.1. Aynılık (Convergent) Geçerlik

Hayatta anlam bulma ve hayatta anlam arayışı, yaşamın amacı ile ilişkili kavramlardır (Aydın vd., 2015). Bu nedenle Türkçe Hayatta Amaç Ölçeğinin Aynılık (convergent) geçerliği Hayatta Anlam Anketinin alt ölçekleri ölçüt alınarak değerlendirilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde Hayatta Amaç Ölçeğinin Hayatta Anlam anketinin alt ölçekleri ile aralarında pozitif düzeyde anlamlı korelasyon sağlandığı görülmüştür.

Orijinal ölçeğin çalışmasına baktığımızda Hayatta Amaç Ölçeği ile Minnesota çok yönlü kişilik envanterinin depresyon alt ölçeği ($r=-0.65$) ve anominin ölçümü ölçeği (0.40) arasında anlamlı korelasyon bulunmuştur (Crumbaugh, 1977).

5.2.2.2.1.2. Yapı Geçerliliği

Bu çalışmada yapılan ilk faktör analizinde döngüsüz metod kullanılarak faktör çözümlemesi yöntemi ile maksimum düzeydeki faktör sayısı incelenmiş ve 5 faktörlü bir yapı elde edilmiştir, elde edilen bu faktör yapısı toplam varyansın %54.48'ini açıklamıştır. Ancak yapılan ikinci faktör analizinde ölçeğin yapısının 1 faktörlü yapıya daha uygun olduğundan temel bileşenler tekniği ile Promax döndürme faktör çözümlemesi yapılmış ve bunun sonucunda 1 faktör ile sınırlandırılmıştır. Bütün bu işlemler sonucunda Hayatta Amaç Ölçeği için tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu yapı toplam varyansın %26.84'ünü açıklamaktadır. Maddelerin açıkladıkları varyans oranına göre tüm faktör yapıları incelenmiş ve bulgular yapı geçerliliği gösteren bulgular olarak değerlendirilmiştir. Tek faktörlü bulunan yapıda 3 maddeye (2, 14, 15) herhangi bir şekilde %30'dan daha yüksek faktör yüklenmemiştir. Bu faktör toplam varyansın %26.84'ünü açıklamakta ve maddelerin faktör yükleri 0.72 ile -0.34 arasında değişmektedir.

Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgulara benzer olarak Marsh, Smith, Piek ve Saunders (2003)'ın yaptığı ve Hayatta Amaç Ölçeğinin alkol kullanan 474 kişilik örneklem grubu ile psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmada 3 maddenin (7,14,15) dahil edilmediği tek faktörlü bir yapı elde etmişlerdir.

Chamberlain ve Zika (1988) Hayatta Amaç Ölçeğinin keşfedici faktör analizini yaptıkları çalışmada ölçeğin tek boyutlu bir yapıdan oluştuğunu bulmuşlardır. Aynı zamanda Harlow, Newcomb, ve Bentler (1987) ve Dale (2002) yaptıkları çalışmada ise doğrulayıcı faktör analizi sonucunda bizim çalışmamızın bulguları ile Chamberlain ve Zikanın çalışmalarının bulgularını destekleyen tek faktörlü yapı elde etmişlerdir. Ancak bu bulgular, Yalom (1980) ve Shek (1988) çalışmalarında hayatta amacın tek bir faktör altında toplanamayacağı, iki faktörlü yapının daha kabul edilebilir olduğunu belirttiği çalışmalar ile uyumlu değildir.

Yalom ve Shek'in çalışması incelendiğinde bu çalışma ile tutarlı sonuçlar elde edilmiştir. Hayatta Amaç Ölçeğinin yapı geçerliliği incelendiğinde, ilk faktör analizinde 5 faktörlü bir yapı elde edilmiştir ve toplam varyansın %54.48'i açıklanmıştır. İkinci faktör analizinde ölçek 1 faktör ile sınırlandırılmış ve toplam varyansın %26.84'ü açıklanmıştır. Bu sebeple ölçek Yalom'un bulgularında belirttiği gibi tek bir faktörde toplanmayabilir. Ölçek, Hayatta Anlam ve Amaç Ölçeği ya da Hayattaki Amaçlardan Birine İlişkin Ölçek şeklinde isimlendirilebilir.

5.3. Yaşam Yönelimi Testi Revize

5.3.1. Yaşam Yönelimi Testi Revize Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Bu çalışmada Yaşam Yönelimi Testi Revizenin test-tekrar test süreçleri arasında 4 haftalık (1 ay) bir zaman dilimi vardır. Yaşam Yönelimi Testi Revizenin test-tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayısı yeterli düzeyde bulunmuştur. Bu sonuca baktığımızda 0.30'dan yüksek olduğu için Yaşam Yönelimi Testi Revizenin test- tekrar test güvenilirliğini gösterdiği sonucuna ulaşılmaktadır ancak, Cronbach Alfa güvenilirlik analizi tekniği kullanılarak iç tutarlılığı hesaplanan Yaşam Yönelimi Testi Revizenin Cronbach Alfa katsayısı düşük düzeydedir ve yetersiz bulunmuştur. Literatürde Cronbach alfa katsayısının 0.60-0.80 arasında olmasının araştırmalarda kullanılması için yeterli olduğu ifade edilmektedir (Akgül, 2003). Yaptığımız çalışmaya baktığımızda Cronbach Alfa katsayısı düşük bulunduğundan güvenilirliğin sağlamadığı, bu nedenle araştırmalarda kullanılmasının uygun olmadığı sonucuna varılmıştır.

Çalışmamızda Yaşam Yönelimi Testi Revizenin faktör yapısını elde edebilmek için yaptığımız keşfedici faktör analizi sonuç vermemiştir ve bu ölçeğin faktör yapısı elde edilmemiştir. Bu sebeple bulgular kısmında Yaşam Yönelimi Testi Revize'ye ilişkin bulgulara yer verilmemiştir. Çalışmamıza benzer olarak Türk toplumu verileri ile Aydın ve Tezer (1991) tarafından yapılan ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasında ölçeğin faktör yapısına ilişkin bir bulguya rastlanmamıştır.

ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu çalışmada, elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilen 10 maddelik Hayatta Anlam Anketinin Türkçe versiyonunun, yaşamda anlamın varlığı ve tatmini, anlam ve amaç arayışı, anlam eksikliği ya da anlam ve amaç konusundaki kararsızlık gibi faktörlerin belirlenmesi, değerlendirilmesi ve tedavi sürecinde planlama yapılmasına olanak sağlaması amacı ile geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.

Crumbaugh (1968) tarafından geliştirilen 20 maddelik Hayatta Amaç Ölçeğinin Türkçe versiyonunun bireylerin yaşamlarında anlamın varlığını ne kadar hissettiklerinin ve ne kadar anlam arayışı içerisinde olduklarının, yaşam biçimlerinin kişilerin yaşamlarında net bir anlam ve amaç gösterip göstermediğinin, bireylerin yaşamlarındaki anlam ve amaç eksikliğinin belirlenmesinde, değerlendirilmesinde ve tedavi sürecinde planlama yapılmasına olanak sağlaması amacı ile geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.

HAÖ'nin Türkçe versiyonu geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilir ancak, toplam varyansın %26.84'ünü açıklıyor olması ve hayatta anlam anketi ile yüksek derecede korelasyon göstermiş olması sadece Hayatta Amaç ölçmediğini Hayatta Anlam ve Amaca yönelik ölçümler yaptığını düşündürmüştür. Bu sebeple ölçeğin adı, Hayatta Anlam ve Amaç Ölçeği ya da Hayattaki Amaçlardan Birine İlişkin Ölçek olarak belirlenmesi durumunda Türkçe versiyonun kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.

Yaşam Yönelimi Testi Revizenin hem gösterdiği iç tutarlılık Cronbach Alfa güvenirlik katsayısının düşük olması hem de, faktör yapısının incelenmemesinden dolayı geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak Türkiye örnekleminde kullanılamayacağı sonucuna varılmıştır.

Her iki çalışmada da cinsiyet, yaş ve medeni durum değişkenleri ile Hayatta Anlamın Varlığı ve Hayatta Anlam Arayışı açısından bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır.

Hayatta Amaç Ölçeğindeki 20 maddenin ve Hayatta Anlam Anketindeki 10 maddenin de aynı yapıyı ölçtüğü ve Hayatta Anlam Anketini alt ölçeklerinin (Hayatta

Anlamın Varlığı Ve Hayatta Anlam Arayışı) bir ölçme aracının karşılaması gereken iç tutarlılık şartını karşıladığı sonucuna varılmıştır.

Çalışmada Hayatta Anlam Anketinin yanı sıra 648 üniversite öğrencisine Hayatta Amaç Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçekler ile yapılan korelasyon analizinde Hayatta Anlam Anketinin, Hayatta Amaç Ölçeği ile benzer nitelikleri ölçtüğü, bu nedenle ölçeğin geçerliği olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuç aynı zamanda her iki ölçeğinde geçerliği olduğunu göstermektedir.

Her iki ölçekte bir ay ara ile örneklemdeki 52 kişiye tekrardan uygulanmış ve elde edilen sonuçlar bir ay önceki ilk uygulama ile karşılaştırılmıştır. Karşılaştırma sonucu elde edilen sonuçlar ile ölçeğin test tekrar test güvenirliği ortaya konulmuştur.

Her biri 5'er maddeden oluşan iki alt ölçeği olan Hayatta Anlam Anketi ile yapılan açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre her biri ayrı bir alt ölçeğin maddelerinden oluşan iki faktörlü bir yapıdan oluştuğu gözlemlenmiştir.

20 maddeden oluşan Hayatta Amaç Ölçeği, yapılan açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre tek faktörlü bir yapıdan oluşmuştur ancak, üç maddenin 0.30'un üzerinde yük değerine sahip olmadığı gözlemlenmiştir.

6.2. Öneriler

İnsanların varoluşlarının ve yaşamlarını sürdürmelerinin destekçisi olan hayattaki anlam ve amacın etkililiği insan hayatında önemli bir noktadır. Bu denli önemli iki faktörün yokluğu bireylerin yaşamlarında anlamsızlığa ve yok oluşa sebebiyet verebilmektedir. Bu nedenle bu konuda ortaya çıkabilecek psikolojik olumsuzlukların tedavisinde destek sağlayacak ölçek geliştirme, uyarlama ya da gözden geçirme çalışmalarının artması önemlidir.

Ölçeğin uygulandığı örneklem grubunun büyüklüğü yapılan geçerlik güvenirlik çalışması için yeterli olsa da, yaş aralığının geniş tutulması adına örneklemin genişletilmesi, hayattaki amaç ve anlamın ölüme yaklaşan bireyler (yaşlılar) ile genç bireyler arasında yapılması çalışmayı daha da güçlendirecektir.

Çalışmada medeni durum değişkeni açısından bekar insanların sayısının boşanmış ve evli olanlara oranla çok daha fazla olması bir sınırlılıktır. Örneklem dağılımının çalışmadaki önemi göz önünde bulundurulduğunda gelecekteki çalışmalarda bu değişkenin dengeli dağılım sağlamasına dikkat edilmesi çalışmaya yarar sağlayacaktır.

Çalışmaları daha da güçlendirmek adına aynılık geçerliliği ve ayırt edici geçerlilik için kullanılacak ölçeklerin var olan ölçek ile uyumuna özen göstererek seçilmesinin daha iyi sonuçlar vereceği düşünüldüğünden, diğer çalışmalarda bu konuya özen gösterilmesi önerilmektedir.

Yaşam Yönelimi Testi Revizenin üniversite öğrencileri örnekleminde geçerli ve güvenilir sonuçlar vermemesinin nedeni, soruların anlaşılabilirlik düzeyinin düşük olmasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Bunun yanı sıra, ölçekteki sorulara verilen cevapların anlık cevaplanabileceği gibi, saatten saate, günden güne ve durumdan duruma değişebilecek yapıda olması ölçeğin, Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir sonuçlar vermediğini düşündürmüştür. Ölçekteki maddelerin gözden geçirilip yeniden geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (2000). *Yaşama sanatı*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Akçamete, G. ve Kargın, T. (1998). Edensel Engeli Olan ve Olmayan Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Yönelimi Düzeylerinin İncelenme. *Türk psikoloji dergisi*, 13(42), 37-44. <http://www.turkpsikolojiyazilari.com/PDF/TPD/42/03.pdf>.
- Akgül, A. (2003). *Tıbbi araştırmalarda istatistiksel analiz teknikleri: SPSS uygulamaları* (3. baskı). Ankara: Emek Ofset.
- Akın, A. ve Taş, İ. (2015). Yaşam anlamı ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Turkish Studies*, 10(3), 27-36. doi:10.7827/turkishstudies.7860
- Akıncı, A. (2005). Hayata anlam vermede dini değerlerin ve din öğretiminin rolü. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3 (9), 7-24. <http://ded.dem.org.tr/gorsel/pdf/ded-9-makale-1.pdf>.
- Arda, Ş. (2011). *Kanser hastalarında yaşamın anlamının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul üniversitesi, İstanbul.
- Aydın, C., Kaya, M. ve Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İlahiyat fakültesi dergisi*, 38, 39-55. doi.org/10.17120/omuifd.80248
- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2-9. <http://www.turkpsikolojiyazilari.com/PDF/TPD/26/06.pdf>.
- Aydiner, B. B. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlilik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Ünivesitesi, Sakarya.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın anlam kazanmasında psiko-sosyal faktörler ve din*. Doktora tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Bastianello, M. R., Pacico, J. C. and Hutz, C. S. (2014). Optimism, self-esteem and personality: adaptation and validation of the Brazilian Version Of The Revised Life Orientation Test (LOT-R). *Psico-USF*, 19(3), 523-531. doi:10.1590/1413-82712014019003014
- Battista, J. and Almond, R. (1973). The Development of Meaning in Life†. *Psychiatry*, 36(4), 409-427. doi:10.1080/00332747.1973.11023774

- Baumeister, R. F. and Heatherton, T. F. (1996). Self-Regulation Failure: An Overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1-15. doi:10.1207/s15327965pli0701_1
- Bodur, G., Işık, B., Kaya, H. ve Şenyuva, E. (2012). Hemşirelik Yüksekokulu ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinin yaşam yönelimi ve ilişkili faktörler. *Uluslararası insan bilimleri dergisi*, 9(2), 1535-1546. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik; psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri*. (I. D. Sarıoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, S. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (2. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Carver, C. S. and Scheier, M. F. (2002). Control Processes and Self-Organization as Complementary Principles Underlying Behavior. *Personality and Social Psychology Review*, 6(4), 304-315. doi:10.1207/s15327957pspr0604_05
- Chamberlain, K. and Zika, S. (1988). Religiosity, Life Meaning and Wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27(3), 411-420. doi:10.2307/1387379
- Chan, W. C. (2014). Factor Structure of the Chinese Version of the Meaning in Life Questionnaire among Hong Kong Chinese Caregivers. *Health & Social Work*, 39(3), 135-143. doi:10.1093/hsw/hlu025
- Churchill, G. A. and Peter, J. P. (1984). Research Design Effects on the Reliability of Rating Scales: A Meta-Analysis. *Journal of Marketing Research*, 21(4), 360-375. doi:10.2307/3151463
- Creed, P. A., Patton, W. and Bartrum, D. (2002). Multidimensional Properties of the Lot-R: Effects of Optimism and Pessimism on Career and Well-Being Related Variables in Adolescents. *Journal of Career Assessment*, 10(1), 42-61. doi:10.1177/1069072702010001003
- Crumbaugh, J. C. (1968). Cross-validation of Purpose in Life test based on Frankl's concepts. *Journal of Individual Psychology*, 24, 74-81.

Crumbaugh, J. C. (1977). The seeking of noetic goals test (SONG): A complementary scale to the purpose in life test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33(3), 900-907. doi:10.1002/1097-4679(197707)33:3<900::aid-jclp2270330362>3.0.co;2-8

Cüceloğlu, D. (2004). *İnsan ve davranışı* (13. Baskı). İstanbul: Remzi.

Çilingir, L. (2003). Hayatın Anlamı Nedir veya İyi Bir Hayat Nasıl Olmalıdır? *Felsefe Ne İşe Yarar?* (18), 229.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik: SPSS ve Lisrel Uygulamaları*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Dale, A. (2002). *Do some drug users have less to live for?* Unpublished doctoral dissertation, School of Psychology, Curtin University of Technology, Western Australia.

Debats, D. L. (1999). Sources of Meaning: An Investigation of Significant Commitments in Life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(4), 30-57. doi:10.1177/0022167899394003

Demir, O. ve Acar, M. (1997). Anlam. *Sosyal bilimler sözlüğü*. 28. Ankara: Vadi.

Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542

Downie, M., Koestner, R., Horberg, E., and Haga, S. (2006). Exploring the Relation of Independent and Interdependent Self-Construals to Why and How People Pursue Personal Goals. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 517-531. doi:10.3200/socp.146.5.517-531

Doğan, T. ve Çötök, N. A. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk psikolojik danışma ve rehberlik dergisi*, 4(36), 165-172. <http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/100/101>.

Erci, B. (2008). Meaning in life for patients with cancer: validation of the Life Attitude Profile-Revised Scale. *Journal of Advanced Nursing*, 62(6), 704-711. doi:10.1111/j.1365-2648.2008.04658.x

Erefe, I. (2002). *Veri Toplama Araçlarının Niteliği İçinde: Hemşirelikte Araştırma İlke,*

Süreç ve Yöntemleri (1. Baskı). İstanbul: Odak Ofset.

Eryılmaz, A. (2010). Yeniden Gözden Geçirme: Pozitif Psikoterapi ve Gelişimsel Rehberlik Bağlamında Ergenler İçin Amaçları Genişletme Programı. *Aile ve toplum eğitim kültür ve araştırma dergisi*, 5(20), 53-66. Dergipark.ulakbim.gov.tr/spcd/download/5000100692.

Eryılmaz, A. (2012). Pozitif Psikoterapi Bağlamında Yaşam Amaçları Belirleme Ölçeğinin Üniversite Öğrencileri Üzerinde Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Klinik psikiyatri*, 15(3), 166-174. http://www.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_15_3_166_174.pdf.

Eryılmaz, A. (2015). Amaçlar için mücadele ölçeğinin geliştirilmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(4), 233-244. doi: <http://dx.doi.org/10.12780/uusbd.19605>

Fife, B. L. (2005). The role of constructed meaning in adaptation to the onset of life threatening illness. *Social Science & Medicine*, 61(10), 2132-2143. doi: 10.1016/j.socscimed.2005.04.026

Frankl, V. E. (1997). *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki yayınevi.

Frankl, V. E. (2009). *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okuyan Us.

Frankl, V. E. (2010). *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okuyan Us.

Fromm, E. (1982). *Sahip olmak ya da olmak* (A. Arıtan, Çev.). Bakırköy, İstanbul: Arıtan Yayınevi.

Geçtan, E. (2007). *Varoluş ve psikiyatri* (7. Baskı). İstanbul: Metis Yayıncılık.

Göcen, G. (2013). Pozitif psikoloji düzleminde psikolojik iyi Olma ve dini yönelim ilişkisi: Yetişkinler üzerine bir araştırma. *Toplum bilimleri dergisi*, 7(13), 97-130. http://www.academia.edu/22067698/Pozitif_Psikoloji_Düzleminde_Psikolojik_ iyi_ Olma_ve_Dini_yönelim_ilişkisi_Yetişkinler_Üzerine_Bir_Araştırma.

Gündoğdu, M., Korkmaz, S., & Karakuş, K. (2005). Üniversite öğrencilerinde yaşam yönelimi. *Mersin Üniversitesi Atatürk Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 151-160.

Güven, P. (2015). *Üniversite Öğrencilerinde Yaşamın Amacı ve Anlamı İle Yaşam Doyumu ve Yakın İlişkiler*. Yüksek lisans tezi, Dokuz eylül üniversitesi, İzmir.

- Harlow, L. L., Newcomb, M. D. and Bentler, P. M. (1987). Purpose in Life test assessment using latent variable methods. *British Journal of Clinical Psychology*, 3(26), 235-236. doi: 10.1111/j.2044-8260.1987.tb01355.x
- Hinkin, T. R., Tracey, J. B. and Enz, C. A. (1997). Scale Construction: Developing Reliable and Valid Measurement Instruments. *Journal of Hospitality and Tourism Research*, 21(1), 100-120. doi: 10.1177/109634809702100108.
- Iwanaga, M., Yokoyama, H., and Seiwa, H. (2004). Coping availability and stress reduction for optimistic and pessimistic individuals. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 11-22. doi:10.1016/s0191-8869(03)00047-3
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-118. <http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/185/116>.
- İlhan, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: Yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Jim, H. S., Richardson, S. A., Golden-Kreutz, D. M., and Andersen, B. L. (2006). Strategies used in coping with a cancer diagnosis predict meaning in life for survivors. *Health Psychology*, 25(6), 753-761. doi:10.1037/0278-6133.25.6.753
- Kıraç, F. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık*. Yüksek lisans tezi, Ankara üniversitesi, Ankara.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamanın Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Korb, K. (2012). Conducting educational research. Validity of instruments. <http://korbedpsych.com/R09eValidity.html>
- Lemay, K., and Wilson, K. (2008). Treatment of existential distress in life threatening illness: A review of manualized interventions☆. *Clinical Psychology Review*, 28(3), 472-493. doi:10.1016/j.cpr.2007.07.013
- Liu S-S, and Gan Y-Q. (2010). Reliability and validity of the Chinese version of the Meaning in Life Questionnaire. *Chin Mental Health J.* 24(6). 478–482.
- Marsh, A., Smith, L., Piek, J. and Saunders, B. (2003). The Purpose in Life Scale: Psychometric Properties for Social Drinkers and Drinkers in Alcohol Treatment.

Educational and Psychological Measurement, 63(5), 859-871.
doi:10.1177/0013164403251040

Mckenzie, L. (1986). The purposes and scope of adult religious education. In N. T. Foltz. (Eds.), *Handbook of adult religious education* (pp. 7-23). Birmingham: Religious Education Press.

Mcknight, P. E., and Kashdan, T. B. (2009). Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory. *Review of General Psychology*, 13(3), 242-251. doi:10.1037/a0017152

Meier, A. and Edwards, H. (1974). Purpose-in-Life Test: Age and sex differences. *Journal of Clinical Psychology*, 30(3), 384-386. doi:10.1002/1097-4679(197407)30:3<384::aid-jclp2270300351>3.0.co;2-v

Özdemir, G. (2011). *Ebelik ve hemşirelik öğrencilerinin iletişim becerileri ve yaşam yönelimlerinin stresle başetme tutumları üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Petrovich, A. (2004). Using Self-Efficacy Theory in Social Work Teaching. *Journal of Social Work Education*, 40(3), 429-443. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/10437797.2004.10672298>.

Parmaksız, I. and Avsaroğlu, S. (2012). Öğretmen Adaylarının Benlik Saygısı Düzeylerine Göre İyimserlik ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 11(2), 543-553. Retrieved from <http://ilkogretim-online.org.tr>.

Peacock, E. J. and Reker, G. T. (1982). The Life Attitude Profile (LAP): Further evidence of reliability and empirical validity. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 14(1), 92-95. doi:10.1037/h0081225

Reker, G. T. (1977). The purpose-in-life test in an inmate population: An empirical investigation. *Journal of Clinical Psychology*, 33(3), 688-693. doi:10.1002/1097-4679(197707)33:3<688::aid-jclp2270330316>3.0.co;2-f

Reker, G. T. and Cousins, J. B. (1979). Factor structure, construct validity and reliability of the seeking of noetic goals (SONG) and purpose in life (PIL) tests. *Journal of Clinical Psychology*, 35(1), 85-91. doi:10.1002/1097-4679(197901)35:1<85::aid-jclp2270350110>3.0.co;2-r

- Reker, G. T. and Peacock, E. J. (1981). The Life Attitude Profile (LAP): A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 13(3), 264-273. doi:10.1037/h0081178
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi:10.1037//0022-3514.57.6.1069
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-89. file:///C:/Users/DunYaa/Downloads/207-1501-1-PB%20(2).pdf.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. and Bridges, M. W. (1994). Distinguishing Optimism From Neuroticism (and Trait Anxiety, Self-Mastery, and Self-Esteem): A Reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Schulenberg, S. E., Schnetzer, L. W. and Buchanan, E. M. (2010). The Purpose in Life Test-Short Form: Development and Psychometric Support. *Journal of Happiness Studies*, 12(5), 861-876. doi:10.1007/s10902-010-9231-9
- Seligman, M. E. (2002). *Positive psychology, positive prevention and positive therapy*. Handbook of positive psychology. New York: Oxford University.
- Seligman, M. E. and Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi:10.1037//0003-066x.55.1.5
- Sezer, S. (2012). A view to the subject of the meaning of life in terms of theoretical and psychometric studies. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 209-227. doi:10.1501/egifak_0000001242
- Shek, D. T. L. (1988). Reliability and factorial structure of the Chinese version of the Purpose in Life Questionnaire, *The Journal of Clinical Psychology*, 44(3), 384-392. doi: 10.1002/1097-4679(198805)44:3<384::AID-JCLP2270440312>3.0.CO;2-1
- Shek, D. T. (1992). Meaning in Life and Psychological Well-Being: An Empirical Study Using the Chinese Version of the Purpose in Life Questionnaire, *The Journal of Genetic Psychology*, 153:2, 185-200, DOI: 10.1080/00221325.1992.10753712

- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S. and Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. doi:10.1037/0022-0167.53.1.80
- Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S. and Otake, K. (2008). The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. *Journal of Research in Personality*, 42(3), 660-678. doi:10.1016/j.jrp.2007.09.003
- Tabachnick, B. G. and Fidell, L. S. (1996). *Using multivariate statistics* (3. Baskı). New York: HarperCollins.
- Taylor, S. E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist*, 38(11), 1161-1173. doi:10.1037//0003-066x.38.11.1161
- Taş, I. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Thompson, S. C. (1985). Finding Positive Meaning in a Stressful Event and Coping. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(4), 279-295. doi:10.1207/s15324834basp0604_1
- Tillich, P. (1952). *The courage to be*. New Haven, Yale University Press.
- Uğurlu, O. (2011). Genel ve zihinsel sağlığın yordayıcıları olarak iyimserlik ve karamsarlık. *Çankaya University Journal of Humanities and Social Sciences*, 8(1), 81-90. <http://cujhss.cankaya.edu.tr/tr/8-1/301%20MAKALE%2004%20Ugurlu.pdf>.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yalom, I. D. (2011). *Varoluşçu psikoterapi* (4. Baskı). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Williams, S. S. (2012). *Darwin tanrı ve yaşamın anlamı: Evrim kuramı bildiğimiz her şeyi nasıl alt üst etti?* (I. Hoca, Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Wang, M. C., and Dai, X. Y. (2008). Chinese meaning in life questionnaire revised in college students and its reliability and validity test. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 16(5), 459–461.

EKLER

EK 1. ÖZGEÇMİŞ

Gökçe Kahleoğulları

Cumhuriyet Mah. 366. sokak No:3/6

Şanlıurfa 63570 Türkiye

Telefon: +90 5315917791

E-mail: pskdanismangokce@gmail.com

KİŞİSEL BİLGİLER:

Doğum Yeri: Samandağ, Hatay

EĞİTİM:

İlkokul : Şaban Kahil Sürmeli İlköğretim Okulu, Hatay, Türkiye - 2005

Lise: Samandağ Anadolu Lisesi, Hatay, Türkiye – 2006 - 2010

Lisans: Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü
Lefkoşa, KKTC, 2010-2014

Yüksek Lisans: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
Klinik Psikoloji Anabilim Dalı,
Gaziantep, Türkiye, 2014-2016

Tez Konusu: Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi
Testi Türkçe Versiyonunun Geçerlik, Güvenirliği ve Faktör
Yapısının İncelenmesi

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Hanna Nita SCHERLER

İş Deneyimi

Şubat 2015 (Halen) - Ceylanpınar Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Psikolojik
Danışman Ve Rehber Öğretmen Ceylanpınar/Şanlıurfa

Staj

Yakındoğu Üniversitesi – Yakın Doğu Koleji: Psikolojik Danışma ve Rehberlik

Mustafa Kemal Üniversitesi (MKÜ) - Tıp Fakültesi: Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları
Anabilim Dalı: Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Stajı

Sertifika ve Başarılar

Psikoeğitim Eğitici Eğitimi

Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi

Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölüm
Birinciliği, Lefkoşa, KKTC, 2010-2014



EK 2. GÖNÜLLÜLERİ BİLGİLENDİRME VE OLUR (RIZA) FORMU

Değerli katılımcı,

Sizden katılmanızı istediğimiz ‘‘ Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testi Türkçe Versiyonunun Geçerlik, Güvenirliği ve Faktör Yapısının incelenmesi’’ adlı araştırma, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi olan Psikolojik Danışman Gökçe KAHLEOĞULLARI tarafından Doç. Dr. HANNA NİTA SCHERLER danışmanlığında yazılacak yüksek lisans tez araştırmasıdır.

Bu araştırmada, Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi ve Yaşam Yönelimi Testinin geçerlik, güvenirlik ve faktör yapısını ortaya koymak hedeflenmektedir. Sizlerden alınacak bu bilgiler bilimsel literatüre oldukça değerli katkılar sağlayacaktır.

Size sunulan ölçeklere açık yüreklilikle yanıt vermeniz beklenmektedir. Sizden aldığımız bu yanıtlar bu araştırma dışında hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Araştırmaya katılım tamamen isteğe bağlıdır. Araştırmaya katıldıktan sonra, ölçeklerin doldurulma anında kendinizi kötü hissetmeniz durumunda araştırmadan çekilmekte tamamen özgürsünüz. Araştırmada gizliliğini ve güvenirliğini sağlamak için, bu form üzerine adınızı ve diğer kişisel bilgilerinizi yazmanız gönüllük ilkesine bağlı kılınmıştır.

Yukarıdaki bilgileri okudum, bunlar hakkında bana yazılı ve sözlü açıklama yapıldı. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi rızamla, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Gönüllünün

Adı, Soyadı, İmzası, Adresi (varsa telefon numarası)

Araştırmayı yapan sorumlu araştırmacının

Adı, Soyadı, İmzası

Gökçe KAHLEOĞULLARI

EK 3. SOSYODEMOGRAFİK VERİ TOPLAMA FORMU

Cinsiyet : Kadın [] Erkek []

Doğum Yılı :

Bölüm :

Medeni Durum:

Üniversite Seviyesi: 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ()

Üniversite :

Şehir :

Eğitim Durumu: Ön Lisans () Lisans () Yüksek Lisans () Doktora ()

Ekonomik Durum: İyi () Orta () Kötü ()

EK 4. HAYATTA AMAÇ ÖLÇEĞİ

Her ifade için sizin için gerçeğe en yakın olan numarayı işaretleyin.

1. Genellikle						
1 Tamamen sıkılmış olurum.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Verimli ve hevesliyimdir.
2. Hayat bence						
1 her zaman heyecanlıdır	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Tamamen rutindir
3. Hayatta						
1 Hiç bir hedefim veya amacım yok	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Çok net hedeflerim ve amaçlarım var.
4. Kişisel varoluşum						
1 Tamamen anlamsız ve amaçsızdır	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Çok anlamlı ve amaçlıdır
5. Her gün						
1 Sürekli yeni bir gündür.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Birbirinin aynısıdır
6. Seçebilseydim						
1 Hiç doğmamış olmayı tercih ederdim	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Bunun gibi dokuz hayatım daha olmasını isterdim
7. Emekli olduktan sonar						
1 Her zaman yapmak istediğim heyecanlı şeylerden bazılarını yaparım.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Hayatımın geri kalanında tamamen aylıklık yaparım.
8. Hayatta hedeflerime ulaşmak konusunda						
1 Hiç bir gelişme kaydetmedim	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Tam tatmine doğru ilerliyorum
9. Hayatım						

1 Boş ve umutsuzluk dolu.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Güzel heyecan dolu şeylerle dolup taşıyor
10. Eğer bugün ölseydim, hayatımın						
1 Çok değerli olduğunu hissedirdim.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Tamamen değersiz olduğunu hissedirdim.
11. Hayatımı düşündüğümde						
1 Genellikle niçin var olduğumu merak ederim.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Burada olmama dair her zaman bir neden bulurum.
12. Dünyaya benim hayatımla olan ilişkisi açısından baktığımda, dünya						
1 Kafamı tamamen karıştırır.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Hayatımla anlamlı bir şekilde uyumlu görünür.
13. Ben						
1 Çok sorumsuz bir kişiyimdir.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Çok sorumlu bir kişiyimdir.
14. İnsanın kendi tercihlerini yapabilme özgürlüğü hakkında insanın						
1 Hayatıyla ilgili tüm kararları özgürce verebileceğine inanırım.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Kalıtım ve çevrenin sınırlamalarıyla tamamen bağlı olduğuna inanırım.
15. Ölüm için						
1 Tamamen hazırım ve ondan korkmam.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Hazır değilim ve ondan korkarım.
16. İntiharı						
1 Bir çıkış yolu olarak ciddi şekilde düşündüğüm oldu.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Hiç üzerinde durmadım.

17. Hayatta bir anlam, amaç veya vazife bulma yetimin						
1 Yüksek olduğunu düşünürüm.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Hemen hemen hiç olmadığını düşünürüm.
18. Hayatım						
1 Ellerimde ve benim kontrolümde.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Ellerimde değil ve dış etkenlerce kontrolüm dışında.
19. Günlük görevlerim						
1 Bir haz ve tatmin kaynağıdır.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Acı dolu ve sıkıcı bir deneyimdir.
20. Hayatta						
1 Hiç bir vazife veya amaç keşfetmedim.	2	3	4 (nötr)	5	6	7 Net hedefler ve tatmin edici bir yaşama amacı keşfettim.

EK 5. HAYATTA ANLAM ANKETİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyun ve sizi en iyi tarif eden cevabı işaretleyin.

(1) Kesinlikle yanlış	(2) Çoğu zaman yanlış	(3) Biraz yanlış	(4) Emin değilim	(5) Biraz doğru	(6) Çoğu zaman doğru	(7) Kesinlikle doğru
-----------------------------	-----------------------------	---------------------	---------------------	--------------------	----------------------------	----------------------------

AÇIKLAMA	(1) Kesinlikl e Yanlış	(2) Çoğu Zaman Yanlış	(3) Biraz Yanlış	(4) Emin Değili m	(5) Biraz Doğr u	(6) Çoğu Zaman Doğru	(7) Kesinlikl e Doğru
1. Hayatımın anlamını anladım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Hayatımı anlamlı yapacak bir şey arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3. Hayatımın amacını bulmak için sürekli arayıştayım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Hayatımın, onu anlamlı kılan net bir yönü var.	1	2	3	4	5	6	7
5. Hayatımı neyin anlamlı kılacağına dair iyi bir algım/hissim var.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tatmin edici bir hayat amacı keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
7. Hayatımın önemli olduğunu hissettirecek bir şeyi hep arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
8. Hayatım için bir amaç veya vazife bulmaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Hayatımın net bir amacı yok.	1	2	3	4	5	6	7
10. Hayatımda anlam arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

EK 6. YAŞAM YÖNELİMİ TESTİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyun ve sizi en iyi tarif eden cevabı işaretleyin.

Çok katılıyorum (5)	Biraz katılıyorum (4)	Ne katılıyorum ne de katılmıyorum (3)	Biraz katılmıyorum (2)	Hiç katılmıyorum (1)
------------------------	--------------------------	---	---------------------------	-------------------------

AÇIKLAMA	Çok Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Ne Katılıyorum Ne De Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
1. Belirsizlik halinde genellikle en iyisini beklerim.	5	4	3	2	1
2. Rahatlıkla gevşeyebilirim.	5	4	3	2	1
3. Benim için bir şeyin yolunda gitmeme ihtimali varsa, o şey yolunda gitmez.	5	4	3	2	1
4. Geleceğim hakkında her zaman iyimserimdir.	5	4	3	2	1
5. Arkadaşlıklarımдан keyif alırım.	5	4	3	2	1
6. Kendimi meşgul tutmak benim için önemlidir.	5	4	3	2	1
7. İşlerin benim istediğim gibi gitmesini hemen hemen hiç beklemem.	5	4	3	2	1
8. Kolay kolay keyfim kaçmaz.	5	4	3	2	1
9. Nadiren başıma iyi şeylerin gelmesini beklerim.	5	4	3	2	1
10. Genelde başıma kötü şeylerden çok iyi şeylerin gelmesini beklerim.	5	4	3	2	1

EK 7. ÜNİVERSİTELERDE ÖLÇEK UYGULAMA İZİN DİLEKÇESİ

T.C.

..... ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı tezli yüksek lisans öğrencisiyim. “Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlilik Ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi” konulu tez çalışmasını Doç.Dr.Hanna Nita SCHERLER danışmanlığında yürütmekteyim. Araştırmamda evren genişliğinin önemli olması durumunu göz önünde bulundurarak geniş bir kitleye ulaşmak adına üniversitenizde bulunan öğrencilere de ulaşmak istiyorum. Ölçeklerimizi gönüllü öğrencilerinize uygulayabilmem için gereğini saygılarımla arz ederim./....../2016

Gökçe KAHLEOĞULLARI

Adres: Ceylanpınar Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi
Ceylanpınar Şanlıurfa
Telefon: 0531 591 77 91

Ek 1: Kişisel bilgiler ve araştırma ile ilgili uygulama bilgileri.

Ek 2: Uygulanacak ölçekler.

Ekler

Ek 1: Araştırmada kullanılacak ölçekler

ARAŞTIRMA SAHİBİNİN	
Adı-Soyadı	Gökçe kahleoğulları
İletişim bilgileri	0531 591 77 91 e-mail: pskdanismangokce@gmail.com
Meslek	Ceylanpınar Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi Şanlıurfa/Ceylanpınar Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık
Bağlı Bulunduğu Üniversite-Kurum	Hasan Kalyoncu Üniversitesi
Araştırmanın Konusu	Anlam Odaklı Tamamlayıcı Üç Ölçeğin Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması: Hayatta Amaç Ölçeği, Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi
Uygulanacak Veri Toplama Araçları Ve Sayısı	3 Adet
Veri Toplama Araçlarının Uygulanacağı Sınıf Vb. Yer	Sınıf – derslik – kütüphane vb. (üniversite içerisinde üniversite öğrencilerinin bulunduğu ortamlar)
Uygulamanın Tahmini Süresi	20 – 30 Dakika

UYGUNDUR

...../...../2016

EK 8. ÜNİVERSİTELERDE ÖĞRENCİLERE ÖLÇEK UYGULAMA İZİNLERİ

KKTC

GİRNE AMERİKAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı tezli yüksek lisans öğrencisiyim. “Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlilik Ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nörotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi” konulu tez çalışmasını Doç.Dr.Hanna Nita SCHERLER danışmanlığında yürütmekteyim. Araştırmamda evren genişliğinin önemli olması durumunu göz önünde bulundurarak geniş bir kitleye ulaşmak adına üniversitenizde bulunan öğrencilere de ulaşmak istiyorum. Ölçeklerimizi gönüllü öğrencilerinize uygulayabilmem için gereğini saygılarımla arz ederim. 26.04.2016


Gökçe KAHLEOĞULLARI

Adres: Ceylanpınar Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi
Ceylanpınar Şanlıurfa
Telefon: 0531 591 77 91

Ek 1: Kişisel bilgiler ve araştırma ile ilgili uygulama bilgileri.

Ek 2: Uygulanacak ölçekler.

Uygundur

29.4.2016

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
REKTÖRLÜK



NEAR EAST UNIVERSITY
PRESIDENT'S OFFICE

Ref: RY-0242/2016

26/04/2016

Mütevelli Heyeti Başkanlığı'na,

Hasan Kalyoncu Üniversitesi Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Gökçe Kahleoğulları, "Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlilik ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi" konulu yüksek lisans tez çalışmasını Üniversitemizde uygulamak istediğini bir dilekçe ile Rektörlüğümüze bildirmiştir. Yazımız ekinde öğrencinin uygulamak istediği anketin örneği bulunmaktadır.

Konuyu bilgilerinize getirir gereğini saygılarımla arz ederim.

Prof. Dr. Şenol Bektaş
Rektör Yardımcısı



Ek: Gökçe Kahleoğulları'nın Uygulamak İsteddiği Anket Taslağı.

YAKIN DOĞU BULVARI, LEFKOŞA - KKTC, MERSİN 10 TURKEY - TEL: +90 (392) 680 20 00 - FAKS: +90 (392) 680 20 45

info@neu.edu.tr - www.neu.edu.tr

Evrak Tarih ve Sayısı: 12/05/2016-8937



T.C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

"Trafik Kurallarına Saygı İnsanlığa Saygıdır"

Sayı :87841438/605.01/
Konu :ANKET İZNİ

SAYIN GÖKÇE KAHLEOĞULLARI

İlgi :26/04/2016 tarihli, Bila sayılı ve "ANKET İZNİ HK" konulu yazı

Hasan Kalyoncu Üniversitesi öğretim üyelerinden Doç.Dr.Hanna Nita Scherler danışmanlığında yürüttüğünüz "Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlilik ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi" konulu tez çalışmasına ilişkin anketinizi Üniversitemiz öğrencilerine uygulama talebiniz uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof.Dr.Fahrettin GÖĞÜŞ
Rektör Yardımcısı

BELGENİN ASLI
ELEKTRONİK İMZALIDIR

13.05.2016

H.Şenay DİREKÇİ
Bilgisayar İşletmeni

Evrak Doğrulamak İçin : <http://193.140.136.124/enVision/Dogrula/ND3BL6D>
Üniversite Bulvarı P.K. 27310 Şehitkamil / Gaziantep, TÜRKİYE Ayrıntılı bilgi için irtibat:
Tel: : 0 (342) 360 12 00 Faks: 0 (342) 360 10 13
E-Posta: : bilgi@gantep.edu.tr Elektronik ağ:<http://www.gantep.edu.tr/>



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi 1/1 gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



TC
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞI

Sayı : 93130991-044-E.66831
Konu : Anketler

15/06/2016

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Gökçe KAHLEOĞULLARI'nın "**Anlam Odaklı Tanımlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi**" konulu yüksek lisans tez çalışması ile ilgili olarak veri oluşturmak amacıyla; ekteki anket ve ölçekleri Üniversitemiz öğrencilerine uygulayabilmeleri hususunu;

Olurlarınıza arz ederim.

e-imzalıdır

Sami YILMAZ
Genel Sekreter

OLUR
15/06/2016

e-imzalıdır

Prof. Dr. Metehan UZUN
Rektör Yardımcısı

Ek :

- 1 - Yazı
- 2 - Anket

Dağıtım:

Gereği:

Not: 5070 sayılı elektronik imza kanunu gereği bu belge elektronik imza ile imzalanmıştır.

Terzioğlu Yerleşkesi Rektörlük Binası B Blok Zemin Kat
2862180018

Bilgi için: Zeynep ADALI
Şef

Sayı : 63293059/399/ 564-3044
Konu : Tez Çalışması

07/11/2016

SAYIN GÖKÇE KAHLEOĞULLARI

İlgi :
a) 23.05.2016 tarihli dilekçeniz.
b) 03.10.2016 tarihli dilekçeniz.

“Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi” konulu tez çalışmanız için Üniversitemiz öğrencileri ile gerekli çalışmaları yapmanız uygun görülmüştür.

Başarılı çalışmalarınızın devamını dilerim.



Prof. Dr. Mevlüt AKTAŞ
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 02/05/2016-4055



T.C.
HARRAN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı : 78521740-300
Konu : Dilekçe

Sayın: Gökçe KAHLEOĞULLARI
(Ceylanpınar Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi CEYLANPINAR/ŞANLIURFA)

İlgi : 25/04/2016 tarihli ve BİLA sayılı yazı,

İlgi dilekçeniz incelenmiş olup, " Anlam Odaklı Tamamlayıcı Beş Ölçeğin Güvenirlik Ve Geçerlilik Çalışması: Yaşam Yönelimi Ölçeği, Hayatta Amaç Ölçeği, Nöotik Hedefler Arama Testi (NHAT), Hayatta Anlam Anketi, Yaşam Yönelimi Testi" konulu tez çalışmasını Üniversitemiz gönüllü öğrencilerine anket yapma talebiniz uygun görülmüştür.

Bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof.Dr. Abuzer PINAR
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

BELGENİN ASLI
ELEKTRONİK İMZALIDIR
02.05.2016

Mehmet BİLEN

Evrakı Doğrulamak İçin : http://ebys.harran.edu.tr/envision/Validate_Doc.aspx?V=BE5NN4A0

Adres:Mardin Yolu 22. km Osmanbey Kampüsü Haliliye/ŞANLIURFA
Telefon:0414 318 3020 Faks:0414 318 3197
e-Posta:ogrenci@harran.edu.tr Elektronik Ağ:http://ogrenci.harran.edu.tr/

Bilgi için: Mehmet BİLEN
Unvanı: Memur

