



**TRAJİK İYİMSERLİK VE YAŞAMIN ANLAMI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Ayşenur Ayvaz

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KASIM, 2023

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren(. ..) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Ayşenur

Soyadı : AYVAZ

Bölümü : Eğitim Bilimleri Bölümü/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

İmza :

Teslim tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı : Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İngilizce Adı : Examining the Relationship Between Tragic Optimism and the Meaning of Life

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı : Ayşenur AYVAZ

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Ayşenur AYVAZ tarafından hazırlanan “Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı’nda yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Hatice ŞİNGİR

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Başkan: Dr. Öğr. Üyesi Halime ÜNVER ABA

Sosyal Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Üye: Doç. Dr. Safiye SARICI BULUT

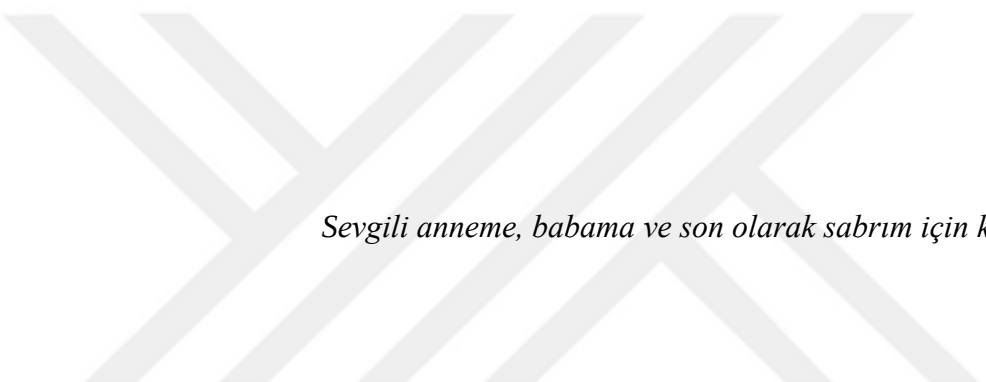
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 27/10/2023

Bu tezin Rehberlik ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans Tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Şaban ÇETİN

Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü



Sevgili anneme, babama ve son olarak sabrım için kendime...

TEŞEKKÜR

Öncelikle bu çalışmanın meydana gelmesinde değerli bilgi birikimi, görüşleri, yol gösterişi, yönlendirmeleri ve yardımları için kıymetli danışman hocam Dr. Öğretim Üyesi Hatice ŞİNGİR'a saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum. Tezim konusunda değerli görüşlerini sunan ve akademik bilgileriyle bana yol gösteren Tez savunma jürimde yer alarak katkılarıyla tezimi şekillendiren sevgili hocalarım Doç. Dr. Safiye SARICI BULUT'a ve Dr. Öğretim Üyesi Halime ÜNVER'e teşekkürlerimi sunuyorum.

Araştırma süresince uygulamamda yardımcı olan Aksaray 75. Yıl Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde çalışmakta olan öğretmen arkadaşlarım Şeyma YAR, Nurcan KIZILBULUT ve bu süreçte yardımcı olan diğer mesai arkadaşlarıma teşekkür ederim. Tez yazma sürecimin başından sonuna kadar her zaman desteğini hissettiğim, yaratıcı çözümler üreten, beni sonuna kadar motive eden canım arkadaşım ve meslektaşım Özgenur KORKIN VARANOK ve tezime değerli önerileriyle katkı sunan ve yardımını esirgemeyen yüksek lisans sınıf arkadaşım Abdullah ARSLAN'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen, varlıklarıyla güven duyduğum, çalışma sürecinde, eğitim hayatımda ve hayatımın her alanında hep desteğini ve varlığını hissettiğim en değerlilerim başta kıymetli annem Reyhan AYVAZ ve canım babam Ali Yaşar AYVAZ'a, mekansal olarak uzakta olsalar da yanımdaymış gibi bana destek veren değerli kardeşlerim Fatma Betül GÜL ve Merve ÖZERTEM'e teşekkürlerimi ve sonsuz sevgilerimi sunuyorum.

TRAJİK İYİMSERLİK VE YAŞAMIN ANLAMI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Ayşenur Ayvaz

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Kasım 2023

ÖZ

Bu araştırmada ergenlik çağındaki bireyler üzerinde trajik iyimserlik düzeyleri ile yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada betimsel tarama modelindeki ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2022-2023 eğitim – öğretim yılında liselerde eğitimine devam eden farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören lise öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Trajik İyimserlik Ölçeği”, “Yaşamın Anlamı Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bulguların incelenmesinde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), t testi, Pearson Kolerasyon Analizi teknikleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre trajik iyimserlik düzeyi ve yaşamın anlamına ilişkin tutum arasında orta seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Trajik iyimserlik düzeyi travma yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Trajik İyimserlik Ölçeği alt boyutlarından ise yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul ve kendini aşma alt boyutlarının travma yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaşamın anlamı ve yaş değişkeni arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın sonuçları, sınırlılıkları ve uygulayıcılar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Trajik iyimserlik, yaşamın anlamı, ergenlik çağındaki bireyler

Sayfa Sayısı: 81+XIV

Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Hatice ŞİNGİR

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN TRAGIC OPTIMISM AND THE MEANING OF LIFE

(M.S. Thesis)

Ayşenur Ayvaz

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

November 2023

ABSTRACT

In this study, the relationship between tragic optimism levels and their views on the meaning of life in adolescents was examined. The relational scanning method in the descriptive scanning model was used in the research. The study group of the research consists of high school students at different grade levels who continue their education in high schools in the 2022-2023 academic year. "Tragic Optimism Scale", "Meaning of Life Scale" and "Personal Information Form" were used as data collection tools in the research. One-Way Analysis of Variance (ANOVA), t test and Pearson Correlation Analysis techniques were used to examine the findings. According to the results of the research, a moderate positive and significant relationship was found between the level of tragic optimism and the attitude towards the meaning of life. It has been determined that the level of tragic optimism varies significantly depending on the situation of experiencing trauma. Among the sub-dimensions of the Tragic Optimism Scale, it has been determined that the sub-dimensions of approval of the meaning and value of life, acceptance and self-transcendence show a significant difference according to the situation of experiencing trauma. A highly significant positive relationship was detected between the meaning of life and the age variable. The results of the research, its limitations and recommendations for practitioners are presented.

Key Words: Tragic optimism, meaning of life, individuals in adolescence

Page Number: 81+XIV

Supervisor: Dr. Öğretim Üyesi Hatice ŞİNGİR

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI.....	iii
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiv
BÖLÜM I	15
GİRİŞ.....	15
Problem Durumu.....	15
Araştırmanın Amacı	18
Araştırmanın Önemi.....	19
Varsayımlar	20
Sınırlılıklar	20
Tanımlar.....	20

BÖLÜM II.....	21
KURAMSAL ÇERÇEVE	21
Pozitif Psikoloji.....	21
İyimserlik	22
Trajik İyimserlik	23
Yaşamın Anlamı.....	24
Trajik İyimserlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar	29
BÖLÜM III	36
YÖNTEM.....	36
Araştırmanın Modeli.....	36
Çalışma Grubu	36
Veri Toplama Araçları.....	37
Trajik İyimserlik Ölçeği	38
Yaşamın Anlamı Ölçeği	41
Kişisel Bilgi Formu.....	42
Verilerin Toplanması	42
Verilerin Analizi	43
BÖLÜM IV	46
BULGULAR	46
Ölçek Uyarlama Çalışmasına İlişkin Bulgular	46
Güvenirliliğe İlişkin Bulgular.....	47
Geçerliliğe İlişkin Bulgular.....	48
Ergenler Üzerinde Uygulanan Trajik iyimserlik Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği Betimsel İstatistikleri	54
Ergenlerin Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	56

Ergenlerin Cinsiyete Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular.....	57
Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular.....	57
Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Puanlarına Yönelik Bulgular	58
Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Trajik İyimserlik Düzeylerine Dair Bulgular.....	60
Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular.....	61
Ergenlerin yaşamın anlamına ilişkin görüşleri ve yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemek için istatistiki işlem olarak Pearson Korelasyonu gerçekleştirilmiştir.	61
BÖLÜM V	63
TARTIŞMA ve YORUMLAR.....	63
Ölçek Uyarlama Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	63
Ergenlerin Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması.....	65
Ergenlerin Cinsiyete Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması.....	65
Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması.....	67
Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Puanlarına Yönelik Bulguların Tartışılması	67
Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Trajik İyimserlik Düzeylerine Dair Bulguların Tartışılması.....	69
Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması.....	69

BÖLÜM VI	70
SONUÇ ve ÖNERİLER.....	70
Sonuçlar.....	70
Öneriler	71
KAYNAKLAR.....	73
EKLER.....	83
EK 1. Trajik iyimserlik Ölçeği	84
EK 2. Yaşamın Anlamı Ölçeği	87
EK 3. Kişisel Bilgi Formu	89
EK 4. Trajik iyimserlik Ölçeği Kısa Formu İzin Onayı	90
EK 5. Yaşamın Anlamı Ölçeği İzin Onayı	91
EK 6. Gazi Eğitim Bilimleri Enstitüsü ve MEB İzin Onayı	93

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. <i>Uyum İndeksleri ve Referans Değerleri</i>	44
Tablo 2. <i>KMO and Bartlett's Test</i>	48
Tablo 3. <i>Açıkladıkları Toplam Varyans Dağılımları</i>	49
Tablo 4. <i>Trajik İyimserlik Ölçeği AFA Sonuçları</i>	50
Tablo 5. <i>Ölçek İçin Uyum İyiliği Testlerine (Goodness-Of-Fit Indices) İlişkin Değerler</i>	52
Tablo 6. <i>Değişkenlerin Frekans ve Yüzdeleri</i>	55
Tablo 7. <i>Değişkenlere İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık, Basıklık, Minimum ve Maksimum Değerleri</i>	55
Tablo 8. <i>Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Arasındaki Korelasyon</i>	56
Tablo 9. <i>Cinsiyet Açısından Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları</i>	57
Tablo 10. <i>Travma Yaşama Durumu Açısından Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları</i>	58
Tablo 11. <i>Travma Yaşama Durumu Açısından Trajik iyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Olan Yaşamın Anlam ve Değerinin Onaylanması, Kabul, Cesaret, İnanç ve Kendini Aşma Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları</i>	59
Tablo 12. <i>Ergenlerin Yaş Değişkenine Göre Trajik iyimserlik Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Puanları</i>	60
Tablo 13. <i>Trajik İyimserlik ve Yaş Arasındaki Korelasyon</i>	60
Tablo 14. <i>Ergenlerin Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamı Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Puanları</i>	61
Tablo 15. <i>Yaşamın Anlamı ve Yaş Arasındaki Korelasyon</i>	62

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Faktör kırılma grafiği.....	51
Şekil 2. Trajik İyimserlik Ölçeği Path Diyagramı	53



KISALTMALAR LİSTESİ

TİÖ	Trajik iyimserlik Ölçeği
YAÖ	Yaşamın Anlamı Ölçeği
LAS	The Life Attitudes Scale
MLQ	The Meaning in Life Questionnaire
KBF	Kişisel Bilgi Formu
YÖK	Yükseköğretim Kurulu
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki konulu araştırmanın problemi tanımlanmıştır. Bunun yanı sıra bu bölüm içerisinde araştırmanın amacına, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve tanımlara yer verilmiştir.

Problem Durumu

Pozitif psikoloji bireyin güçlü yanlarına odaklanan, toplum ve bireyin iyilik hali ile ilişkili yapıları, şartları veya yaşantıları ele alan bilim dalıdır (Arslan & Wong, 2021). Bu yaklaşım içerisinde ele alınan iyimserlik kavramı ise pozitif psikolojinin temel kavramlarından biridir. İyimserlik zorluklarla baş etme davranışını ve motivasyonu etkileyerek iyilik halinin oluşmasına katkı sağlayan önemli bir mizaç özelliği olarak açıklanmaktadır (Harju & Bolen, 1998). Genellenmiş olumlu sonuç beklentisi olarak da tanımlanmıştır (Scheier & Carver, 1992). Trajik iyimserlik kavramı ise Frankl tarafından ortaya atılmış bir kavram olup "trajedi karşısında iyimserlik" olarak tanımlanmıştır. Yaşanılan trajik olaylara olumlu tepkiler verme hali olarak da ifade edilmektedir. İyimserlikten farklı olarak hayatın getirmiş olduğu trajediler karşısında özde iyimser kalma durumudur (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). Trajik iyimserlik kavramı insan yaşamına değer verilmesini, mutluluk ve umut kapasitesinin genişletilmesini ve insanın daha anlamlı yaşama sahip olmasını amaçlar. Trajik iyimserlik, ruh sağlığı ve mutluluk üzerinde olumlu bir rol oynamaktadır. Özellikle travma sonrasında oldukça etkili bir kavram olduğu görülmüştür. Travma; ölüm veya ölüm tehdidinin, bireyin fiziksel veya psikolojik bütünlüğe ilişkin bir tehdidin ortaya çıkması gibi beklenmedik, bireyin uyum sağlayıcı baş etme yollarını yok eden olaylar olarak tanımlanmaktadır (İnci & Boztepe, 2013). Travma kişi için fazlasıyla stresli olaylar ya da büyük yaşam olayları (ölümcül hastalık, trafik kazası, yakının kaybı, işsizlik,

boşanma vb.) yıkıcı olmakta ve farklı davranışsal, psikolojik ve duygusal olumsuz problemlere yol açabilmektedir (Ramos & Leal, 2013). Kişi tarafından tehdite karşı verilen duygusal tepki, bir dengesizlik duygusu ve kontrol kaybını tetiklemektedir. Kişi, geleceğe olan güvenini yitirerek, yeterli ruhsal düzenleme ve beraberinde bir denge kurana kadar sürececek olan travmatik bir sürece girer (Graf, 2015). Travmatik olaylara karşı verilen tepkiler bireyden bireye farklılık gösterebilmektedir. Bu tepkiler kişide psikolojik stres, depresyon, kaygı ve hatta travma sonrası stres bozukluğu gibi kişiyi olumsuz etkileyen tepkiler şeklinde olabilmektedir (Ramos & Leal, 2013). Buna karşın travmatik bir olayla karşılaşmanın her zaman bu yönde sonuçlar vermediği de tespit edilmiştir. Yaşanılan travmatik bir olayın bireyi önceki halinden daha güçlü hale getirmesi de mümkün olabilmektedir. Bu noktada gerçekleştirilmiş pek çok araştırma travmatik olay sonrası yaşanılan olumlu sonuçların varlığına işaret etmektedir (Ramos & Leal, 2013). Bu olumlu sonuçlar, alan yazında travma sonrası büyüme, strese bağlı büyüme, fayda bulma, algılanan yararlar, gelişme, olumlu yan ürünler, olumlu psikolojik anlamda değişimler, büyüme, olumlu uyum geliştirme ve olumlu yönde adaptasyon gibi farklı kavramlar ile tanımlanmıştır. Bu terimler içindeki travma sonrası büyüme; zorlu ve olumsuz şartları atlatmak için gerçekleştirilen psikolojik ve bilişsel çabaların sonucunda meydana gelen olumlu değişimleri tanımlamak için en yaygın kullanılan ifadedir. Bu noktada da trajik iyimserlik kavramından söz etmek mümkündür. Yaşanılan travmatik durumları atlama önemli bir unsur olmaktadır.

Diğer bir değişken olarak ele alınan yaşamın anlamı kavramıysa felsefi ve psikolojik temellere dayanan özelliklere sahiptir. Felsefi anlamda insanların yaşamın ne anlam ifade ettiğini düşündükleri görülürken, psikolojik yönden ise insanların yaşamın anlamına ne gibi katkıları olduğunu sorguladıkları görülmektedir (Steger & Kashdan, 2013). Yaşamında anlam bulunmayan kişilerin yaşadıkları hayatın plansız, hedefsiz ve anlamsız olacağı belirtilmiştir. Sürdürdükleri yaşamı anlamsız bulan bireyler hangi yöne doğru harekete geçmeleri gerektiğini bilememeleri nedeniyle herhangi bir görevi tamamlamada zorlanırlar (Harlow & Newcomb, 1990). Yaşamın anlamını bulmakta zorluk yaşayanların bu kavramı anlayanlara göre büyük ölçüde psikolojik problem yaşayabilecekleri tespit edilmiştir (Battista & Almond, 1973). Varoluşçu terapistler, yaşamda anlam bulmanın tedavi edici bir etkisi olduğuna inanmışlardır (Leontiev, 2005). Birey hayatında anlamsızlık yaşadığında bu durumun psikolojik anlamda sağlık problemlerine yol açtığı tespit edilmiştir (Lindeman & Verkasalo, 1996). Yaşamında anlam bulamayan kişilerin yaşamı içerisinde kaygı ve umutsuzluk gibi olumsuz duygularla birlikte intihar gibi negatif durumları düşünmeye yöneldikleri görülmektedir (Harlow et al., 1986). Yaşamını anlam bulan kişiler hayata karşı pozitif baktıkları için yaşamlarından zevk almaktadırlar (Hicks & King, 2007).

Yaşamın anlamı pozitif psikolojinin temel kavramları arasında yer almaktadır. Yapılan çalışmalarda iyi oluş, mutluluk ve umut kavramlarıyla yaşamın kavramı arasında ilişki tespit edilmiştir (Chamberlain & Zika, 1988; Bonebrightlay, Clay, & Ankenmann, 2000; Feldman & Snyder, 2005). Yaşamın anlamı kavramıyla umutsuzluk, kaygı, depresyon ve anlamsızlık gibi negatif duygularla da ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Harlow, Newcomb, & Bentler, 1986; Hicks & King, 2007; Steger, Oishi, & Kesebir, 2011; Yalom, 2001). Literatür sonuçları göz önüne alındığında yaşam anlam kavramının pozitif duygular ile olumlu bir ilişkisinin olduğu, negatif duygularla ise olumsuz bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Sürdürdüğü yaşamı anlamsız gören kişilerde psikolojik sağlık sorunlarının sıklıkla yaşandığı tespit edilmiştir (Lindeman & Verkasalo, 1996). Literatürdeki bu bilgiler ışığında yaşamını anlam bulan kişiler kendilerini hayata karşı pozitif ve olumlu biçimde algıladıkları görülmüştür (Hicks & King, 2007). Bu kavrama paralel olarak trajik iyimserlik de yaşamda acı ve kayıplarla karşılaşılrsa da umudu devam ettirme ve hayattan olumlu beklentilere sahip olma yeteneği şeklinde belirtilmiştir. Yaşanan acılara ve olumsuzluklara rağmen anlam ve umudu sürdürme temelindedir.

Yapılan çalışmanın çalışma grubunu oluşturan ergenlik dönemine bakıldığında ise insan yaşamındaki en kritik dönemlerdendir. Ergen bu dönem içerisinde bedensel, duygusal, cinsel ve sosyal gelişim ve değişim içerisinde (Sarı, 2008). Bu kritik dönemin sağlıklı bir şekilde atlatılması bireylerin ileriki yaşantısına da etki edecektir. Ergenlik çocuklukla yetişkinlik arasında kalan bir ara dönem olarak gösterilmektedir. Ergenlik dönemi duygusal oluşumların, zihinsel değişimlerin, fiziksel olgunluğun bir arada gerçekleştiği bir dönemi kapsamaktadır. Bireyin kişiliğinin oturmaya başladığı, hayata bakış açısının belirlendiği ve bedensel ruhsal gelişiminin hızla gerçekleştiği bir dönemdir. Ergenlik döneminde gözlenen hızlı fizyolojik büyüme, bedensel ve hormonal değişimleri de içerir. Hormonlar ve metabolizmadaki bu değişimle birlikte ergenlik döneminde yaşanan en önemli olaylardan biri de benlik gelişimidir. Bu süreçte meydana gelen kimlik kazanımı, aidiyet, cinsel yönelim konusunda yaşanan çatışmalar, sağlıklı çözümlenmediği durumda kimlik krizine dönüşebilmekte ve ruhsal problemlere yol açabilmektedir. Buna bağlı sosyal yaşamları etkilenmektedir (Sarı, 2008). Bu noktada ergen bireylerin gelişimsel özellikleri göz önüne alındığında bazı psikotik belirtiler görülebilmektedir. Ergenlerde sık rastlanan psikolojik belirtiler arasında somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, depresyon, kaygı bozukluğu, fobik anksiyete ve paranoid düşünceler yer almaktadır (Savaşır & Şahin, 1997). Bu doğrultuda travmatik durumlarla da karşılaşmaları yüksek olduğu bir dönem olduğu görülmektedir. Çalışmada ele ergenlik döneminin ele alınmasının diğer bir sebebi ise ergenlik dönemi ile birlikte çocukluktaki somut işlemler

dönemindeki kazanımlarının üzerine yeni kazanımlara ulaşmakta olup bilişsel anlamda daha üst düzeyde dengelere ulaşmasını sağlamaktadır. Ergenlik dönemindeki düşüncelerde artık şimdi ve burada'yı kapsamakla beraber var olmayan olasılıkları göz önüne alma ve incelemeye dönük eğilim ve yetenek ortaya çıkmaktadır (Öngen, 1995). Ergen birey özellikle bu dönemde daha yoğun olarak din, politika, etik, meslek ve karşılıklı ilişkilerde karşılaştığı problemleri ve yaşamını sorgulamaktadır. Bu sorgulama esnasında ergen bireydeki bilişsel yapılar; onun daha üst düzeyde bilişsel yapıları kullanarak fikir üretmesini, var olanla yetinmeyip daha üst düzeyde sonuçlara ulaşmasını, problemleriyle ilgili yeni çözüm stratejileri üretmesini mümkün kılmaktadır (Ahioğlu, 2011). Buradan da hareketle ergenlerin yaşamın anlamı ve trajik iyimserlik gibi soyut ve düşünce gerektiren konularda çalışmaya uygun olduğu görülmektedir.

Yapılan çalışmada trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı kavramları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu konuda literatür tarandığında trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı kavramları arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmanın bulunmadığı tespit edilmiş olup alandaki bu boşluk doldurulmuştur. Çalışmada ilk olarak iki kavramın da tanımı ve kavramların ortaya çıkışına değinilmiştir, ardından trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı kavramlarını kuramsallaştıran Victor Frankl tarafından geliştirilip öne sürülen Logoterapi kuramına değinilmiştir. Trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı kavramlarıyla ilgili yurtiçi ve yurtdışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Ergenler üzerinde trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı değişkenleri incelenmiştir. Bulgular bağlamında trajik iyimserlik düzeyi ve yaşamın anlamına ilişkin tutum arasında orta seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Trajik iyimserlik düzeyi travma yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Trajik İyimserlik Ölçeği alt boyutlarından ise yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul ve kendini aşma alt boyutlarının travma yaşama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaşamın anlamı ve yaş değişkeni arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmanın sonuçları, sınırlılıkları ve uygulayıcılar için öneriler sunulmuştur.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi saptamak şeklinde belirlenmiştir. Literatüre bakıldığında yaşamın anlamı kavramı ve trajik iyimserlik kavramı aynı kuram olan varoluşçu terapi içinde ele alınmış olsalar da yaşamın anlamı ile trajik iyimserlik arasında bir ilişki olup olmadığı bilimsel anlamda gözlemlenmemiştir. Alandaki bu boşluğu doldurmak amaçlanmıştır.

Yapılan çalışmanın literatüre katkı sağlaması amaçlanmaktadır. Araştırmada amaçlanan alt amaçlar ise aşağıdaki gibidir:

1. Ergenlerde trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin yaşamın anlamı cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri travma yaşama durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin yaşamın anlamı travma yaşama durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
6. Ergenlerde trajik iyimserlik yaşa göre farklılaşmakta mıdır?
7. Ergenlerde yaşamın anlamı yaşa göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi insan yaşamındaki en kritik dönemlerdendir. Çocukluktan yetişkinliğe geçtikleri bu dönemde yaşadıkları içsel çatışmaların de etkisiyle yaşamın anlamını sorguladıkları en etkin dönemde oldukları görülmektedir. Ayrıca bu dönemdeki bireylerin bilişsel anlamda da artık yaşama dair fikir üretmede uygun olduğu görülmektedir. Bu çalışmada ergen bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri ile yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Literatür incelendiğinde trajik iyimserlik kavramı yurt dışında travma tedavisi alanında, pandemi sonrası psikolojik tedavilerle ilgili çalışmalarda kullanılmış olup yurt içinde sadece felsefe ve sosyoterapi alanında ele alınmıştır. Yaşamın anlamı kavramı ise literatürde çok daha fazla ele alınan bir kavram olduğu görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde pozitif psikoloji kavramları ve yaşamın anlamı ile ilgili ayrı olarak pek çok çalışma yapılmış olmakla birlikte trajik iyimserliğin yaşamın anlamıyla ilişkisine dair yapılan herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bu açıdan araştırma sonucunun alanyazına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir Alan yazındaki bu boşluk doldurulmuştur. Ayrıca bu çalışmanın ergenlerin yaşamın anlamına ilişkin görüşlerinin trajik iyimserlik düzeylerine katkısı tespit edilerek ergenlerle çalışan uzmanlar için de yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Varsayımlar

1. Araştırmaya katılan bireylerin veri toplama araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.
2. Çalışma örnekleminin evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.

Sınırlılıklar

1. Araştırma seçilen belli okullar üzerinden gerçekleştirilmiş olup evreni tümüyle temsil etmesi güçtür. Ek olarak araştırma ölçek verileri üzerinden elde edilen sonuçlar bağlamında değerlendirilmiştir.
2. Araştırma Aksaray ilinde yer alan lise düzeyindeki akademik anlamda orta ve alt düzey öğrencilerin bulunduğu iki okulla sınırlıdır.
3. Araştırma lise düzeyinde öğrenim görmekte olan büyük çoğunluğu erkek bireylerle sınırlıdır.

Tanımlar

Pozitif psikoloji: Pozitif psikoloji farklı şekillerde tanımlanmıştır. Genel olarak kişinin yaşama tutunmasına ve yaşamını daha iyi bir düzeye taşımasına katkıda bulunan, olumlu öğelerle ilgilenen bilimsel bir alandır (Peterson, 2000). Kişinin sahip olduğu güçlü yanlarını ortaya çıkaran, sorunlarından çok sorunun çözümüne odaklanan bir yaklaşımdır (Demir & Türk, 2020).

İyimserlik: Bireyin yaşamında karşılaştığı tüm olumsuzluklara rağmen yaşamın iyi bir şekilde ilerleyeceğini umut etmesidir (Golemon, 2000).

Trajik iyimserlik: Trajedi karşısında iyimserlik şeklinde tanımlanmış olup trajik deneyimlere rağmen umudu sürdürme ve hayatta anlam bulma yeteneğidir (Frankl, 2013).

Yaşamın anlamı: Bireyin doğduğu andan itibaren var olan bir güç olup anlam arayışını kapsayan, yaşam amaçlarıyla birlikte ele alınan, hayatın sağlıklı ve doğal temel güdüsü şeklinde tanımlanmıştır (Frankl, 2013).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı ile ilgili kuramsal bilgiler yer almaktadır. Ayrıca söz konusu kavramlara ilişkin yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

Pozitif Psikoloji

Bireyin zayıf ve güçsüz yönlerinden çok güçlü yanlarını ortaya çıkaran, sorunlarından çok çözüme odaklanan bir yaklaşımdır (Demir & Türk, 2020). Mutluluk üzerine odaklanan pozitif psikoloji, bireylerin nasıl olumlu bir bakış açısına sahip olacağı üzerinde çalışmalarda bulunan bir alandır. İnsanların pozitif özelliklerinin geliştirilmesine, yaşamlarında pozitif deneyimler edinmelerine ve öznel iyi oluşlarını artırıcı programlar aracılığı ile onların ruh sağlıklarının korunmasına odaklanan bir disiplindir (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Kısaca pozitif psikoloji bireylerde yanlışa değil doğru olana ve bunun nasıl geliştirilebileceği üzerine çalışır (Luthans, Avey, & Patera, 2008). Tarih boyunca insanın olumlu yönlerini bilimsel yöntem içerisinde incelemekte olup bireyin olumlu ve güçlü yönlerine odaklanmaktadır (Demir & Türk, 2020).

Pozitif psikolojinin tarihi kökenleri çok eski zamanlara dayanmaktadır. Bu tarihsel süreçteki araştırmacıların çalışmaları pozitif psikoloji bağlamında adlandırılmasa da bireyin olumlu yönlerine odaklanan çalışmalar gerçekleştirilmiştir (Demir & Türk, 2020).

Pozitif psikolojinin kökenlerine bakıldığında Aristoteles'in insanlık için en yüksek iyiliğin mutluluk olduğunu dile getirdiği döneme kadar gitmek mümkündür (Mason & Tiberius, 2009). Aristoteles'in ardından yine mutluluk üzerinde çalışmalar yapan ve hatta mutluluğu ilk ölçme girişiminde bulunan faydacı yaklaşıma rastlanmaktadır (Pawelski & Gupta, 2009). Pozitif psikolojinin gelişim ve ilerlemesine katkı sağlayan birçok bilim insanı olsa da pozitif psikolojiyi kuran kişi Martin Seligman olarak kabul edilmektedir (Demir & Türk, 2020). Martin Seligman,

pozitif psikolojiyle bağlantılı çalışmalarda bulunarak pozitif psikolojinin ilerlemesine katkı sağlamıştır. Pozitif psikolojiyi çeşitli meslek alanları üzerinde ve çeşitli yaşam alanlarında ele araştırmıştır. Seligman iyimserlik, depresyon, pozitif psikoloji vb. konularda çalışmalar gerçekleştirmiştir. Pozitif psikolojiye katkı sağlayan diğer bir araştırmacı Alfred Adler ise bireylerin güçlü yanlarına odaklandığı bireysel psikoloji adı altında açıkladığı psikoloji akımını ortaya atarak pozitif psikolojiyi etkilemiştir. Bireysel psikoloji akımının da mutlu ve iyimser bir bilim olduğunu öne sürmüştür (Adler, 2004). Pozitif psikoloji üzerine önemli çalışmalarda bulunan araştırmacılardan Frankl (2013) ise yaşam anlamı ve trajik iyimserlik kavramlarının temellerini ortaya atmış olup insanın anlam arayışı üzerine çalışmıştır. Hümanist psikoloji akımı da pozitif psikolojiye önemli katkılarda bulunmuştur. Hümanist psikoloji kişiye, kişinin fenomenolojik alanına, kişinin anlamlandırmalarına, kişinin potansiyeline vb. vurgulayarak kişiyi aktif bir birey olarak görür ve kişinin pozitif yönlerini önemser (Hefferon & Boniwell, 2014).

Pozitif psikoloji akımına ergenlik dönemi bağlamında bakıldığında ise bu akım etkisiyle çocuk ve ergen bireyleri mutsuz eden faktörlerin yerine mutluluklarını etkileyen faktörler üzerinde yapılan araştırmalarda artış olmuştur. Bu durum gelişim sürecinde yaşanan sorunların, olumsuzlukların ve yetersizliklerin yanında pozitif özelliklere de odaklanılmasını sağladığı için, bireyleri psikolojik anlamda bütünsel incelemek ve gözlemlemek mümkün olmaya başlamıştır (Diener, 1994).

İyimserlik

İyimserlik kavramı pozitif psikolojinin temel kavramlarından biridir. Literatürde iyimserlik kavramı iki açıdan ele alınmıştır. Bunlardan birincisi iyimserliği bir kişilik özelliği şeklinde açıklayan görüştür. Bu görüşe göre iyimserlik, hayattaki zor şartlara ve engellere rağmen genel anlamda yaşamdaki olayların iyi gelişeceğine dönük olumlu beklentiye sahip olmaktır (Scheier & Carver, 1992). İyimserlik kavramını bir anlam yükleme şekli olarak tanımlamak da diğer bir görüştür. Bu görüş çerçevesinde iyimser insanlar; yaşamlarında karşı karşıya kaldıkları olumsuz durumların geçici olduğuna, belli bir probleme özgü ve dışsal sebeplere bağlı geliştiğine inanmaktadırlar. Kötümser insanlar ise; sorunları ve yaşadıkları olumsuz durumları kalıcı ve genel şekilde değerlendirmekte olup bu durumları kişisel değerlendirmektedir (Peterson, 1991; Seligman, 2006).

İyimserlik hayatın engellerine ve olumsuzluklarına rağmen yaşama karşı olumlu bakış geliştirilmesi açısından bireyin ruh sağlığının korumasında ve geliştirmesinde önemli bir

unsurdur (Rasmussen, Scheier, & Greenhouse, 2009; Scheier, Carver, & Bridges, 1994). Ruh sağlığıyla arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarda iyimserlikle dūřuk benlik algısı, kaygı, depresyon ve stres gibi olumsuz duygu durumları arasında negatif ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir (McIntosh, Stern, & Ferguson, 2004; Scheier, Carver, & Bridges, 1994).

Trajik İyimserlik

Trajik iyimserlik pozitif psikoloji kapsamında yer alan bir kavramdır. Trajik iyimserlik kavramı Frankl tarafından ortaya atılmış bir kavram olarak literatüre geçmiştir. Frankl, trajik iyimserlik kavramını "trajedi karşısında iyimserlik" olarak tanımlamıştır. Frankl Viyana'da yaşadığı dönemde Nazi toplama kamplarına alınarak ailesi katledilmiş olup bu acıyla baş edebilmek için bir amaç bulmaya çalışmıştır. ekmiş olduğu bu acılar ve olumsuz durumlarda trajik iyimserliğin gücünü bulmuştur. Trajik iyimserliği ise trajediye rağmen iyimser olma kapasitesi şeklinde açıklamıştır. Frankl, trajik iyimserlik sayesinde en korkunç ve umutsuz durumlarda insanların hayata tutunabileceğini belirtmiştir (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). Frankl'a göre trajik iyimserlik, ölüm kamplarında oluşan korku ve aşağılamının yarattığı olumsuz etkiyle doğmuştur. İnsanlar her gün ölüm gerçeğiyle karşı karşıya kalmışlardır. Hiçbir müdahale bir ölüm kampında veya benzer durumlarda çözüm getirememiştir. Frankl da bu durumun trajik iyimserlikle çözüleceğine inanmıştır (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Trajik iyimserlik kavramı acı verici olumsuz durumların içinde bile bir umut doğabileceği inancına dayanan bir kavramdır. Bu kavram hayatın neşeyle birlikte acıyı, mutlulukla birlikte üzüntüyü de içerdiğini kabul etmektedir (Chang, 2001; Synder, 1999). Wong ise, trajik iyimserleri yaşanan olumsuz durumlara ve acılara rağmen yaşamında anlam ve umudu koruyabilenler şeklinde tanımlamıştır (Özüaydın, 2019). Trajik iyimserlik, sıkıntı ve ıştıraba rağmen umuda vurgu yapmaktadır (Mead vd., 2021). Trajik iyimserliğin olumsuz ve travmatik yaşam olayları esnasında intihar düşüncesinin etkisini azalttığı araştırmalarda tespit edilmiştir (Hirsch vd., 2009). Trajik iyimserlik travma sırasında hayatta kalmaya ve olumlu düşünmeye yardımcı olmak için gereklidir. (Wong, 2019) Trajik iyimserlik, klinisyenler için de ruh sağlığı kapsamında travmalarla başa çıkmada kavramsal bir yol haritası sağlamaktadır (Mead vd., 2021).

Trajik iyimserlik açıklanamayan trajik gerçekliği kabul etmekle başlamaktadır. Bununla birlikte zor koşullara rağmen insan, yaşamı içerisinde her durumda anlamın varlığını sorgulaması gerekmektedir. Bu gerçekliğin kabulü insan için temel dönüm noktası oluşurmaktadır. Bu sayede kişinin umutla hayatta kalmasını mümkün olacaktır. Bunun yanı sıra yaşanan olumsuz

durumun kabulü, cesur bir tavır gerektirir çünkü yaşamın zorluklarıyla başa çıkmak ve dayanılmaz acıya katlanmak cesaret gerektirmektedir (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Viktor Frankl'ın temellendirdiği trajik iyimserliği Wong ise detaylandırmıştır. Pozitif Psikoloji Zirvesi'nde, Wong trajik iyimserliğin hayatları olumsuzluklarla yıkılma eşiğine gelmiş insanlar için önemli bir kavram olduğunu vurgulamıştır. (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). Wong'un Trajik İyimserlik modeli, birbirine kenetlenen beş unsurdan meydana gelmekte olup hem iyimserlik hem de karamsarlığın entegre bir modelini oluşturmaktadır: yaşamın değerinin onaylanması, zorluklarla yüzleşme cesareti, daha yüksek bir amaç için kendini aşma, Tanrı'ya ve başkalarına inanç veya güven ve neyin değiştirilemeyeceğini kabul etme (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003; Wong, 2001). Değiştirilemeyecek olanı kabul etmek, sonuçta trajik deneyimin/durumun geri döndürülemez doğasını benimsemeye, acının üstesinden gelme isteğine ve beraberinde iyileşmeye yol açmayı ifade etmektedir. Kabulün yanında yaşamın değerinin onaylanması bireyin iyileşmede amaç bulmasına ve gelecekteki zorluklarla yüzleşme cesaretine yardımcı olur. Bireyin Tanrı ve başkalarıyla güvene dayalı ilişkilerini güçlendirmek ise kendisi dışındaki kaynaklardan destek almasını sağlayarak yaşamını daha katlanılabilir hale getirmektedir. Son olarak, travmadan kurtulan kişi, kendini aşma yoluyla, odak noktasını kayıptan yapıcı eylemlere kaydırarak kişisel anlam ve güçlü yönlerle ilişkin yeni keşiflere ve gelişmelere izin vermektedir. (Leung, 2019).

Yaşamın Anlamı

Anlam kavramı ifade edilen sözden, durum veya davranıştan yorumlanan şeydir. Diğer bir kavram olan anlamlandırma kavramı ise her bireye özgüdür. Bu kapsamda her birey için aynı yaşam anlamı bulunmamaktadır. Bireyden bireye değişkenlik gösterdiği gibi, kişi için de dönem dönem anlam kavramı değişim gösterebilmektedir (Baytan & İşören, 2019).

Antik çağlardan bu yana yaşamın anlamına dair; filozoflar, teologlar, sanatçılar ve bilim adamları bu kavramı araştırarak görüş beyan etmişlerdir (Baş & Hamarta, 2015). İnsanlar daima sürdürdükleri yaşamlarına belli anlamlar yükleme çabası içindedirler. Doğal olarak yaşamın anlamının bilinip bilinmeyeceği, bilinecekse bu kavramın ne ifade ettiği sorusuna verilen cevaplar da sübjektif kalmıştır. Yaşamın genel, nesnel bir anlamının olması düşünsel anlamda mümkün görünse de yaşantı bağlamında mümkün değildir. Yaşamın anlamı sorusuna tatmin edici bir cevap yazılı tarih kapsamında düşünürler tarafından tam olarak bulunamamıştır (Yalom, 2001). Bununla beraber yine de yaşamın anlamının ne ifade ettiğine dair literatürde birçok

açıklama mevcuttur. Literatürde bazı kaynaklarda yaşamın anlamı ile yaşamın amacı kavramı birlikte ya da birbirinin yerine kullanılmıştır. Bazı kaynaklarda da bu iki kavramın arasındaki fark dikkate alınarak ayrı şekilde ele alınmıştır. Amaç; ulaşılmak istenen nihai gaye, bir sonuç, bir hedefi belirtmektedir. Anlam kavramı ise deneyime ve yoruma dayalı; olguların ve olayların oluş tarzında gizlidir (Göka, 2013). Anlam insan hayatının yaşanmaya değer olduğunun bir göstergesidir.

Anlamsız ve amaçsız süren bir yaşam, insan hayatını katlanılamaz hale getirmektedir ve bununla birlikte insanların mutsuz olmalarına sebebiyet vermektedir. Victor Frankl anlamsız ve amaçsız geçirilen yaşam sonucu olan bu durumu “Varoluşsal Boşluk” olarak tanımlamıştır (Frankl, 2013). Yaşamı anlamlandırma kişi üzerinde olumlu değişimler sağlarken; yaşamı belirsiz ve anlamsız kişilerde bu durum negatif düşüncelere yol açmaktadır. Buradan hareketle yaşamı anlamlı bulmak bireyler üzerinde yaşam kadar önemlidir (Şentürk & Yakut, 2014). Yaşamın anlamı kavramı tarih boyunca her zaman var olmakla birlikte içinde bulunulan şartlara, zamana ve kişiden kişiye göre değişim göstermektedir (Yalom, 2001). Literatürdeki bilgiler ışığında da yaşamın net bir anlamı ve amacı bulunmadığı görülmektedir (Şirin & Dursun, 2021). Bu durumu Adler ise yaşamın anlamının insanların kendine özgü yaşantılarıyla bağlantılı olduğunu ve bunun bireyden bireye değişkenlik gösterebileceğini ifade ederek açıklamıştır (Adler, 2004).

Yaşamın anlamı kavramı hakkında Frankl ve Logoterapi kuramı ön plana çıksa da yaşamın anlamını psikoloji alanında çalışmalar yapan birçok araştırmacı da ele almıştır. Yaşamın anlamının ne olduğu yaşamın tutarlı olup olmadığıyla ilişkilidir. Bazı araştırmalarda yaşamın anlamı dünyevi anlam şeklinde ifade edilmiştir. Bazı araştırmalarda da bireyin yaşamında edindiği amaç ve hedef şeklinde tanımlanmaktadır (Baytan & İşözen, 2019). Birey için yaşamın amacını ortaya koyan etkinlikleri Varoluşçu Akım ele almıştır. Bunlar özgecilik, bir nedene adanmak, yaratıcılık, hedonistik çözüm, kendini gerçekleştirme ve kendini aşma olarak Varoluş Akım kapsamında belirlenmiştir. Özgecilik, başkalarının iyiliğini göz önüne alarak çalışmak, insanlığa hizmet etmek, yardım derneklerine katkıda bulunmak şeklinde nitelendirilebilir. Aile, devlet, politik, din veya bilim gibi bir etkene bireyin kendisini bütünüyle vererek bu etkeni hayatının merkezi haline getirmek ise bir nedene adanmak için örnek olarak verilebilir. Yaratıcılık, insanın yeni bir şey ve özgün bir yenilik gerçekleştirmesidir. Bu, bireyin anlamsızlık hissini ortadan kaldırmaktadır. Hedonistik çözüm hayatı dolu yaşamayı, hayatın doğal akışında haz bulabilmeyi ifade etmektedir. Son olarak kendini gerçekleştirme ise insanın içinde bulunan mevcut potansiyeli gerçekleştirmesidir (Yalom, 2001, s. 676-689).

Erikson’a göre ise yaşam boyu var olan anlamlar sabit olmamakla birlikte yaşa bağlı değişkenlik

göstermektedir. İlerleyen yaş dönemlerinde bireyler kendi beklentilerinin üzerinde gerçekleştirdikleri etkinliklerde anlam bulurlar ve bu evreyi Erikson ‘üretkenlik evresi’ şeklinde ifade etmiştir (Yalom, 2001).

Yaşamın anlamı her kişiye özel olduğu gibi, kişilerin yaşam evrelerinde de değişim göstermektedir (Baytan & İşözen, 2019). Kişinin yaşamış olduğu deneyimler, hayata karşı bakış açıları ve yaşlandıkça yaşamındaki değerlerde meydana gelen değişimler amaç ve anlamı etkilemektedir. Bireyin kendi yaşam anlamını bulup kendini bu anlama adanması oldukça önemlidir (Yalom, 2001, s. 668). Albert Camus (2010) da yaşamın anlamı kavramını eserlerinde ön plana çıkartmıştır. Anlamının kavranmasıyla yaşamın iyi bir şekilde sürdürülmesi sağlanabilmektedir. Yaşamın anlamlarına bakıldığında bu noktada ön plana aşk, doğal güzellikler ve sanat çıkmaktadır ve bu unsurlar kişide mutluluğa ve coşkuya neden olmaktadır (Başkaya, 2013). Kişinin bir yaşama nedeninin bulunması yaşamına anlam katmasına yardımcı olacaktır (Geçtan, 2002, s. 136).

Kişisel anlam kavramını psikoloji alanında birçok araştırma ve çalışmalar gerçekleştirmiş Reker ve Wong her kişiye özel oluşturulmuş bilişsel bir sistem şeklinde tanımlamış olup kişisel anlamın beş unsurdan oluştuğunu savunmuştur. Duygusal, teşvik edici, bilişsel, bağıntısal ve kişisel kavramları Wong’un beş unsurunu ifade etmektedir (Reker & Wong, 1988; Baytan & İşözen, 2019).

Her yaşta yaşamı anlamlandırma ve bu anlamı hayatına uygulama çabası sürmektedir. İnsan yaşamı boyunca yaşama dair değerleri ve buna bağlı anlam kaynakları değişim geçirmektedir (Baytan & İşözen, 2019). Schnell’e (2009) göre bireyi yaşamı konusunda harekete geçiren anlam kaynaklarıdır ve bunlar bireye yön vermekle birlikte bireydeki anlamın gelişmesine katkıda bulunurlar. Söz konusu anlam kaynakları birbirinden farklı yaşam hedeflerini oluşturmaktadır (McDonald, Wong, & Gingras, 2011).

Yaşamın anlamı kavramı hakkında Krause ve Hayward (2014) çalışmasında beş faktör modelini geliştirmiştir. Bu faktörler sırasıyla; değer sahibi olma, amaç edinme, ulaşmada motive edecek hedeflere sahip olma, geçmişle barışıklık ve hayatın bir anlamının bulunduğunu hissedebilme şeklinde sıralanmıştır (Froidevaux & Hirschi, 2015).

Yaşamın anlamı insanlar tarafından üzerinde uzun uzun düşünülme de ilerleyen yaşlarda önem kazanmakla kalmıyor; kavranamayan anlam, kişiyi belirsizliğe ve devamında depresyon gibi farklı psikolojik problemlere yol açabilmektedir. Alfred Adler’e göre (2004) her insan anlamlı bir hayata sahiptir. Bu konu hakkında düşünmeye, bu kavramla ilgili kendi yaşamını sorgulamaya genellikle zor durumda kalındığında başlanmaktadır. Adler kişisel yaşam amacının

her bireyde farklılık gösterdiğini savunmuştur. Her insanın bireysel özelliklerine göre kişisel bir yaşam anlamı ve amacına sahip olduğunu vurgulamıştır.

Trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı kavramlarını içinde barındırıp inceleyen kuram olan Logoterapi, Frankl tarafından geliştirilmiş olup anlam yoluyla terapiyi ifade etmektedir. Kökeni Yunanca olan logo, anlam demektir (Frankl, 2013). Viktor Frankl öncülüğünde kurulmuş psikoterapik bir yaklaşımdır. "Anlam"ı merkez kavram olarak benimseyen bu yaklaşım, "anlam kazandırma yoluyla terapi"yi temel tedavi metodu olarak kabul etmiştir (Frankl, 2013). Logoterapi; bireyin yaşamındaki gizli anlamların ve ifadelerin farkına varmasına yardımcı olmayı hedeflemektedir. Logoterapi, Frankl tarafından boşluğa düşmüş insanların yaşam anlamlarını bulmaları amacıyla oluşturulmuştur. Varoluşçu kuramın Frankl'a özgü bir yorumlanması logoterapidir. Frankl'ın logoterapisi, yapı bakımından trajik iyimserliği temel almaktadır. Logoterapistler anlam arayışı içerisinde bulunan bireye; yaşanan olumsuzlukların, yaşamını sürdürmeye etkisini azaltmayı ve beraberinde huzurlu bir yaşam sunmayı hedeflemektedir (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Logoterapi, insanı inceleme yöntemi açısından felsefe, psikoloji ve antropoloji bilimlerinin bütününden meydana gelmektedir (Guttmann, 2008). İnsan doğasına ilişkin görüşler bakımından ele alındığında antropolojinin; dünya görüşü açısından felsefe ve terapi yöntemi sunması noktasında psikoterapi ile bağlantılı olduğu görülmektedir (Çelik, 2017).

Logoterapinin insanın anlam arayışına odaklı üç temel ilkesi bulunmaktadır:

1. Yaşamın, en kötü şartlarda dahi her durumda anlamlı olduğu
2. İnsanın birincil ihtiyacının yaşamda anlam bulma isteği olduğu
3. İnsanın acı verici olumsuz olaylar içinde dahi seçim özgürlüğü olduğudur (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Logoterapi kuramında Frankl, trajik iyimserlik ve trajik üçlü olarak adlandırdığı öğeleri vurgulamıştır. Bu trajik üçlü acı, mutsuzluk ve ölüm kavramlarından oluşmakta olup insan varoluşunu meydana getirmektedir. Her birey bu trajik üçlemeye yaşamlarının belli dönemlerinde maruz kalacaktır (Özüaydın, 2019). Trajik iyimserlik, insanın yaşamış olduğu olumsuzluklar ve trajik gerçekleşen deneyimlere rağmen hayata karşı pozitif bir bakış açısına sahip olabileceğini ifade etmektedir (Leung, 2019).

Trajik iyimserliğin insana faydaları şu şekilde sıralanabilir:

- Acı ve zorlukları olumlu kazanımlara dönüştürme

- Suçluluk duygusu içindeki kişi için kendini değiştirme ve suçluluk duygusuyla başa çıkma fırsatı
- Kişinin yaşamındaki eylemlerinde sorumluluk almasına teşvik etme.

Trajik iyimserliğin geliştirilmesi ise yalnızca acıya katlanma süreci ile mümkün olmaktadır. Trajik iyimserlik modelini oluşturan beş bileşen şunlardır: (Leung, 2019)

1. Yaşamın anlam ve değere yönelik iradenin doğrulanması
2. Zorluklarla yüzleşme cesareti
3. Yaşanan olayların ya da durumların kabulü
4. Yaratıcıya iman veya başka kişilere güven
5. Daha yüksek bir hedefe ulaşmada kendini aşma

Beş bileşen bir arada, travma kurbanlarının varoluşsal düşüncelerini yeniden oluşturmalarına yardımcı olmaktadır (Leung, 2019).

Logoterapi kuramına göre yaşamın anlamı şu yollarla elde edilebilir:

- Bir ürün ortaya çıkararak.
- Farklı bir insanla etkileşim içine girilerek.
- Kaçınılması mümkün olmayan acı ve zorluklara dönük bir tavır geliştirerek.

Yaşamda anlam elde etmenin diğer yollarıysa iyilik ve doğruluk amaçlı yaşamak, doğayı ve kültürü benimsemek ve bununla birlikte insanı sevmektir (Frankl, 2013, s. 125). Anlamsızlık kavramına bakıldığında anlamsızlık veya anlamı yitirmek bireyi farklı nevrotik hallere sürüklemektedir. Logoterapi kuramı da anlamsızlıktan doğmuştur. Frankl anlamsızlık duygusunu iki farklı kısımda ele almıştır; varoluş vakumu ve nevrozu. Varoluş vakumu, durgunluk ve boşluk hissi şeklinde yaşanırken, kişide vakum gerçekleştiğinde bazı olumsuz durumlar varoluş nevrozunu ortaya çıkarmaktadır. Alkol bağımlılığı, depresyon ve obsesiflik gibi olumsuz semptomlar bu semptomlar arasında ifade edilmektedir. İstekler dikkate alınmadığında boşluk oluşmakta ve beraberinde güçsüzlük hissini ortaya çıkarmaktadır. Bu durumu yaşayan bireyler kendilerine ve kendi yaşamlarına inançlarını yitirmişlerdir. Bu durum genellikle kişide yalnızlık hissini tetiklemektedir (Geçtan, 2002, s. 137-140). Birey, yaşamı süresince başarı ve başarısızlık arasında olduğu gibi dönem dönem ümitsizlik ve anlam arasında da farklı düzeylerde deneyimler yaşamaktadır. Yaşanan sıkıntı durumu, çoğunlukla yaşamda anlam yoksunluğunu ifade etmektedir. Boşluk hissi ise yaşamda anlam bulma noktasında bireyi

motive etmekte olup varoluş nevrozun (depresyon ve bağımlılık vs.) oluşmasında tetikleyici bir rol almaktadır. Benjamin Wolman varoluşsal nevroz kavramını; kişinin yaşamını anlamsızlık ve belirsizlik hissetmesi, yaşamını sürdürmek için mücadeleyi ve ümit etmeyi gerektirecek bir amacın bulunmaması olarak ifade etmiştir (Yalom, 2001, s. 653). Yaşamında anlam bulan kişiler, anlam yoksunluğu içindeki kişilere nazaran hedefleri olan, daha yaratıcı ve problem, stres gibi durumlarla karşılaştıklarında daha dirençli olan bireylerdir (Melton & Schulenberg, 2008).

Trajik İyimserlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar

a) Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:

Leung Vroon ve Steinfeld (2003) yaptıkları araştırmalarla bireylerin sahip oldukları trajik iyimserlik düzeylerinin ölçümü için kullanılan Trajik iyimserlik Ölçeği'ni tasarlamışlardır. Bu araştırmaları sayesinde trajik iyimserliğin ölçümü sağlanmıştır.

Leung (2019) yaptığı çalışmada trajik iyimserliğin travma sonrasındaki iyileşme sürecinde birey değişim gelişim ve değişimine katkısını incelemiştir. Trajik İyimserlik kavramının danışmanlık ve travma terapisinde gerekli olduğuna ulaşmıştır. Trajik İyimserlik modelinin Pozitif Psikoloji kapsamındaki yerini açıklayarak travma sonrası tedaviye katkısını ortaya koymuştur. Aynı zamanda çalışma kapsamında Trajik İyimserlik bileşenlerini temel alan bir araç olan Trajik İyimserlik Ölçeği'nin psikometrisi incelenmiştir.

Uppal (2020) gerçekleştirdiği çalışmasında COVID sonrası Dünyada 'Trajik İyimserlik' ihtiyacı üzerine araştırma gerçekleştirmiştir. Bireyin pandemiyle psikolojik anlamda sağlıklı başa çıkabilmesi ve yaşamını sürdürmesi için trajik iyimserliği benimsemesinin gerekliliğini açıklamıştır. Bu çalışma sonucunda farkındalık yaratmanın ve insanları bu salgın karşısında trajik iyimserlik geliştirmeye çağırmanın gerekliliğini ortaya koymuştur. COVID sonrası dünyanın asla eskisi gibi olmayacağına ve bununla etkili bir şekilde başa çıkılması gerektiğine ulaşılmıştır.

b) Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar:

Akman (2015) Çağdaş Sosyo-Psikolojik Sorunlara Bir Yanıt Olarak Sosyoterapi adlı gerçekleştirdiği araştırmasında sosyoterapi kavramını logoterapi kavramına benzeterek trajik iyimserlik kavramının kullanımına değinmiştir. Sosyoterapinin, bireyin sosyo-psikolojik sorunları konusunda, çözüm arayışlarında önerileri ortaya konulmuştur. Sosyoterapinin bazı noktalarda diğer terapi yöntemleriyle de (logoterapi, psikoterapi, vb.) kesiştiği sonucuna varılmıştır.

Özüaydın (2019) gerçekleştirdiği çalışmada trajik iyimserlik çerçevesinde felsefenin psikolojik acıyı azaltmadaki etkisine bakmıştır. Araştırma sonucunda acı çözümlemesinin felsefeden bağımsız yapılamayacağı sonucuna varılmıştır.

Yaşamın Anlamı İle İlgili Yapılan Çalışmalar

a) Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:

Steger vd., (2008) gerçekleştirdikleri çalışma kapsamında yaşamın anlamı kavramının alt boyutlarından mevcut anlam ve aranan anlam üzerinde kültürel değişimleri ele almışlardır. Çalışmanın örneklemi 1183 Amerikalı ve 982 Japon toplam 2265 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışmanın sonuçları göz önüne alındığında mevcut anlam konusunda Amerikalıların puanları Japonlardan daha yüksek çıkmıştır. Aranan anlam alt boyutundaysa Japonların puanlarının Amerikalılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre öğrencilerden ABD'lilerin mevcut anlam ve aranan anlamla iyi oluş kavramı arasında negatif yönde ilişkiliye sahipken; Japon olanlarda ise pozitif anlamda ilişkili olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak anlam arayışının kültürden etkilendiğine ulaşılmıştır..

Ho, Cheung ve Cheung (2010) gerçekleştirdikleri çalışmada iyi oluş, yaşamın anlamı ve iyimserlik kavramları arasındaki ilişki ele alınmıştır. 1807 ergen üzerinden çalışma yürütülmüş olup çalışma sonucunda ergenler üzerindeki yaşam doyumu ve psikososyal problemlerin oluşumu ile yaşamdaki anlamın ve iyimserliğin anlamlı bir ilişkisinin bulunduğu tespit edilmiştir. İyimserlik kavramının, yaşamda anlam kavramıyla iyi oluş kavramları arasında bulunan ilişkide kısmi bir aracılık rolüne sahip olduğu araştırma sonuçlarındandır.

Park vd. (2010) gerçekleştirdikleri çalışmada yaşamdaki anlam kavramıyla öznel iyi oluş kavramı arasında bulunan ilişkiyi farklı değişkenler açısından inceleyen bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma örneklemi 731 yetişkinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonucunda mutluluk, yaşam doyumu ve olumlu duygularla anlam varlığı arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Anlam varlığının depresif ve olumsuz duygularla negatif yönlü bir ilişkisinin bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte araştırmaya katılan yaşlıların genç katılımcılara göre yaşamlarında daha fazla mutluluk, anlam ve pozitif etkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Araştırma bağlamında katılımcılardan daha eğitilmiş olanların daha çok anlam, mutluluk ve olumlu duygulara sahip olduklarının yanı sıra daha az depresif ve olumsuz duygular yaşadıkları tespit edilmiştir.

Brassai vd., (2012) gerçekleştirdikleri araştırma kapsamında yaşamda anlam kavramı ve umutsuzluk kavramlarının problemlili davranışlar ve sağlıklı görülen davranışlar ile olan ilişkisi ele alınmıştır. Çalışmanın örneklemini 15 18 yaş aralığındaki 426 ergenden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar kapsamında anlam arayışı, yaşamda anlamın varlığı ve umutsuzluğun sağlıklı davranışlar ve problemlili davranışlarla ilişkili bulunduğu tespit edilmiştir.

Frankl (2013) İnsanın Anlam Arayışı kitabında 20. yüzyılın önde gelen psikiyatrlarından olan Viktor Frankl, kurucusu olduğu logoterapi kuramını, İkinci Dünya Savaşı'nda bulunduğu toplama kampındaki yaşantısıyla birlikte anlatmaktadır. Frankl, açlığın yanı sıra hastalık ve çeşitli eziyetlerle hapsedilen toplama kampı sakinlerinin yaşadıkları zorlukların üstesinden gelebilmek adına yapmaları gerekenleri kendi tecrübeleriyle aktarmıştır. Varoluşun zor koşullarında "anlam"ı keşfetmeye yardım eden süreci açıklamıştır.

Steger ve Kashdan (2013) gerçekleştirdikleri çalışmada araştırmaya katılan kişilerin günlük yaşadıkları anlam seviyesi konusundaki kişisel raporlarını ele almışlardır. Yaşamdaki anlam deneyimini depresyon ve olumsuz duyguların zayıflattığına ulaşılmıştır. Depresyon ve olumsuz duyguların istikrarsızlığı teşvik ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Çalışma kapsamında iyi oluşun bir göstergesi olan anlam kararlılığının önemli oluşu tespit edilmiştir.

Ju, Shin vd., (2013) da gerçekleştirdikleri çalışmada öznel iyi oluş, yaşamda anlam ve iyimserlik arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırma örneklemini ileri yetişkinlik dönemindeki 61 ile 91 yaşları arasında bulunan toplam 252 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda iyimserliğin, öznel iyi oluşla yaşamda anlam arasında pozitif yönde ilişkili olduğunu bulunmuştur. İyi oluş kavramı ve iyimserlik kavramları arasında bulunan ilişkide yaşamda anlam kavramının kısmi aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Hedayati ve Khazaei (2014) gerçekleştirdikleri çalışma kapsamında umut, depresyon ve yaşamda anlam arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Çalışmaya 215 üniversite öğrencisi katılım göstermiş olup çalışma sonunda depresyon kavramıyla yaşamda anlam kavramı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Yaşamda anlam kavramının alt boyutlarından olan anlamın varlığı ile depresyon arasındaki ilişkinin anlam arayışı ve depresyon arasındaki ilişkiden yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bir sonuç ise umut ve yaşamda anlam arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir.

Cho vd., (2014) gerçekleştirdikleri çalışmada lise öğrencilerindeki okul uyumuna yaşamda anlamın etkisini ve öz kabulün arabuluculuk etkileri ile sorun odaklı başa çıkmayı ele almışlardır. Araştırmanın örneklemini lisede öğrenim gören 16-17 yaşındaki 200 kız öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada yaşamda anlam kavramı, problem odaklı başa çıkma kavramı ve okula

uyum kavramıyla öz kabul kavramlarının birbirleriyle pozitif yönlü anlamlı bir ilişkilerinin bulunduğu tespit edilmiştir. Bu değişkenlerin de beraber okula uyumun %35' ini açıkladığı tespit edilmiştir. Sonuçlar doğrultusunda lisedeki kız öğrencilerin okul uyumu ile yaşamda anlam arasındaki ilişkiye problem odaklı başa çıkma faktörünün aracılık etkisinin anlamlı bulunduğu buna karşın öz kabul kavramının aracılık etkisinin anlamlı bulunmadığına ulaşılmıştır.

To (2016) gerçekleştirdiği çalışmada yalnızlık, psikolojik iyi oluş ve anlam arayışı arasındaki ilişkiyi ekonomik anlamda dezavantajlı ergenler üzerinde ele almıştır. Hong Kong'da yaşayan 10 farklı okulda öğrenim gören 366 ekonomik açıdan dezavantajlı ve 304 ekonomik açıdan dezavantajlı bulunmayan ergenlerle çalışmasını yürütmüştür. Ekonomik açıdan dezavantajlı olanlarda anlam arayışı durumunun yaşam doyumu, öz yeterlilik ve benlik saygısıyla pozitif yönlü bir ilişkinin bulunduğu; yalnızlığınsa psikolojik iyi oluş ile negatif yönde bir ilişkisinin bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Garrison ve Lee (2017) gerçekleştirdikleri çalışma kapsamında duygusallık kavramı alt boyutları ve belirsizlik toleransı kavramıyla yaşamda anlam kavramları arasında bulunan ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın örneklemini 348 üniversite öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın sonucunda yaşamda anlamın tüm duygusallık gruplarıyla ve ortalama belirsizlik toleransı ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Bergman vd., (2018) gerçekleştirdikleri çalışmada depresif belirtiler, yaşamdaki anlam ve ölüme yakın olma algısı arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. 28 ile 74 yaşları aralığındaki 268 katılımcıyla çalışmalarını gerçekleştirmişlerdir. Çalışma kapsamında depresif belirtiler ve yaşamdaki anlam kavramı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonucun yanında yaşamdaki anlamın depresif belirtiler ve ölüme yakın olma hissi arasındaki bağlantıya aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

b) Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar:

Demirbaş (2010) çalışmasını üniversitede öğrenim gören öğrencilerle gerçekleştirmiş olup bu öğrencilerdeki yılmazlık değişkeni ile yaşamda anlam değişkenleri arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Çalışma sonucu bağlamında yaşamda anlamın alt boyutlarıyla (mevcut anlam ve aranan anlam), yılmazlığın alt boyutlarından ikisiyle (kendine dönük olumlu değerlendirmeler ve toparlanmaya dönük güçlü yanlar) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yılmazlık kavramının yeniliklere açık olma alt boyutuyla yaşamda anlam kavramı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı gözlenmiştir. Bunun yanında öğrencilerdeki yaşamda anlam değişkeninin öğrencinin yaş düzeyine, cinsiyetine ve öğrenim gördüğü fakülteye göre anlamlı bir farklılık bulunmadığına ulaşılmıştır.

Baş (2014) gerçekleştirdiği çalışmada değerler kavramıyla ve yaşamda anlam kavramı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma örneklemini üniversite öğrenimi gören 910 (589 kız ve 321erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma sonucunda yaşamda anlamın varlığı ile insan onuru, maneviyat, özgürlük, kariyer değerleri, entelektüel ve toplumsal değerler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yaşamda anlam arayışı ile toplumsal değerler, materyalistik değerler, özgürlük, entelektüel değerler, kariyer değerleri ve romantik değerler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Maneviyat, fütüvvet ve materyalistik değerler yaşamda anlamın varlığının yordayıcıları şeklinde tespit edilirken; romantik değerler, maneviyat ve özgürlük ise anlam arayışının yordayıcıları şeklinde bir sonuca varılmıştır.

Çamur (2014) yaptığı çalışmada gençlerde yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversitede öğrenim gören 16-27 yaş aralığındaki 591 öğrenciyle çalışmasını gerçekleştirmiştir. Çalışmanın sonuçları bağlamında yaşamda anlamın varlığını, anlam arayışını yaşanan yer, öznel dindarlık, cinsiyet, öğrenim görülen sınıf ve yaşamda anlam algısının dindarlığı öğelerinin etkilediği tespit edilmiştir. Yine sonuçlar bağlamında dindarlık kavramıyla mevcut anlam arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir.

Demirbaş (2014) gerçekleştirdiği çalışma kapsamında üst düzey kişilik kavramıyla yaşamda anlam kavramı arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçlarının etkisini ele almıştır. Çalışmanın örneklemini 360 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Çalışmadan elde edilen sonuçlar kapsamında öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının mevcut anlam ile üst düzey kişilik yapıları arasındaki ilişkide etkili olduğu fakat aranan anlam ile bu etkinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bunun yanında aranan anlam değişkeniyle ve esneklik değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; aranan anlam değişkeniyle ve durağanlık değişkeni arasında ise anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir.

Parlak (2014) çalışmasını üniversite düzeyinde öğrenim gören 455 kız öğrenciyle gerçekleştirdiği çalışma kapsamında üniversite öğrencilerinin sahip olduğu psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle yaşamda anlam düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğunu; yaşamda anlam puanlarının bulunduğu sınıf kademesi değişkeni ve öğrencilerin kaç kişilik odada yaşadığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini tespit etmiştir.

Kızılırmak (2015) gerçekleştirdiği çalışmada maneviyat kavramı, beş faktör kişilik özellikleri ve yaşamda anlam kavramı arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Kızılırmak, 19 – 29 yaş aralığındaki 315 katılımcıyla çalışmasını gerçekleştirmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar bağlamında gençlerin mevcut anlam puanlarıyla ve aranan anlam puanlarının cinsiyet değişkeni bakımından farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. Kişilik özellikleri bağlamında sorumluluk değişkeni ve

deneyime açıklık ile anlam arayışı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilirken, aranan anlam ögesiyle kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçların yanında maneviyat kavramının yaşamda anlam varlığı varyansının %10'unu, açıkladığı tespit edilmiştir. Aynı şekilde maneviyat kavramının aranan anlam varyansının %12'sini açıkladığı bulunmuştur.

Demirbaş Çelik (2016) gerçekleştirdiği çalışma kapsamında üniversitede öğrenim gören öğrencilerin yaşamda anlam düzeyleriyle yaşam amacı düzeyleri ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Çalışmanın örneklemi 156 kadın, 112 erkek olmak üzere 268 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam puanları ile yaşam amaç puanları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Buna karşın yaşamda anlam arayışı kapsamındaki puanlarıyla yaşam amaçları bağlamındaki ulaşılan puanlar arasında anlamlı ve negatif bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Sonuçlar göz önüne alındığında yaşam amacı puanları ve yaşamda anlam puanlarında cinsiyet bakımından kadın öğrencilerden elde edilen puanların erkek öğrencilerden elde edilen puanlardan daha yüksek bulunduğu ulaşılmıştır.

Aslan ve Batıgün (2017) gerçekleştirdikleri çalışmada intihar olasılığı kavramı ile ebeveyn kabul/reddi kavramları arasında, yaşam amaçlarının etkisini ele almışlardır. Araştırmanın örnekleminde öğrenciliğine devam eden 18-28 yaş aralığındaki 394 kişi bulunmaktadır. Çalışmada elde edilen sonuçlara göre fiziksel sağlıkla ilişki amaçlarının intihar olasılığıyla ebeveyn kabul/reddi arasında etkisinin bulunduğu ortaya konulmuştur.

Demir ve Murat (2017) yaptıkları çalışmada aday öğretmenler üzerindeki iyimserlik, yaşamda anlam, mutluluk ve yaşam doyumu, farklı sosyodemografik değişkenler bakımından ele alınmıştır. 687 öğretmen adayıyla çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın sonuçları kapsamında anne baba tutumlarıyla yaşamda anlam, istenilen bölümde okuma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca iyimserlik, yaşam doyumu ve yaşamda anlam öğelerinin beraber mutluluk kavramını yordadığı tespit edilmiştir.

Erpay (2017) gerçekleştirdiği çalışmada tek başına yaşama ile utangaçlık, yalnızlık ve yaşamda anlam kavramları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma örneklemi 470 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Elde edilen sonuçlar bağlamında tek başına yaşamayı tercih etme ile yaşamda anlam öğeleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ortaya çıkmıştır.

Sonuç olarak ilgili literatür incelenmiş ve ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri ile yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasında bir ilişki olup olmadığının incelenmesine karar verilmiştir.

Yapılan literatür taramasında doğrudan ergen bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri ile yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle gerçekleştirilen bu çalışmanın literatüre ve bilime katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, katılımcılara dair bilgilere, araştırma kapsamında uygulamadaki veri toplama araçlarına ve verilerin çözümlenmesinde uygulanan istatistiki yöntemlere yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma genel çerçevede ergenlerin trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi inceleme amaçlandığından betimsel nitelik taşımaktadır. Bu araştırmada betimsel tarama modelindeki ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelleri “çok sayıda elemanlardan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varma amaçlı evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde gerçekleştirilen tarama düzenlemeleridir”. Tarama modelleri, geçmişte ya da şu an var olan bir durumu var olduğu haliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Bu modelde önemli olan, var olanı değiştirmeden olan durumu gözlemleyebilmektir. İlişkisel tarama modelleri “iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir” (Karasar, 2012).

Çalışma Grubu

Araştırma kapsamında iki çalışma grubu yer almaktadır. Birinci çalışma grubunda toplanan veriler Trajik İyimserlik Ölçeği uyarlama çalışması için kullanılmıştır. İkinci çalışma grubunda toplanan veriler ise Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı arasındaki ilişkiyi tespit etmek amaçlı yapılan çalışmada kullanılmıştır. İki çalışmada da araştırmaya katılacak bireyler uygun

örnekleme yöntemiyle seçilmişlerdir. Söz konusu uygun örnekleme yöntemi, ekonomik bir yöntem olmakla birlikte zaman kaybını da önleyen bir yöntemdir (Büyüköztürk vd., 2012).

Çalışma 1

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Aksaray ilindeki Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve İmam Hatip Lisesi olmak üzere iki lisede 2022-2023 eğitim – öğretim yılında öğrenim gören ve uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 115 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmaya katılanların 31’i kız (% 26.95), 84’ü erkektir (% 73.05). Katılımcılar 14-17 yaş aralığındadır.

Çalışma 2

Araştırma 2022-2023 eğitim – öğretim yılında liselerde eğitimine devam eden öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubu farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören yaşları 14-17 aralığındaki ergen bireylerden oluşmaktadır.

Verilerin toplanması adına izinler, Aksaray İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden alınan resmi izin referansıyla uygulama yapılacak okuldaki idarecilerle belirlenen zamanlarda yapılmıştır. Uygulamalar veri alınacak tüm öğrencilerin gönüllülük şartına bağlı olarak aynı anda yapılmıştır ve verilerin toplanması her kurumda birer ders saati içinde tamamlanmıştır.

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Aksaray ilindeki Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve İmam Hatip Lisesi olmak üzere iki lisede 2022-2023 eğitim – öğretim yılında öğrenim gören ve uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 504 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmaya katılanların 132’si kız (% 26.20), 372’si erkektir (% 73.80). Katılımcılar 12-18 yaş aralığındadır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada lise öğrencilerinin yaşamın anlamı ve trajik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Yaşamın Anlamı Ölçeği ve Trajik İyimserlik Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama aracı amacıyla kullanılan anket formunun ilk bölümünde katılımcılara “Bu çalışmaya gönüllü katılıyorum ve istediğim zaman yarıda bırakabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı çalışmalarda kullanılmasını kabul ediyorum.” şeklinde bir onay bildirgesinin doldurtulmasının ardından sırasıyla cinsiyet, yaş ve ardından geçmiş bilgilerine dair ele alınan soruları cevaplamaları istenmiştir. Ardından trajik iyimserlik ölçeğinde yer alan sorulara yer verilmiştir. Bu bölümün ardından sonraki bölümde ise yaşamın anlamı ölçeği yer almaktadır.

Trajik İyimserlik Ölçeği

Bireylerin varoluşçu pozitif psikolojiye göre zor şartlarda bile umutsuzluktan umut üretebilen farklı bir iyimserlik türü olan trajik iyimserliği ölçmek için tasarlanan ve özgün formu “The Life Attitudes Scale (LAS)” olan ölçek 2003’te Leung, Vroon ve Steinfeld tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin özgün dili İngilizce dilindedir. LAS ölçeğinin Türkçe karşılığı “Yaşamın Tutumları Ölçeği (YTÖ)” şeklindedir. Öncesinde uygulanan tüm ölçekler, iyimserliği tek boyutlu olarak ölçmektedir. Bu ölçek hem toplam trajik iyimserlik puanını hem de beş bileşen (yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul, cesaret, inanç, kendini aşma) için ayrı puanlar sağlamaktadır (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). Leung, Vroon ve Steinfeld tarafından ölçek geliştirme çalışması kapsamında güvenilirlik ve geçerliliği tespit etmek için beş çalışma gerçekleştirilmiştir (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Bu çalışmada kullanılan Yaşamın Tutumları Ölçeği (YTÖ) kısa formu ise trajik iyimserliğin beş bileşenini ölçmek için güvenilir ve geçerli çok boyutlu bir ölçek olup 15 maddeden oluşan 4’lü likert tipi bir ölçektir (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 4= Kesinlikle Katılıyorum). Ölçek, 5 alt ölçekten meydana gelmektedir. Bu alt ölçeklerin Türkçe karşılığı yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul, cesaret, inanç ve kendini aşma şeklindedir. Her bir alt ölçek trajik iyimserliğin farklı bir boyutunu ele almaktadır (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). İlk doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen bulgular, 32 maddenin her birini beş alt ölçeğin (anlam ve değer onaylanması, kabul, cesaret, inanç ve kendini aşma) göstergeleri olarak yapılandıran ölçüm modelinin, veri modeli uyum istatistikleri— $\chi^2 = 1.313,90$, $df = 454$, $p < 0,001$, CFI = 0,81, TLI = 0,79, RMSEA (%95 güven aralığı [CI]) = 0,072 (0,068, 0,077) olarak tespit edilmiş olup ölçüm modelinin faktör yükleri yeterli düzeyde çıkmıştır. Bu faktör analizine dayanarak, her bir alt ölçek için faktör yükü en yüksek üç madde seçilmiş olup ölçeğin yapı geçerliğini incelemek için yapılan doğrulayıcı faktör analizi, araştırmanın örneklemini ile 15 maddelik YTÖ kısa formunu test etmek için tekrar yapılmıştır. Analizden elde edilen bulgular, veri modelinin iyi uyum istatistiklerine sahip olduğunu göstermiştir — $\chi^2 = 153,47$, $df = 80$, $p < 0,001$, CFI = 0,95, TLI = 0,93, RMSEA (%95 CI) = 0,066 (0,050, 0,081). Doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen bulgular, görüldüğü üzere iyi bir veri modeli uyum istatistiklerine sahiptir ve ölçümün faktör yükleri, güvenilirlikleriyle birlikte 0,53 ile 0,98 arasında değişmektedir. YTÖ kısa formunun normal dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir. YTÖ kısa formunun tüm alt boyutlarının kabul edilebilir iç tutarlık güvenilirlik kat sayılarına sahip olduğu bulunmuştur (α aralığı = 0,67–0,89).

Bu çalışma kapsamında kullanılan Trajik İyimserlik Ölçeği (YTÖ) kısa formunun Türkçeye

uyarlaması ve Türk kültürüne geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bu bağlamda tez çalışmasının tamamlanabilmesi için öncelikle Yaşam Tutumlar Ölçeği'nin maddeleri Türkçeye çevrilmiştir. Ardından dil geçerliği çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Dil geçerliği çalışması kapsamında İngiliz Dili ve Edebiyatı mezunu 3, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında yüksek lisans yapmış 1 uzman olmak üzere toplam 4 kişi Trajik İyimserlik Ölçeği (LAS) kısa formunun orijinal maddelerini Türkçe'ye çevirmişlerdir. Yapılan bu çeviriler karşılaştırılarak orijinal haline en uygun olan maddeler seçilip söz konusu ölçek tek bir formda toplanmıştır. Buradaki amaç farklı çevirmenlerle yapılan çevirileri en uygun ve anlaşılır şekilde tek form haline getirmektir. Tek bir formda toplanan ölçek maddeleri İngilizce diline geri çevrilerek ilk ölçek ile uygunluğuna bakılarak maddelere son hali verilmiştir. Buna ek olarak alanında uzman iki kişiden görüş alınmıştır. Uygulamaya başlamadan önce 20 lise öğrencisi ile pilot uygulama yapıp ölçeğin Türkçe uygunluğu test edilmiştir. Yapılan işlemler sonrasında ölçeğe son hali verilerek uygulamaya geçilmiştir. Ölçek uyarlama çalışması için ulaşılan 400 katılımcının 250 katılımcı verisi üzerinden "SPSS 22,0" programı kullanılarak öncelikle açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Kalan öğrenciler üzerinden de DFA yapılmıştır. Literatürdeki bilgiler ışığında ilk olarak hem AFA hem de DFA yapmak için yeterli sayıda örneklem tek bir seferde toplandıktan sonra bunlardan bir miktarı (örneğin %50) rastgele seçilerek AFA için, kalan kısım ise DFA için kullanılabilir. Diğer bir yol olarak da birbirinden bağımsız iki farklı zamanda toplanan veri setlerinden birinin AFA diğeri de DFA için kullanılmasının uygun olduğu görülmektedir. Tutarlı bir sonuca ulaşabilmek ve bir standart oluşturmak için ölçek uyarlama çalışmalarında öncelikle bir AFA, daha sonra farklı bir veri seti kullanarak DFA yapmak önerilmektedir (Okçan, 2018). Yapılan açımlayıcı faktör analizi (AFA) çalışmasında Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testiyle değerlendirilmiştir. Gözlenen KMO katsayısı ve Bartlett testi anlamlılık değeri söz konusu verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Orijinal ölçekte bulunan maddelerin uyarlamadan sonraki kısımda hangilerinin ölçekte kalacak nitelikte olduğunu tespit etmek için Varimax Rotated tekniği kullanılmıştır. Varimax Rotated yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda ölçekteki maddelerin 5 faktör altında toplandığı belirlenmiştir. Faktörlerin özdeğerleri sırasıyla 2.15, 1.83, 1.76, 1.70 ve 1.53 olarak belirlenmiştir. Veriler göz önüne alındığında açıklanan toplam varyansın iyi ve yeterli düzeyde olduğu söylenebilir. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonucunda Türkçe ölçekte belirlenen 15 maddenin hangi faktörler altında toplandığı belirtilmiştir. Buna göre birinci faktör "yaşamın anlam ve değerinin onaylanması", ikinci faktör "kabul", üçüncü faktör "cesaret", dördüncü faktör "inanç" ve beşinci faktör "kendini aşma" olarak isimlendirilmiştir. Ölçeği oluşturan maddelere ilişkin faktör yük değerleri incelendiğinde, birinci faktör .62 ile .86

arasında, ikinci faktör için .51 ile .81 arasında, üçüncü faktör için .67 ile .77 arasında, dördüncü faktör için .70 ile .77 arasında ve beşinci faktör ise .46 ile .70 arasında değiştiği görülmektedir. Birinci faktör altında 3 madde yer alırken, 2. faktör altında 3 madde, 3. faktör altında 3 madde, 4. Faktör altında 3 madde ve 5. Faktör altında da 3 madde yer almakta olduğu tespit edilmiştir. Ardından bu sonuçlar ışığında ölçeğin modelini tespit etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinden (DFA) elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiştir. Ölçek İçin Uyum İyiliği Testlerine (Goodness-Of-Fit Indices) İlişkin Değerler göz önüne alındığında yapılan doğrulayıcı faktör analizinden (DFA) elde edilen bu uyum indeksi değerleri modelin iyi uyum sağladığını göstermektedir. Yapılan analizde, model uyum indeksleri verinin beş faktörlü çözümle tanımlanabileceğini göstermiştir. Yapılan ilişkilendirmeler Trajik iyimserlik Ölçeği Türkçe adaptasyonu için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum iyiliği indislerinin ($\chi^2/df=1.47$ GFI=.90, RMR=.06, CFI=.91, IFI=.91, AGFI=.86 ve RMSEA=.05, SRMR=.06) kabul edilebilir olduğu ve ölçeğin faktör yapısının Türk kültüründe doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu uyum iyiliği değerleri bu şekilde çıkmış olmasına rağmen madde güçlerinde madde 6'nın madde gücü .13 değerinde bulunmuştur. Diğer maddeler de şu aralıkta değişmektedir. 1. madde .72, 2. madde .39, 3. madde .55, 4. madde .72, 5. madde .81, 7. madde .40, 8. madde .51, 9. madde .48, 10. madde .48, 11. madde .31, 12. madde .73, 13. madde .80, 14. madde .92 ve 15. madde .67 değerlerinde bulunmuştur. Trajik iyimserlik Ölçeği'nin Türkçe formunun yapı geçerliğine ilişkin elde edilen bulgular ışığında, özgün formunda yer alan 6. Maddenin madde gücü değeri .17 şeklinde çıktığı için yapısal eşitlik modellemesi 6. Maddesiz olarak tamamlanmıştır. 2. alt boyut olan 'kabul' alt boyutunda 6. madde devre dışı bırakılarak 2. alt boyut 2 madde üzerinden model tekrar çalıştırılmıştır. Uyarlanan ölçeğin sonuçlarının kararlılığının tespit edilmesi amacıyla test tekrar test uygulamasına gidilmiştir. Bu uygulamada aynı 115 katılımcıya iki hafta arayla Trajik iyimserlik Ölçeği uygulanmıştır. Uygulanan test tekrar testin yapılan analizi sonrasında ölçeğin kararlılık düzeyi .87 olarak test edilmiştir. Trajik iyimserlik Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı, Cronbach Alfa ile hesaplanmış ve .93 şeklinde tespit edilmiştir. Bu sonuçlardan hareketle ergenler üzerinde uygulanan Trajik iyimserlik Ölçeği'nin ölçeğin farklı zamanlarda yapılan ölçümlerinin tutarlı sonuç verdiği ve güvenilirlik değerinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir. Bu da ölçeğin kararlı bir yapıda olduğunu göstermekte ve güvenilirlik değerlerini destekleyici bir etki oluşturmaktadır. Yapılan çalışmaların ardından uyarlanan Trajik iyimserlik Ölçeği Türk kültüründe trajik iyimserliği düzeylerini ölçmek amacıyla ergen bireylerde kullanılmak üzere geçerli ve güvenilir olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak, uyarlanan Trajik iyimserlik Ölçeği'nin Türk kültürüne geçerlik güvenirlik çalışmasına göre Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) test edilmiş beş faktörlü yapının, yapısal geçerliği Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yöntemi ile sınanmış ve Doğrulamalı Faktör Analizi'nde (DFA) de uyum iyiliği değerleri doğrulanmıştır. Açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda oluşan 15 maddeli 5 alt boyutlu modelinin sınandığı doğrulamalı faktör analizinde de (DFA) $\chi^2/df=1.47$ GFI=.90, RMR=.06, CFI=.91, IFI=.91, AGFI=.86 ve RMSEA=.05, SRMR=.06 sonuçlarına ulaşılmıştır. Bu sonuçlar istatistiklerde hesaplanan χ^2/df oranının 5'ten küçük olması, GFI ve AGFI değerlerinin .90'dan yüksek olması, SRMR ve RMSEA değerlerinin ise .05'dan düşük çıkması, model-veri uyumunu göstermektedir (Jöreskog & Sörbom, 1993). Ayrıca GFI'nin .85'ten, AGFI'nin .80'den büyük çıkması, SRMR ve RMSEA değerlerinin .10'dan düşük çıkması, model veri uyumu açısından kabul edilebilir alt sınırlar olarak değerlendirilmektedir (Cole, 1987) (Gerbing & Anderson, 1993). Bu referans değerlerine göre iyi bir uyum iyiliği değerleri göstermiştir. Sınanan beş boyutlu bağlantılı modelin CFI ve GFI uyma indeksleri temelinde mükemmel bir model olduğu görülmüştür. Trajik iyimserlik Ölçeği'nin orijinal formunda doğrulamalı faktör analizi sonucu yapılan uyum istatistikleri, Türkçe formu için yapılan uyum istatistikleri ile benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003). Bu veriler kapsamında uyarlama çalışması gerçekleştirilen Trajik iyimserlik Ölçeği'nin güvenirlik değeri Cronbach Alfa .93 olarak bulunduğu Türk kültüründe geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğuna ve trajik iyimserliği test etmek amacıyla kullanılabileceği sonucuna bizi ulaştırmaktadır. Trajik iyimserlik Ölçeği'nin ergenlerin trajik iyimserlik düzeylerini ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Yaşamın Anlamı Ölçeği

Bireylerin yaşamın anlamını kavrayıp kavramadıklarını değerlendirme amacı çerçevesinde tasarlanan ve özgün formunun adı "The Meaning in Life Questionnaire (MLQ)" olan ölçeği 2006'da Steger, Frazier, Oishi ve Kaler geliştirmiştir. Ölçeğin orijinal dili İngilizce dilindedir. Ölçeğin Türkçe çevirisi "Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ)" şeklindedir.

Demirdağ ve Kalafat tarafından Türkçeye uyarlanan Yaşamın Anlamı Ölçeği yaşamın anlamı ve eğitimde yaşamın anlamı kavramlarını ölçmektedir (Demirdağ & Kalafat, 2015). Araştırma kapsamında yaşamın anlamını ölçmek için Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilen ve Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Yaşamın Anlamı Ölçeği 7'li Likert (1 kesinlikle geçerli değil-7 kesinlikle geçerli) tipi bir ölçme aracıdır ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı olmak üzere

iki alt boyuttan oluşmakta olup maddelerinin 9'u olumlu maddelerden (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 ve 10. maddeler), 1'i olumsuz maddeden (9. madde) oluşmaktadır. Ölçek mevcut anlam (1., 4., 5., 6, ve 9. Maddeler) ve aranan anlam (2., 3., 7., 8, ve 10. Maddeler) olmak üzere iki alt boyuttan meydana gelmektedir (Demirdağ & Kalafat, 2015). Ölçekteki 1, 4, 5, 6 ve 9. maddeler (9. Madde ters puanlanmaktadır) yaşamın mevcut anlamını, 2, 3, 7, 8 ve 10. maddeler ise yaşamda aranan anlamı ölçmektedirler. Ölçeğin orijinalinin Steger ve arkadaşları (2006) tarafından güvenirliği hakkında Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı mevcut anlam alt ölçeğinde $\alpha=,82$; aranan anlam alt ölçeğinde ise $\alpha=,87$ olarak bulmuşlardır. Ölçeğin Türkçe diline uyarlama çalışmasının ardından güvenirlik bağlamında Cronbach alfa değeri mevcut anlam alt ölçeğinde $\alpha=,81$, aranan anlam alt ölçeğinde ise $\alpha=,85$ olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayıları alt boyutları bağlamında mevcut anlam alt boyutunda 0,77, aranan anlam alt boyutunda 0,83 ve ölçeğin bütününde ise güvenirlik kat sayısı 0,81 olarak tespit edilmiştir. Ulaşılan test-tekrar test güvenirlik katsayılarınsa mevcut anlam alt boyutunda 0,89, aranan anlam alt boyutunda ise 0,92 ve ölçeğin bütününde ise bu güvenirlik kat sayısı 0,94 şeklinde tespit edilmiştir. Katılımcılar tarafından ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 70'tir. Yüksek bir puanı elde etmenin yaşam anlamına sahip olma düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe diline çevrilmiş formunun geçerlik ve güvenirlik değerleri 0,70' den yüksek 55 bulunduğundan güvenilirdir. Bu sonuçlardan hareketle ölçek çalışmada kullanmaya yetecek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu araştırmaya katılım sağlayan ergenlik çağındaki bireylerle ilgili bilgi sahibi olmak için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet, yaş, travma yaşama durumu durumuyla ilgili sorular yer almaktadır.

Verilerin Toplanması

Çalışma 1'e İlişkin Veri Toplama Süreci

Ölçek uyarlama çalışmasının başlangıcında öncelikle ölçek yazarından izin alınmıştır. Uygulama öncesinde İngiliz Dili ve Edebiyatı mezunu 3, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında yüksek lisans yapmış 1 uzman olmak üzere toplam 4 kişi ölçeğin orijinal maddelerini Türkçe'ye çevirmişlerdir. Yapılan bu çeviriler karşılaştırılarak orijinal haline en uygun olan maddeler seçilip söz konusu ölçek tek bir formda toplanmıştır. Tek bir formda toplanan ölçek

maddeleri İngilizce diline geri çevrilerek ilk ölçek ile uygunluğuna bakılarak maddelere son hali verilmiştir. Buna ek olarak alanında uzman iki kişiden görüş alınmıştır. Uygulamaya başlamadan önce 20 lise öğrencisi ile pilot uygulama yapıp ölçeğin Türkçe uygunluğu test edilmiştir. Tüm bu işlemlerin sonrasında ölçeğe en son hali verilerek uygulamaya geçilmiştir. Katılımcıların 115'inden iki hafta sonra tekrar veri toplamak ve test tekrar test güvenirliğini hesaplamak amaçlı rumuz alınmıştır. Araştırmanın amacı ve kapsamıyla ilgili katılımcı olan öğrencilere bilgi verilmiş, daha sonra ölçek uyarlama kapsamında 400 öğrenciden veri toplanmıştır. Ölçek uyarlama çalışması 400 öğrenci ile yürütülmüştür. Uygulama esnasında rumuz alınan öğrencilerin 115'inden tekrar veri toplanarak ölçeğin test tekrar test yöntemi ile güvenirliği test edilmiştir.

Çalışma 2'ye İlişkin Veri Toplama Süreci

Çalışmaya katılan bireylere öncelikle çalışmayla hakkında genel bilgiler aktarılmıştır. Ardından ölçekteki kapsamında samimi cevaplar vermelerini sağlamak için elde edilen verilerin gizli tutulacağı, ulaşılan sonuçların bireysel olacak incelenmeyeceği ifade edilmiştir. Elde edilen bilgilerin araştırma kapsamı haricinde herhangi bir amaçla başka yerlerde kullanılmayacağı hakkında bilgilendirmeler yapılmıştır. Katılma konusunda gönüllü olmayan kişiler araştırmaya dahil edilmemiştir. Yapılan uygulamada katılımcıların isim ve başka tanıtıcı bilgi eklememeleri ve formları eksiksiz bir şekilde doldurmaları gerektiği belirtilmiştir. Form içeriğinde kişisel bilgi formu ardından Trajik iyimserlik Ölçeği ve sonrasında da Yaşamın Anlamı Ölçeği bulunmaktadır. Katılımcılar tarafından doldurulan ölçekler karışık bir şekilde toplanmıştır. Trajik iyimserlik Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği değişkenleri ile ilgili araştırmayı gerçekleştirmek için toplam 504 öğrenciden veri elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışma 1'e ilişkin Verilerin Analizi

Toplanan verilerin çözümlenme işlemi çalışmasında IBM SPSS 22 ve IBM AMOS GRAPHICS 24 istatistiksel paket programları kullanılmıştır. Ham veriler öncelikle SPSS programına aktararak yapılacak analize hazır hale getirilmiştir. Veriler içinde analizlere uygun olmayan veriler çıkarılmış, Missing Value Analysis ve Replaceleri yapılmış ardından frekans tabloları SPSS Programı aracılığı ile elde edilmiştir. Uyarlama yapılacak söz konusu ölçeğin Türkçe formunun yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile yapılmıştır. Bu işlem için

çalışmamıza olanak sağlayacak olan Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) için veriler AMOS'a aktarılmıştır. AMOS programı ile verilerin doğrulayıcı faktör analizleri (DFA) yapılmış ve söz konusu çalışmanın temel amacını oluşturan model test edilmiştir. DFA'da χ^2 , χ^2/sd istatistikleri ve uyum iyiliği indeksleri ile ölçekte yer alan maddelere ilişkin hata varyansları ve t değerleri incelenmiştir. Yapısal Eşitlik Modeli ve Modelin özelliklerinin incelenebilmesi için bazı referans değerler bulunmaktadır. Türkmen (2011), bu değerleri tablo şeklinde derlemiştir.

Tablo 1.
Uyum İndeksleri ve Referans Değerleri

İndeks	Aralık	Referans Değerleri	Kaynak
χ^2	$p > .05$	-	-
χ^2 / sd	0- ∞ (Yüksek- Düşük)	<3 <2 (iyi uyum) <2.5 (küçük örneklem) <5 (orta düzey uyum)	Kline (1998), Sümer (2000) Tabachnick ve Fidel (2007) Kline (1998), Sümer (2000)
GFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.90 >.90 (iyi uyum)	Kline (1998) Sümer (2000)
AGFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.90 >.95(mükemmel uyum)	Sümer (2000) Sümer (2000)
CFI	0-1 (Düşük-Yüksek)	>.95 (N<250) >.95 >.90	Hair ve Ark. (2006) Tabachnick ve Fidel (2007) Sümer (2000)
RMSEA	0-0.1 (Yüksek- Düşük)	<.05 <.06 (iyi uyum) <.08 (N<250) <.1 (zayıf uyum)	Sümer (2000) Tabachnick ve Fidel (2007) Hair ve Ark. (2006), Sümer (2000) Tabachnick ve Fidel (2007)

Türkmen, M. (2011). Öznel iyi oluşun yapısı ve ana baba tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Trajik İyimserlik Ölçeği Türkçe formunun güvenirliği ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ile ve iki hafta süreli test tekrar test yöntemleriyle incelenmiştir.

Çalışma 2'ye İlişkin Verilerin Analizi

Trajik iyimserlik Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği değişkenleri ile yapılan çalışmada toplanan veriler araştırmacı tarafından hazırlanan bir kod yönergesi aracılığı ile bilgisayara kodlanmıştır. Kodlama ve analizde “SPSS 22,0” programından yararlanılmıştır. Verileri değerlendirme aşamasında tanımlayıcı istatistiksel metotlar kullanılmıştır. Verilerin analizi frekans, standart sapma ve ortalama değerlerine dayalı şekilde gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Kolmogorov Smirnov testi kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edildikten sonra yaşamın anlamı ve trajik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla kullanılan ölçeklerin cevapları doğrultusunda katılımcıların puanları hesaplanmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda puanların demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Cinsiyet, travma yaşıyıp yaşamama değişkenleri için t- testi kullanılmıştır. Ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek, yaş değişkeniyle trajik iyimserlik arasındaki ilişkiyi tespit etmek ve yaş değişkeniyle yaşamın anlamı arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Kolerasyon Analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın temel ve alt problemleri ışığında yapılan analizler ve bulguları sırası ile sunulmuştur.

Ölçek Uyarlama Çalışmasına İlişkin Bulgular

Trajik İyimserlik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışmasında sırasıyla şu işlemler gerçekleştirilmiştir.

- Dil geçerliği çalışması: İngiliz Dili ve Edebiyatı mezunu 3, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında yüksek lisans yapmış 1 uzman olmak üzere toplam 4 kişi Trajik İyimserlik Ölçeği kısa formunun orijinal maddelerini Türkçe'ye çevirmişlerdir. Yapılan bu çeviriler karşılaştırılarak orijinal haline en uygun olan maddeler seçilip söz konusu ölçek tek bir formda toplanmıştır. Tek bir formda toplanan ölçek maddeleri İngilizce diline geri çevrilerek ilk ölçek ile uygunluğuna bakılarak maddelere son hali verilmiştir. Buna ek olarak alanında uzman iki kişiden görüş alınmıştır. Uygulamaya başlamadan önce 20 lise öğrencisi ile pilot uygulama yapıp ölçeğin Türkçe uygunluğu test edilmiştir. Yapılan işlemler sonrasında ölçeğe son hali verilerek uygulamaya geçilmiştir.
- Türkçe dil geçerlik çalışmasının ardından örneklem büyüklüğünün seçilen analize uygun olup olmadığının belirlenmesinde Kaiser- Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve verilerin çok değişkenli normal dağılımdan gelip gelmediğini belirlemek için ise Barlett Küresellik Testi (Barlett Test of Sphericity) yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmaları yapı geçerliğine bakılarak gerçekleştirilmiştir.

- Ölçeğin yapı geçerliği ve faktör yapısını incelemek için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) yapılmıştır.
- AFA ile belirlenen faktör yapısının verilerle ne derece uyum gösterdiğini tespit etmek için ise Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Doğrulamalı Faktör Analizi'nde test edilen modelin yeterliğinin belirlenmesi için birçok uyum indeksi kullanılmaktadır (Jöreskog ve Sörbom, 1993). Bu çalışmada DFA için Ki-kare uyum testi (χ^2), Düzeltilmiş İyi Uyum İndeksi (GFI), Düzeltilmiş Uyum İyi Uyum İndeksi (AGFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Normleştirilmemiş Uyum İndeksi (NNFI), Fazlalık Uyum İndeksi (IFI), Standartlaştırılmış Hata Kareleri Ortalamasının Karekökü (SRMR) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) uyum indeksleri incelenmiştir. Bu uyum indekslerinde genelde olduğu gibi GFI, AGFI, CFI, NNFI, IFI >.90, RMSEA, RMR veya SRMR < .05 ölçüt olarak alınmıştır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010; Gerbing ve Anderson, 1993; Tabachnick ve Fidel, 2001).
- Ölçeğin güvenirliğini belirlemek için ise Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayısı hesaplanmıştır. Ayrıca güvenirlik kapsamında 2 hafta arayla aynı 115 katılımcıya ölçek uygulanarak test tekrar test yöntemi uygulanmış olup test tekrar test sonucu Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilip ölçeğin güvenirliği test edilmiştir.

Güvenirlğe İlişkin Bulgular

İç tutarlık güvenirliği. Trajik İyimserlik Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı, Cronbach Alfa ile hesaplanmış ve .93 şeklinde bulgulanmıştır (n = 115; madde sayısı= 15). Trajik İyimserlik Ölçeğinin iç tutarlık güvenirliği yeterli olduğu görülmektedir.

Test-tekrar test güvenirliği. Daha önce de belirtildiği Trajik İyimserlik Ölçeği'nin zaman içindeki güvenirliğinin kontrol edilmesi amacıyla, ölçek 2 hafta arayla aynı katılımcı grubundan 115 kişiye uygulanmıştır. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda Trajik İyimserlik Ölçeği'nin test tekrar test güvenirliği .87 olarak tespit edilmiştir (n =115, p < .001).

Geçerliğe İlişkin Bulgular

Dil ve kapsam geçerliği. Uygulama öncesinde İngiliz Dili ve Edebiyatı mezunu 3, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında yüksek lisans yapmış 1 uzman olmak üzere toplam 4 kişi ölçeğin orijinal maddelerini Türkçeye çevirmişlerdir. Yapılan bu çeviriler karşılaştırılarak orijinal haline en uygun olan maddeler seçilip söz konusu ölçek tek bir formda toplanmıştır. Tek bir formda toplanan ölçek maddeleri İngilizce diline geri çevrilerek ilk ölçek ile uygunluğuna bakılarak maddelere son hali verilmiştir. Buna ek olarak Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında uzman iki kişiden görüş alınmıştır. Uygulamaya başlamadan önce 20 lise öğrencisi ile pilot uygulama yapıp ölçeğin Türkçe uygunluğu test edilmiştir. Tüm bu işlemlerin sonrasında ölçeğe en son hali verilerek ölçek uygulamaya hazır hale getirilmiştir.

Yapı geçerliğine ilişkin bulgular. Yapı geçerliği çalışması kapsamında, ölçek uyarlama çalışması için ulaşılan 400 katılımcının 250 katılımcı verisi üzerinden “SPSS 22,0” programı kullanılarak önce açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmış, ardından diğer 150 katılımcı verileri üzerinden de AMOS 22 ile doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır.

Trajik İyimserlik Ölçeği AFA Bulguları

Faktör analizi yapılmadan önce verilerin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testiyle değerlendirilmiştir. 32 maddenin KMO değeri .726 hesaplanmış ve Bartlett testi anlamlı bulunmuştur ($\chi^2 = 819.04$, $df=105$, $p<.001$).

Tablo 2.
KMO and Bartlett's Test

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,726
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	819,048
	df	105
	Sig.	,000

Verilerin faktör analizine uygunluğu için çıkan sonuçta KMO değerinin .60'dan yüksek ve Bartlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2004). Bu durum dikkate alındığında gözlenen KMO katsayısı ve Bartlett testi anlamlılık değeri verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Barlett testinin de bu duruma göre anlamlı olması gerekmektedir (Jeong, 2004). Bu değerler incelendiğinde seçilen örneklem grubunun yeterli ve verilerin normal dağılım özelliği göstermesi dolayısıyla faktör analizine uygun olduğuna karar

verilmiştir.

Orijinal ölçekte yer alan maddelerin uyarlamadan sonraki kısımda hangilerinin ölçekte kalacak nitelikte olduğunu tespit etmek için Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Varimax Rotated yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda ölçekteki maddelerin 5 faktör altında toplandığı belirlenmiştir. Belirlenen 5 faktörün açıkladığı varyans sayısı Tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3.
Açıkladıkları Toplam Varyans Dağılımları

Bileşen	Başlangıç Özdeğerleri			Kareli yük toplamlarının ilk hali			Kareli yük toplamlarının rotasyonlu hali		
	Toplam	%	Kümülatif	Toplam	%	Kümülatif	Toplam	%	Kümülatif
		Varyans	%		Varyans	%		Varyans	%
1	3,529	23,523	23,523	3,529	23,523	23,523	2,152	14,346	14,346
2	1,884	12,56	36,084	1,884	12,56	36,084	1,832	12,21	26,556
3	1,447	9,647	45,731	1,447	9,647	45,731	1,76	11,735	38,291
4	1,115	7,435	53,165	1,115	7,435	53,165	1,709	11,395	49,686
5	1,011	6,738	59,903	1,011	6,738	59,903	1,533	10,217	59,903

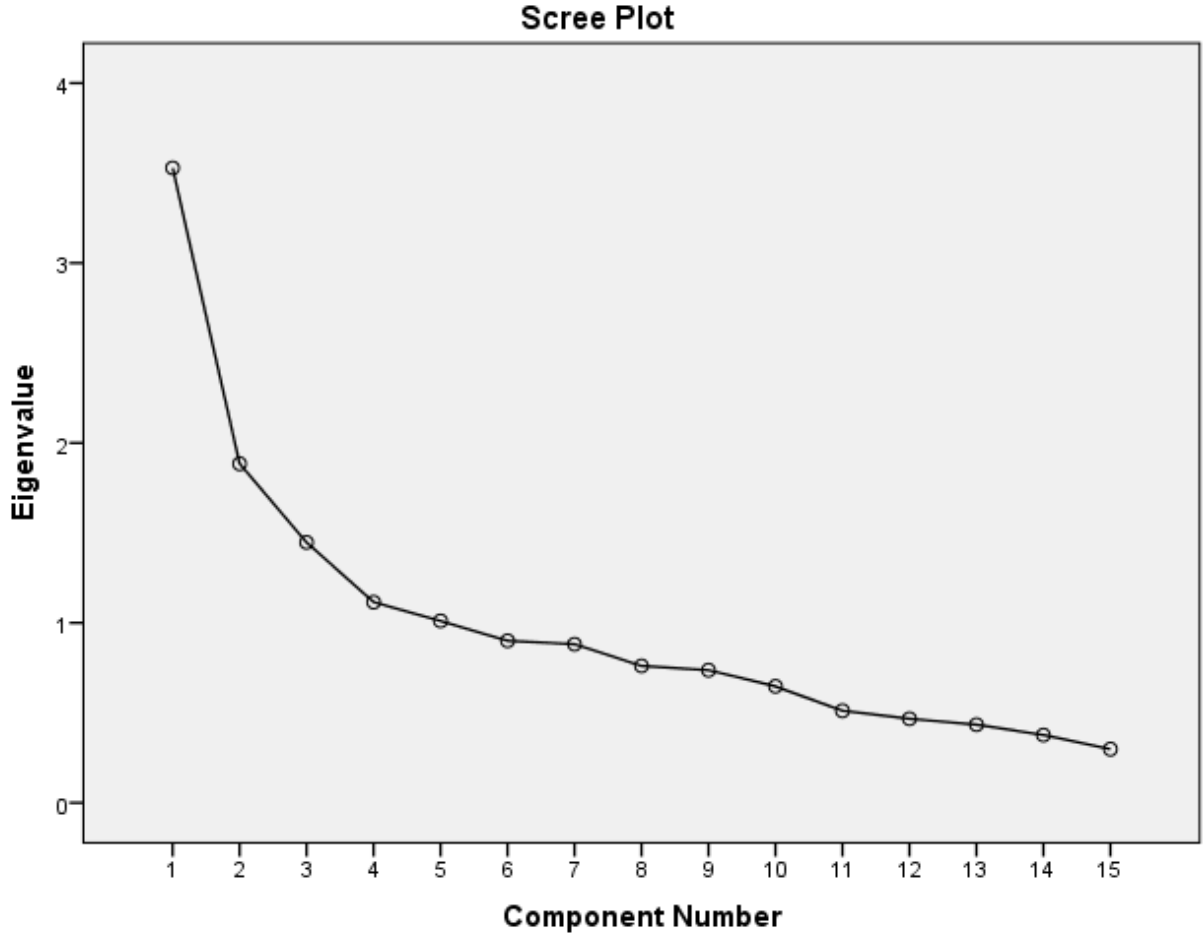
Tablo 3’te de görüldüğü gibi bu 5 faktörün açıkladığı toplam varyans % 59,903 olarak belirlenmiştir. Gorsuch (1974), Lee ve Comrey (1979)’e göre açıklanan varyans oran değerleri ne kadar yüksekse ölçeğin faktör yapısı da o kadar güçlü olmaktadır. Ancak, sosyal bilimlerde yapılan analizlerde, Scherer, Wiebe, Luther ve Adams (1988)’a göre % 40 ile % 60 arasında değişen varyans oranları yeterli düzeyde kabul edilmektedir (akt.: Tavşancıl, 2006). Kline (1994)’ göre ise, çok faktörlü desenlerde ise bu yüzdelik oranın %41’in üzerinde olması beklenmektedir. Büyüköztürk (2006)’ün açıklamasına göre faktörlerin belirlenmesinde özdeğeri 1 ve 1’den büyük olan değerler seçilmelidir. Faktörlerin özdeğerleri Tablo 3’te görüldüğü gibi sırasıyla 2.15, 1.83, 1.76, 1.70 ve 1,53 olarak belirlenmiştir. Veriler göz önüne alındığında açıklanan toplam varyansın iyi ve yeterli düzeyde olduğu söylenebilir.

Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonucunda Türkçe ölçekte belirlenen 15 maddenin hangi faktörler altında toplandığı Tablo 4’te belirtilmiştir. Buna göre birinci faktör “yaşamın anlam ve değerinin onaylanması”, ikinci faktör “kabul”, üçüncü faktör “cesaret”, dördüncü faktör “inanç” ve beşinci faktör “kendini aşma” olarak isimlendirilmiştir.

Tablo 4.
Trajik İyimserlik Ölçeği AFA Sonuçları

Faktörler Maddeler	Yaşamın Anlam ve Değerinin Onaylanması	Kabul	Cesaret	İnanç	Kendini Aşma
s1	0,866				
s5	0,848				
s3	0,626				
s13		0,815			
s15		0,791			
s11		0,519			
s14			0,777		
s8			0,7		
s12			0,678		
s6				0,775	
s2				0,716	
s4				0,703	
s10					0,701
s7					0,586
s9					0,464

Tablo 4’de verilen ölçeği oluşturan maddelere ilişkin faktör yük değerleri incelendiğinde, birinci faktör .62 ile .86 arasında, ikinci faktör için .51 ile .81 arasında, üçüncü faktör için .67 ile .77 arasında, dördüncü faktör için .70 ile .77 arasında ve beşinci faktör ise .46 ile .70 arasında değiştiği görülmektedir. Birinci faktör altında 3 madde yer alırken, 2. faktör altında 3 madde, 3. faktör altında 3 madde, 4. Faktör altında 3 madde ve 5. Faktör altında da 3 madde yer almaktadır.



Şekil 1. Faktör kırılma grafiği

Trajik İyimserlik Ölçeği DFA Bulguları

Açımlayıcı faktör analizi sonucu ulaşılan madde faktör bağlantıları, doğrulayıcı faktör analizi ile tekrar test edilmiş, ölçeğin yapı geçerliği amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinden (DFA) elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiştir.

Doğrulayıcı faktör analizi ile model uyumuna dönük hesaplanan istatistiklerden en çok kullanılanları Ki-kare (χ^2), χ^2/sd , RMSEA, RMR, GFI ve AGFI'dir. Hesaplanan χ^2/df oranının 5'ten küçük olması, GFI ve AGFI değerlerinin .90 dan yüksek olması, SRMR ve RMSEA değerlerinin ise .05 dan düşük çıkması, model-veri uyumunu göstermektedir (Jöreskog ve Sorbom, 1993). Ayrıca GFI'nın .85'ten, AGFI'nın .80'den büyük çıkması, SRMR ve RMSEA değerlerinin .10'dan düşük çıkması, model veri uyumu kapsamında kabul edilebilir alt sınırlar

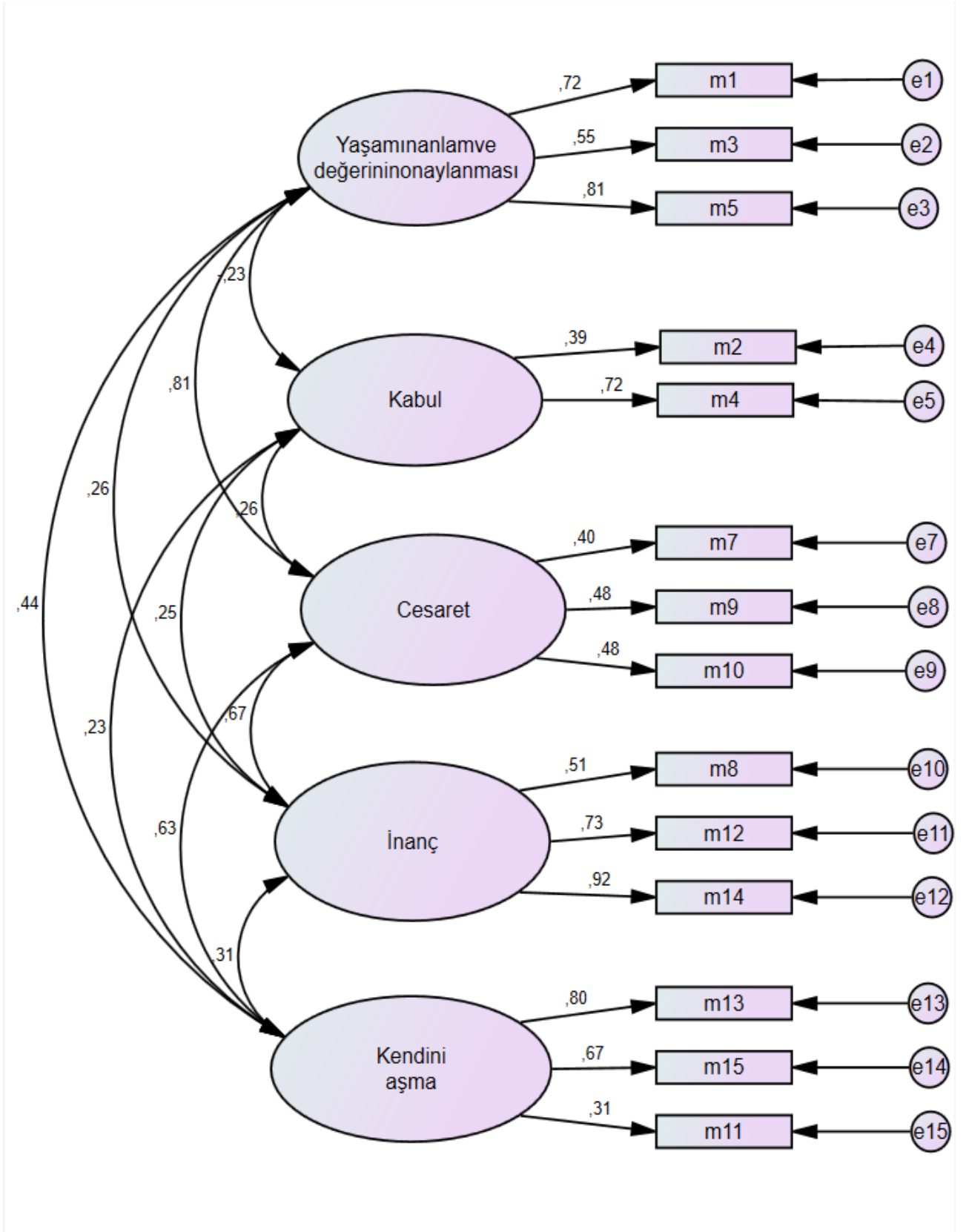
olarak değerlendirilmektedir (Cole, 1987; Gerbing ve Anderson, 1993). Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına ilişkin model uyum değerleri Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5.

Ölçek İçin Uyum İyiliği Testlerine (Goodness-Of-Fit Indices) İlişkin Değerler

χ^2	DF	p-value	CFI	NFI	GFI	AGFI	IFI	RMR	RMSEA
97.00	67	p<.01	.91	.81	.90	.86	.91	.053	.055

Ölçeğin yapısına göre kurulan model Şekil 1’de gösterilmektedir. Kurulan bu modelin uygunluğuna dönük yapılan doğrulayıcı faktör analizinden (DFA) elde edilen bu uyum indeksi değerleri modelin iyi uyum sağladığını göstermektedir.



Şekil 2. Trajik İyimserlik Ölçeği Path diyagramı

Yapılan analizde, model uyum indeksleri verinin beş faktörlü çözümle tanımlanabileceğini göstermiştir. Yapılan ilişkilendirmeler Trajik İyimserlik Ölçeği Türkçe adaptasyonu için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum iyiliği indislerinin ($\chi^2/df=1.47$ GFI=.90, RMR=.06, CFI=.91, IFI=.91, AGFI=.86 ve RMSEA=.05, SRMR=.06) kabul edilebilir olduğu ve ölçeğin faktör yapısının Türk kültüründe doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır. Trajik İyimserlik Ölçeği'nin beş faktörlü yapısına ilişkin model şekil 3'te verilmiştir.

Gerçekleştirilen istatistiki çalışmalar kapsamında madde 6 yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi'nde (AFA) .775 değeri almış olmasına rağmen Doğrulayıcı Faktör Analizi'nde (DFA) uyum iyiliği değerlerinde .13 gibi bir sonuç almıştır. Bu madde güçlü bir madde olmasına karşın modelle uyumsuz olduğu görülmektedir. Bu nedenle bu madde devre dışı bırakılarak yapısal eşitlik modellemesi tamamlanmıştır. Şekil 3 incelendiğinde, analiz bulgularındaki maddelere ilişkin yük değerlerinin tamamının pozitif ve anlamlı olduğu görülmektedir. Maddelerin yük değerleri .31 ile .92 arasında değişmektedir. Maddeler içerisinde en düşük yük değeri entelektüel aşırı kendini aşma boyutunda yer alan “Doğru olanı yapmak için kötü sonuçlarla karşılaşmaya istekliyim.” (madde 11) maddesine aittir. En yüksek yük değeri ise inanç boyutunda yer alan “Kendi acımın, sorunlarımın içinde bile diğerlerine yardım etmekten memnuniyet duyarım.” (madde 14) maddesine aittir. Madde analizi kapsamında ölçeğin tamamı ve her bir alt faktörü için güvenirlik analizi yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin tamamının Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenirlik katsayısının oldukça iyi bir değere sahip olduğu görülmüştür.

Ergenler Üzerinde Uygulanan Trajik İyimserlik Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği Betimsel İstatistikleri

Tablo 6'da araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş ve travma yaşama durumlarından alınan sosyodemografik verilerin frekans dağılım tabloları verilmiştir.

Tablo 6.

Değişkenlerin Frekans ve Yüzdeleri

		Sayı (N)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	132	26,20
	Erkek	372	73,80
Yaş	14	92	18,3
	15	134	26,6
	16	157	31,2
	17	121	24
Travma Yaşama Durumu	Evet	123	24,40
	Hayır	381	75,60

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan katılımcıların %26,2'si (132 kişi) kız %73,8'i (372 kişi) erkek öğrencidir. Elde edilen tablo göz önüne alındığında katılımcıların %18,3'ü (92 kişi) 14 yaşında, %26,6'sı (134 kişi) 15 yaşında, %31,2'si (157 kişi) 16 yaşında ve %24'ü (121 kişi) 17 yaşında olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan katılımcıların %24,4'ü (123 kişi) hayatında önceden travma durumu yaşamışken, %75,6'sı (381 kişi) travma yaşamadığı tespit edilmiştir.

Çalışmanın amaçları doğrultusunda ilk olarak araştırma kapsamında elde edilen verilerin tutarlılığını tespit etmek amacı ve verilerin analize uygunluğunu anlayabilmek amacıyla SPSS programı ile tüm toplam puanların normal dağılım gösterip göstermediklerini değerlendirmek için normal dağılım eğrilerinden ve Kolmogorov – Smirnov analizinden faydalanılmıştır. Araştırma sürecinde değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, çarpıklık, basıklık, minimum ve maksimum değerlerini incelemek adına betimsel istatistiklere Tablo 7'de yer verilmiştir.

Tablo 7.

Değişkenlere İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık, Basıklık, Minimum ve Maksimum Değerleri

	Minimum Değer	Maksimum Değer	Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Trajik İyimserlik	1,50	4,00	13,8894	3,0982	-,610	,445
Yaşamın Anlamı	1,60	7,00	17,7864	4,7336	-,127	-,206

Tablo incelendiğinde, trajik iyimserlik puan ortalaması $\bar{x}=13,88$ ($Ss=3,09$) ve yaşamın anlamı puan ortalaması $\bar{x}=17,78$ ($Ss=4,73$) olarak hesaplanmıştır. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının da +1,5 ile -1,5 aralığında yer almasından dolayı (Tabachnick & Fidell, 2013) verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik analizler kullanılmıştır.

Ergenlerin Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Çalışma amacı doğrultusunda verilerin normal dağıldığı tespit edildikten sonra ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi incelemek için trajik iyimserlik düzeyini ölçen Trajik iyimserlik Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği arasındaki ilişki düzeyi analize tabi tutulmuştur. Bu kapsamda istatistiki işlem olarak Pearson Korelasyonu gerçekleştirilmiştir.

Tablo 8.

Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Arasındaki Korelasyon

		Trajik İyimserlik	Yaşamın Anlamı
Trajik İyimserlik	Pearson Korelasyon	1	,371**
	p		,000
	N	504	504
Yaşamın Anlamı	Pearson Korelasyon	,371**	1
	p	,000	
	N	504	504

Bu kapsamda katılımcıların Trajik iyimserlik Ölçeği (Ort.=3,09, SS=0,45) ve Yaşamın Anlamı Ölçeği (Ort.=4,73, SS=1,01) skorları arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. İstatistiki analiz sonucunda bu değişkenler arasında $r= ,371$, $p=,00<,05$ olduğu için orta seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Katılımcıların trajik iyimserlik düzeyleri açısından bu bölümde cinsiyet, yaş ve travma yaşama durumu değişkenlerine göre yaşam tutumu puanlarının farklılaşma gösterip göstermediği incelenmiştir. Yine katılımcıların yaşamın anlamına ilişkin görüşleri cinsiyet, yaş ve travma yaşama durumu değişkenlerine göre yaşamın anlamı puanlarının farklılaşma gösterip göstermediği incelenmiştir.

Ergenlerin Cinsiyete Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular

Ergenlerin trajik iyimserlik düzeylerine ilişkin Trajik İyimserlik Ölçeği'nden elde edilen puanlarının ve yaşamın anlamına ilişkin görüşlerini tespit etmemizi sağlayan Yaşamın Anlamı Ölçeği'nde elde edilen puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde değişip değişmediğinin tespiti için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları, cevaplayan sayıları, puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ile ilgili istatistiksel elde edilen sonuçlar Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9.

Cinsiyet Açısından Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

		N	X	SS	df	t	p
Trajik iyimserlik	Kız	132	3,15	,45	502	1,76	,078*
	Erkek	372	3,07	,45			
Yaşamın Anlamı	Kız	132	4,67	1,08	502	-,81	,416
	Erkek	372	4,75	,99			

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

Cinsiyet değişkeni için, bağımsız gruplar için t testi istatistiksel analizi yapılmıştır. Tablo 9'da görüldüğü gibi analiz sonucuna göre araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetler açısından trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı puanları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir

Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular

Ergenlerin trajik iyimserlik düzeylerine ilişkin trajik iyimserlik puanlarının ve yaşamın anlamına ilişkin görüşlerini tespit etmemizi sağlayan yaşamın anlamı ölçeğinden elde edilen puanlarının travma yaşama durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişip değişmediğini tespit etmek için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları, cevaplayan sayıları, puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ile ilgili istatistiksel elde edilen sonuçlar Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10.

Travma Yaşama Durumu Açısından Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

		N	X	SS	df	t	p
Trajik İyimserlik	Evet	123	3,01	,48	502	-2,38	,018*
	Hayır	381	3,12	,44			
Yaşamın Anlamı	Evet	123	4,65	,97	502	-,98	,324
	Hayır	381	4,75	1,03			

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

Travma durumu değişkeni için trajik iyimserlik ve yaşamın anlamı puanlarını incelerken de bağımsız grup için t testi istatistiksel analizi yapılmıştır. Tablo 10’da görüldüğü gibi analiz sonucuna göre araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamın tutumları puanları dikkate alındığında yaşamında travma durumu yaşamış olanlar (Ort= 3,01, ss=0,48) ve travma durumu yaşamayanlara göre (Ort= 3,12, ss=0,44) anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(502)} = -2,38$, $p = 0,018$). Yine tablo 4’te görüldüğü gibi analiz sonucuna göre araştırmaya katılan öğrencilerin yaşamın anlamı puanları dikkate alındığında yaşamında travma durumu yaşamış olanlar (Ort= 4,65, ss=0,97) ve travma durumu yaşamayanlara göre (Ort= 4,75, ss=1,03) anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ($t_{(502)} = -,98$, $p = 0,324$).

Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik iyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Puanlarına Yönelik Bulgular

Ergenlerin trajik iyimserliğin ölçütü olan trajik iyimserlik alt boyutlarından olan yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul, cesaret, inanç ve kendini aşma puanlarının travma yaşama durumları açısından anlamlı bir şekilde değişip değişmediğini tespit etmek için yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları, cevaplayan sayıları, puan ortalamaları ve standart sapma değerleri ile ilgili istatistiksel sonuçlar Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11.

Travma Yaşama Durumu Açısından Trajik iyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Olan Yaşamın Anlam ve Değerinin Onaylanması, Kabul, Cesaret, İnanç ve Kendini Aşma Puanlarına Ait Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

		N	X	SS	df	t	p
Yaşamın anlam ve değerinin onaylanması	Evet	123	2,81	0,9	502	-3,9	0,002**
	Hayır	381	3,12	0,7			
Kabul	Evet	123	3,43	0,7	502	2,36	0,02*
	Hayır	381	3,26	0,7			
Cesaret	Evet	123	3,13	0,7	502	-1,2	0,25
	Hayır	381	3,2	0,6			
İnanç	Evet	123	2,83	0,8	502	-0,7	0,48
	Hayır	381	2,88	0,7			
Kendini Aşma	Evet	123	2,99	0,8	502	-2,5	0,01*
	Hayır	381	3,11	0,7			

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

Tablo 11’de Trajik iyimserlik alt boyutları olan yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul, cesaret, inanç ve kendini aşma puanlarına ilişkin bağımsız gruplar t-testinden elde edilen sonuçlar gösterilmiştir. Tablo 11’deki gösterilen veriler doğrultusunda yaşamın anlam ve değerinin onaylanması düzeyinin katılımcılar üzerinde travma yaşıyıp yaşamama durumu açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşma gösterdiği tespit edilmiştir ($t_{(502)} = -3,91, p = 0,002$). Yine tablo göz önüne alındığında kabul alt boyutunda katılımcıların travma yaşıyıp yaşamama durumlarının istatistiki açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın bulunduğu tespit edilmiştir ($t_{(502)} = 2,36, p = 0,02$). Bununla birlikte travma yaşamış olan ve yaşamamış olan katılımcılar açısından alt boyutlardan olan cesaret düzeyinin anlamlı bir farklılaşma göstermediği

anlaşılmıştır ($t_{(502)} = -1,2, p = 0,25$). Diğer bir alt boyut olan inanç alt boyutunda da bu düzeyin travma yaşamış olan ve travma yaşamamış olan katılımcılar açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşma göstermediği kanısına varılmıştır ($t_{(502)} = -0,71, p = 0,48$). Son olarak trajik iyimserlik alt boyutlarından olan kendini aşma alt boyutunda travma durumu yaşamış ve yaşamamış katılımcılar açısından anlamlı düzeyde bir farklılaşma gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır ($t_{(502)} = -2,5, p = 0,01$).

Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Trajik İyimserlik Düzeylerine Dair Bulgular

Ergenlerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemek için istatistiki işlem olarak Pearson Korelasyonu gerçekleştirilmiştir.

Tablo 12.

Ergenlerin Yaş Değişkenine Göre Trajik iyimserlik Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Puanları

	Yaş	N	X	Ss
Trijik iyimserlik puanları	14	92	3,119	0,47
	15	134	3,112	0,42
	16	157	3,064	0,47
	17	121	3,11	0,45

Tablo 13.

Trijik İyimserlik ve Yaş Arasındaki Korelasyon

		Yaş	Trijik İyimserlik
Yaş	Pearson Korelasyon	1	-0,014
	p		0,756
	N	504	504
Trijik İyimserlik	Pearson Korelasyon	-0,014	1
	p	0,756	
	N	504	504

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

Tablo 12 incelendiğinde analiz kapsamındaki 504 katılımcı arasından yaşamın tutumlarına ilişkin puan ortalamalarının en yüksek yaş grubunun 14 yaş grubuna ($\bar{x}=3,119$) ait olduğu, en düşük puan ortalamasının da 16 yaş grubuna ($\bar{x}=3,064$) ait olduğu görülmüştür.

Bu kapsamda katılımcıların Trajik iyimserlik Ölçeği (Ort.=3,09, SS=0,45) ve yaş düzeyi arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. İstatistiki analiz sonucunda bu değişkenler arasında $r=-0,014$, $p=,756>,05$ olduğu için aralarında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulgular

Ergenlerin yaşamın anlamına ilişkin görüşleri ve yaş değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemek için istatistiki işlem olarak Pearson Korelasyonu gerçekleştirilmiştir.

Tablo 14.

Ergenlerin Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamı Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Puanları

	Yaş	N	X	Ss
Yaşamın anlamı puanları	14	92	4,67	1,08
	15	134	4,6	0,96
	16	157	4,74	1,02
	17	121	4,89	1,01

Tablo 15.

Yaşamın Anlamı ve Yaş Arasındaki Korelasyon

		Yaş	Yaşamın Anlamı
Yaş	Pearson Korelasyon	1	,093*
	p		,037
	N	504	504
Yaşamın Anlamı	Pearson Korelasyon	,093*	1
	p	,037	
	N	504	504

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

Tablo 14 incelendiğinde analiz kapsamındaki 504 katılımcı arasından yaşamın anlamına ilişkin puan ortalamalarının en yüksek yaş grubunun 17 yaş grubuna ($\bar{X}=4,89$) ait olduğu, en düşük puan ortalamasının da 15 yaş grubuna ($\bar{X}=4,60$) ait olduğu görülmüştür.

Bu kapsamda katılımcıların Yaşamın Anlamı Ölçeği (Ort.=3,09, SS=0,45) ve yaş düzeyi arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. İstatistiki analiz sonucunda bu değişkenler arasında $r=0,93$, $p=,037<,05$ olduğu için pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA ve YORUMLAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular alan yazında yer alan benzer araştırma bulguları ile karşılaştırılmış ve tartışılması gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın bu bölümünde ergen bireylerde kullanılmak üzere trajik iyimserliği test etmek amaçlı Trajik İyimserlik Ölçeği'nin Türkçeye çeviri çalışmasına ilişkin bulgular ve ergen bireylerde algılanan trajik iyimserlik düzeyleri ile onların yaşamın anlamını bulma düzeyleri arasındaki ilişkisine dair bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Ölçek Uyarlama Çalışmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Öncelikle Trajik İyimserlik Ölçeği'nin maddeleri Türkçeye çevrilmiştir. Ardından dil geçerliği çalışmaları yapıldıktan sonra ölçek uyarlama çalışması için önce açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi (AFA) çalışmasında Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testiyle değerlendirilmiştir. Gözlenen KMO katsayısı ve Bartlett testi anlamlılık değeri söz konusu verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Orijinal ölçekte bulunan maddelerin uyarlamadan sonraki kısımda hangilerinin ölçekte kalacak nitelikte olduğunu tespit etmek için Varimax Rotated tekniği kullanılmıştır. Varimax Rotated yöntemiyle yapılan faktör analizi sonucunda ölçekteki maddelerin 5 faktör altında toplandığı belirlenmiştir. Veriler göz önüne alındığında açıklanan toplam varyansın iyi ve yeterli düzeyde olduğu söylenebilir. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonucunda Türkçe ölçekte belirlenen 15 maddenin hangi faktörler altında toplandığı belirtilmiştir. Buna göre birinci faktör “yaşamın anlam ve değerinin onaylanması”, ikinci faktör “kabul”, üçüncü faktör “cesaret”, dördüncü faktör “inanç” ve beşinci faktör “kendini aşma” olarak isimlendirilmiştir. Birinci faktör altında 3 madde yer alırken, 2. faktör altında 3 madde, 3. faktör altında 3 madde, 4. Faktör altında 3 madde ve 5. Faktör altında

da 3 madde yer almakta olduğu tespit edilmiştir. Ardından bu sonuçlar ışığında ölçeğin modelini tespit etmek amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği amacıyla yapılan doğrulamalı faktör analizinden (DFA) elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiştir. Ölçek İçin Uyum İyiliği Testlerine (Goodness-Of-Fit Indices) İlişkin Değerler göz önüne alındığında yapılan doğrulamalı faktör analizinden (DFA) elde edilen bu uyum indeksi değerleri modelin iyi uyum sağladığını göstermektedir. Yapılan analizde, model uyum indeksleri verinin beş faktörlü çözümle tanımlanabileceğini göstermiştir. Yapılan ilişkilendirmeler Trajik İyimserlik Ölçeği Türkçe adaptasyonu için yapılan doğrulamalı faktör analizi sonucunda uyum iyiliği indislerinin kabul edilebilir olduğu ve ölçeğin faktör yapısının Türk kültüründe doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır. Trajik İyimserlik Ölçeği'nin Türkçe formunun yapı geçerliğine ilişkin elde edilen bulgular ışığında, özgün formunda yer alan 6. Maddenin madde gücölüğü değeri oldukça düşük çıktığı için yapısal eşitlik modellemesi 6. Maddesiz olarak tamamlanmıştır. 2. alt boyut olan 'kabul' alt boyutunda 6. madde devre dışı bırakılarak 2. alt boyut 2 madde üzerinden model tekrar çalıştırılmıştır.

Uyarlanan ölçeğin bu sonuçlarının kararlılığının tespit edilmesi amacıyla test tekrar test uygulamasına gidilmiştir. Uygulanan test tekrar testin yapılan analizi sonrasında ölçeğin kararlılık düzeyi .87 olarak test edilmiştir. Bu sonuçlardan hareketle ergenler üzerinde uygulanan Trajik İyimserlik Ölçeği'nin ölçeğin farklı zamanlarda yapılan ölçümlerinin tutarlı sonuç verdiği ve güvenilirlik değerinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir. Bu da ölçeğin kararlı bir yapıda olduğunu göstermekte ve güvenilirlik değerlerini destekleyici bir etki oluşturmaktadır.

Sonuç olarak, uyarlanan Trajik İyimserlik Ölçeği'nin Türk kültürüne geçerlik güvenilirlik çalışmasına göre Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) test edilmiş beş faktörlü yapının, yapısal geçerliği Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yöntemi ile sınanmış ve Doğrulamalı Faktör Analizi'nde (DFA) de uyum iyiliği değerleri doğrulanmıştır. Ayrıca ölçeğin kararlılık değeri de bulunmuş. Bu veriler kapsamında uyarlama çalışması gerçekleştirilen Trajik İyimserlik Ölçeği'nin Türk kültüründe geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğuna ve trajik iyimserliği test etmek amacıyla kullanılabileceği sonucuna bizi ulaştırmaktadır.

Ergenlerin Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada ergenlik çağındaki bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre ergen bireyler trajik iyimserlik düzeyini gösteren trajik iyimserlik olumlu yönde arttığında yaşamın anlamına ilişkin görüşlerinde de olumlu yönde bir artış olmaktadır. Yapılan araştırmalarda yaşamın anlamını bulan bireyler üzerinde yaşam anlam kavramı pozitif bir değişken olarak tespit edilirken, yaşamın anlamına ulaşamayan kişilerde bu durum patolojik bir değişken olmaktadır. Buna yönelik yaşamında belirsizlik ve anlamsızlık bulunan kişilerde psikolojik anlamda problemlerin sıklıkla yaşandığı tespit edilmiştir (Lindeman & Verkasalo, 1996; Zika & Chamberlain, 1992). Yaşam anlamını kavrayan bireylerle trajik iyimserlik anlamlı farklılaştığı göz önüne alındığında yaşamında anlamsızlık belirsizlik olan bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri de düşük olacaktır. Yaşamın anlamını bulamamış bireylerin yaşamlarında umutsuzluk ve anksiyete gibi olumsuz duygu durumları yaşadıkları ve intihar düşüncesi gibi negatif duygular içine girdikleri yine araştırmalarda tespit edilmiştir (Harlow vd., 1986). Bu duruma paralel olarak yine yaşamın anlamını kavrayamamış, anksiyete umutsuzluk gibi negatif duygular yaşayan bireylerde trajik iyimserlik düzeyi düşük olacak trajik iyimserlikte olumsuzluk görülecektir. Tam tersi durumda yani yaşamını anlamlı kılan bireyler pozitif duygulara sahip oldukları için kendilerini yaşamda mutlu ve tatmin olmuş şekilde gördükleri tespit edilmiştir (Hicks & King, 2007; Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006). Bu tespit göz önüne alındığında yaşamda mutlu ve tatmin olmuş bireylerin trajik iyimserlik olumlu gelişecek ve trajik iyimserlik düzeyleri de yüksek olacaktır.

Yine konuyla ilgili olarak Viktor Frankl da çalışmasında insanların zorluklara rağmen yaşamlarında anlam bulma yeteneğine sahip olduklarını belirtmiş ve trajik iyimserliğin de bireyin zorluklarla yüzleşirken bir amaç bulmaya teşvik ettiğini yani bir nevi yaşamın anlamını bulmaya teşvik ettiğini belirtmiştir (Frankl, 2013). Buradan da hareketle kişinin trajik iyimserlik düzeyinin yaşamın anlamını bulmada etkili olduğu görülmektedir.

Ergenlerin Cinsiyete Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması

Bu araştırmaya katılan ergenlerin trajik iyimserlik puanlarına göre t testi analizi sonucunda cinsiyete göre yaşam tutumu puanlarının farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Literatür incelendiğinde ise trajik iyimserliği cinsiyete göre inceleyen bir araştırma tespit edilmemiştir.

Bulgu ışığında bireylerin, trajik iyimserliği yani acılara ve kötümser beklentilere rağmen anlam ve umudu onaylaması cinsiyete göre değişmemektedir. Puanların t testi analizi sonucunda ise cinsiyete göre yaşamın anlamı puanlarının farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır.

Alan yazın incelendiğinde birbirinden farklı sonuçlar elde edilen araştırmaların bulunduğu görülmektedir. Literatürdeki çalışmaların ve bu araştırmanın bulguları ışığında, trajik iyimserlik ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamış olup cinsiyet değişkeninin yaşamın anlamı üzerindeki etkisi ne dair farklı bulgulara ulaşılmıştır.

Steger vd. (2006) ve Demirbaş (2010) araştırmalarında yaşam anlamının cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. (Steger vd., 2006; Demirbaş, 2010). Steger ve diğerleri (2006) tarafından yapılan araştırma sonucunda yaşam anlamının cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu araştırma dışında yapılan çalışmalarda yaşamın anlamının cinsiyete göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular kapsamında, bireyin doyum sağlayacağı hoşnut olacağı faaliyetleri bularak yaşamının anlamlı olduğunu düşünmesi, geleceğe yönelik anlam bulması ya da tam tersi yaşamdan anlam bulamaması cinsiyete göre değişmemektedir.

Baş ve Hamarta (2015) araştırmalarını üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirmiş olup yaşamın anlamının cinsiyete göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Genel olarak araştırmalarına katılan kız ve erkek katılımcıların yaşam anlamları birbirine oldukça yakın olduğu tespit edilmiştir (Baş & Hamarta, 2015).

Taş (2011) araştırmasında öğretmenlerin yaşamın anlamı alt boyutlarından aranan anlam alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılaştığını tespit etmiştir. Cinsiyet bakımında erkeklerin aranan yaşam anlamı düzeyi puanlarının, kadınların aranan yaşam anlamı düzeyi puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucu ise kadınların çalışma yaşamına yeni dahil olmaları ve bulundukları konumdan mutlu olduklarından dolayı herhangi bir arayışa ihtiyaç duymamalarına bağlamıştır (Yüksel, 2012).

Yaşamda anlam birey olmanın getirdiği doğal bir güdüdür. Bunun yanı sıra düzeylerinin değişkenlik göstermesi de kişilerin durumları algılama ve yorumlama, dünyaya bakış açıları, duyguları, beklentileri, zevkleri, istekleriyle ilişkilidir. Bir erkek ile kadının söz konusu beklenti, ilgi, bakış açısı, algı ve yorumlamaları aynı olabileceği gibi, aynı cinsiyete sahip kişiler arasında farklılık bulunabilir. Bu sebeple bireyler sahip olduğu cinsiyetlerden bağımsız şekilde yaşamında anlam bulmakta ya da bulamamaktadır. Bu araştırmalar bağlamında cinsiyetin farklı değişkenler ile birlikte ele alınarak yaşamın anlamı üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik çalışmalara ihtiyaç vardır.

Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik İyimserlik Düzeyleri ve Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada Trajik iyimserlik Ölçeği puanlarının travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği, Yaşamın Anlamı Ölçeği puanlarının travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Trajik iyimserlik insan varoluşunun acı, suçluluk ve ölüme karşı, insanın iyimser olduğu ve böyle kaldığı anlamına gelmektedir (Frankl & Emil, 2019). Literatürdeki bu bilgiler ışığında hayatında travma yaşamamış acı suçluluk ölüm gibi kavramlarla karşılaşmamış bireylerde trajik iyimserlik olumlu yönde olacak ve aynı zamanda trajediye karşı iyimserlik düzeyleri de daha yüksek seviyede olacaktır. Araştırmalarda ulaşılanlara göre bireyin stresli veya travmatik durumları kolay atlatması yaşamında güçlü bir anlam duygusuna sahip olduğunun göstergesi değildir (Bryan vd., 2013). Alan yazındaki bu bilgi doğrultusunda bireylerin yaşam içerisinde travma yaşamış olmaları yaşamda anlam duygularının da yoğun olduğunu göstermemektedir. Yani yaşamın anlamıyla travma yaşıyıp yaşamama durumu arasında bir bağlantı kurulmamaktadır. Başka bir araştırmaya göre ise yaşamın anlamsız oluşu; depresif duygular, anksiyete, bağımlılık, yaşama karşı umutsuzluk, saldırganlık, yaşamdan zevk alamama, düşük düzeyde iyi oluş, intihar ve fiziksel rahatsızlık gibi psikopatolojilere sebep olabileceği sonucuna varılmıştır (Taş, 2022). Anlamsızlığın bireyleri madde bağımlılığına itebileceği öne sürülmektedir (Frankl & Emil, 2019). Alan yazındaki bu araştırma sonucundaysa anlamı olmayan bir hayat psikolojik problemlere ve kişide içsel boşluğa sebep olduğu tespit edilmiştir (Nowicki vd., 2020).

Ergenlerin Travma Yaşama Durumlarına Göre Trajik iyimserlik Ölçeği Alt Boyutları Puanlarına Yönelik Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada Trajik iyimserlik Ölçeği alt boyutlarından cesaret ve inanç alt boyutlarında travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermediği, yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul ve kendini aşma alt boyutunun travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Trajik iyimserlik puanlarında yani trajik iyimserlik düzeylerinde farklılığı tespit etmek için yapılan analizler sonucunda travma yaşamayan bireylerin yaşamın anlam ve değerinin onaylanması alt boyutundaki puan ortalamalarının travma yaşayan bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde hayatın anlamının ve değerinin onaylanması, umutsuzluktan iyimserliğe geçiş noktasıdır (Wong, 2002). Yaşamın anlam ve değerini kapsamında bizi öldürenin acı çekmek değil, anlamsız acı çekmek olduğu belirtilmiştir (Frankl, 2013). Bununla birlikte yaşamın anlam ve değerinin onaylanması travmatik olaylara ve gelecek hedeflerine yeni anlamlar yükleme gibi zor bir görevi üstlenmek anlamına gelmektedir (Tedeschi & Calhoun, 1995). Bu araştırmalar ışığında da yaşamın anlam ve değerinin onaylanması alt boyutunda travmatik olay yaşama durumunun etkili olacağı görülmektedir.

Yine analiz kapsamında travma yaşayan bireylerin kabul alt boyutundaki puan ortalamalarının travma yaşamayan bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmalara göre trajik iyimserliğin alt boyutlarından olan kabul aynı zamanda kişinin geçmiş travmalarını ve gelecekteki olası trajik olayları da kapsar. Zaten trajik iyimserlik modelini diğer iyimserlik modellerinden ayıran kısım da hayatın karanlık taraflarını tamamen kabul ederek ve kucaklayarak savunmacı olmaksızın gerçekliğin karamsar değerlendirmelerini kapsamaktadır (Wong, 2001).

Yine yapılan analiz sonucunda travma yaşamayan bireylerin kendini aşma alt boyutundaki puan ortalamalarının travma yaşayan bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Trajik iyimserliğin diğer alt boyutu olan kendini aşma alt boyutuyla ilgili araştırmalar göz önüne alındığında kişinin yaşadığı olumsuz durumlardan sıyrılma ve daha önemli bir amaç edinmeyi ifade etmektedir. İnsanın acı verici anıları ve zor koşulları aşma kapasitesi, anlamlı bir gelecek için özgürlüğün ve yaratıcılığın temelini oluşturur. Kendini Aşma olumlamayı, cesareti ve inancı birleşimini temsil eder (Leung, Vroon, & Steinfeld, 2003).

Travma yaşayan kişilerdeki değişim kişiden kişiye farklılık gösterebilmektedir (Uğurluoğlu & Erdem, 2019). Travma sonrasında kişilerde hayattan zevk almayı bırakma, yaşama karşı umudunu yitirme, kendini güvende hissetmeme, çevresindekilerin ya da kendisinin devamlı şekilde tehlikede hissetme, mutlu günlerde dahi kötü düşüncelerin aklına gelmesi, umudunu yitirme vb. durumlar görülmektedir (Wortman, 2004, s. 82). Tam Tersini travma yaşamayan bireylerde bu özelliklerin zıddı olumlu düşünme, olumsuz durumlara karşı daha cesaretli ve iyi şeyler olacağına daha umutlu bireylerdir. Bu bireylerdeki özelliklerin de kendini aşan bireylerin özellikleriyle paralel olduğu görülmektedir.

Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Trajik İyimserlik Düzeylerine Dair Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada trajik iyimserliğin ölçümünde kullanılan trajik iyimserlik ölçeği puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Alan yazın incelendiğinde yaş değişkeni ile trajik iyimserlik arasındaki ilişkiye dair yapılan araştırmalara bakıldığında Weinstein, trajik iyimserlik kavramı hakkında araştırması kapsamında bu tür bir iyimserliğin, bireylerin kendilerini güvende ve korunmuş hissetmelerine yardımcı olmak için kullandıkları bir tür zırh olduğunu tespit etmiştir. Aynı zamanda Weinstein, trajik iyimserliğin yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi veya mesleğe bakılmaksızın oldukça yaygın olduğu sonucuna ulaşmıştır (Weinstein, 1982, 1987). Literatürdeki bu bilgi ışığında trajik iyimserliğin yaş ile ilişkilendirilemeyeceği görülmektedir.

Ergenlerin Demografik Değişkenlerden Yaş Değişkenine Göre Yaşamın Anlamına İlişkin Görüşlerine Dair Bulguların Tartışılması

Bu araştırmada yaşamın anlamı ölçeği puanlarının yaş değişkeni arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde bu sonuca paralel yaşla yaşamın anlamı arasında ilişkinin bulunduğu ve yetişkinlik yıllarında yaş arttıkça yaşamın anlamını kavrama düzeylerinin arttığını savunan çalışmalar mevcuttur. 18-45 yaş aralığındaki kişilerle çalışan Steger, Kashdan ve Oishi araştırmalarında bu kişilerin yaş düzeyi arttıkça yaşam anlamı düzeylerinin de anlamlı şekilde arttığını tespit etmişlerdir (Steger, Oishi, & Kashdan, 2009). Yine bu sonuca paralel şekilde Reker kişilerin yaş düzeyleri arttıkça yaşam anlamı düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır (Reker, 2005). Lazzari yaptığı araştırmada ergenlerin yaş düzeyi arttıkça yaşam anlamı düzeylerinin arttığını tespit etmiştir (Lazzari, 2000). Konuyla ilgili araştırmalar gerçekleştiren Wong ve Gingras (2011) ise insanların yirmili yaşlar sonrasında kişisel anlam düzeylerinin giderek artış gösterdiğini tespit etmişlerdir (Wong & Gingras, 2011).

Alanyazında bu sonuca zıt olarak yaşamın anlamı insandan insana, günden güne, saatten saate değişkenlik gösterebilmekte olduğu da savunulmuştur. Bu nedenle genel bir yaşamın anlamı değil, daha çok belli bir an içerisinde bir kişinin yaşamının özel anlamı daha önemli olduğu belirtilerek aralarında bir ilişkinin kurulmayacağı açıklanmıştır (Patterson, 1973).

BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmada ergen bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamına ilişkin tutumlarının incelenmesiyle şu sonuçlara ulaşılmıştır.

Sonuçlar

1. Trajik İyimserlik Ölçeği için gerçekleştirilen geçerlik ve güvenirlik sonuçları Trajik İyimserlik Ölçeği'nin yüksek düzeyde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Türk kültürüne uyarlanan ölçek, bireyin trajik iyimserlik düzeylerini belirlemeye yönelik elverişli araçlardan birisi olabilir. Uyarlanan bu ölçme aracı hem görevi bireylere hizmet etmek olan psikolojik danışmanlar ve psikiyatristler hem de araştırmacılar tarafından kullanılabilir. Sonuç olarak Leung, Vroon ve Steinfeld (2003) tarafından geliştirilen Trajik İyimserlik Ölçeği'ni Türk kültürüne kazandırmayı amaçlayan bu çalışma ile Trajik İyimserlik Ölçeği'nin beş boyutu ile geçerli ve güvenilir bir ölçeğe ulaşılmıştır.
2. Ergenlik çağındaki bireylerin trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamın anlamına ilişkin görüşleri arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.
3. Ergenlik çağındaki bireylerin cinsiyete göre yaşam tutumu puanları ve yaşamın anlamı puanlarının farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır.
4. Trajik İyimserlik Ölçeği puanlarının travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği, yaşamın anlamı puanlarının travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

5. Trajik İyimserlik Ölçeği alt boyutlarından cesaret ve inanç alt boyutlarında travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermediği, yaşamın anlam ve değerinin onaylanması, kabul ve kendini aşma alt boyutunun travma yaşıyıp yaşamama durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.
6. Trajik İyimserlik ölçeği puanları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı tespit edilmiştir.
7. Yaşamın Anlamı Ölçeği puanları ile yaş değişkeni arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Öneriler

1. İlgili alan yazında ve bu araştırma bulgularına göre trajik iyimserliğin yaşamda anlam oluşturabilme hakkında önemli etkilerinin bulunduğu, trajik iyimserlik düzeyindeki azalmaların ise gençlerin yaşamda anlam düzeylerini düşürdüğüne ulaşılmıştır. Buradan hareketle bireylerin bedensel, zihinsel ve ruhsal gelişimlerini sırayla takip ederek yaşama bakış açılarını iyimser düzeye çekmek erken yaşlarda yaşamda anlam düzeylerini geliştirilmesi açısından katkı sağlayacaktır.
2. Trajik iyimserlik travmalara karşı korku, hayal kırıklığı ve umutsuzluğun söz konusu olduğu durumlarda yaşamı kucaklamak noktasında olumlu bakan pozitif yönümüzü güçlendirmektedir. Trajik iyimserlik kavramının klinik psikoloji kapsamında ve depresyon ile travma sonrası stres bozukluğunun iyileşme sürecinde kullanılması fayda sağlayacaktır.
3. Trajik iyimserlik kavramına dönük Türkiye’de benzer şekilde farklı yaş gruplarında bu değişkenlerle çalışılabilir. Nitel çalışma da yapılabilir.
4. Yaşamda anlam özellikle zorlu hayat şartlarında oldukça önemlidir. Yine trajik iyimserlik de zor yaşam şartlarında bireyler üzerinde yaşamın tüm tehlikelerine, bireylerin yaşadığı acılara ve yakınlarının ölümüne rağmen, yaşamın iyiliğine ve yaşam yolculuğunun değerliliğine olan inancı güçlendirmekte ve bireylere umut sağlamaktadır. Bu sebeple psikolojik danışmanların kaza, deprem, yakınının kaybı, tedavisi zor bir hastalığa yakalanma gibi olumsuz travmatik olaylar yaşamış bireylerle, logoterapi ilkelerinden de faydalanarak trajik iyimserlik ve yaşamda anlam kapsamlı psikososyal destek çalışmaları gerçekleştirilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

5. Ergenlik çağındaki öğrencilerde yaşam anlamı duygusunu arttırma amaçlı liselerdeki psikolojik danışma birimleri tarafından gerçekleştirilecek etkinlik ve çalışmalara anlam odaklı psikolojik danışma uygulamaları da eklenebilir. Farklı problemlerle psikolojik danışma servisinden yardım almaya gelen kişilerle gerçekleştirilecek danışmalarda anlama dayalı psikolojik danışma ile bireylerin yaşam anlamını kavrama düzeylerini geliştirmek hedeflenebilir.
6. Trajik iyimserlik düzeyleri ve yaşamı anlama düzeyleri düşük olan ergenlerle okullarında bulunan psikolojik danışmanlar tarafından anlama dayalı grupla danışma uygulamaları planlanabilir. Liselerde belli aralıklarla öğrenciler üzerinden yaşam anlamı ve trajik iyimserlik düzeyleriyle ilgili veriler toplanarak ihtiyaç ve taleplerine yönelik öğrencilere bireysel ya da grupla psikolojik danışma çalışmaları gerçekleştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Adler, A. (2004). *Yaşamın anlam ve amacı*. İstanbul: Say.
- Ahioğlu, E. (2011). Piaget ve ergenlikte bilişsel gelişim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 1-10.
- Akman, M. K. (2015). Çağdaş sosyo-psikolojik sorunlara bir yanıt olarak sosyoterapi. *International Journal of Humanities and Education*, 1-14.
- Arslan, G., & Wong, P. (2021). Measuring personal and social responsibility: an existential positive psychology approach. *Journal of Happiness and Health*, 2(1), 1-11.
- Aslan, B., & Batıgün, A. D. (2017). Ebeveyn kabul/reddi ile intihar olasılığı arasındaki ilişkide yaşam amaçlarının aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(79), 67.
- Aydın, G., & Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2-9.
- Balcı, A. (2005). *Sosyal bilimlerde araştırma: yöntem, teknik ve ilkeler*. Ankara: Pegem.
- Baş, V., & Hamarta, E. (2015, Haziran). Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Başkaya, D. B. (2013). Hayatın anlamı ve ölüm: albert camus'den yaşam dersleri. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 30(2), 19-28.
- Battista, & Almond. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409-428.
- Baytan, B., & İşözen, H. (2019, Aralık). Çalışan ve emekli yöneticilerin yaşamın anlamı doğrultusunda yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırmalı incelenmesi. *Aydın Toplum ve İnsan Dergisi*, 5(2), 93-115.
- Bektaş, A. (2012). *Yöneticilerin iş tatmini ve motivasyon düzeylerinin yaşam anlamı düzeyi üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi.
- Bergman, Y. S., Bodner, E., & Haber, Y. (2018). The connection between subjective nearness-to-death and depressive symptoms: The mediating role of meaning in life. *Psychiatry research*, 261, 269-273.
- Bonebrightlay, Clay, & Ankenmann. (2000). The relationship of workaholism with work-life conflict, life satisfaction, and purpose in life. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4),

469–477.

- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2012). Existential attitudes and Eastern European adolescents' problem and health behaviors: Highlighting the role of the search for meaning in life. *The Psychological Record*, 62(4), 719-734.
- Bryan, J., W. B., McNaughton-Cassill, M., Osman, A., Hernandez, A., & Allison, S. (2013). Meaning in life, emotional distress, suicidal ideation, and life functioning in an active duty military sample. *The Journal of Positive Psychology*, 8(5), 444-452.
- Büyükdüvenci, S. (1993). Aristoteles'te mutluluk kavramı. *Felsefe Dünyası*(9).
- Büyükoztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, & Demirel. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem.
- Camus, A. (2010). *Sisifos söyleni*. İstanbul: Can.
- Chamberlain, & Zika. (1988). Measuring meaning in life: An examination of three scales. *Personality and Individual Differences*, 9(3), 589–596.
- Chang, E. (2001). *Optimism & pessimism: Implications for theory, research and practice*. içinde Washington: American Psychological Association.
- Cho, E. H., Lee, D. G., Lee, J. H., Bae, B. H., & Jeong, S. M. (2014). Meaning in life and school adjustment: Testing the mediating effects of problem-focused coping and self-acceptance. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 777-781.
- Cole, D. A. (1987). Utility of confirmatory factor analysis in test validation research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(4), 584–594.
- Creswell, J. W. (2014). *Nitel, nicel araştırma deseni ve karma yöntem yaklaşımları*. (S. Demir, Çev.) Ankara: Eğiten.
- Çalışkan, H., & Uzunkol, E. (2018). Ergenlerde İyimserlik-Kötümserlik Ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Happiness & Well-Being*, 6(2), 78-95.
- Çamur, Z. (2014). *Yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Çelik, G. (2017). Logoterapi: Temel bileşenleri ve terapi teknikleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 28(2), 70-97.
- D. W. Anderson, J. C. (1992). Monte Carlo evaluations of goodnessof-fit indices for structural equation models. (K. Bollen, & J. Long, Dü) *Testing structural equation models*, 40-65.
- Demir, R., & M. Murat. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13),

347-378.

- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 108-125.
- Demirbaş Çelik, N. (2016). Üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam ve yaşam amaçları arasındaki ilişki. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 133-141.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Demirdağ, S., & Kalafat, S. (2015). Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2).
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
- Feldman, D., & Snyder, C. (2005). Hope and the meaningful life: theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 401-421.
- Frankl, & Emil, V. (2019). *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak, Çev., s. 149). içinde İstanbul: Okyanus.
- Frankl, V. (1985). *Man's search for meaning: Revised and updated*. NY: Washington Square.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York: Square.
- Frankl, V. E. (2007). *Duyulmayan anlam çılgılığı: Psikoterapi ve hümanizm* (4. b.). (S. Budak, Çev.) İstanbul: Öteki.
- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı*. İstanbul: Okyanus.
- Froidevaux, A., & Hirschi, A. (2015). Managing the transition to retirement: From meaningful work to meaning in life at retirement. *Handbook of research on Sustainable Careers*.
- Garrison, Y. L., & Lee, K. H. (2017). Meaning in life among Korean college students based on emotionality and tolerance of uncertainty. *Personality and Individual Differences*, 112, 26-30.
- Geçtan, E. (2002). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis.
- Gerbing, D., & Anderson, J. (1993). "Monte Carlo evaluations of goodness-of-fit indices". (K. Bollen, & J. Long, Dü) *Testing Structural Equation Models*, 40-65.
- Girgin, Y. (2018). *Üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Glaw, X., Kable, A., Hazelton, M., & Inder, K. (2007). Meaning in life and meaning of life in

- mentalhealth care: An integrative literature review. *Issues In Mental Health Nursing*, 38(3), 243-252.
- Golemon, D. (2000). *Duygusal zekâ neden iq'dan daha önemlidir?* (B. S. Yüksel, Çev.) İstanbul: Varlık.
- Göka, E. (2013). *Hayatın anlamı var mı?* İstanbul: Timaş.
- Graf, N. (2015). War and post traumatic growth. *Comprehensive Guide to Post-Traumatic Stress Disorder*, 1-10.
- Guttman, D. (2008). *Finding meaning in life, at midlife and beyond: Wisdom and spirit from logotherapy*. Westport: Praeger.
- Harju, B., & Bolen, L. (1998). The effects of optimism on coping and perceived quality of life of college students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 13(2), 185-200.
- Harlow, & Newcomb. (1990). Towards a general hierarchical model of meaning and satisfaction. *Multivariate Behavioral Research*, 25(3), 387-405.
- Harlow, Newcomb, & Bentler. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of clinical psychology*, 42(1), 5-21.
- Hedayati, M. M., & Khazaei, M. M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 598-601.
- Hedayati, M., & Khazaei, M. (2014). An Investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 598-601.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar*. (T. Doğan, Dü.) Ankara: Nobel Akademik.
- Hicks, & King. (2007). Meaning in life and seeing the big picture: Positive affect and global focus cognition and emotion. *Cognition and Emotion*.
- Hirsch, Wolford, K., LaLonde, S. M., Brunk, L., & Parker-Morris, A. (2009). Optimistic explanatory style as a moderator of the association between negative life events and suicide ideation. *Crisis*(30), 48-53.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and individual differences*, 48(5), 658-663.
- İnci, F., & Boztepe, H. (2013). Travma sonrası büyüme: öldürmeyen acı güçlendirir mi? *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(2), 80-84.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language. *Scientific Software International; Lawrence Erlbaum*

Associates.

- Ju, H., Shin, J. W., Kim, C. W., Hyun, M. H., & Park, J. W. (2013). Mediatonal effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56(2), 309-313.
- Karasar. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler*. Ankara: Nobel.
- Karasar, N. (1994). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç yetişkinlerde yaşamda anlamın, maneviyat ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi.
- Kline, P. (2000). *A psychometrics primer*. London: Free Association.
- Kurnaz, M. (2019). *Bir tıp fakültesinde çalışmakta olan asistan hekimlerin yaşam anlamı ve psikolojik dayanıklılık özellikleri ve ilişkili faktörler*. Tıpta uzmanlık tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Kurtarankartal, T. (2019, Ekim). *Üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve ruminatif düşünce biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi, Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs.
- Lazzari, S. A. (2000). Emotional intelligence, meaning and psychological well-being: A Comparison between early and late adolescence. *Published doctora thesisThe Faculty Of Graduate Studies Graduate Counseling Psychology Program, Trinity Western University*.
- Leontiev, D. A. (2005). Three facets of meaning. *Journal of Russian And East European Psychology*, 43(6), 45-72.
- Leung, M. M. (2019). Tragic optimism: an integrative meaning-centred approach to trauma treatment. *Counselling Psychology Quarterly*, 1-19.
- Leung, M., Vroon, E. J., & Steinfeld, T. (2003). *Life attitudes scale: development and validation of a measurement of the construct of tragic optimism*.
- Lindeman, & Verkasalo. (1996). Meaning in life for finnish students. *The Journal of social psychology*, 136(5), 647-649.
- Lindeman, M., & Verkasalo, M. (1996). Meaning in life for finnish students. *The Journal of social psychology*, 136(5), 647-649.
- Luthans, F., Avey, J. B., & Patera, J. L. (2008). Experimental analysis of a web-based training intervention to develop positive psychological capital. *Academy of Management Learning & Education*, 7(2), 209-221.
- Mason, M., & Tiberius, V. (2009). Aristotle. (S. Lopez, Dü.) *The Encyclopedia of Positive Psychology*.

- McDonald, M. J., Wong, P. T., & Gingras, D. T. (2011). Meaning-in-life measures and development of a brief version of the personal meaning profile. *The human quest for meaning: Theories, research, and applications*, 357-382.
- McIntosh, B. J., Stern, M., & Ferguson, K. S. (2004). Optimism, coping and psychological distress: maternal reactions to NICU hospitalization. *Child Health Care*, 33(1), 59-76.
- Mead, J. P., Fisher, Z., Tree, J. J., Wong, P. T., & Kemp, A. H. (2021). Protectors of wellbeing during the COVID-19 pandemic: Key Roles for Gratitude and Tragic Optimism in a UK-Based Cohort. *Front Psychol*.
- Melton, A. M., & Schulenberg, S. E. (2008). On the measurement of meaning: logotherapy's empirical contribution to humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 36, 31-44.
- Moore, B. (2012). The progress of mankind. (J. Carlson, & M. Maniaci, Dü) *Alfred Adler Revisited*.
- Nowicki, G. J., Ślusarska, B., Tucholska, K., Naylor, K., Chrzan-Rodak, A., & Niedorys, B. (2020). The severity of traumatic stress associated with Covid-19 pandemic, perception of support, sense of security, and sense of meaning in life among nurses: Research protocol and preliminary results from Poland. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 64-91.
- Okçan, F. (2018). Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi: İlk hangisi kullanılmalı? *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 9(4), 413-421.
- Öngen, D. (1995). Ergenlikte zihinsel gelişim. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(1), 289-302.
- Özüaydın, B. C. (2019, Ekim). Felsefenin trajik iyimserliği. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 73-86.
- Park, N., Park, M., & C. Peterson. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction? *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1-13.
- Parlak, S. (2014). *Yüksek Öğrenim Kredi Yurtlar Kurumunda barınan kız öğrencilerin yaşam anlam düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Patterson, C. H. (1973). *The theories of counseling and psychotherapy*. New York: Harper Row.
- Pawelski, J., & Gupta, M. (2009). Utilitarianism. (S. Lopez, Dü.) *The Encyclopedia of Positive Psychology*.
- Peterson, C. (1991). The meaning and measurement of explanatory style. *Psychological*

- Inquiry*, 2(1), 1-10.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.
- Ramos, C., & Leal, I. (2013). Posttraumatic growth in the aftermath of trauma: a literature review about related factors and application contexts. *Psychology, Community & Health*, 2(1), 43-54.
- Rasmussen, H. N., Scheier, M. F., & Greenhouse, J. B. (2009). Optimism and physical health: A Meta-analytic review. *Annals of Behavioral Medicine*, 37, 239-256.
- Reker, G. T. (2005). Meaning in life of young, middle-aged and older adults.: Factorial validity, age and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI). *Personality and Individual Differences*(38), 71-85.
- Reker, G. T. (2005). Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI). *Personality and Individual Differences*, 38(1), 71-85.
- Reker, G., & Wong, P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. (E. Birren, & V. Bengtson, Dü) *Emergent theories of aging* , 214-246.
- Sapmaz, F., & Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*., 8(3), 63-69.
- Sarı, C. (2008, Ocak). Ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Savaşır, I., & Şahin, N. (1997). Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler. *Türk Psikologlar Derneği*, 4, 1-17.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 201-228.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & 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, 1063-1078.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499.
- Seligman, & Csikszentmihalyi. (2000). Positive psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. (2006). *Learned optimism. How to change your mind and your life.* . New York: Vintage.

- Sezer, S. (2012). Yaşamın anlamı konusunda kuramsal ve psikometrik çalışmalar açısından bir bakış. *Journal of Faculty of Educational Sciences*.
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2013). The unbearable lightness of meaning: Well being and unstable meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 8(2), 103-115.
- Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S., & 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.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43-52.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43-52.
- Steger, M., & Kashdan, T. B. (2013, Mart). The unbearable lightness of meaning: Well-being and unstable meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 8(2), 108-115.
- Steger, M., Frazier, P., Oishi, S., & 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.
- Steger, Oishi, & Kesebir. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *Journal of positive psychology*, 6(3), 173-180.
- Snyder, C. (1999). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. içinde San Diego: Academic.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Kaya, S., & Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 827-836.
- Şensoy, E. M. (2018). *Üniversite öğrencilerinin yaşama anlam verme düzeyleriyle ruminasyon ve kaygı düzeylerinin ilişkisi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Şentürk, H., & Yakut, S. (2014). Hayatın anlamı ve din. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 45-60.
- Şirin, T., & Dursun, N. (2021). Evli ve bekar yaşayacağının anlamı ve maneviyat arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*(85), 469-482.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2013). *Using multivariate statistics*. USA: Pearson Education Limited.

- Tagay, Ö., Voltan-Acar, N., & Nalbant, A. (2016). Logoterapide kullanılan kavramların ve tekniklerin türk kültürü'nde uygulanabilirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 17(1), 105-126.
- Taş, İ. (2011). (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç- dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Taş, M. (2022). Acının dönüştürücü gücünün yaşamın anlamına etkisi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 403-414.
- Tedeschi, R., & Calhoun, L. (1995). Trauma & transformation: Growing in the aftermath of suffering. *Thousand Oaks*.
- To, S. M. (2016). Loneliness, the search for meaning, and the psychological well-being of economically disadvantaged Chinese adolescents living in Hong Kong: Implications for life skills development programs. *Children and youth services review*, 71, 52-60.
- Türkmen, M. (2011). *Öznel iyi oluşun yapısı ve ana baba tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Uğurluoğlu, D., & Erdem, R. (2019). Travma geçiren bireylerin spiritüel iyi oluşlarının travma sonrası büyümeleri üzerine etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 833-858.
- Uppal, K. (2020). Need for 'Tragic Optimism' in a Post-COVID world. *Journal of Mental Health Education*, 95-97.
- Weinstein, N. (1982). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems. *Journal of Behavioral Medicine*, 441-460.
- Weinstein, N. (1987). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems: Conclusions from a community-wide sample. *Journal of Behavioral Medicine*, 10, 481-500.
- Wong, P. (1998). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application* (s. 395-435). içinde Routledge.
- Wong, P. T. (2001). Tragic optimism, realistic pessimism, and mature happiness: An existential model. *Paper presented at the Positive Psychology Summit*.
- Wong, P. T. (2019). Second wave positive psychology's (PP 2.0) contribution to counselling psychology . *Counsel Psychol*(32), 275–284.
- Wong, P. T., & Gingras, D. T. (2011). Meaning in life measures and development of a brief version of the personal meaning profile. P. T. Wong içinde, *The Human Quest for Meaning* (s. 357-382). New York: Routledge.
- Wortman, C. B. (2004). Posttraumatic growth: Progress and problems. *Psychological Inquiry*,

15(1), 81-90.

Yalom, I. D. (2001). *Varoluşçu psikoterapi*. İstanbul: Kbalacı.

Yiğitoğlu, G. T., Akbaş, E., & Çunkuş, N. (2021). Mizaç özelliklerine göre hemşirelik öğrencilerinde yaşamın anlamının belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 12(3), 254-262.

YÖK. (2023). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> adresinden alındı

Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinlerde yaşamın anlamı. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Dergisi*(2), 79-91.

Zika, & Chamberlain. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 53(4), 133-145.

EKLER



EK 1. Trajik iyimserlik Ölçeği

Lütfen her bir maddenin yaşama karşı tutumunuzu yansıtırma derecesini belirtiniz. Çalışmanın bütünlüğünü korumak için sonuçlarınızı kaydetmek adına tüm sorular cevaplandırılmalıdır.	Kesinlikle	Katılıyorum	Katılmıyorum	Kesinlikle
1. Her ne problem yaşarsam yaşayayım hayatım yaşamaya değer.	4	3	2	1
	4	3	2	1
3. Koşullara bakılmaksızın hayatın gerçek bir değeri vardır.	4	3	2	1
4. Hayat aksiliklerle doludur.	4	3	2	1
	4	3	2	1
	4	3	2	1
	4	3	2	1
	4	3	2	1
	4	3	2	1
	4	3	2	1
12. Kendi olumsuz koşullarıma rağmen diğer insanların iyiliği için onlara katkıda bulunmaya hazırım.	4	3	2	1
	4	3	2	1
14. Kendi acımın, sorunlarımın içinde bile diğerlerine yardım etmekten memnuniyet duyarım.	4	3	2	1
	4	3	2	1

UNUTMAYINIZ: HER SORU İÇİN SADECE BİR KUTUCUK İŞARETLEYİNİZ

Bana göre gerçekte n doğru	Bana göre kısmen doğru				Bana göre kısmen doğru	Bana göre gerçekte n doğru
		3)Bazı ebeveynler çocukları olduğundan beri arkadaşlarını yeterince göremediğini düşünür.	Öte yandan	Bazı ebeveynler ise eski arkadaşlarını önceki kadar sık görüyor ya da yeni arkadaşlar edinmiştir.		
		8)Ebeveyn oldukları için, bazı yetişkinler tahmin ettiklerinden daha memnundur	Öte yandan	Bazı yetişkinler için ise ebeveyn olmak onların bekledikleri kadar memnun edici değildir.		

		10)Bazı ebeveynler, çocuklarının ihtiyaçlarını karşılarlarken iyi bir iş Öte yaptığını düşünür yandan	Bazı ebeveynler ise, Çocuklarının ihtiyaçlarını Ne kadariyi karşıladıkları Konusunda şüphe duyar		
		18)Bazı anne ve babalar, yeterince etkili ebeveyn olmadıklarını düşünür	Öte yandan	Bazı anne ve babalar ise kendilerini fazla yıpratmaz, bunu doğal bulur.	

EK 2. Yaşamın Anlamı Ölçeği

Lütfen her bir maddenin sizi yansıtmaya derecesini belirtiniz. Çalışmanın bütünlüğünü korumak için sonuçlarınızı kaydetmek adına tüm sorular cevaplandırılmalıdır.	Kesinlikle Doğru Değil	Çoğunlukla Doğru Değil	Kısmen Doğru Değil	Kararsızım	Kısmen Doğru	Çoğunlukla Doğru	Kesinlikle Doğru
1. Yaşamımın anlamını anlıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
4. Yaşamımın net bir amacı var.	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
6. Beni tatmin edecek bir yaşam amacı keşfettim.	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
	1	2	3	4	5	6	7
10. Yaşamın anlamını arıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Lütfen, ölçeğin maddelerinde yer alan ifadelerle katılma düzeyinizi, her maddenin karşısında bulunan numaralardan birini işaretleyerek belirtiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Akıl sağlığımda bir bozulma olduğunu düşünürsem, ilk tercihim bir uzmandan yardım almak olur.				

4. Bir kişinin, gerektiği halde bir uzmandan yardım almadan çatışmalarıyla ve korkularıyla baş etmeyi istemesi takdir edilecek bir tutumdur.				
9. Kişi, sorunlarını kendi çözmelidir; psikolojik danışma almak başvurulacak son çare olmalıdır.				

EK 3. Kişisel Bilgi Formu

Değerli öğrenci, bu ölçek; siz gençlerin acıya ve geleceğe yönelik tutumlarını ölçmek, psikometrik özelliklerini değerlendirmek ve yaşamın anlamı ile trajik iyimserlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Ölçekte yer alan sorulara verdiğiniz yanıtlar, kesinlikle size not vermek ya da sizi eleştirmek amacıyla kullanılmayacaktır. Bu soruları mümkün olduğunca dürüstçe yanıtlarsanız memnun oluruz. Lütfen doğru veya yanlış cevap olmadığını unutmayın; biz yalnızca her bir öğenin deneyimlerinizi, duygularınızı ve inançlarınızı nasıl yansıttığıyla ilgileniyoruz. Hayata dair bazı tutumlarınızı bizimle paylaştığınız için teşekkür ederiz. Lütfen gizli tutulacak ve sadece araştırma amacıyla kullanılacak olan aşağıdaki ölçeği doldurmak için bir dakikanızı ayırın.

Bu çalışma Gazi Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü yüksek lisans öğrencisi Ayşenur Ayvaz tarafından yürütülmektedir. Form lisede öğrenimini devam ettiren öğrencilere yöneliktir. Araştırmamızın konusu: "Trajik İyimserlik ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". Araştırma sonuçlarına ilişkin bilgi almak isterseniz mail adresi aracılığıyla ulaşabilirsiniz. aysenurayvaz123@gmail.com

Yaş:

Cinsiyet: Erkek / Kız

Geçmiş Bilgi Soruları:

1. Hayatınızda travma yaşadınız mı? Çalışmamızın amaçları doğrultusunda travma, “yaşam bozukluklarına neden olan ve kaygı, depresyon ve diğer olumsuz duygu durumlarının belirtileriyle kendini gösteren yıkıcı bir olumsuz olay” şeklinde tanımlanmaktadır. Travma türleri şöyle sıralanabilir:

- Doğal afetler (deprem, sel, yangın)
- İnsan eliyle yapılan travmalar (savaş, işkence, tecavüz)
- Kazalar (iş, trafik)
- Beklenmedik ölümler
- Ciddi-ölümcül hastalıklara yakalanma

Evet / Hayır

EK 4. Trajik iyimserlik Ölçeği Kısa Formu İzin Onayı

Scale use permit

Gelen kutusu



ben 27 Nis

alıcı: |



Hello teacher, I am a graduate student of Gazi University Guidance and Psychological Counseling program. I would like to adapt the Life Attitudes Scale you have developed into Turkish for use in my thesis. Could you share with me, allow me to adapt and use the Life Attitudes Scale?

Paul T. P. Wong 18:11

alıcı: ben v



Hi Aysenur,

Yes, you may use the Life Attitudes Scale for academic purposes.

Regards,

Paul T. P. Wong, Ph.D., C.Psych.

★★★★★ [Rate MCCI's services!](#)

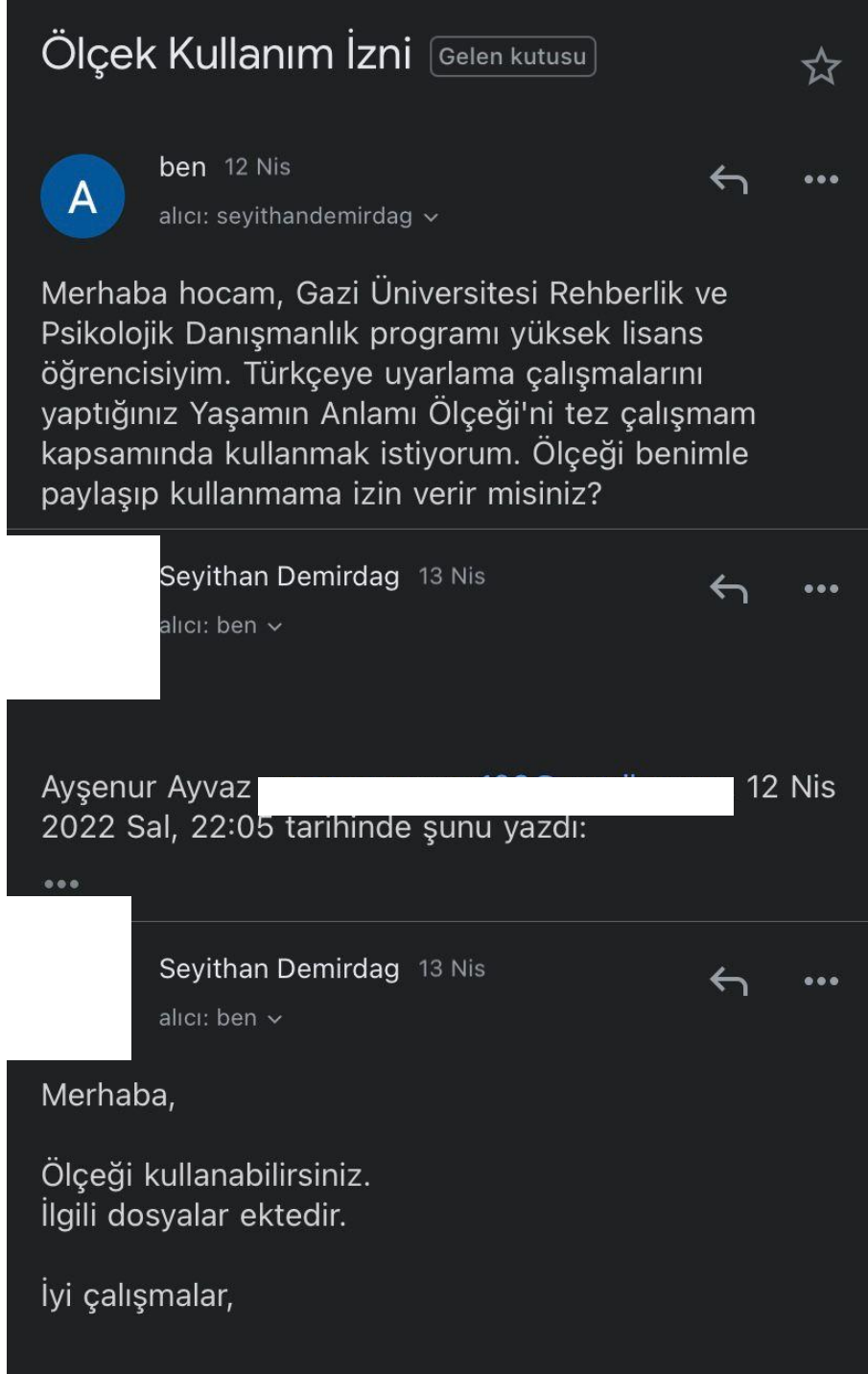


Latest Book - Free to download

Wong, P. T. P. (2020). [Made for Resilience and](#)

...

EK 5. Yaşamın Anlamı Ölçeği İzin Onayı



Seyithan Demirdag 13 Nis



alıcı: ben v

Merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz.
İlgili dosyalar ektedir.

İyi çalışmalar,

2022 Sal, 22:05 tarihinde şunu yazdı:

Merhaba hocam, Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programı yüksek lisans öğrencisiyim. Türkçeye uyarlama çalışmalarını yaptığınız Yaşamın Anlamı Ölçeği'ni tez çalışmam kapsamında kullanmak istiyorum. Ölçeği benimle paylaşıp kullanmama izin verir misiniz?

...

Yaşamın Anlamı
Makalesi.pdf



PDF

Yaşamın Anlamı
Ölçeği-Seyithan...



PDF

EK 6. Gazi Eğitim Bilimleri Enstitüsü ve MEB İzin Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 10.02.2023-E.585930



T.C.
AKSARAY VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-76490249-605.01-70192785
Konu : Veri Toplama ve Anket İzni

10.02.2023

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi: Valilik Makamının 08/02/2023 tarihli ve E-76490249-605.01-70081787 sayılı Onayı.

Üniversiteniz Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Ayşenur AYYVAZ, Dr. Öğr. Üyesi Hatice ŞİNGİR'in danışmanlığında yürüttüğü "Trajik yimserlik ve Ya amin Anlamı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu yüksek lisans tez çalışması ile ilgili İlgi Valilik Makamı Onayı yazınız ekinde gönderilmiştir.
Bilgilerinizi arz ederim.

Hacı Ömer KARTAL
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek: İlgi Onay (1 Adet)



T.C.
AKSARAY VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-76490249-605.01-70081787
Konu : Veri Toplama ve Anket İzni

08/02/2023

VALİ L K MAKAMINA

- İlgi: a) Milli Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.01.2020 tarih ve 2020/2 nolu genelgesi.
b) Gazi Üniversitesi Rektörlüğü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğünün 27/01/2023 tarihli ve E-80287700-302.08.01-573384 sayılı yazı ve ekleri.

İlgi (b) yazı ile; Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Ayşenur AYVAZ, Dr. Öğr. Üyesi Hatice ŞİNGİR' ın danışmanlığında yürüttüğü "Trajik yimserlik ve Ya amın Anlamı Arasındaki li kinin ncelenmesi" konulu veri toplama ve anket çalışmasını İlimiz 75. Yıl Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Aksaray Anadolu İmam Hatip Lisesi öğrencilerine ölçek uygulamak istemektedir.

Konu ile ilgili belgelerin ve anket sorularının incelenmesi neticesinde; Başvurunun Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri konulu ilgi (a) da kayıtlı Genelgede belirtilen usul ve esaslara uygun olarak yapıldığı anlaşılmış olup;

Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi Ayşenur AYVAZ, Dr. Öğr. Üyesi Hatice ŞİNGİR' ın danışmanlığında yürüttüğü "Trajik yimserlik ve Ya amın Anlamı Arasındaki li kinin ncelenmesi" konulu veri toplama ve anket çalışmasını İlimiz 75. Yıl Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Aksaray Anadolu İmam Hatip Lisesi öğrencileri üzerinde yapma isteği; çalışmanın gönüllülük esasına dayandığı gözönünde bulundurularak: ilgi (a) Genelge esasları dahilinde; eğitim-öğretim faaliyetlerini aksatmamak, sorumluluk okul/kurum idarecilerinde olmak, çalışmalarda mühürlü ve imzalı materyalleri kullanmak, rapor sonuçlarını çalışmanın bitiminden sonra 30 gün içinde İl Milli Eğitim Müdürlüğümüze vermek ve uygulamanın 2022-2023 eğitim-öğretim yılı içerisinde tamamlanması koşuluyla, Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde, olurlarınıza arz ederim.

Hacı Ömer KARTAL
İl Milli Eğitim Müdürü

EK : İlgi Dilekçe ve Ekleri (29 Sayfa)

OLUR
08/02/2023

Şeyma POLAT BALAK
Vali a.
Vali Yardımcısı



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..