

T.C.  
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**HAYATIN ANLAM VE AMACI İLE ACININ  
DÖNÜŞTÜRÜCÜ GÜCÜ ARASINDAKİ İLİŞKİDE  
GENEL YETKİNLİK İNANCININ ARACI ROLÜNÜN  
İNCELENMESİ**  
Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan  
**Emine ALACA**

İstanbul, 2024

T.C.  
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**HAYATIN ANLAM VE AMACI İLE ACININ  
DÖNÜŞTÜRÜCÜ GÜCÜ ARASINDAKİ İLİŞKİDE  
GENEL YETKİNLİK İNANCININ ARACI ROLÜNÜN  
İNCELENMESİ**  
Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan  
**Emine ALACA**

Öğrenci No  
**2020039028**

ORCID NO  
**0000-0001-6438-4574**

Danışman  
**Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT**

İstanbul, 2024

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**Hayatın Anlam ve Amacı İle Acının Dönüştürücü Gücü Arasındaki İlişkide Genel Yetkinlik İnancının Aracı Rolünün İncelenmesi**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını, patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.24/ 01 /2024

**Emine ALACA**

T.C.  
İSTANBUL BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

24.01.2024

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden 2020039028 numaralı *Emine ALACA'nın* "İstanbul Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Hayatın Anlam ve Amacı ile Acının Dönüştürücü Gücü Arasındaki İlişkide Genel Yetkinlik İnancının Aracı Rolünün İncelenmesi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 26/12/2023 tarih ve 2023/51 sayılı toplantısında seçilen ve yüz yüze toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, İstanbul Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince 45 dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "*OYBİRLİĞİ*" ile "*KABUL*" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 2 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

**DANIŞMAN**

Doç. Dr. Ne\*\*\* GÜ\*\*\* DO\*\*\*  
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

**ÜYE**

Dr. Öğr. Üyesi Hü\*\*\* EB\*\*\*  
(İstanbul Beykent Üniversitesi)

**ÜYE**

Dr. Öğr. Üyesi Fa\*\*\* BA\*\*\*  
(Sakarya Üniversitesi)

Adı Soyadı : Emine ALACA  
Danışman : Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT  
Derecesi ve Tarihi : Yüksek Lisans (Tezli), 2024  
Alanı : Klinik Psikoloji  
Anahtar Kelimeler : Hayatın Anlam ve Amaç, Acının Dönüştürücü Gücü, Genel Yetkinlik İnancı

## ÖZ

### HAYATIN ANLAM VE AMACI İLE ACININ DÖNÜŞTÜRÜCÜ GÜCÜ ARASINDAKİ İLİŞKİDE GENEL YETKİNLİK İNANCININ ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Bu araştırma, 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Buna ek olarak hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Araştırmada 438 katılımcıdan olmaktadır. Araştırmada Sosyodemografik Bilgi Formu, Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği, Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği ve Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde Kolmogrov-Smirnov ve Shapiro-Wilk, Mann-Whitney-U testi, Kruskal Wallis, post hoc Benferroni, Spearman Korelasyon, Lineer Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda hayatın anlam ve amacının, acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde genel yetkinlik inancının kısmi aracı rol olduğu görülmüştür. Demografik değişkenlerden yakın çevreden birinin kaybı durumu ve kronik rahatsızlık durumu hariç diğer tüm değişkenler en az bir ölçek puanına göre farklılaştığı görülmüştür. Cinsiyet, medeni durum ve sabırlı olma durumunun tüm ölçek puanlarıyla anlamlı farklılaşmaktadır.

Name and Surname : Emine ALACA  
Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT  
Degree and Date : Master's (Thesis), 2024  
Major : Clinical Psychology  
Keywords : Meaning and Purpose Of Life, Transformative Power Of Suffering, General Efficacy Belief

## **ABSTRACT**

### **INVESTIGATING THE MEDIATING ROLE OF GENERAL EFFICACY BELIEF IN THE RELATIONSHIP BETWEEN THE MEANING AND PURPOSE OF LIFE AND THE TRANSFORMATIVE POWER OF SUFFERING**

This study aims to examine the mediating role of general efficacy beliefs in the relationship between the meaning and purpose of life and the transformative power of suffering in individuals aged 18 and over. In addition, it was examined whether the levels of meaning and purpose of life, transformative power of suffering and general efficacy beliefs differ according to sociodemographic variables.

There are 438 participants in this study. Sociodemographic Information Form, Meaning and Purpose of Life Scale, Transformative Power of Suffering Scale and General Efficacy Belief Scale were used in the study. Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk, Independent Sample t-test, Mann-Whitney-u test, Kruskal Wallis, post hoc Benferroni, Spearman Correlation, Linear Regression Analysis were used to analyze the data obtained from the research.

As a result of the study, it was seen that general efficacy belief has a partial mediating role in the effect of meaning and purpose of life on the transformative power of suffering. Except for the demographic variables of loss of a close family member and chronic illness, all other variables were found to differ according to at least one scale score. Gender, marital status and being patient differ significantly with all scale scores.

# İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZ

ABSTRACT

TABLolar LİSTESİ .....	iii
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	iv
KISALTMALAR .....	v
SÖZLÜK.....	vi
GİRİŞ.....	1

## 1. KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Hayatın Anlam ve Amacı Kavramları .....	6
1.1.1. Anlam Kavramı .....	6
1.1.2. Psikolojide Hayatta Anlam.....	7
1.1.3. Hayatta Anlam ve Din .....	9
1.1.4. Hayatın Amacı.....	10
1.2. Acının Dönüştürücü Gücü .....	12
1.3. Genel Yetkinlik İnancı.....	14

## 2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli.....	19
2.2. Evren ve Örneklem .....	19
2.3. Veri Toplama Araçları .....	19
2.3.1. Demografik Bilgi Formu .....	19
2.3.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği .....	20
2.3.3. Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği .....	20
2.3.4. Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği.....	21
2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	21

## 3. BULGULAR

## 4. TARTIŞMA

SONUÇ .....	52
KAYNAKÇA.....	54

## **EKLER**

<b>Ek-1:</b> Demografik Bilgi Formu .....	71
<b>Ek-2:</b> Hayattın Anlam ve Amacı Ölçeği .....	73
<b>Ek-3:</b> Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği .....	74
<b>Ek-4:</b> Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği.....	75
<b>Ek-5:</b> Etik Kurul İzni.....	76



## TABLolar LİSTESİ

	<b>Sayfa No.</b>
<b>Tablo 1.</b> Demografik Değişkenlerin Dağılımı .....	22
<b>Tablo 2.</b> Ölçek Puanlarının Tanımlayıcı İstatistiksel Analizleri .....	23
<b>Tablo 3.</b> Normalite Analizleri .....	24
<b>Tablo 4.</b> Ölçekler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....	24
<b>Tablo 5.</b> Kurulan Regresyon Modellerine Ait Geçerlilik Kriterlerinin Değerlendirilmesi ve Çoklu Bağlantının İncelenmesi .....	25
<b>Tablo 6.</b> HAAÖ'nin, ADGÖ Üzerindeki Etkisinde GYİÖ'nün Aracı Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	26
<b>Tablo 7.</b> Yaş ile Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi .....	28
<b>Tablo 8.</b> Cinsiyetler Arasında Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	29
<b>Tablo 9.</b> Medeni Durumlar Arasında Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması .....	29
<b>Tablo 10.</b> Eğitim Durumları Arasında Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması .....	30
<b>Tablo 11.</b> Ekonomik Durumlar Arasında Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması .....	31
<b>Tablo 12.</b> Çalışma Durumları Arasında Ölçek ve Alt boyut Toplam Puanların Karşılaştırılması .....	32
<b>Tablo 13.</b> Yakın Çevreden Kayıp Olup Olmamasına Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması.....	33
<b>Tablo 14.</b> Kronik Rahatsızlık Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması .....	33
<b>Tablo 15.</b> İnançlı Olup Olmama Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puan Karşılaştırması.....	34
<b>Tablo 16.</b> Sabırlı Olup Olmama Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puan Karşılaştırması.....	35

## ŞEKİLLER LİSTESİ

	<b>Sayfa No.</b>
<b>Şekil 1.</b> Öz-Yeterlilik-Performans İlişkisi Modeli (Gist ve Mitchell, 1992) .....	16
<b>Şekil 2.</b> HAVAÖ'nin, ADGYÖ Üzerindeki Etkisinde Üzerindeki Etkisinde GYİÖ'nün Aracı Rolüne İlişkin Model .....	27



## KISALTMALAR

- ADGÖ** : Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı  
**GYİÖ** : Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı  
**HAAAB** : Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı  
**HAAÖTP** : Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı  
**HAAYAB** : Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Puanı  
**vd.** : ve diğerleri

## SÖZLÜK

**Acının Dönüştürücü Gücü:** İstenmeyen veya sıkıntılı olaylardan sonra bireyde çeşitli alanlarda gözlenen olumlu değişim ve dönüşüm.

**Yetkinlik İnancı:** Bireyin durumlar karşısında kendi potansiyeline olan güveni.



## GİRİŞ

Genellikle insan varlığının temel yönleri olarak kabul edilen yaşamın anlamı ve amacı, bireylerin genel tatmin ve tatmin duygusunu merkezinde yer alır. Hedeflerin peşinden koşmayı kişisel değerlerin farkına varmayı ve kişiyi dünyadaki yerini anlamasını kapsar. Bireylerde güçlü bir anlam ve amaç duygusunun varlığı zihinsel sağlığa, dayanıklılığa, yaşam memnuniyeti gibi birçok olumlu özelliğe katkıda bulunur. Anlamli uğraşlar ve hedefler, bireylerin genel yaşam memnuniyetini arttırabilir ve stres ve sıkıntılı olayların zararlı etkilerine karşı tampon görevi görebilir. Eski dini kutsal kitaplardan çağdaş felsefi söylemlere kadar, yaşamın anlamının sorgulanması merkezi bir tema olmuştur. Anlam arayışı, insan doğasının içsel bir yönüdür ve bireylerin yaşamlarını nasıl yönlendirdiklerini, karar aldıklarını ve eylemlerinde bir amaç bulduklarını etkiler.

Bireylerin yaşam yolculuğuna katkıda bulunan sayısız unsur arasında, acının dönüştürücü gücü önemli bir faktör olarak durmaktadır. İster fiziksel ister duygusal isterse varoluşsal olsun acı, bireyin yaşamının hatlarını şekillendirme ve yeniden tanımlama kapasitesine sahiptir. Aynı zamanda acının dönüştürücü gücünün incelenmesi, sıkıntı ve kişisel gelişim arasındaki ilişki için kritik bir yönü temsil eder. İnsan deneyiminin her alanında bulunan ve karmaşık bir yönü olan acı tek yönlü değildir. Bireylerde derin dönüşümleri tetikleme, bakış açılarını, değerlerini ve dayanıklılıkları şekillendirme potansiyeline de sahiptir. Acının dönüştürücü gücüyle ilişkili değişkenlerin anlaşılması, bireylerin yaşadıkları acılardan olumlu sonuç çıkarma yollarını anlamak için önemlidir.

Bireylerin hayatın zorluklarını etkili bir şekilde aşma konusundaki algılarını kapsayan genel yetkinlik inancı, insanların yaşamlarındaki anlam, amaç ve acıya verdikleri tepkiyi şekillendiren kritik bir faktör olma potansiyeli taşıdığı düşünülmektedir. Bireyler kişisel ve mesleki alanlarının karmaşıklığı içinde ilerlerken, kişinin yetkinliğine olan inancı karar verme, dayanıklılık ve refahı etkileyen yol gösterici bir güç haline gelebilir.

Bu araştırmada genel yeterlilik inancının aracı rolü, bireyin acıyı anlamli ve amaçlı bir deneyime dönüştürdükleri süreçleri açığa çıkarabileceğinden, araştırılması gereken önemli bir unsur olarak görülmektedir. Bu inancın yaşamın anlamı ve amacı,

acı ve sonrasındaki dönüşüm arasındaki ilişkiye nasıl aracılık ettiğini anlamak, sıkıntılar karşısında olumlu adaptasyon ve büyümeyi teşvik eden hedefe yönelik işlevsel müdahaleler geliştirmek için gereklidir. Ayrıca, bu çalışmada yer alan değişkenlerin ölçülmesi psikoloji, danışmanlık ve sağlık hizmetleri gibi çeşitli alanlar için güncel pratik sonuçlar doğurabilir. Uygulayıcılar ve araştırmacılar bu çalışmada acı sonrasında olumlu dönüştürücü deneyimlere katkıda bulunan faktörlerden yararlanarak, bireylerin başa çıkma mekanizmalarını geliştirecek ve anlam yaratma duygusunu kolaylaştıracak müdahaleleri uyarlayabilirler. Ayrıca hızlı toplumsal değişimler ve artan taleplerle karakterize edilen bu çağda, genel yetkinlik inancının diğer değişkenlerle aracı rolünü incelemek bu araştırmayı özgün kılmakla beraber adaptif başa çıkma mekanizmalarını geliştirmeye ve olumlu ruh sağlığı sonuçlarını teşvik etmeye yönelik stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Araştırma, 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rol ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, ekonomik durum, çalışma durumu, yakın çevreden birinin kaybı, kronik rahatsızlık durumu, kendini inançlı ve sabırlı biri olarak tanımlayıp tanımlamama gibi çeşitli demografik özellikler sorularak hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğine bakmak hedeflenmiştir.

### **Araştırmanın Önemi**

Bu yapıların ölçülmesinin önemi, özellikle zorlu yaşam deneyimleri karşısında dayanıklılığın ve refahı arttırmaya amaçlayan müdahaleler için bilgi sağlayabilir.

Bu çalışmanın gerekliliği, ruh sağlığı alanındaki uygulayıcıları ve araştırmacılar için sağladığı pratik sonuçlarla vurgulanmaktadır. Araştırma, insan deneyiminin bu temel yönleri arasındaki bağlantıları çözerek, bireylerin sıkıntıdan anlam çıkarma yeteneğini geliştiren, güçlü bir amaç duygusu geliştiren ve genel

yeterliliğe olan inançlarını güçlendiren hedefe yönelik müdahalelerin geliştirilmesinde katkıda bulunabilir.

### **Araştırma Problemleri**

- 1.. 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rolü var mıdır?
- 2.. 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inançlarının düzeyi çeşitli demografik verilere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

### **Araştırmanın Hipotezleri**

Araştırmada test edilmek amacıyla kurulan hipotezler aşağıdaki gibidir.

H1: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile genel yetkinlik inancı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: 18 yaş ve üstü bireylerde acının dönüştürücü gücü ile genel yetkinlik inancı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rolü vardır.

H5: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri yaşa göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H6: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H7: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri medeni duruma göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H8: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H9: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri ekonomik duruma göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H10: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri çalışma durumuna göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H11: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri yakın çevreden birinin kaybı durumuna göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H12: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri kronik bir rahatsızlığın varlığına göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H13: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri kendini inançlı biri olarak tanımlama durumuna göre anlamlı farklılaşmaktadır.

H14: 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri kendini sabırlı biri olarak tanımlama durumuna göre anlamlı farklılaşmaktadır.

### **Sayıtlar**

- Çalışmada örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.
- Araştırmaya katılan bireylerin ölçek sorularına içten ve doğru bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.
- Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının hedeflenen değişkeni ölçtüğü varsayılmaktadır.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

- Araştırmaya katılım sağlayan bireyler 18 yaş ve üstü gruptan oluşmaktadır.
- Araştırmaya katılan bireyler internet ve sosyal medya aracılığıyla ulaşılan kişilerden oluşmaktadır.
- Çalışma anketi dolduran 438 kişi ile sınırlıdır.
- Araştırma “Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği”, “Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği” ve “Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği” nin ölçtükleriyle sınırlıdır.



## 1. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı kavramlarıyla ilgili literatür bilgileri yer almaktadır.

### 1.1. Hayatın Anlam ve Amacı Kavramları

Bu bölümde hayatın anlam ve amacı kavramları literatür eşliğinde açıklanmıştır.

#### 1.1.1. Anlam Kavramı

İnsan dünyayı ve kendini anlamlandırma isteğiyle davranışsal ve bilişsel bir etkinlik göstermeye karşı güçlü bir eğilime sahiptir (Heine vd., 2006). Bireylerin anlam arayışına gösterdiği bu eğilim çeşitli bakış açılarına göre farklı yorumlanmaktadır. Literatüre bakıldığında bazı araştırmacılara göre hayatta anlam arayışı, bireyin mental sağlığının pozitif bir işareti olarak görülmekteyken (Frankl, 2015, s. 113-114), bir başka bakış açısına göre anlam arayışının hem sağlıklı hem sağlıksız motivasyonel köklere sahip olduğunu savunan her iki olasılığı barındıran bir bakış açısı vardır (Reker, 2000, s. 39-53). Steger vd., (2008) ise anlam arayışını farklı bireylerdeki farklı temel motivasyonlardan kaynaklandığını ve dolayısıyla bu motivasyonlara bağlı olarak farklı korelasyonlara sahip olduğuna değinir.

Antik çağlardan itibaren yaşamın anlamının ne olduğuna dair birçok din, filozof ve araştırmacı çeşitli fikirler beyan etmişlerdir. Hayatın anlamı kavramı üzerine birçok farklılık olmasına üzerinde durulan ortak düşünce hayatın anlamının önemli olduğudur (Steger vd., 2006).

Reker, (2000, s. 39-53) anlamı kişinin varoluşundaki kavrayış, tutarlılık ve amaç olarak bununla birlikte değerli hedeflerin peşinden gitmesi ve bunlara erişmesi ve buna eşlik eden bir tatmin duygusu olarak tanımlar. Ryff ve Singer (1998) ise, hayatın anlamını bireyin bir amaca sahip olduğu duygusu ve bu amaca yönelik zaman ve çaba harcaması olarak tanımlarken Baumeister'e (1991, s. 29) göre, hayatta anlam deneyiminin var olabilmesi için 4 psikolojik ihtiyaç olan amaç, değer, yeterlilik ve özdeğer ihtiyaçlarının karşılanması gerektiğini ileri sürmüştür. Bu ihtiyaçları karşılayan bireylerin büyük olasılıkla hayatlarından yeterli anlam hissedeceklerini, bu

ihtiyaçları karşılamayan bireylerin ise hayatlarında anlamsızlık hissetme olasılığının muhtemel olduğuna değinir. Anlamın tüm temel tanımlarını kapsama amacı ile Steger, (2006) yaşamın anlamını bireylerin kendi varlıklarının ve varoluşlarının doğasına ait anlam ve hissedilen önem olarak tanımlamıştır.

Yaşamda anlamın tanımlarındaki bu farklılıklara rağmen araştırmacıların ortak paydada bulunduğu nokta, anlamın çok önemli olduğudur. Anamlı yaşam doğrudan özgün yaşamla eş tutulmuş (Kenyon, 2000, s. 10) ve hayatta daha yüksek anlam varlığı deneyimlemenin yaşam doyumu (Park vd., 2010; Karataş vd., 2021), mutluluk (Debats vd., 1993) ve sevgi, neşe, canlılık (Steger vd., 2006) gibi çeşitli psikolojik iyi oluş özellikleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca birçok araştırma hayatta anlamın benlik saygısı (Steger vd., 2006), kendini kabul etme (Steger vd., 2008), işten keyif alma (Bonebright vd., 2000), dayanıklılık ve sağlık (Boyle vd., 2009; Krause, 2009) gibi mutluluğun önemli bazı belirteçleriyle de pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Tersine hayatta bir anlama sahip olmamak veya daha az anlama sahip olmak depresyon ve anksiyete (Debats vd., 1993; Mascaro ve Rosen, 2005; Steger vd., 2006; Steger ve Kashdan, 2009; Park ve Jeong, 2016), aşırı alkol tüketimi (Schnitzer, vd., 2013), madde kötüye kullanımı (Harlow vd., 1986; Kheirabadi vd., 2021) gibi sorunlar ve psikopatoloji ile ilişkilendirilmiştir.

### **1.1.2. Psikolojide Hayatta Anlam**

Hayatın anlamını çözme arayışı uzun zamandır psikologların ve bu alanda çalışan araştırmacıların ilgisini çekmiş dolayısıyla farklı bakış açıları ve tanımlara yol açmıştır. Varoluşçu psikolojinin önde gelen isimlerinden Viktor Frankl, eseri “İnsanın Anlam Arayışı” anlama dair benzersiz bir bakış açısı ortaya koymuştur (Frankl, 2015, s. 113). Frankl, bireylerin anlam arayışının özünün temel içgüdüler için ikincil bir gerekçe değil, insan yaşamında temel bir itici güç olduğuna değinir. Viktor Frankl, bu anlam arayışının kendine özgü ve kişisel olduğunu ileri sürerek, bireylerin bunu aktif olarak kendi içlerinde aramaları ve keşfetmeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Ayrıca Logoterapinin kurucusu olan Frankl, (2015, s. 112-113) anlam merkezli bir psikoterapi olan logoterapide, geleceğe ve hastanın yaşamda tatmin edici anlamlar arayışına önemli bir vurgu yapar. Geleneksel psikoterapi yaklaşımlarının aksine

logoterapi, bireyin odağının benmerkezcilikten uzaklaştırarak nevrotik eğilimlerin döngüsünü kırmayı amaçlar. Kısır döngüsel oluşumları ve geri bildirim mekanizmalarını sürdürmeye devam etmek yerine, logoterapi hastaları yüzleşmeye ve kendilerini yaşamlarının anlamına doğru yönlendirmeyi teşvik eder. “Logoterapi” terimi Yunanca “anlam” anlamına gelen “logos” kelimesinden türetilmiştir ve Üçüncü Psikoterapi Okulu olarak kabul edilir. Logoterapinin merkezinde, Freudyen haz odaklı ilkelere ve Adlerian psikolojinin üstünlük arayışından farklı olarak, kişisel anlam arayışının insanlardaki temel itici güç olduğu inancı yer alır. Logoterapi, kişinin hayatının anlamını ele alarak ve anlayarak, bireylerin nevrozunun üstesinden gelmeye önemli ölçüde katkı bulunabileceğini öne sürer (Frankl, 2015, s. 112-113).

Rollo May gibi varoluşçu psikologlar da yaşamın anlamına ilişkin tartışmalara katkıda bulunmuştur. May, (2001, s. 136) bireylerin yaratıcı eylemler ve eşsiz potansiyellerini gerçekleştirme yoluyla anlam kazandıklarını savunur. Ayrıca anlamın oluşturulmasında önemli unsurlar olarak kişisel sorumluluk ve bireysel seçimi vurgular (May, 1997, s. 161).

May, (1997, s. 25- 26) aynı zamanda uzun süre boşluk, can sıkıntısı ve anlamsızlık hissinin daha derin bir umutsuzluk duygusuna dönüşebileceğini ve zaman içinde önemli riskler oluşturabileceğini bunun sonucunda da birey kendini yok etmeye ve zarar vermeye yönelik davranışlar sergileyebileceğini öne sürer.

Yalom’a (1980, s. 463- 464) göre anlam, öngörülemeyen ve yapılandırılmamış bir yaşam karşısında oluşan kaygı için bireylere rahatlatıcı bir kaynak olarak rol aldığını söyler. Anlam insanlar için güven verici bir çerçeve oluşturur. Buna ek olarak anlamın bir diğer önemli işlevi de değerlere kaynaklık etmektir. Bireyler bir anlam duygusu geliştirdikçe, bir dizi değerler de gelişir ve bu da anlam duygusu artırıcı bir işlev görür.

Buna karşılık, Martin Seligman’ın öncülüğünü yaptığı pozitif psikoloji daha iyimser bir bakış açısı benimsemektedir. Pozitif psikoloji, kalıcı zevklerden ve anlamlı tatminlerden yoksun bir hayatta sıkışıp kalınan durumlar için ilerlemeniz gereken bir yol olduğuna dair olumlu bir tutuma sahiptir (2002, s. 12). Bu yol anlık zevklerle ve tatminler alanında başlar, kişisel güçlü yönler ve erdemler geliştirmeye doğru ilerler

ve nihayetinde kalıcı tatmin zirvesine götürür bir başka deyişle yaşamda anlam ve amaca götürür.

Seligman, (2002, s. 294-298) “iyi yaşam” ı kişinin kendine özgü güçlü yanlarını günlük olarak kullanması yoluyla mutluluğu bulması olarak tanımlar. Ancak “anamlı yaşam” bu güçleri bilgi, güç veya iyiliğe katkıda bulunmak için kullanarak ulaşılabilecek bir kavram olduğuna değinir. Sonuç olarak tatmin edici bir yaşam, geçmiş ve gelecekle ilgili olumlu duyguları, zevklerin tadını çıkarmayı, kişisel güçlü yönlerde tatmin bulmayı ve bunları anlamlı bir varoluş için daha büyük bir amaca hizmet etmek üzerine kullanmayı kapsar.

### **1.1.3. Hayatta Anlam ve Din**

İnsanlığın varoluşunu anlamak yönelik temel çerçeveler olarak hizmet eden dinler, yaşamın anlamı ve amacı konusunda farklı görüşler sunmaktadır.

İslam’da Kur’an inananlara yaşamın anlamı ve amacı konusunda rehberlik eden bir araç olarak görülür. Kur’an, insanın yaratılışının temel amacının Allah’a ibadet etmek ve boyun eğmek olduğunu belirtir. Kur’an’daki bir ayette bu düşüncüyü pekiştirir: “Ben cinleri ve insanları ancak bana ibadet etsin diye yarattım” (Kur’an 51:56). Dolayısıyla, İslami bakış açısı anlamlı bir hayatın Allah’a ibadet etmek amacını yerine getirmeye adanmış bir hayat olduğunu öne sürer. Budizm ise yaratıcı bir tanrının olmadığı bir evren varsayar ve eğer bir tanrı varsa dünyanın çektiği acılardan sorumlu olmak anlamına geldiğini vurgular. Bunun yerine Budizm’de yaşamın anlamını bilinen evrenin ötesinde geçerek, genellikle kavrayışın ötesinde olarak tanımlanan, anlaşılması zor Nirvana’nın peşinden koşmak olarak açıklar. Hristiyanlıkta da yaşamın anlamı genellikle Tanrı ile birleşme arayışı ve onunla kurulan bir ilişkiye dayandırılır (Thomson, 2003, s. 61-65).

King ve Hicks (2021, s. 571-572), dini inançların hayatın anlamına cevap veren, yaşam için kılavuz sunan ve bir amaç ve kimlik duygusunu teşvik eden önemli bir dünya görüş olduğundan bahseder. Dinler, bireylerin kendilerini Tanrı’nın planına dahil ederek yaşamdan anlamına ilişkin yanıtlar sağladığını söyler.

Seligman'a (2002, s. 72-139) göre, dinin hayata anlam katan ve gelecek için umut aşıl原因 bir yönü olduğunu öne sürer. Seligman, anlamın ve özgünlüğün hayat boyu sadece olumlu duyguların peşinden giderek bulunmayacağına da değinir.

Literatüre bakıldığında hayatın anlamı ve din arasındaki ilişkiyi çalışın birçok araştırma bulunmaktadır. Örneğin Kaya ve Küçük, (2017) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada hem hayatın anlamı hem de psikolojik iyi oluş ölçeklerinden alınan puanlar ibadetlere devam etmeyle anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Karlı' nın (2020), çalışmasında da hayatta anlam ile dindarlık ilişkisi incelendiğinde hayatta anlam bulma, dini tutum ve içsel dini motivasyonla pozitif ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde Kızılkaya ve Kalgı' nın (2021), çalışmasında dindarlığın hayatın anlamı ve amacı üzerinde etkisi olduğu tespit edilmiştir.

Oishi ve Diener, (2013) toplumsal zenginlik, dindarlık ve hayatın anlamı ile yaptıkları çalışmada yoksul ülkelerdeki insanların daha dindar olma eğiliminde olduklarını, zengin toplumlardaki insanların dinin onlar için anlam oluşturmasından ziyade kimlik ve kendini tanıma yoluyla kendi anlamlarını yaratmaya çalıştığını belirtmektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre zengin toplumlardaki insanların yaşam memnuniyeti daha yüksek bulunmasına karşılık yoksul uluslarda yaşamın anlamı daha yüksek olduğunu bunun da yoksul ülkelerdeki bireylerin daha dindar olmasıyla açıklamıştır.

#### **1.1.4. Hayatın Amacı**

Literatüre bakıldığında “anlam” ve “amaç” kavramlarının sıklıkla birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir. Fakat anlam tutarlılık ve niyete, amaç ise işlev ve rolle vurgu yapmaktadır (Yalom, 1980, s. 423).

Yalom, (1980, s. 447-448) sanayileşme öncesi toplumlarda insanların gündelik faaliyetlerden derin bir anlam ve amaç bulduğuna, toprak sürmekten hasat toplamaya kadar tarımsal işlerin içsel bir değer ve amaç kaynağını olmasına karşılık günümüz kentleşmiş dünyasında bireylerin varoluşsal sorunlarla ve anlam kriziyle boğuştuğuna değinir. Yalom, bu durumun nedeni sanayileşmiş topluluklarda işlerin genellikle yaratıcılıktan ve içsel değer yoksun olmasına, zaman bolluğuna, dini ve doğal bağlantılardan uzaklaşmış olmasına yorar.

Bireyler günlük yaşantılarının büyük bir kısmını kendileri için önemli ve anlamlı hedefler düşünmeye, seçmeye ve bu hedefleri takip etmeye ayırırlar. Bu hedefler yaşamlarına düzen ve yapı kazandırmaya hizmet eder çünkü onlar olmadan yaşam amaç yoksun kalır. Bireylerin hayatı anlamlı olarak algılanmasını şekillendirmede hedeflerin önemli bir rolü vardır. Hedeflerin peşinden koşmak bireyleri anlama ve amaca yönlendirir (Emmons, 2003, s. 106-107). Dolayısıyla hayatta amaçtan söz edebilmek için hedef ya da hedeflerin olması gerekir.

Kasser ve Ryan, (1993) öz belirleme teorisini baz alarak hedefleri içsel hedefler ve dışsal hedefler olarak ayırmaktadır. Deci ve Ryan, (1985, s. 149) tarafından geliştirilen öz belirleme teorisine göre kişi ihtiyaçlarına ve amaçlarına dayanan seçimler yapar ve bu seçimler içsel ve dışsal kaynaklardan yararlandığına değinir. Kasser ve Ryan, (1993) yaptığı çalışmada yaşam hedefi olarak finansal başarıya öncelik vermenin psikolojik refah üzerindeki etkisi tartışılmaktadır. Finansal başarı, zenginlik gibi dışsal hedeflerin kendini kabul ve topluluk hissi gibi içsel hedeflerin önüne geçtiğinde bireylerin daha düşük refah ve artan sıkıntı yaşayabileceğini savunur. Bu araştırma sonucunda zenginlik ve paraya ilişkin dışsal hedeflerin kişinin kendisiyle ilgili diğer hedef ve beklentilerin önünde olduğunda daha az uyum ve refah gösterdiği görülmüştür. Kasser ve Ahuvia'nın (2002), finansal başarıya odaklanan öğrencilerin daha az psikolojik iyi oluş sergilediğini gösteren çalışması da bu fikri desteklemektedir.

ABD ve Güney Kore'deki üniversite öğrencilerini karşılaştıran bir çalışmada (Kim vd., 2003), araştırmacılar yaşam hedefleri, benlik kavramı ve iyi olma hali arasındaki ilişki incelenmiş ve içsel hedeflerin her iki kültürde de kendini gerçekleştirmeyle bağlantılı olduğunu ve refah ve mutluluğu olumlu yönde yordadığını ortaya konmuştur. Diğer yandan dışsal hedeflerin artan mutsuzluk, anksiyete ve fiziksel semptom düzeyleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Çalışmanın özünde içsel hedeflere öncelik veren üniversite öğrencilerinin daha yüksek düzeyde mutluluk yaşama eğiliminde olduğunu, dışsal hedeflere daha fazla önem verenlerin ise mutsuz olma ihtimallerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Bireylerin hayatta amaca sahip olması sadece psikolojik değil fiziksel sağlığı da etkilemektedir. Yaşamda net bir amaç duygusuna sahip olmak herhangi bir

nedenden dolayı ölüm ve kardiyovasküler hastalık riskini azaltmaktadır (Cohen vd., 2016).

## **1.2. Acının Dönüştürücü Gücü**

Acı hem duygusal hem de duyuşsal boyutları içeren insan hayatı için hayati bir koruyucu mekanizma olarak hizmet veren kompleks ve öznel bir olgudur. Ağrının duyuşsal yönü, psikolojik, kültürel ve çevresel faktörlerden etkilenen bilişsel ve duygusal unsurları içerir (Rudy ve Turk, 1991).

İnsan deneyiminin her alanında bulunan ve karmaşık bir yönü olan acı uzun zamandır farklı disiplinlerden araştırmacıların ve düşünürlerin ilgisini çekmektedir. Bu araştırma bağlamında acı sadece fiziksel değil duygusal ve psikolojik acıyı da içeren, doğası gereği sıkıntı verici deneyimleri kapsamaktadır. Acının dönüştürücü gücü kavramının özünde yoğun ve zorlu acı deneyimlerinden sonra bu deneyimleri anlamlandıran bireylerde olumlu değişimler yaratma potansiyeline işaret etmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

Frankl (2015, s. 82) acıyı insan yaşamının tamamlayıcı bir parçası olarak görür. Nasıl ki hayatta bir anlam bulunuyorsa acıda da bir anlam bulunduğunu söyler. Hayatta anlam bulmanın yollarından bahsederken üçüncü yolun acı çekmekten geçtiğine değinir. Acı çekmek insan olmanın doğal bir parçasıdır ve bireyler buna verecekleri tepkiyi seçme özgürlüğüne sahiptir. Acı çekmek sadece bir rahatsızlığın ya da hastalığın belirtisi değil bunun ötesine geçen bireylerin temel inançları, değerleri ve başa çıkma mekanizmalarıyla yüzleşmeye iten derin bir varoluşsal meydan okumayı içeren bir olgudur. İkinci Dünya Savaşı sırasında Auschwitz Toplama Kampı'ndan kurtulan bireylerden biri olan Frankl, yaşadığı deneyimlerde acılarına anlam katabilen bireylerin karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelmek için daha donanımlı ve daha dirençli olduklarını gözlemlemiştir. Frankl, (2015) acıdan anlam çıkarma becerisinin bireylere bir amaç duygusu sağladığını ve acıyı büyüme için bir fırsat olarak görerek bireylerde daha fazla öz farkındalık ve dayanıklılığa yol açan dönüştürücü bir süreç oluşturduğunu söyler. Acının dönüştürücü gücü, kişisel büyüme ve gelişim için bir katalizör görevi görür (s. 126-129).

Joseph ve Linley, (2005) acının dönüştürücü gücünün merkezinde varoluşsal düşünme ve anlam yaratma sürecinin yer aldığından bahseder. İnsanlar amaç ve anlam kavramlarıyla aktif biçimde ilgilenerek acılarına anlam katacak yeni bir anlatı oluştururlar. Bu süreç çoğu insan için kademeli olarak gerçekleşir. McAdams'a (2001) göre, acının dönüştürücü gücü genellikle kişisel anlatıların yeniden oluşmasını içerir ve acıyla karşı karşıya kalan bireyler yaşam öykülerini yeniden oluşturma sürecine girerler. Bu kişisel yaşam anlatılarını yeniden oluşturma süreci acı deneyimlerini, yaşam anlatılarına entegre etmesi sonucu olan ve dinamik ve gelişen bir süreçtir.

Ayrıca bu dönüştürücü süreç başa çıkma stratejilerinin kullanılmasını içermektedir. Sosyal destek arama, sorun çözme ve olumsuz deneyimleri yeniden çerçevelendirme gibi stratejiler sayesinde bireyler daha güçlü hisseder ve acılarının üstesinden gelebilme potansiyellerine katkıda bulunur (Park ve Folkman, 1997).

Stoeber, (2003) acıyı, “dönüştürücü acı” ve “yıkıcı acı” olmak üzere iki kategori şeklinde açıklar. Dönüştürücü acıyı, kişisel gelişimi ve olumlu değişimi yaratma potansiyeli ile karakterize eder. Acı çekmenin yapıcı, geliştirici ve olumlu bir yönü olduğunu sürer. Öte yandan yıkıcı acı, olumlu sonuçlardan ve yapıcı süreçlerden yoksun bir acı türü olarak sunulmaktadır. Kişisel gelişime veya aydınlanmaya katkıda bulunmayan deneyimleri içerir.

Acı kavramı psikolojide olduğu kadar birçok dinde de önemli bir yere sahiptir. Örneğin İslam'da acı çekmek genellikle Allah'ın bir sınavı olarak görülür. İslam'ın kutsal kitabı olan Kur'an'da insanların zorluklara sabır ve inançla dayanmaya teşvik eder. Kur'an'daki Bakara Suresi (:155-157), sıkıntıların ve acıların hayatın bir parçası olduğunu ve sabredenlerin Allah'ın rahmetine erişeceğini vurgular. Hristiyanlıkta ise acı, İsa Mesih'in yaşamı ve öğretileri üzerinden bağlamsallaştırılır. Yeni Ahit, özellikle de İnciller, İsa'yı acı çeken bir figür olarak tasvir eder ve çarmıha gerilmesinin insanlığın günahlarının kefareti ödeyen kurtarıcı bir unsur olarak görür. Birçok ayette acının dönüştürücü gücü vurgulamakta ve acının dayanıklılık, karakter ve umut gibi ürettiğini ve sonunda Mesih'e iman yoluyla kurtuluşa yol açtığını belirtmektedir (Romans 5:2-3-5). Budizm'de de acı çekme kavramı çokça bahsedilen bir kavramdır. Budist öğretilerin temelini oluşturan Dört Yüce Gerçek,

acının var olduğunu kökenin tanımlanabileceğini, üstesinden gelinebileceğini ve üstesinden gelmek için bir yol olduğunu ileri sürer (Bodhi, 2012, s. 28-29).

Literatürde öne çıkan kavramlardan biri acı ve dayanıklılık arasındaki ilişkidir. Acı verici deneyimler yaşayan bireylerin genellikle yüksek düzeyde dayanıklılık sergilediği ve zorluklarla olumlu bir şekilde uyum sağlama becerisi gösterdiği ortaya konmuştur (Smith vd., 2009).

Acının dönüştürücü gücü, travma sonrası büyüme kavramıyla da yakından ilişkilidir. Tedeschi ve Calhoun (2004), önemli bir acı veya travma geçiren bireylerin, gelişmiş öz farkındalık, yaşam önceliklerinin yeniden değerlendirilmesi ve ilişkilere daha fazla değer verilmesi gibi olumlu psikolojik değişiklikler yaşanabileceğini travma sonrası büyüme çerçevesinde ortaya koymuştur. Bu bağlamda acı, kişinin bakış açısını ve önceliklerini yeniden şekillendirerek kişisel gelişim için bir katalizör haline gelir.

Acının dönüştürücü gücü ile yaşam doyumu pozitif yönde anlamlı ilişkisi vardır (Sarı, 2018). Hemşireler üzerinde yapılan bir çalışmada acının dönüştürücü gücü ve hayatın anlamı ile pozitif ve anlamlı ilişki varken hayatın anlamsızlığı alt boyutuyla negatif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur (Çakmak vd., 2022). Kaplan ve Keser, (2021) yaptığı çalışmada, kadın öğrencilerin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlarının empati becerilerini anlamlı düzeyde etkilediği görülmüştür.

### **1.3. Genel Yetkinlik İnancı**

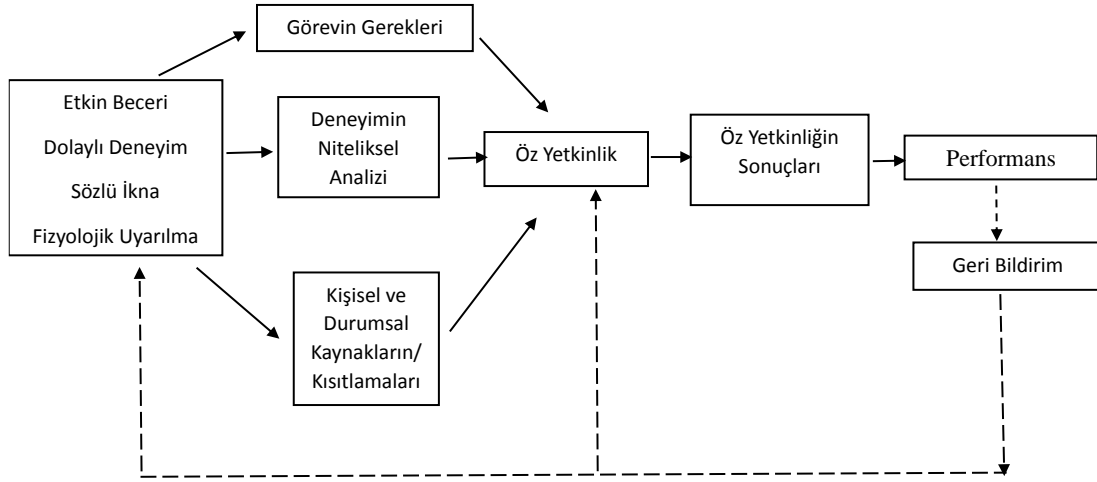
Kökleri Bandura'nın (1977), Sosyal Bilişsel Teorine dayanan genel yetkinlik inancı, bireyin yeterlilikleri ve farklı durumlarda etkili bir şekilde performans gösterme kabiliyeti hakkındaki genel öz yargıları olarak kavramsallaştırılır. Genel yetkinlik inançları, alana özgü kişisel yeterliliğin ötesine geçerek, bireyin hayatın getirdiği zorlukları yönetebilme konusundaki genel becerisine ilişkin daha geniş bir çerçeveyi kapsar. Bu kavram genel olarak güvenden farklıdır ve bireyin belirli durumlarda belirli görevleri yerine getirme konusundaki güvenini yansıtır.

Bandura, (1977) öz-yetkinlik inançlarının gelişmesini etkileyen 4 ana kaynağın olduğuna değinir. Bunlar;

- Performans Başarıları: Bireyin geçmiş performanslarındaki başarı ve başarısızlıklar öz yetkinliği önemli ölçüde etkiler. Başarılar güveni artırırken başarısızlıklar yetkinlik inancını zedeleyebilir. Tekrarlanan başarılar güçlü yeterlilik inancı geliştirmekle kalmaz aynı zamanda ara sıra yaşanan başarısızlıkların olumsuz etkisini de azaltabilir. Bu nedenle başarısızlıkların yeterlilik üzerine etkileri zamanlamasına ve toplam şekline bağlı olduğunu söyler.
- Dolaylı Yaşantılar: İnsanlar, öz-yetkinliğe ilişkin bilgileri sadece kendi deneyimleri yoluyla sağlamadığını başka insanların da benzer görevlerde başarılı veya başarısız olduğunu gözlemlemesinin kişide öz yeterlilik inancını etkilediğine değinir. Bir kişi kendine benzeyen birinin başarılı olduğunu görürse, kendi yeteneklerine olan inancı artabilir.
- Sözel İkna: Bireyin bir davranış için yapabileceğine ya da yapamayacağına dair başkalarından gelen cesaretlendirici, teşvik edici veya olumsuz sözel bildirimlerin kişinin yetkinlik inancı üzerine olan etkisini içerir.
- Duygusal Durum: Stres veya rahatlama gibi fiziksel ve duygusal reaksiyonlar öz yetkinliği etkileyebilir. Bireyler stresli veya içsel olarak tedirgin olduğu durumlarda başarı bekleme olasılıkları düşükken tedirgin olmadıkları durumlarda başarı bekleme olasılıkları yüksektir.

Bandura, (1977) öz yetkinliği yüksek bireylerin zorlayıcı hedefler belirleme ve engeller karşısında çabayı sürdürme olasılıklarının daha yüksek olduğunu söyler. Bandura davranış, kişisel faktörler ve çevresel etkiler arasındaki çift yönlü ilişkiyi vurgulayarak yetkinliğin bu dinamik etkileşim içerisinde hem bir sonuç hem de bir yordayıcı olarak görmektedir.

Gist ve Mitchell'e (1992) göre, öz-yetkinlik inancını oluşturan yapılar şöyle açıklanmaktadır;(Şekil:1)



**Şekil 1. Öz-Yeterlilik-Performans İlişkisi Modeli (Gist ve Mitchell, 1992)**

**Kaynak:** Gist, M. E., ve Mitchell, T. R. (1992). Self-efficacy: A theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management Review*, 17(2), 183-211. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/258770>

Gist ve Mitchell, öz yetkinlik inancının Bandura'nın belirlemiş olduğu dört kaynağa dayandığı kabul etmekle beraber sadece bu kaynaklarla öz yetkinliğe ulaşılmayacağı ve sınırlı kaldığına değinir. Öz yetkinliğin oluşmasında üç tür değerlendirme sürecinin rol oynadığından bahseder. İlk olarak görev gereklilikleri vardır. Görev gerekliliği, bireyin bir konuda performans göstermek için ne gerektiği hakkında analizleridir. İlk değerlendirme görev gerekliliklerinin değerlendirilmesini ve geçmiş deneyimlerin performans sonuçlarına atfedilmesini içerir. İkinci olarak deneyimin niteliksel analizi gelir. Deneyimin niteliksel analizi, gelecekteki performansı etkileyen kişisel ve durumsal faktörlerin incelenmesini içerir. Bu da kişisel ve durumsal kaynakların, kısıtlamaların ve dış taleplerin değerlendirilmesini içerir. Bu değerlendirme süreci yinelemelidir ve görevin niteliğine ve geçmişteki deneyimlere bağlı olarak vurgu açısından farklılık gösterebilir.

Schwarzer ve Jerusalem'e (1995) göre, genel yetkinlik, öz yetkinlikten farklıdır, çünkü öz yetkinlik göreve özgüdür ve bağlama bağlıdır ayrıca çeşitli faktörler tarafından şekillendirilebilir. Göreve özgü öz yetkinlik kişinin belirli faaliyetleri gerçekleştirebilme konusundaki güveniyle ilgilidir. Buna karşılık genel yetkinlik ya da

genel öz yetkinlik, çeşitli görevlerin üstesinden gelme becerisine kadar uzanan daha geniş bir inancı temsil eder.

Bandura, (2012) yetkinlik inançlarının insan işlevselliğinin çeşitli yönlerini etkilemedeki önemini vurgulamaktadır. Bu inançların güçlendirilmesi, kaygı ve depresyonun azaltılması, fiziksel gücün artırılmasını ve fiziksel duygusal durumların yanlış yorumlanmasının düzeltilmesini içermektedir. Tahmassian ve Jalali Moghadam, (2011) öz-yetkinlik, fiziksel öz-yetkinlik ve akademik öz-yetkinliğin depresyon ile arasında anlamlı ve negatif ilişki olduğunu ve düşük öz-yetkinliğin sosyal ve duygusal sorunlar gibi ruh sağlığının çeşitli yönlerini etkilediğinden bahsetmiştir.

Bandura, (2012) aynı zamanda öz yetkinlik inançlarının biliş, motivasyon, duygular ve karar verme süreçlerini de etkilediğine değinir. Bandura, (1994, s. 1-13) öz yetkinlik inançlarının bu dört ana psikolojik süreci nasıl etkilediği şöyle açıklar:

- Bilişsel süreçler: Bu süreç algılanan öz yetkinlik, kişisel hedef belirme ve bağlılığı etkiler ve öz yetkinlik inançlarının düşünce üzerindeki etkisi olarak tanımlanır. Yetkinlik inançları beklenti senaryolarını şekillendirir ve yüksek yetkinliğe sahip olanlar başarıyı görselleştirirken, yetkinliği konusunda kendinden şüphe duyan inşalar başarısızlığı görselleştirirler. Analitik düşünme ve performansın kalitesi, kendinden şüphe duyma veya yüksek bir yetkinlik duygusunu etkiler.
- Motivasyonel Süreçler: Öz yetkinlik inançları nedensel yüklemeleri, sonuç beklentilerini ve hedef belirlemeyi etkiler. Hedefler ve kişisel standartlar temel bilişsel motivasyon unsurlarıdır. Hedef belirlemeye bağlı motivasyon, kendi kendini etkileyen süreçleri içerir ve performans başarılarına katkıda bulunur.
- Duygusal süreçler: Öz yetkinlik inançlarının stres, kaygı, depresyon ve sağlığı nasıl etkilediğini içerir. Algılanan başa çıkma öz yetkinliği tehdit edici durumlarda stres ve depresyon düzeylerini etkiler. Rahatsız edici düşünceler üzerindeki kontrol, düşünce kaynaklı stres ve depresyonu düzenlemek için önemlidir.
- Seçim Süreçleri: Yetkinlik inançlarının insanların aktiviteler ve ortamlarda yaptıkları seçimleri nasıl etkilediğini içerir. Öz yetkinlik inançları bireylerin

faaliyetler ve ortamlarda yaptıkları seçilmelerini sekillendirir. Kariyer seçimi ve gelişimi, algılanan öz yetkinlikten etkilenir ve dikkate alınan kariyer seçenekleri, hazırlık ve başarı üzerinde etkili olur.



## 2. YÖNTEM

Yürütülen araştırmanın bu bölümünde araştırma modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve araştırmada kullanılan metotlar ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

### 2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada 18 yaş ve üstü bireylerde hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rolü ilişkisel tarama modeli kullanılarak incelenmiştir. İlişkisel tarama modeli, genel tarama modellerinden biridir. İki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya değişim derecesini belirlemek için kullanılan bir modeldir (Karasar, 2012, s. 79-81). Bu araştırmadaki değişkenler hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücüdür. Genel yetkinlik inancı da aracı değişkendir.

### 2.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan 18 yaş ve üstü bireylerden oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme Google Forms ile hazırlanan formun Instagram, Whatsap, Facebook gibi sosyal medya uygulamalarından kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılmış 438 kişiden oluşmaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplamak için Demografik Bilgi Formu, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği ve Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği kullanılmıştır.

#### 2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı değişkenlerinin sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisini incelemek için araştırmacı tarafından geliştirilen ve katılımcılara cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, ekonomik durum, çalışma durumu, yakın çevresinden birinin kaybı,

kronik rahatsızlığın varlığı, kendini inançlı ve sabırlı biri olarak tanımlayıp tanımlamadığına dair sorulardan oluşan demografik form uygulanmıştır.

### **2.3.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği**

Aydın vd., (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte “Hayatın Anlam ve Amacı” ile “Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu” olmak üzere 2 alt boyut bulunmaktadır. Ölçek 5’li likert tiptedir. Derecelendirilmesi 1= kesinlikle katılmıyorum, 2= katılmıyorum, 3= kararsızım, 4= katılıyorum ve 5= kesinlikle katılıyorum şeklindedir.

Ölçek 11 olumlu, 6 olumsuz olmak üzere toplamda 17 maddeden oluşmaktadır. 4, 8, 10, 13, 14 ve 16. maddeler olumsuz ifade içeren geri kalan maddeler ise olumlu ifade içeren maddelerdir. Olumlu maddeler için işaretlenen seçenekler sırasıyla kesinlikle katılıyorum (5), katılıyorum, (4), kararsızım (3), katılmıyorum (2) ve kesinlikle katılmıyorum (1) şeklinde puanlanarak değerlendirilir. Olumsuz maddeler için işaretlenen seçenekler ise kesinlikle katılıyorum (1), katılıyorum (2), kararsızım (3), katılmıyorum (4) ve kesinlikle katılmıyorum (5) şeklinde tersten puanlanarak hesaplanır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 85 en düşük puan 17’dir. Ölçekten yüksek puan alan bireylerin hayatta anlam ve amaç düzeylerinin yüksek olduğu, düşük puan alınmasının hayatta anlam ve amaç düzeylerinin düşük olduğunu gösterir. Ölçeğin bütününe ilişkin iç tutarlılık kat sayısı (Cronbach Alpha) 0,91; test-yarı test güvenilirlik katsayısı 0,81; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,74 ( $p<0,01$ ) olarak bulunmuştur.

### **2.3.3. Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği**

Joshanloo, (2014) tarafından geliştirilen ölçek Dinçer vd., (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Tek faktörlü bir yapı gösteren ölçek 1=kesinlikle katılmıyorum 7= kesinlikle katılıyorum şeklinde 7’li likert tipte bir ölçektir. 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan 35’ tir. Ölçekten alınan yüksek puan acı verici yaşam olaylarından sonra bireyin kendinde olumlu dönüşüm, gelişim ve olgunlaşmaya hizmet edeceğine olan inançlarının yüksek olacağına işaret etmektedir. Ölçeğin

Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .84, test-tekrar test korelasyon katsayısı .75 olarak bulunmuştur.

#### **2.3.4. Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği**

Jerusalem ve Schwarzer, (1992) tarafından geliştirilen ölçek Çelikkaleli ve Çapri, (2008) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek tek boyuttan ve 10 maddeden oluşmaktadır 4'lü Likert (1= Doğru değil 2= Biraz Doğru, 3= Daha Doğru ve 4= Tümüyle doğru) tipte bir ölçme aracıdır. Ölçme aracından yüksek puan alınması genel yetkinlik inancının yüksek olduğu, düşük puan alınması genel yetkinlik inancının düşük olduğu biçiminde değerlendirilir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .87, test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .92 olarak bulunmuştur.

#### **2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi**

Veriler Google Forms ile oluşturulduktan sonra Instagram, Whatsapp ve Facebook gibi sosyal medya uygulamaları aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılar formu doldurmaya başlamadan önce araştırma ile ilgili bilgilendirilmiş ve onam formu yöneltilmiştir.

Araştırmada toplanan verilerin analizi IBM SPSS Statistics programı ile yapılmıştır. Bu araştırmaya 438 katılmıştır. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu analitik yöntemler kullanılarak incelendi. Normal dağılım göstermeyen verilerde Mann-Whitney U testi kullanıldı. İki'den fazla grup karşılaştırılmalarında Kruskal-Wallis kullanıldı. Hangi gruplar arasında anlamlı farklılık saptayabilmek için post hoc Benferroni testi uygulandı. Ölçekler, alt boyutlar ve diğer değişkenlerin birbiriyle ilişkisi Spearman korelasyon analizi ile değerlendirildi. Ölçek toplam puan ile diğer ölçek ve alt boyut skorları ile lineer regresyon analizi kullanılarak matematiksel model kuruldu. p değerinin 0,05'in altında olduğu durumlar istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

### 3. BULGULAR

Bu bölümde Demografik Bilgi Formu, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği (HAAÖ), Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği (ADGÖ) ve Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği (GYİÖ) kullanılarak toplanan verilerden yapılan analizlerin sonucunda elde edilen bulgular ve açıklamaları yer almaktadır.

**Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Dağılımı**

<b>Yaş</b>	<b>Ortalama±Ss (Min-Maks)</b>	<b>32,6±12,3 (18-67)</b>	
<b>Değişkenler</b>	<b>Alt Gruplar</b>	<b>Sayı (n)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	201	45,9
	Kadın	237	54,1
<b>Medeni Durum</b>	Bekar	207	47,3
	Evli	177	40,4
	İlişkisi Var	54	12,3
<b>Eğitim Durumu</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	19,4
	Lisans	297	67,8
	Yüksek lisans	56	12,8
<b>Ekonomik Durum</b>	Kötü	55	12,6
	Orta	282	64,4
	İyi	101	23,1
<b>Çalışma Durumu</b>	Çalışmıyor	171	39
	Kamu Sektörü	86	19,6
	Özel Sektör	181	41,3
<b>Yakın çevreden birini kaybetme</b>	Hayır	184	42
	Evet	254	58
<b>Kronik rahatsızlık durumu</b>	Yok	353	80,6
	Var	85	19,4
<b>Kendini inançlı tanımlama</b>	Hayır	96	21,9
	Evet	342	78,1
<b>Sabırlı olma durumu</b>	Hayır	119	27,2
	Evet	319	72,8

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 1’ de çalışma grubuna ilişkin demografik bilgiler verilmektedir. Katılımcıların yaş ortalaması 32,6 (ss= 12,3, min: 18, maks: 67) olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların 201’i (%45,9) erkek, 237’si (%54,1) kadınlardan oluşmaktadır.

Araştırmaya katılanların 207’si (%47,3) bekar, 177’si (%40,4) evli, 54’ünün (%12,3) ilişkisi vardır. Katılımcıların eğitim durumu, 85’i (%19,4) ilkokul/ortaokul/lise, 297’si (%67,8) lisans, 56’sı (%12,8) yüksek lisans mezunudur.

Katılımcıların 55'i (%12,6) kötü, 282'si (%64,4) orta, 101'i (%23,1) iyi ekonomik duruma sahiptir. Katılımcıların çalışma durumu, 171'i (%39,0) çalışmıyor, 86'sı (%19,6) kamu sektörü, 181'i (%41,3) özel sektör şeklindedir. Katılımcılar yakın çevreden birini kaybetme sorusuna 184'ü (%42,0) hayır, 254'ü (%58,0) evet cevabını vermiştir. Katılımcıların 353'ü (%80,6) kronik bir rahatsızlığa sahip değilken, 85'inin (%19,4) kronik rahatsızlığı vardır. Katılımcıların kendilerini inançlı biri olarak tanımlama sorusuna 96'sı (21,9) hayır, 342'si (%78,1) evet cevabını vermiştir. Katılımcıların sabırlı olma durumu 119 (%27,2) hayır, 319 (%72,8) evet şeklinde cevaplamıştır

**Tablo 2. Ölçek Puanlarının Tanımlayıcı İstatistiksel Analizleri**

	$\bar{x}$	ss	min	maks	Çarpıklık	Basıklık	$\alpha$
<b>Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği</b>	65,6	13,1	17	85	-0,796	0,463	0,909
<b>Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut</b>	43,7	8,2	11	55	-1,071	1,302	0,872
<b>Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu</b>	21,9	6,3	6	30	-0,673	-0,327	0,876
<b>Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı</b>	24,1	7,5	5	35	-0,567	-0,194	0,843
<b>Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı</b>	30,7	6	11	40	-0,382	-0,008	0,899

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Ölçeklerden elde edilen toplam skora ait tanımlayıcı istatistiksel analiz sonuçları Tablo 2.'de gösterilmiştir. Hayatın anlam ve amacı ölçeğinin toplam puanı için minimum değeri 17, maksimum değeri 85, ortalaması 65,6, standart sapması 13,1, çarpıklık değeri -0,796, basıklık değeri 0,463, Cronbach alfa değeri 0,909'dur.

Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu için minimum değeri 11, maksimum değeri 55, ortalaması 43,7, standart sapması 8,2, çarpıklık değeri -1,071, basıklık değeri 1,302, Cronbach alfa değeri 0,872'dir. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu için minimum değeri 6, maksimum değeri 30, ortalaması 21,9, standart sapması 6,3, çarpıklık değeri -0,673, basıklık değeri -0,327, Cronbach alfa değeri 0,876'dır. Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği için minimum değeri 5, maksimum

değeri 35, ortalaması 24,1, standart sapması 7,5, çarpıklık değeri -0,567, basıklık değeri -0,194, Cronbach alfa değeri 0,843 'tür. Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği için minimum değeri 11, maksimum değeri 40, ortalaması 30,7, standart sapması 6,0, çarpıklık değeri -0,382, basıklık değeri -0,008, Cronbach alfa değeri 0,899' dur.

**Tablo 3. Normalite Analizleri**

Değişkenler	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Sd	p	Statistic	Sd	p
Yaş	0,155	438	<0,001	0,910	438	<0,001
Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	0,077	438	<0,001	0,950	438	<0,001
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut	0,095	438	<0,001	0,928	438	<0,001
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	0,108	438	<0,001	0,936	438	<0,001
Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği	0,082	438	<0,001	0,957	438	<0,001
Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği	0,058	438	0,001	0,971	438	<0,001

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Sürekli veri tipleri olan yaş değişkeni ve ölçeklere ait toplam puanların normalite analizleri Tablo 3.'de gösterilmiştir. Popülasyon sayısı 438 olmuş olsa da bu değişkenlerde verilerin normal dağılmadığı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinin sonucunda görülmektedir.

**Tablo 4. Ölçekler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

Ölçek	İstatistiksel Terimler	Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut	Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği
ADGÖTP	$r_s$ p değeri	0,377** <0,001	0,465** <0,001	0,218** <0,001	0,320** <0,001
GYİÖTP	$r_s$ p değeri	0,507** <0,001	0,541** <0,001	0,396** <0,001	

ADGÖTP; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı

GYİÖTP; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 4'te araştırmada kullanılan ölçek puanlarına ilişkin korelasyon analizi verilmiştir. Spearman's rho korelasyon analizi uygulanmıştır,  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Acının dönüştürücü gücü ölçeği toplam puanı ile hayatın anlam ve

amacı ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf-orta düzeyde anlamlı ( $r=0,377$ ;  $p=0,001$ ), hayatın anlam ve amacı alt boyut toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ( $r=0,465$ ;  $p=0,001$ ), hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt boyutu toplam puanı arasında zayıf düzeyde anlamlı ( $r=0,218$ ;  $p=0,001$ ) ve genel yetkinlik inancı ölçeği toplam puanı arasında zayıf-orta düzeyde anlamlı ( $r=0,320$ ;  $p=0,001$ ) ilişki saptanmıştır. Genel yetkinlik inancı ölçeği toplam puanı ile hayatın anlam ve amacı ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ( $r=0,507$ ;  $p=0,001$ ), hayatın anlam ve amacı alt boyut toplam puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ( $r=0,541$ ;  $p=0,001$ ), hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt boyutu toplam puanı arasında zayıf –orta düzeyde anlamlı ( $r=0,396$ ;  $p=0,001$ ) ilişki saptanmıştır.

**Tablo 5. Kurulan Regresyon Modellerine Ait Geçerlilik Kriterlerinin Değerlendirilmesi ve Çoklu Bağlantının İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	R	R <sup>2</sup>	Adj. R <sup>2</sup>	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				Collinearity Statistics		
						R <sup>2</sup> Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	Tolerance	VIF
GYİÖ	HAAÖTP	0,496	0,246	0,244	5,176	0,246	142,1	1	436	<0,001	1,00	1,00
ADGÖTP	HAAÖTP	0,416	0,173	0,171	6,859	0,173	91,4	1	436	<0,001	1,00	1,00
ADGÖTP	HAAÖTP ve GYİÖ	0,428	0,183	0,179	6,826	0,183	48,8	2	435	<0,001	0,75	1,33

ADGÖTP; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖTP; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 5.'de kurulan regresyon modellerine ait geçerlilik kriterlerinin değerlendirilmesi ve çoklu bağlantının incelenmesi ele alındı. Her aşamada kurulan modellerin istatistiksel olarak anlamlı ve kriterleri sağladıkları bulundu. Ayrıca, çoklu doğrusal bağlantıda VIF değerinin 10'dan düşük olduğu ve toleransın da 0.2'den büyük olduğu bulundu. Böylece 2. aşama olan ve Tablo 6.'da sunulan lineer regresyon analizi sonuçlarının değerlendirilmesi geçilebilir.

**Tablo 6. HAAÖ'nin, ADGÖ Üzerindeki Etkisinde GYİÖ'nün Aracı Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata B	Beta( $\beta$ )	t	p
GYİÖ	Sabit	15,823	1,268	-	12,476	<0,001
	HAAÖTP	0,226	0,019	0,496	11,920	<0,001
R=0,496 R <sup>2</sup> =0,246 Sd:1/435 F=142,098 p<0,001						
ADGÖTP	Sabit	8,292	1,681	-	4,934	<0,001
	HAAÖTP	0,240	0,025	0,416	9,560	<0,001
R=0,416 R <sup>2</sup> =0,173 Sd:1/435 F=91,393 p<0,001						
ADGÖTP	Sabit	6,002	1,948	-	3,081	0,002
	HAAÖTP	0,207	0,029	0,360	7,207	<0,001
	GYİÖ	0,145	0,063	0,114	2,291	0,022
R= 0,428 R <sup>2</sup> =0,183 Sd:2/435 F=48,766 p<0,001						

ADGÖTP; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖTP; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 6'da ADGÖ toplam puanı ile HAAÖ toplam puanı, HAAÖ alt boyutları toplam puanı ve GYİÖ toplam puanları ve GYİÖ ile HAAÖ toplam puanı, HAAÖ alt boyutları toplam puanı arasında korelasyon ve regresyon analizi verilmektedir. Basit ve çoklu lineer regresyon analizi uygulandı ve  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır.

HAAÖ'nin, ADGYÖ üzerindeki etkisini incelemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizleri ve ortak etkisini değerlendirmek için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Son olarak, GYİÖ'nün bu modeldeki aracı rolü araştırılmıştır.

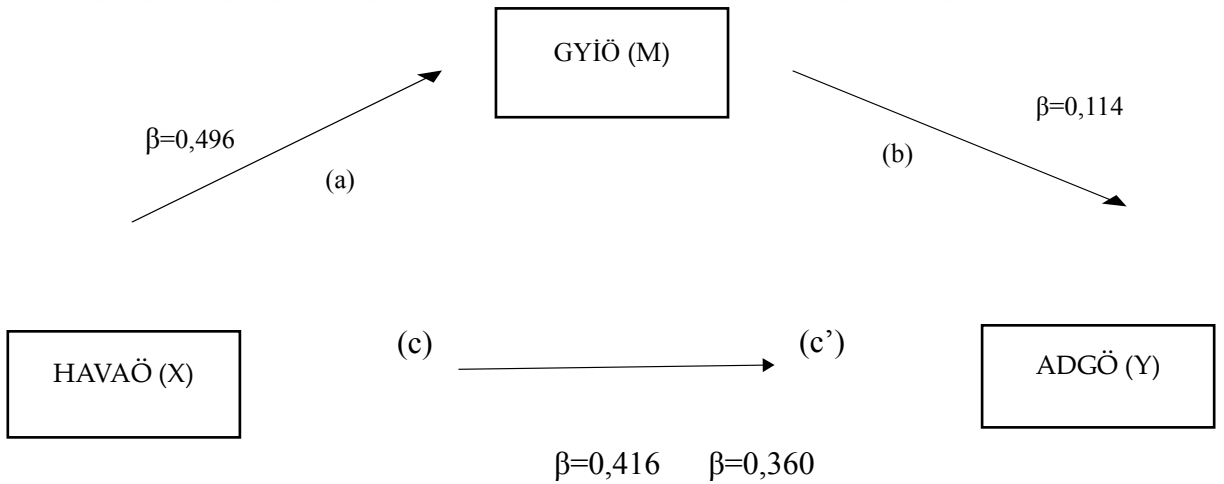
Regresyon analizinin birinci aşamasında hayatın anlam ve amacının genel yetkinlik inancı üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir(a). Hayatın anlam ve amacının ( $\beta=0,496$ ,  $t= 11,920$ ,  $p<0,001$ ), genel yetkinlik inancını %24.6 oranında açıkladığı görülmüştür. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $R=0,496$ ,  $R^2=0,246$ ,  $F_{(1,435)}:142,098$ ,  $p<0,001$ ).

Regresyon analizinin ikinci aşamasında hayatın anlam ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir (c). Hayatın anlam ve amacı ( $\beta=0,416$ ,  $t=9,560$ ,  $p<0,001$ ) acının dönüştürücü gücünü %17.3 oranında

açıkladığı görülmüştür. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $R=0,416$ ,  $R^2=0,173$ ,  $F_{(1,435)}:142,098$ ,  $p<0,001$ ).

Regresyon analizinin son aşamasında hayatın anlam ve amacı ve genel yetkinlik inancı, acının dönüştürücü gücü üzerindeki ortak yordayıcı etkisi incelenmiştir (c'). Hayatın anlam ve amacı ( $\beta=0,360$ ,  $t=7,207$ ,  $p<0,001$ ) ve genel yetkinlik inancı ( $\beta=0,114$ ,  $t=2,291$ ,  $p=0,022$ ), acının dönüştürücü gücü %18,3'ünü açıkladığı görülmüştür. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $R=0,428$ ,  $R^2=.386$ ,  $F_{(2,435)}:48,766$ ,  $p<0,001$ ).

Aracı etkinin test edilmesi için gerekli varsayımların çoğunun karşılandığı belirlenmiştir. Beta katsayıları değerlendirildiğinde, genel yetkinlik inancı, modele aracı değişken olarak atandığında hayatın anlam ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde düşüş olduğu görülmüştür. Güven aralığı alt ve üst sınır değer işaretlerinin aynı yönde olduğu görülmüştür (LLCI=0,021, ULCI=0,269). Buna göre hayatın anlamı ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde genel yetkinlik inancı kısmi aracı rolünün olduğu bulunmuştur (Tablo 5.). Regresyon analizi sonucunda çıkan model Şekil 2'de verilmiştir.



**Şekil 2. HAVAÖ'nin, ADGYÖ Üzerindeki Etkisinde Üzerindeki Etkisinde GYİÖ'nün Aracı Rolüne İlişkin Model**

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 5.'de hayatın anlam ve amacı ile genel yetkinlik inancının, acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisini incelemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizleri ve ortak etkisini değerlendirmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Son olarak, genel yetkinlik inancının bu modeldeki aracı rolü sorgulanmıştır.

**Tablo 7. Yaş ile Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

<b>Ölçekler ve alt boyutlar</b>	<b>İstatistik</b>	<b>Yaş</b>
Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı	r	0,058
	p değeri	0,229
Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı	r	0,280**
	p değeri	<0,001
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı	r	0,264**
	p değeri	<0,001
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı	r	0,276**
	p değeri	<0,001
Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı	r	0,267**
	p değeri	<0,001

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 7'de yaş ile ölçek toplam puanları arasındaki ilişkinin incelenmesine yer verilmiştir. Spearman's rho korelasyon analizi uygulandı  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Yaş ile acının dönüştürücü gücü ölçeği toplam puanı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ( $p > 0,05$ ). Yaş ile hayatın anlam ve amacı ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki vardır ( $r=0,280$ ;  $p=0,001$ ). Yaş ile hayatın anlam ve amacı ölçeği alt boyut toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki vardır ( $r=0,264$ ;  $p=0,001$ ). Yaş ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt boyutu toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki vardır ( $r=0,267$ ;  $p=0,001$ ). Yaş ile genel yetkinlik inancı ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,267$ ;  $p=0,001$ ).

**Tablo 8. Cinsiyetler Arasında Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$ sıra	$\Sigma$ sıra	U	z	p
<b>HAAÖTP</b>	Erkek	201	237,1	47660	20278	-2,68	0,007
	Kadın	237	204,6	48481			
<b>HAAAB</b>	Erkek	201	236,6	47565	20373	-2,61	0,009
	Kadın	237	205	48576			
<b>HAAYAB</b>	Erkek	201	236,5	47528,5	20410	-2,59	0,01
	Kadın	237	205,1	48612,5			
<b>ADGÖ</b>	Erkek	201	241,2	48479	19459	-3,31	0,001
	Kadın	237	201,1	47662			
<b>GYİÖ</b>	Erkek	201	262,3	52713	15225	-6,52	0,0001
	Kadın	237	183,2	43428			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 8’ de cinsiyet grupları arasında ölçeklere ve alt boyut toplam puanlarının karşılaştırılması verilmiştir. Mann-Whitney U testi uygulandı ve  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Cinsiyete göre HAAÖT ( $z = -2,68$ ;  $p = 0,007$ ), HAAAB ( $z = -2,61$ ;  $p = 0,009$ ), HAAYAB ( $z = -2,59$ ;  $p = 0,010$ ), ADGÖ ( $z = -3,31$ ;  $p = 0,001$ ) ve GYİÖ ( $z = -6,52$ ;  $p = 0,000$ ) puanları anlamlı farklılaşmaktadır. Bütün ölçek ve alt boyut toplam puanları erkeklerde anlamlı şekilde yüksektir.

**Tablo 9. Medeni Durumlar Arasında Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$ sıra	$\chi^2$	p	Fark
<b>HAAÖTP</b>	Bekar	207	62,7	11,9	186,3	38,9	<0,001	2>1,3
	Evli	177	69,6	13,2	265,1			
	İlişkisi Var	54	63,4	13,6	197,6			
<b>HAAAB</b>	Bekar	207	42,4	7,5	192,4	29,4	<0,001	2>1,3
	Evli	177	45,5	8,8	259,3			
	İlişkisi Var	54	42,4	7,8	193			
<b>HAAYAB</b>	Bekar	207	20,4	6	183,8	42,5	<0,001	2>1,3
	Evli	177	24,1	5,9	266,8			
	İlişkisi Var	54	21	6,6	201,4			
<b>ADGÖ</b>	Bekar	207	23,7	7,3	211,7	6,4	<0,042	2>3
	Evli	177	24,9	7,8	236,6			
	İlişkisi Var	54	22,6	7,4	193,2			
<b>GYİÖ</b>	Bekar	207	29,8	5,7	200,1	20	<0,001	2>1,3
	Evli	177	32,1	6	251,9			
	İlişkisi Var	54	29,2	5,9	187,7			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 9’da medeni durumu ile ölçek ve alt boyut toplam skorlarının karşılaştırılması yapılmıştır. Kruskal Wallis testi ve post hoc Bonferroni testi uygulandı ve  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Medeni duruma göre HAAÖTP ( $\chi^2=38,9$ ;  $p=0,001$ ), HAAAB ( $\chi^2=29,4$ ;  $p=0,001$ ), HAAYAB ( $\chi^2=42,5$ ;  $p=0,001$ ), ADGÖ ( $\chi^2=6,4$ ;  $p= 0,042$ )ve GYİÖ ( $\chi^2=20,0$ ;  $p=0,001$  ) puanlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. post hoc Benferroni testine göre HAAÖTP, HAAAB, HAAYAB ve GYİÖ puanları evli olanlarda bekar ve ilişkisi olan grubu göre daha yüksektir. ADGÖ puanı evli olanlarda ilişkisi olanlara göre daha yüksektir.

**Tablo 10. Eğitim Durumları Arasında Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}_{sıra}$	$\chi^2$	p	Fark
<b>HAVAÖTP</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	66,7	14	235,4	2,3	0,315	-
	Lisans	297	65	13,1	213,3			
	Yükseklisans	56	66,9	11,3	228,1			
<b>HAVAAB</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	44,6	9	244,8	4,8	0,089	-
	Lisans	297	43,2	8,2	211,1			
	Yükseklisans	56	44,5	6,8	225,8			
<b>HAVAYAB</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	22,1	7	229,1	1	0,598	-
	Lisans	297	21,8	6,1	215,3			
	Yükseklisans	56	22,5	5,7	227,2			
<b>ADGÖ</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	25,9	7,8	254,9	8,5	0,015	1>2
	Lisans	297	23,5	7,5	209,8			
	Yükseklisans	56	24,1	7,3	217,3			
<b>GYİÖ</b>	İlkokul/Ortaokul/Lise	85	32,1	6,6	253	7,4	0,025	1>2
	Lisans	297	30,3	5,8	211,2			
	Yükseklisans	56	30,3	5,7	212,5			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo 10’ da eğitim durumları ile ölçek ve alt boyut toplam skorlarının karşılaştırılması yapılmıştır. Kruskal Wallis testi ve post hoc Bonferroni testi uygulanmıştır ve  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Eğitim durumuna göre ADGÖ ( $\chi^2=8,5$ ;  $p=0,015$ ) ve GYİÖ ( $\chi^2=7,4$ ;  $p=0,025$ ) anlamlı farklılaşmaktadır. post hoc

Benferroni testine göre eğitim durumu ilkokul/ortaokul/lise olan katılımcıların puanları eğitim durumu lisans olanlara göre daha yüksektir. HAAÖTP ve alt boyutları medeni duruma göre anlamlı farklılaşmamaktadır( $p>,05$ ).

**Tablo 11. Ekonomik Durumlar Arasında Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}_{sıra}$	$\chi^2$	p	Fark
HAAÖTP	Kötü	55	60,9	14	177,3	18	<0,001	3>1,2
	Orta	282	65	13	212,7			
	İyi	101	69,9	11,4	261,4			
HAAAB	Kötü	55	41,5	8,7	188	16,9	<0,001	3>1,2
	Orta	282	43	8,4	210,1			
	İyi	101	46,5	6,6	262,9			
HAAYAB	Kötü	55	19,4	6,9	171,9	14	0,001	2,3>1
	Orta	282	21,9	6,1	217,6			
	İyi	101	23,4	6,1	250,8			
ADGÖ	Kötü	55	23,2	8,3	208,3	6	0,05	-
	Orta	282	23,7	7,1	212			
	İyi	101	25,5	8,1	246,4			
GYİÖ	Kötü	55	30,4	7	219,2	13	0,002	3>2
	Orta	282	30	5,9	205,6			
	İyi	101	32,6	5,1	258,5			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo11’de ekonomik durum ile ölçek ve alt boyutları karşılaştırılmıştır. Kruskal Wallis testi ve post hoc Bonferroni testi uygulanmıştır ve  $p<0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Ekonomik duruma göre HAAÖTP ( $\chi^2=18,0$ ;  $p=0,001$ ), HAAAB ( $\chi^2=16,9$ ;  $p= 0,001$ ), HAAYAB ( $\chi^2=14,0$ ;  $p=0,001$ ) ve GYİÖ ( $\chi^2=13,0$ ;  $p=0,002$ ) anlamlı farklılaşmaktadır. post hoc Benferroni testine göre ekonomik durumunu iyi olarak belirten katılımcıların HAAÖTP ve HAAAB puanları ekonomik durumunu orta ve kötü olarak belirten katılımcılara göre daha yüksektir. Ekonomik durumu orta ve iyi katılımcıların HAAYAB puanı kötü olan katılımcılara göre daha yüksektir. Ekonomik durumu iyi olan katılımcıların GYİÖ puanı ekonomik durumu orta olan

katılımcılara göre daha yüksektir. Ekonomik duruma göre ADGÖ anlamlı farklılaşmamaktadır ( $p>,05$ ).

**Tablo 12. Çalışma Durumları Arasında Ölçek ve Alt boyut Toplam Puanların Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}_{sıra}$	$\chi^2$	p	Fark
HAAÖTP	Çalışmıyor	171	63,3	12,4	194,3	12,1	<b>0,002</b>	1<2,3
	Kamu Sektörü	86	68,7	11,2	246,8			
	Özel Sektör	181	66,3	14,1	230,4			
HAAAB	Çalışmıyor	171	42,4	7,7	194,5	11,4	<b>0,003</b>	1<2,3
	Kamu Sektörü	86	45	7,8	242,7			
	Özel Sektör	181	44,2	8,8	232,1			
HAAYAB	Çalışmıyor	171	20,9	6,2	197,6	10,1	<b>0,006</b>	1<2
	Kamu Sektörü	86	23,6	4,7	247,8			
	Özel Sektör	181	22,1	6,8	226,8			
ADGÖ	Çalışmıyor	171	23,8	7,3	214,9	0,7	0,713	-
	Kamu Sektörü	86	23,9	7,6	216,3			
	Özel Sektör	181	24,3	7,8	225,4			
GYİÖ	Çalışmıyor	171	29,1	5,9	183,5	26,6	<b>&lt;0,0001</b>	1<3
	Kamu Sektörü	86	30,8	5,7	220,6			
	Özel Sektör	181	32,1	5,8	253			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo12’de çalışma durumları arasında ölçek ve alt boyut toplam puan karşılaştırması yapılmıştır. Kruskal Wallis testi ve post hoc Bonferroni testi uygulanmıştır ve  $p<0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Çalışma durumuna göre HAAÖTP ( $\chi^2=12,1$ ;  $p=0,002$ ), HAAAB ( $\chi^2=11,4$ ;  $p=0,003$ ), HAAYAB ( $\chi^2=10,1$ ;  $p=0,006$ ), ve GYİÖ ( $\chi^2=26,6$ ;  $p=0,0001$ ) anlamlı farklılaşmaktadır. post hoc Bonferroni testine göre HAAÖTP ve HAAAB kamu ve özel sektörde çalışan katılımcılarda çalışmayan gruba göre daha yüksektir. HAAYAB, kamuda çalışan katılımcılarda çalışmayan katılımcılara göre daha yüksektir. GYİÖ, özel sektörde çalışan grupta çalışmayan gruba göre daha yüksektir. Çalışma durumu ile ADGÖ anlamlı farklılaşmamaktadır ( $p>,05$ ).

**Tablo 13. Yakın Çevreden Kayıp Olup Olmamasına Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma_{sıra}$	U	z	p
<b>HAAÖTP</b>	Hayır	184	64,8	212	38964	21944	-1,09	0,276
	Evet	254	66,2	225	57177			
<b>HAAAB</b>	Hayır	184	42,8	207	38063,5	21044	-1,78	0,075
	Evet	254	44,3	229	58077,5			
<b>HAAYAB</b>	Hayır	184	22	220	40399,5	23357	-0,01	0,993
	Evet	254	21,9	219	55741,5			
<b>ADGÖ</b>	Hayır	184	23,6	211	38731,5	21712	-1,27	0,205
	Evet	254	24,4	226	57409,5			
<b>GYİÖ</b>	Hayır	184	30,4	212	39017	21997	-1,05	0,294
	Evet	254	30,9	225	57124			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo13’de Mann-Whitney U testi uygulanmıştır ve katılımcının yakın çevresinde birinin vefat edip etmemesine göre ölçek ve alt boyut toplam puanları karşılaştırıldığında herhangi bir ölçek ve alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 14. Kronik Rahatsızlık Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puanlarının Karşılaştırılması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma_{sıra}$	U	z	p
<b>HAAÖTP</b>	Hayır	353	65,2	215	75925	13444	-1,49	0,137
	Evet	85	67,1	238	20217			
<b>HAAAB</b>	Hayır	353	43,5	217	76512	14031	-0,93	0,353
	Evet	85	44,2	231	19629			
<b>HAAYAB</b>	Hayır	353	21,7	214	75443	12962	-1,95	0,051
	Evet	85	23	244	20698			
<b>ADGÖ</b>	Hayır	353	24	217	76668	14187	-0,78	0,436
	Evet	85	24,2	229	19473			
<b>GYİÖ</b>	Hayır	353	30,4	214	75691	13210	-1,71	0,087
	Evet	85	31,7	241	20450			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo14'te Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Kronik rahatsızlık durumuna göre ölçek ve alt boyut toplam puanları karşılaştırıldığında herhangi bir ölçek ve alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ( $p>0,05$ ).

**Tablo 15. İnançlı Olup Olmama Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puan Karşılaştırması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma_{sıra}$	U	z	p
HAAÖTP	Hayır	96	61,8	181,06	17382	12726	-3,37	<b>0,001</b>
	Evet	342	66,7	230,29	78759			
HAAAB	Hayır	96	41,2	175,98	16894	12238	-3,82	<b>0,001</b>
	Evet	342	44,3	231,72	79247			
HAAYAB	Hayır	96	20,6	191,91	18423	13767	-2,42	<b>0,015</b>
	Evet	342	22,3	227,25	77718			
ADGÖ	Hayır	96	21,1	168,02	16130	11474	-4,52	<b>0,001</b>
	Evet	342	24,9	233,95	80011			
GYİÖ	Hayır	96	30,6	219,74	21096	16393	-0,02	0,983
	Evet	342	30,7	219,43	75046			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acımın Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo15' te katılımcıların inançlı olup olmamasına göre ölçek ve alt boyut toplam puan karşılaştırması yapıldı. Mann-Whitney U testi uygulandı ve  $p<0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. İnanç durumuna göre HAAÖTP ( $z=-3,37$ ;  $p=0,001$ ), HAAAB ( $z=-3,82$ ;  $p=0,001$ ), HAAYAB ( $z=-2,42$ ;  $p=0,015$ ) ve ADGÖ ( $z=-4,52$ ;  $p=0,001$ ) anlamlı farklılaşmaktadır. Kendilerini inançlı olarak belirten katılımcıların ölçek ve alt boyut puanları kendilerini inançlı olarak tanımlamayan gruba göre daha yüksektir. İnanç durumuna göre GYİÖ anlamlı farklılaşmamaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 16. Sabırlı Olup Olmama Durumuna Göre Ölçek ve Alt Boyut Toplam Puan Karşılaştırması**

Ölçekler	Gruplar	n	$\bar{x}$	$\bar{x}_{sıra}$	$\Sigma_{sıra}$	U	z	p
<b>HAAÖTP</b>	Hayır	119	61	179,45	21355	14215	-4,05	<b>0,001</b>
	Evet	319	67,3	234,44	74787			
<b>HAAAB</b>	Hayır	119	40,4	172,45	20522	13382	-4,76	<b>0,001</b>
	Evet	319	44,9	237,05	75620			
<b>HAAYAB</b>	Hayır	119	20,6	193,43	23018	15878	-2,64	<b>0,008</b>
	Evet	319	22,4	229,23	73123			
<b>ADGÖ</b>	Hayır	119	22,9	198,39	23608	16468	-2,14	<b>0,033</b>
	Evet	319	24,5	227,38	72533			
<b>GYİÖ</b>	Hayır	119	29,2	188,58	22442	15302	-3,13	<b>0,002</b>
	Evet	319	31,2	231,03	73700			

HAAÖTP; Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam Puanı, HAAAB; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Toplam Puanı, HAAYAB; Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu Toplam Puanı, ADGÖ; Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği Toplam Puanı, GYİÖ; Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği Toplam Puanı

**Kaynak:** Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Tablo16’da sabırlı olup olmama durumuna göre ölçek ve alt boyut toplam puan karşılaştırması yapıldı. Mann-Whitney U testi uygulandı ve  $p < 0,05$  istatistiksel olarak anlamlıdır. Sabırlı olma durumuna göre HAAÖTP ( $z = -4,05$ ;  $p = 0,001$ ), HAAAB ( $z = -4,76$ ;  $p = 0,001$ ), HAAYAB ( $z = -2,64$ ;  $p = 0,008$ ), ADGÖ ( $z = -2,14$ ;  $p = 0,033$ ) ve GYİÖ ( $z = -3,13$ ;  $p = 0,002$ ) anlamlı farklılaşmaktadır. Kendini sabırlı olarak tanımlayan katılımcılarda bütün ölçek ve alt boyut puanları daha yüksektir.

#### 4. TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular literatür eşliğinde tartışılmıştır.

Bu araştırmadan edinilen bulgulara göre hayatın anlam ve amacı ve iki alt boyutu, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Genel yetkinlik inancı, aracı değişken olarak atandığında hayatın anlam ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde düşüş olduğu görülmüştür. Güven aralığı alt ve üst sınır değer işaretlerinin aynı yönde olduğu görülmüştür. Buna göre hayatın anlamı ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde genel yetkinlik inancı kısmi aracı rolünün olduğu bulunmuştur.

Acının dönüştürücü gücü bireylerde zorluklardan anlam ve olumlu değişimler yaratan bir süreci işaret eder (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bu sürecin bireylerde hayatın anlam ve amacı düzeyini arttıran bir etkisi olabilir. Frankl, (2015, s. 82-129) acının hayatı tamamlayan bir parçası olduğu, hayatta anlama giden yolun acılardan geçtiğine değinir. Aynı zamanda Frankl, çektiği acılardan anlam çıkarabilme yetisine sahip olan insanların bu beceri sayesinde hayatlarında bir amaç duygusunun da pekiştirdiğine değinir. Bu acıdan anlam çıkarma yetisinin bireylerin potansiyellerine olan inancıyla tanımlanan genel yetkinlik inancı düzeylerinin yüksek çıkmasında rol oynamış olabilir. Ayrıca Joseph ve Linley, (2005) acının dönüştürücü gücünün merkezine varoluşsal düşünme ve anlam yaratmayı koyar. Taş, (2022) yaptığı çalışmada bu çalışmayla benzer olarak acının dönüştürücü gücünün hayatın anlamını olumlu yönde etkilediğini anlam düzeyini arttırmada rol oynadığına değinir. Çakmak vd., (2022) hemşireler üzerinde yaptığı çalışmada acının dönüştürücü gücünün hayatın anlamıyla pozitif bir ilişki bulurken hayatın anlamsızlığı alt boyutuyla negatif bir ilişki bulmuştur. Aksu vd., (2022) hemşireler üzerine yaptığı çalışmada acil durumlarda yeterlilik ile acının dönüştürücü gücü arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkoyuncu ve Kandemir, (2023) travma sonrası büyümede öz yeterlilik düzeyinin etkili olduğuna değinir. Göçen, (2019) yaptığı araştırmada yaşam anlamı alt boyutlarında mevcut anlamın ve psikolojik sermaye boyutlarından öz yeterliliğin öğretmenlerin psikolojik iyi oluşunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Ağ ve Balcı, (2019) çalışmasında da benzer olarak psikolojik sermayenin alt

boyutlarında biri olarak değerlendirilen öz yeterliliğin yaşamda anlam varlığıyla pozitif yönde ilişkisi olduğu tespit edilmiştir.

Bu fikirler ve çalışmalar araştırmadan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Literatüre bakıldığını farklı sonuç elde edilen bir çalışmaya veya 3 değişkeni beraber kullanan bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre hayatın anlam ve amacı ile genel yetkinlik inancı yaşa göre farklılaşmaktayken acının dönüştürücü gücünün yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Yaş arttıkça genel yetkinlik inancı ve hayatın anlam ve amacı ölçek puanlarının da arttığı görülmektedir.

Yaş arttıkça hayatın anlam ve amacının da artmasının nedeni bireylerin yaşlandıkça hedef önceliklerindeki değişiklikler ve yaşam deneyimlerinin kümülatif etkisi gibi faktörler rol oynuyor olabilir. Carstensen ve Mikels, (2005) bireylerin yaşlandıkça duygusal olarak anlamlı hedeflere öncelik verdiğini ve zaman içinde anlamlı ilişkileri ve deneyimleri önemsedini vurgulamaktadır. Hedef yönelimlerdeki ve önceliklerdeki bu değişim yaşamda artan anlam ve amaç duygusuna katkıda bulunabilir. Literatüre bakıldığını bu araştırmanın bulgularıyla benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar görülmüştür. Yüksel, (2020, s. 59) Sufi olan ve olmayan bireyler üzerinde yaptığı çalışmada yaş ile hayatın anlam ve amacı arasında pozitif ilişkinin olduğunu ve yaş arttıkça hayatta anlam ve amaç düzeylerinin de arttığına bunun sebebinin yaş ilerledikçe dindarlığın artmasına yormuştur. Bahadır, (1999, s. 142) yaptığı çalışmada hayatta en yüksek anlam puanlarının 45-65 yaş aralığındaki katılımcılara ait olduğunu yaşın arttıkça anlamlılık düzeylerinin de arttığını saptamıştır. Yılmaz, (2018) araştırmasında yaşam anlamının yaş/gelişim dönemlerini ilerledikçe arttığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürden elde edilen bilgiler araştırmamızdaki bulguları destekler niteliktedir.

Literatüre bakıldığında hayatın anlam ve amacının yaşa göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalara da rastlanmıştır (Aksoy, 2019, s. 33; Aydın vd., 2020; Ayten, 2013; Karşlı, 2020). Ünlü vd., (2021) yaptığı çalışmada hayatın anlam ve amacı düzeyi yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Araştırmacı bu sonucu üzerinde çalıştığı örneklem grubundan kaynaklandığına değinmiş. Kalgı ve Kızılkaya, (2021)

çalışmasında yaşın hayatın anlamı ve amacı üzerinde yordayıcı bir etkisinin olmadığı sonucunu bulmuştur.

Bireyler yaşları ilerledikçe yetkinliklerine ilişkin daha olumlu bir benlik algısı geliştirme eğiliminde olabilir bu durumda yaşla beraber genel yetkinlik algısının artmasına sebep olabilir. Esen ve Kaloğlu, (2018) çalışmasında siyasi kariyeri olan kadınlardan oluşan örneklem grubunda yaşın artıkça kadınlardaki yetkinlik düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Uysal, (2019, s. 70) da çalışmasında öğretmen yetkinliğinin yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiğini saptamıştır.

Literatüre bakıldığında farklı sonuçlar gösteren araştırmalara rastlamak mümkündür. Pekel vd., (2021) öğretmenler üzerine yaptıkları araştırmada yetkinlik inancının yaşa göre farklılaştığı, yaşı daha büyük olan grubun yetkinlik inancının daha düşük olduğuna ve bu durumun mesleki tükenmişlikten kaynaklanabileceğine değinir. Karataş ve Uzun, (2016, s. 620) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada genel öz yeterlilik puanlarının yaşa göre farklılaşmadığı görülmektedir. Yılmaz vd., (2010) öğretmenlerin öz yetkinliklerinin yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Acının dönüştürücü gücünün yaşa göre anlamlı farklılık göstermemesinin sebebi farklı yaşlardaki bireylerin sıkıntılı durumlar karşısında benzer başa çıkma mekanizmalarını kullanma eğiliminden kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca kültürel normlar veya toplumsal tutumların acı karşısında tepki verme biçimini etkilemesi yaş grupları arasındaki farklılıkları geçersiz kılabilir. Literatüre bakıldığında bu konuyla ilgili mevcut bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre hayatın anlam ve amacı ve her iki alt boyut toplam puanları, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyi cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların bütün ölçek ve ölçek alt boyut puanları kadın katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur.

Erkek katılımcıların hayatta anlam ve amaç puanlarının kadınlardan yüksek çıkmasının nedeni içinde yaşadığımız toplumsal normların kadın ve erkekte beklenenlerdeki farklılıklar ve bu farklılıkların kadınlar üzerinde yol açtığı dezavantajlardan kaynaklanıyor olabilir. Toplumsal normlar, roller ve beklentiler insanların inanç ve davranışlarını şekillendirir (Eagle ve Wood, 2012). Steger vd.,

(2016) çalışmasında yaşamdaki anlamın dindarlık, kişilik ve yaşam koşulları gibi faktörlerden daha çok etkilendiğine ve bunların hayatın anlamı üzerinde önemli belirleyiciler olduğunu ileri sürmektedir. Günümüz toplumunda kadın iş ve aile arasında bir ikilemedir ve çocukların bakımı, temizlik ve yemek gibi evdeki sorumluluklar ile iş hayatı arasında sıkıştıkları görülmektedir (Adak, 2007, s. 148-150). Adak'a göre, kadınların çalışma hayatına başlaması evdeki rollerden sıyrılmaktan ziyade evdeki rolünün yanına çalışma hayatındaki rolü de ekleyerek ekstra zaman ve enerji harcamasına ve bu durumunda gerginliğe yol açmasına neden olmuştur. Kadınların yaşadığı bu ikilem ve gerginliğin hayatta anlam ve amaçları konusunda da kafa karışıklığı yaratabileceği, hayatlarında önceliğin neye vermeleri konusunda da ikileme düşebileceklerini bu yüzden de bu çalışmada kadınların hayatta anlam ve amaç düzeylerinin erkeklere oranla düşük çıktığını öngörmekteyiz. Literatüre bakıldığında yapılan bir çalışmada kadınların psikolojik iyi oluş ölçeğinden yaşamın amacı da dahil olmak üzere birçok alt boyutta erkeklerden daha düşük puan aldıkları görülmekte ve araştırmacılar bu durumu toplumsal rollere yordamaktadır (Matud vd., 2019). Bahadır'ın (1999, s. 152), çalışmasında da erkekler kadınlara oranla hayatın anlamlılık düzeyinden daha yüksek puan almıştır.

Literatürde bu çalışmadaki bulgularla örtüşmeyen araştırmaların olduğu görülmektedir. Ulu'nun (2018), çalışmasında hayatın anlam ve amacı puanları kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek bulunmuş. Yapılan başka bir çalışmada da yaşam amacı ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüş ve kadınların hayatta amaç düzeyleri erkek katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür (Xi vd., 2022, s. 11-15). Araştırmacılar bunun sebebini özgeci davranış ve tutumlara sahip olanın daha güçlü bir yaşam amacına sahip olmaya teşvik etmesine yordamışlardır. Karşlı'nın (2020), üniversite öğrencileri ile hayatın anlamı ve dindarlık ilişkisi araştırdığı çalışmasında da kadın katılımcıların hem hayatın anlamı hem de dindarlık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Karşlı, araştırmanın sonucunu kadınların dindarlık düzeylerinin yüksek olmasının hayatın anlamı üzerinde etkisi olmasına bağlamıştır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre acının dönüştürücü gücü toplam puanı cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların acının dönüştürücü gücü ölçeğinden aldığı puanlar kadın katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur.

Erkek katılımcıların acının dönüştürücü gücü düzeylerinin daha yüksek çıkmasının sebebi sıkıntılı veya zorlayıcı deneyimler karşısında daha yüksek düzeyde dayanıklılık gösterme eğilimleri olabilir (Bonanno vd., 2006; Karademir ve Aak, 2019). Bu dayanıklılık, acı verici deneyimlere yanıt olarak dönüştürücü bir kapasiteye dönüşebilir. Buna ek olarak Matud, (2004) tarafından başa çıkma mekanizmaları üzerine yapılan çalışmada erkeklerin kadınlara oranla sorun odaklı başa çıkma stratejilerini daha çok kullandığı görülmektedir. Bu başa çıkma stratejilerinde farklılığın da erkeklerde acının dönüştürücü gücü düzeylerine etkisi olabileceği düşünölmektedir.

Literatüre bakıldığında acının dönüştürücü gücü ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların kısıtlı olduğu görölmüştür. Çoğunlukla kadınlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu çalışmadan farklı olarak İzgüden ve Erdem, (2017) hastane çalışanları üzerine yaptığı çalışmada kadınların acının dönüştürücü düzeyi erkeklerden daha yüksek çıkmıştır. Başka bir çalışmada da travma yaşamış kadınlar erkeklere oranla daha fazla olumlu değişim bildirdikleri görölmüş ve araştırmacılar bu sonucu kadınların zor yaşam koşullarını öğrenmede ve yararlanmada erkeklerden daha yetenekli olmasına yormuşlardır (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Taylor, (2012) yaptığı çalışmada stresli ve travmatik olaylar yaşayan bireylerde kadınların bu dönemin ardından daha çok kalıcı ve olumlu psikolojik dönüşümler geçirdiğini belirtmiştir. Araştırmacı bu farkın kadın katılımcıların deneyimlerini anlatmaya daha istekli olmasından kaynaklanabileceğine değinmiştir.

Acının dönüştürücü gücü ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı araştırmalar da literatürde mevcuttur (Atik vd., 2022; akmak vd., 2022; Kaplan ve Sarı, 2021).

Bu araştırmadan elde edinilen bulgulara göre genel yetkinlik inancı toplam puanı cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların genel yetkinlik düzeyi kadınlardan yüksek bulunmuştur. Bu farklılığın sebebi toplumsal beklentiler ve cinsiyet rollerinde kaynaklanabilir. Bunlar bireylerin kendi yeterliliklerine ilişkin inançlarının şekillenmesinde rol oynar. Küçük yaşlardan itibaren erkek ve kız çocukları farklı davranış beklentileriyle farklı şekilde sosyalleştirilir. Türkiye gibi geleneksel toplumlarda cinsiyet normları erkek çocuklardan iddialı, bağımsız ve

özgüvenli olmaya teşvik edip daha fazla vurgu yapar (Vatandaş, 2011, s. 38). Bu özellikler, erkeklerde daha güçlü yetkinlik inançları geliştirme olasılığını arttırdığı düşünülmektedir. Yapılan bir çalışmada toplumsal cinsiyet rolleri açısından kendini “erkeksi” ve “androjen” olarak algılayan üniversite öğrencilerinde duygusal yetkinlik düzeyi daha yüksek çıkmıştır (Çelikkaleli ve Kaya, 2016). Başka bir çalışmada kadınların benzer başarı ve kazanım düzeylerine sahip olmasına rağmen akademik öz yeterlilikleri erkeklerden düşük çıkmıştır (Robinson vd., 2020). Araştırmacı bunun sebebinin toplumsal cinsiyet rollerine ve kadınların akademik hayattaki engellerine yormaktadır. Ağrısı olan ve olmayan bireylerde yapılan bir çalışmada bu araştırmanın bulgularıyla benzer şekilde genel yetkinlik inancı her iki grupta da erkeklerde daha yüksek düzeyde bulunmuştur (Samulowitz vd., 2022).

Çelikkale ve Gündüz, (2010) yaptığı çalışmada yetkinlik inancını akademik, sosyal ve duygusal gibi birçok alanda incelemiş ve farklı cinsiyetlerin farklı alanlarda aldıkları puanın yüksek olduğu görülmüştür. Erkeklerin duygusal yetkinlik puanları kızlardan, kızların da sosyal yetkinlik puanı erkeklerden yüksek çıkmıştır.

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma cinsiyetin genel yetkinlik inancı üzerinde önemli bir belirleyici olmadığı görülmüştür (Çelikkaleli ve Akbay, 2013). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir çalışmada da cinsiyetin genel yetkinlik inancını etkilemediği bunun sebebin okula girerken özel yetenek sınavlarına bağlı olması şeklinde açıklamıştır (Karabulut ve Doğan, 2019). Literatüre bakıldığında genel yetkinlik inancının veya belirli alanlar için bireylerin algıladığı yetkinlik inançlarının cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığını gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (Çelikkaleli, 2011; Çelikkaleli ve Kaya, 2016; Gülbetekin ve Abi, 2023; Uysal, 2013; Koç vd., 2018).

Yapılan analizler sonucunda medeni duruma göre, acının dönüştürücü gücü, genel yetkinlik inancı ve hayatın anlam ve amacı ölçekleri ve ölçek alt boyutlarının hepsi istatistiksel olarak anlamlı farklılaşmaktadır. Evli olan katılımcılar bütün ölçek ve alt boyut puanları anlamlı derece daha yüksek çıkmıştır. Gözlenen farklılıkların nedeninin evlilik bağlamında sosyal desteğin varlığında kaynaklanıyor olabilir. Çok sayıda araştırma sosyal desteğin acı deneyimleri ve hayatın anlam amacı dahil olmak üzere yaşam zorluklarıyla başa çıkma üzerindeki olumlu etkisini vurgulamıştır (Jadidi

ve Ameri, 2022; Krause, 2007; Liu vd., 2022). Evlilik yerleşik bir destek sisteminden faydalanır. Evlilik ilişkilerinin doğasında bulunan paylaşılan sorumluluklar ve duygusal yakınlık, yaşam zorlukları veya acı verici olaylar karşısında daha yüksek düzeyde dönüştürücü güç sergilemeye katkıda bulunabilir.

Akbulut, (2023, s. 58, 59) öğretmenler üzerine yapılan bir çalışmada evli öğretmenlerin bekar öğretmenlere göre yaşamda anlam ve bütün ölçek alt boyutları puanları daha yüksek bulunmuştur ve bu farklılığın nedeni evliliğin bireyler için bir hedef olduğunu, evli bireylerin bu hedefe ulaşan insanlar olmasından kaynaklandığı şeklinde yorumlamıştır. Dursun, (2019, s. 36-71) yaptığı çalışmada bekar bireylerin yaşamın anlamı ölçeğinden bulunmaya çalışılan anlam alt boyutu puanları evli bireylerden yüksek bulunmuştur. Araştırmacı bu sonucu evli bireylerin evliliğin hayat amaçlarında biri olduğu ve bunu gerçekleştirdikleri için bulunmaya çalışılan anlamdan düşük puan aldığı şeklinde açıklamaktadır.

Taş, (2011, s. 107-111) yaptığı çalışmada medeni durumun yaşamın anlamlarının alt boyutlarında mevcut anlam boyutunda anlamlı farklılık göstermediği sadece aranan anlam boyutunda anlamlı farklılaştığı bulunmuştur. Başka bir çalışmada da yaşamın anlam ve amacı medeni hale göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Altınparmak, 2019, s. 51).

Esen ve Kaloğlu'nun (2018), kadınlar üzerine yaptığı çalışmada evli kadınların genel yetkinlik düzeyi bekar kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Öğretmenler üzerine yapılan başka bir çalışmada da öz yeterlilik düzeyi evlilerde daha yüksek olduğu saptanmış (Yılmaz, vd., 2010).

Literatürde bu araştırmanın bulgularıyla paralellik göstermeyen ve medeni duruma göre yetkinlik inancının farklılık görülmediği çalışmalar da mevcuttur (Kızılöz vd., 2021; Şenkibar, vd., 2023, s. 31).

Literatüre bakıldığında acının dönüştürücü gücü kavramıyla medeni durum değişkenini çalışıldığı bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Literatürde bu kavramdan ziyade travma sonrası büyüme kavramı çok yer edinmektedir. İki kavram birbiriyle ilişkili olsa da aynı değildir. Travma sonrası büyüme ile medeni duruma bakıldığında bulguları destekleyecek nitelikte evli bireylerde travmatik olay sonrası büyüme düzeyi

daha yüksek olduğu araştırmaları görmek mümkündür (Gökahmetoğlu, 2021, s. 40; Uğurluoğlu ve Erdem, 2019).

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların eğitim durumu genel yetkinlik inancı düzeyi ve acının dönüştürücü gücü düzeyine göre anlamlı farklılaşmaktayken hayatın anlam ve amacı ve alt boyut toplam puanlarına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Eğitim durumu ilkokul/ortaokul/lise olan katılımcıların genel yetkinlik inancı ile acının dönüştürücü gücü düzeyi lisans mezunu katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Bu gruptaki bireylerin genel yetkinlik inancı düzeylerinin daha yüksek cıkmasının sebebi cşitli alanlarda yetkinlik duygusuna katkıda bulunan temel bilgi ve becerileri edinmiş olma olasılıkları olabilir. Bu gruptaki katılımcılar diğer gruplara göre daha erken iş hayatına atılıp farklı alanlarda edindikleri tecrübe ve beceriler yetkinlik inançlarındaki farklılığı açıklayabilir.

Bu farklılığın başka bir nedeni ise daha az eğitimi nüfuslarda yaygın olarak gcl topluluk ve aile bağlarının etkisi olabilir. Grouden ve Jose, (2014) yaptıkları calışmada düşük eğitim seviyesine sahip bireyler yüksek eğitim seviyesindeki gruba göre aile ve sağlık gibi konuları daha ck hayatlarının anlam kaynağı olarak görme ve önem verme düzeyine sahipti. Bu durum da acı verici ya da sıkıntılı bir durum karşısında aile ve sosyal bağlar desteğiyle olumlu sonuçlar edinme potansiyeli arttırabileceği düşünmektedir.

Ayrıca daha düşük eğitim seviyesine sahip bireyler arasında yaşam hedeflerinin basitliği ve netliği bir rol oynayabilir. Maslow'un (1943), ihtiyaçlar hiyerarşisine göre kendini gerçekleştirme ve amaç gibi daha üst düzey ihtiyaçların peşinden gidilebilmesi için önce temel ihtiyaçların karşılanması gerekir. Bundan yola cıkarak bu gruptaki katılımcılar, temel yaşam hedeflerine öncelik verebilir ve bu hedeflere ulaşmada daha yetkinlik duygusuna yol açabilir.

Aydın, (2017, s. 97) yaptığı calışmada hem ğrenci ailelerinin eğitim düzeyi hem de öğrencilerin eğitim düzeyi hayatın anlamı puanlarıyla karşılaştırılmış ve bu calışmadaki bulgulardan farklı olarak, ailesi ilköğretim mezunu olan öğrencilerin diğer gruplara göre hayatta anlam düzeyi yüksek bulunurken öğrencilerden ilköğretim ve lise grubu diğer gruplara göre hayatta daha yüksek anlam bildirmiş.

Başka bir araştırmada Kumaş ve Sümer, (2017) özel gereksinimli çocukların anneleriyle yaptığı çalışmada üniversite mezunu olan annelerin öz yetkinlik düzeyi ilkokul mezunu annelere göre daha yüksek çıkmıştır. Demir, (2015) çalışmasında da eğitim düzeyini ebeveyn yetkinlik puanlarıyla anlamlı ilişkisi olduğunu ve eğitim düzeyi arttıkça yetkinlik puanlarının da arttığı sonucunu bulmuştur.

Literatüre bakıldığında eğitim durumu ile genel yetkinlik inancı ve acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların çok kısıtlı olduğu görülmüştür.

Eğitim durumuna göre hayatın anlam ve amacı düzeyinin farklılık göstermemesinin nedeni bireylerin eğitim düzeyi ne olursa olsun bireyler anlam ve amaç oluşturma sürecinin kişinin deneyimlerine ve kişiye özgün bir süreç olması olabilir. Bireyler eğitim farklılıklarındaki sınırları aşan ortak varoluşsal kaygıları ve değerli paylaşabilir.

Yapılan analizlere göre katılımcıların ekonomik durumu genel yetkinlik inancı ile hayatın anlam ve amacı ve alt boyutlarına göre anlamlı farklılaşırken acının dönüştürücü ile anlamlı fark bulunamamıştır. Ekonomik durumunu iyi olarak belirten katılımcıların genel yetkinlik inancı, orta olan gruba göre daha yüksek bulunmuştur. Hayatın anlam ve amacı toplam puanı ve hayatın anlam ve amacı alt boyut toplam puanı ekonomik durumu yüksek katılımcıların diğer gruplara göre daha yüksek bulunmuştur. Hayatın anlam ve amaç yoksunluğu alt boyut toplam puanı ekonomik durumu iyi ve orta olan katılımcılarda kötü olan gruba göre daha yüksek bulunmuştur.

Ekonomik istikrar bireylerin bakış açılarını ve genel yaşam memnuniyetini şekillendirmede önemli rol oynayabilir. Ekonomik durumu iyi olan bireyler finansal kaygılarla ilişkili daha az stres yaşayabilir ve bu da yaşamlarına anlam ve amaç katan faaliyetlere odaklanmalarını sağlayabilir. Ekonomik durumu iyi olan katılımcılar eğitim çeşitli alanlardaki fırsatlara daha fazla erişim sağlayabilir ve bu da onların yetkinlik inançların düzeyleri arttırmada yardımcı olabilir. Özmete, (2008) yaşlılar üzerine yaptığı çalışmada ekonomik durumun katılımcıların yaşamlarının anlamını belirlemede önemli bir rolün olduğuna değinir.

Baçoğlu, (2017) sporcularla yaptığı çalışmada ailesini ekonomik düzeyi iyi olan katılımcıların öz yeterliliklerin diğer gruplara göre daha olduğu sonucuna

ulaşmıştır. Karataş ve Uzun, (2016) araştırmasının sonucunda ekonomik durumunu iyi olarak belirten öğrencilerin en yüksek genel yetkinlik puan ortalamasına sahip olduğunu bunun nedenini de yüksek gelir durumuna sahip olmanın yaşam standartları ve kendini gerçekleştirebilecek faaliyetlerde bulunmasına olanak sağlamanın etkili olduğunu belirtmektedir. Ebeveynler üzerine yapılmış başka bir çalışmada da en düşük aylık gelir aralığına sahip olan anne ve babaların ebeveyn yetkinlik puanlarında daha düşük olduğu görülmüştür (Demir, 2015). Kumaş ve Sümer, (2017) örneklem grubu özel gereksinimli anneler olan çalışmada ekonomik geliri alt düzeyle orta ve üst düzey olan anneler arasında yetkinlik inançlarında anlamlı farklılaşma görüldüğünü bulmuştur

Bu araştırmalardan hareketle yetkinlik inancı ister genel bir bakışta ister de belli bir alan da olsun gelir durumdan etkilediği ve araştırmamızdaki bulguları destekleyen nitelikte birçok çalışmanın olduğunu söyleyebilir.

Literatürde farklı sonuçlar bulan araştırmalar da yer almaktadır. Ünlü vd., (2021) öğrencilerle yürüttüğü çalışmada ekonomik durum ile hayatın anlam ve amacı arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Karşlı'nın (2020) ve Yüksel (2012) çalışmasında da hayatın anlamı ile ekonomik durum arasında bir farklılık görülmemiştir. Deniz ve Tican, (2017) öğretmenler üzerine yaptığı çalışmada ise sosyoekonomik düzey ile yetkinlik inancı arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Bu araştırmadan edinilen bulgulara göre ekonomik durum acının dönüştürücü gücüne göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bunun nedeni sosyal destek, başa çıkma mekanizmaları ve dayanıklılık gibi diğer değişkenlerin ekonomik durumun acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisini gölgede bırakmış olma ihtimaliyle açıklanabilir. Literatüre bakıldığında ekonomik durum ve acının dönüştürücü gücünü inceleyen araştırmaların çok sınırlı olduğu görülmüştür. Atik vd., (2022) hastane çalışanlarıyla yaptığı çalışmada bu çalışmanın bulgularıyla benzer şekilde ekonomik duruma göre acının dönüştürücü gücü anlamlı farklılık göstermemiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre çalışma durumu, hayatın anlam ve amacı ve genel yetkinlik inancına göre anlamlı farklılaşmaktadır. Çalışma durumu acının dönüştürücü gücüne göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Kamu ve özel

sektöründe çalışan katılımcıların hayatın anlam ve amacı ile hayatın anlam ve amacı alt boyut toplam puanları çalışmayan katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt boyut düzeyi kamu sektöründe çalışanlarda çalışmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Genel yetkinlik inancı düzeyi özel sektör çalışanlarında çalışmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. İstihdam genellikle bireylere yapılandırılmış bir rutin ve bir amaç duygusu sağlar. İş, kişisel gelişim, beceri geliştirme ve başarı kaynağı için bir platform sunabilir. Bunların hepsi de yaşamdan daha fazla anlam ve yetkinlik duygusuna katkıda bulunur. Tersine, çalışmayan bireylerde bu yapılandırılmış ortamdan yoksun olabilir, bu da anlam ve amaçta potansiyel bir boşluğa ve düşük algılanan bir yetkinlik seviyesine yol açabilir.

Kamu sektöründeki örgüt kültürü, çalışanların amaç algısını şekillendirmede önemli bir rol oynuyor olabilir. Çalışan bireyler tipik olarak işyeri içinde sosyal etkileşimlere girerek aidiyet ve sosyal kimlik duygularını beslerler. Çalışmayan bireylerin iş ortamından alınan olumlu kazanımlardan ve örgütsel destekten yoksun olmaları hayatlarında anlam ve amacı etkileyen bir faktör olabilir. Steger vd., (2012) yaptığı çalışma örgütsel desteğin ve olumlu bir çalışma ortamının, bireylerin yaşamlardaki anlam duygusuna önemli ölçüde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Küçük, (2019, s. 47) çalışmayan bireylerin yaşamda anlam puanlarının çalışan bireylere göre daha düşük olduğunu buna karşılık çalışmayan bireylerde yaşamda anlam arayışı düzeylerinin daha yüksek bulunduğunu ve bunun sebebinin bireylerin anlam varlığı arayışında olmasına yorar. Kamu sektörü işleri genellikle daha yüksek iş güvencesi ve finansal istikrar sağlar ve daha az çatışmalar çıkar (Özdevecioğlu, 2002). Çalışmayan bireylerde, istihdamdan kaynaklanan finansal istikrardan yoksun olmaları kişinin yetkinlik algısını ve genel yaşam memnuniyetini etkileyebilir ve mali zorluklarla karşılaşabilir. Bu durumda çalışmayan bireylerde hayatın anlam ve amacı ve genel yetkinliğin daha düşük çıkmasının sebebinin açıklayabilir.

Özel sektör çalışanlarında genel yetkinlik inancı düzeyinin daha yüksek olmasının sebebi çalışanların kariyerlerini ilerletmek ve kurumun başarısına katkıda bulunmak için genellikle mükemmel olmaya çalıştıkları özel sektörün rekabetçi doğası olabilir. Bu yüksek rekabet düzeyi, bireylerin dinamik ve performans odaklı bir ortamda değerlerini sürekli olarak göstermeye çalıştıklarında kişinin yeteneklerine ve yetkinliğine dair güçlü bir inancı teşvik edebilir. Bu da özel sektör çalışanlarının

çalışmayan bireylere göre daha yüksek çıkmasını açıklayabilir. Sezgin ve Düşükcan, (2020) özyeterlik ve çalışanların performansı arasında pozitif bir ilişki olduğunu değinmiş ve Aktaş, (2020, s. 114) çalışmasında da genel özyeterliliğin çalışılan sektöre göre farklılaşmadığını ancak “çaba ve direnç” alt boyutunun özel sektör çalışanlarında daha yüksek olduğunu söylemiştir.

Literatürde bu çalışmaların bulgularıyla farklılık gösteren araştırmalara rastlamak mümkündür. Birçok araştırmada, katılımcıların çalışma sektörü ile yetkinlik arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Aracı, 2021, s. 55; Demirci, 2022; Deneme, 2022).

Acının dönüştürücü gücünün öznel ve incelikli bir doğası çalışma durumuna göre anlamlı farklılaşmamasının sebebi olabilir. Acı deneyimleri son derece bireyseldir bu da acının dönüştürücü gücü ile çalışma durumu arasındaki bağlantı kurmayı zorlaştırabilir. Literatüre bakıldığında bu konuda yapılan mevcut bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Analizler sonucunda kronik rahatsızlık durumuna göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyleri anlamlı farklılaşmamaktadır. Shao vd., (2013) farklı hastalık deneyimlerinin bireylerin hayattaki anlam algısını da farklı şekilde etkilediğine değinir. Yaptığı araştırmada felç geçirmiş katılımcıların diğer gruplardan daha iyimser bakış açısına sahip olan ve diğerlerinden daha fazla sosyal desteğe sahip olan grubun hayattan daha fazla anlam bildirdiğine değinmiştir. Buradan hareketle sadece kronik hastalığa sahip olmak hayatın anlam ve amacını etkileyen bir faktöre değildir. İyimserlik, sosyal destek, başa çıkma mekanizmaları gibi çeşitli faktörler hayatın anlam ve amacını, daha doğrudan etkilemektedir.

Literatüre bakıldığında farklı sonuçlar bulan araştırmalara rastlamak mümkündür. İnel Manav vd., (2021) çalışmasında yaşlı bireylerin kişisel anlam ve psikolojik iyi oluşu etkileyen değişkenlerde kronik hastalığın yanı sıra fiziksel engel ve ruhsal bozukluk durumunu da bakmışlardır. Bu araştırmanın sonucunda katılımcıların neredeyse yarısının kronik rahatsızlığı olduğu ve bu grubun diğer gruplara göre kişisel anlam puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Buna karşılık fiziksel engeli ve ruhsal bozukluğu olan katılımcıların daha düşük kişisel anlam

puanına sahip olduğu görülmüştür. Niu vd., (2015) yaşlı gaziler üzerinde yaptığı çalışmada bireylerin algıladıkları sağlık durumuna göre yaşamdan anlam düzeyi, pozitif ve anlamlı bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Krause ve David Hyward, (2012) çalışmasında yaşamdan daha yüksek anlam duygusu belirten bireylerin diğer gruplara oranla daha az işlevsel yetersizlik gösterdiği saptanmıştır.

Kronik rahatsızlığa göre genel yetkinlik inancı ve acının dönüştürücü gücünün anlamlı farklılık göstermemesinin sebebi çalışmanın bireylerin acıyı algılama ve yorumlamadaki farklı yolları yakalamakta başarısız olması olabilir. Ayrıca bireylerin hangi kronik rahatsızlığa sahip olduğu da önemlidir.

Bu çalışmadan edinilen bulgulardan farklı olarak Endler vd., (2001) çalışmasında akut ve kronik hastalığı sahip iki grup arasında başa çıkma stratejileri, genel yetkinlik ve kontrol algılarını karşılaştırmıştır. Bunun sonucunda akut hastalığa sahip bireyler kronik hastalığa sahip olan bireylere oranla daha yüksek genel öz yetkinlik göstermişlerdir. Ayrıca hastalığın şiddetine göre bireylerin kontrol algılarında farklılık olduğunu ve her iki grubun farklı başa çıkma stratejileri kullandığı saptanmıştır.

Literatüre bakıldığında genellikle kronik hastalığı olan bireylerle başa çıkma stratejileri veya öz yeterliğin geliştirilmesine ilişkin çalışmaların olduğu kronik hastalığı olan ve olmayan bireylerin arasında yetkinlik inancının incelenmediği görülmüştür.

Yapılan analize göre katılımcıların yakın çevreden birinin kaybedip kaybetmemesine göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü, genel yetkinlik inancı ve herhangi bir ölçek alt boyutu istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Bunun sebebi araştırmada kullanılan ölçme araçlarının kayıp bağlamında nüansları yakalamamış olabilir. Ölçüm araçlarında sorulan spesifik sorular kayıp konusunda ince farklılıkları tespit etmek için yeterince hassas olmayabilir. Bir başka neden ise kayıpla karşılaşan bireylerin kullandığı farklı başa çıkma mekanizmaları olabilir. Bonanno, (2008) tarafından yapılan araştırma, insanların kayıp karşısında çeşitli tepkiler sergilediğini, bazı bireylerin uzun süreli sıkıntı yaşamak yerine dayanıklılık ve uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca kaybın acısı ne kadar büyük olursa olsun sonsuz olmadığını, insanların bir süre sonra hayatın akışına

uyum sağladığını ve dengelerini yeniden kazandığına değinir (Bonanno, 2009, s. 7-8). Bundan yola çıkarak kayıp yaşayan insanlarda bir süre sonra hayatın eskisi gibi akışına girdiği ve bu değişkenlerle arasında neden bir fark bulunamadığı açıklanabilir.

Stevens vd., (1987) yaptığı araştırmada da yaşam amacı ile yas arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ancak yaşam amacı düzeyi düşük insanların daha çok duygu odaklı stratejiler kullandığı görülmüştür. Başka bir araştırmada ise oğullarını kaybeden ebeveynlerle kaybı olmayan ebeveynlerin yaşamın anlam ve amacı düzeyleri karşılaştırılmış ve yaşlı ebeveynlerin yaşamda anlam ve amaç düzeylerin daha düşük olduğu bulunmuştur (Florian, 1990). Literatüre bakıldığında bu konuda yapılan araştırmaların çok kısıtlı olduğu görülmüştür.

Analizlerden edinilen bulgulara göre katılımcıların inançlı olup olmama durumu, hayatın anlam ve amacı ve acının dönüştürücü gücüne göre anlamlı farklılaşmaktayken genel yetkinlik inancına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Kendilerini inançlı olarak belirten katılımcıların ölçek puanları inançlı olmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Din hayatın anlamı ve amacına katkıda bulunur (King ve Hicks, 2021, s. 571; Seligman, 2002, s. 72).

Bu çalışmayla benzer olarak, Karşlı, (2020) çalışmasında hayatın anlamı ile dindarlığın pozitif bir ilişkisini olduğunu yine benzer bir çalışma olan Kızılkaya ve Kalgı, (2021) çalışmasında dindar olmanın hayatın anlam ve amacı üzerinde etkili olduğunu saptamıştır. Din, inanan topluluklarda genellikle güçlü bir sosyal destek duygusunu teşvik eder, ortak değerleri ve inançları paylaşan benzer düşünen bireylerden meydana gelen olumlu bir sosyal etkileşim sağlar (Hardy vd., 2012). Krause ve Ironson, (2019) yaptığı çalışmada muhafazakâr insanların daha fazla ibadetlere katıldığı sonuç olarak kliseye daha fazla gittikleri için daha fazla sosyal destek aldığını yardımsever tanrı imajına sahip olduğunu bunun da umut ve yaşam memnuniyetiyle ilişkili olduğuna değinir. Dini topluluklardaki aidiyet duygusu ve ortak amaç, inananlar için anlamlı yaşam amacında daha yüksek puanlara katkıda bulunabilir.

Din insanların stresli yaşam olaylarıyla başa çıkmasında çok önemli bir yere sahiptir (Gün, 2012, s. 87). Acı çekmenin dönüştürücü gücü, dini geleneklerin öğretilerinden yaralandıkları için inananlar için sıkıntıda bile bir amaç ve büyüme

bulabilirler. Kandemir, (2020, s. 209) yaptığı çalışma “dindarlık” ve “acının dönüştürücü gücü” değişkenlerini incelemiş ve “dindarlığın acının dönüştürücü gücünü yordadığı” ve aralarında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır. Bu araştırmalardan elde edilen bilgiler, analizler sonucu elde edilen bulguları desteklediği görülmektedir.

Dini inançlar, dünya görüşü ve etik algıları şekillendirmede son derece etkili olmakla birlikte kişinin yetkinlik inancını kapsamayabilir. Bireyler inançlar ve öz değerlendirme konularını farklı bilişsel çerçevelerden yararlanarak hayatlarının bu yönlerini bölümlere ayırabilirler. Bu bölümlere ayırma, çalışmamızda gözlemlenen dini inanç ve genel yetkinlik arasında önemli bir bağlantı çıkmamasını açıklayabilir.

Bu araştırmadan elde edilen verilere göre bireylerin sabırlı olma durumu hayatın anlam ve amacı, genel yetkinlik inancı ve acının dönüştürücü gücüne göre anlamlı farklılaşmaktadır. Kendilerini sabırlı olarak tanımlayan katılımcıların tüm ölçek puanları sabırlı olmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Sabır bireyi başarıya ulaştıran ve hayatı anlamlandırmasına katkı sağlayan bir olgudur (Doğan ve Gülmez, 2014; Taş ve Tortumlu, 2021). Mischel vd., (1972) tarafından yapılan “Stanford Marshmallow” deneyi hazzı erteleyen çocukların daha yüksek düzeyde öz denetim sergiledikleri ve daha sonra çeşitli yaşam alanlarında başarılı olduklarını göstermiştir. Hazzı erteleme bir uzantısı olan sabır da benzer şekilde, anlık ödüller yerine uzun vadeli hedeflere yönelmeyi sağlayarak başarılı olmayı sağlayabilir. Başarılı deneyimlere sahip olmak da kişinin genel yetkinlik inancını güçlendirebilir. Koç vd., (2018) yaptığı çalışmada başarının genel yetkinlik üzerinde etkili bir faktör olduğuna değiniyor.

Sabır bireylerin yaşamlarında daha yüksek anlam ve amaç düzeyine katkıda bulunan önemli kavramdır. Doğan, (2017) yüksek sabır düzeyine sahip bireylerin amaç ve anlam duygularına sahip olduğunu, hedef oluşturabilen ve adapte olabilen olumlu özelliklerinin olduğuna değinir. Ayrıca Doğan yaptığı çalışmada sabır ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş ve aralarında pozitif bir ilişki olduğu saptamıştır.

Kendilerini sabırlı olarak tanımlayan bireyler acıya katlanma ve bu acının üstesinden gelme konusunda daha büyük kapasite sergileme eğilimde olabilir ve bunun

da acının daha dönüştürücü bir deneyime yol açtığı söylenebilir. Çoğu din dünyada var olan acılar için sabır kavramını ortaya atar (Doğan, 2014, s. 95). Acılara sabırla yaklaşmayı öğütler. Joshanloo, (2014) zorluklara olumlu ve minnettar bir zihniyetle katlanıldığında, zorluklarına rağmen acı verici deneyimin bir tatmin ve memnuniyet duygusuna yol açılabileceğine değinir.

Bu çalışmayla ilgili önerilere bakacak olursak gelecekteki çalışmalar ve araştırmacılar için şu öneriler verilebilir:

Her üç ölçek ve alt boyut puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğinden toplumsal beklentiler, kültürel etkiler veya kişisel deneyim gibi bu farklılıklara katkıda bulunan ve altta yatan faktörleri anlamak dezavantajlı olan gruptaki bireyler için koruyucu önlem alınmasına katkıda bulunabilir.

Araştırmada sosyodemografik değişkenlerden biri olan kronik rahatsızlığın olma durumu daha spesifik sorularak değerlendirilmesi daha açıklayıcı sonuçlar elde etmede yardımcı olabilir.

Eğitim durumunun acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı üzerindeki etkisine ilişkin daha fazla araştırma yapmak akademik disiplin veya eğitim deneyimleri gibi eğitimin bu farklılıklara katkıda bulunabilecek belirli yönlerinin araştırılması değerli bilgiler sağlayabilir.

Katılımcıların medeni durumlarına göre gözlemlenen önemli farklılıklar göz önüne alındığında, araştırmacılar bu farklılıkların zaman içinde devam edip etmediğini veya evlilik hayatının farklı aşamalarında değişip değişmediğini araştırmak için boylamsal çalışmalar yürütebilir.

Yakın çevreden birini kaybetme veya kronik rahatsızlık durumu için başa çıkma deneyiminin zaman içinde nasıl gelişebileceği ve yaşamın anlam ve amacını, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancının nasıl etkilenebileceğini daha iyi anlamak için boylamsal bir çalışma yapılabilir. Bu uzun vadeli psikolojik adaptasyon ve başa çıkma mekanizmaları hakkında bilgi sağlayabilir.

Kendini sabırlı olarak tanımlayan bireylerin her üç ölçek ve alt boyutları daha yüksek puanlarla ilişkili olduğundan gelecekteki çalışmalar bu değişkenlerle ilgili daha derinlemesine anlaşılması için farklı sabır türleri arasında ayırım yapabilir.

## SONUÇ

Bu çalışmada, 18 yaş ve üstü bireylerin hayatın anlam ve amacı ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkide genel yetkinlik inancının aracı rolü incelenmiştir. Ayrıca hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı, çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı farklılık olup olmadığına bakılmıştır.

Araştırmanın sonucunda hayatın anlam ve amacı ve alt boyutları, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı değişkenleri birbirleriyle istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Genel yetkinlik inancı, aracı değişken olarak atandığında hayatın anlam ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde düşüş olduğu görülmüştür. Buna göre hayatın anlamı ve amacının acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisinde genel yetkinlik inancı kısmi aracı rolünün olduğu bulunmuştur.

Araştırmanın sonucunda hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Erkek katılımcıların her 3 ölçek ve alt boyut puanları kadınlardan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Yaşa göre hayatın anlam ve amacı ve alt boyutları ile genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmaktadır. Yaş arttıkça ölçek puanları da artış göstermektedir. Yaşa göre acının dönüştürücü gücü anlamlı farklılaşmamaktadır.

Medeni durumu göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı anlamlı farklılaşmaktadır. Medeni durumu evli olan katılımcıların her üç ölçek ve alt boyut puanları anlamlı derece yüksek çıkmıştır.

Eğitim durumuna göre acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı anlamlı farklılaşırken hayatın anlam ve amacı ölçeğinde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Eğitim durumu ilkokul/ortaokul/lise olarak belirten katılımcıların acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyi eğitim durumu lisans olan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Ekonomik duruma göre hayatın anlam ve amacı ve genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmaktayken acının dönüştürücü gücü düzeyi anlamlı farklılaşmamaktadır. Ekonomik durumunu iyi olarak belirten katılımcıların hayatın

anlam ve amacı ve genel yetkinlik inancı düzeyi diğer gruplara göre daha yüksek bulunmuştur.

Çalışma durumuna göre hayatın anlam ve amacı ölçeği ve genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmaktadır. Çalışmayan katılımcıların bütün ölçek ve alt boyut puanları diğer gruplara göre daha düşüktür. Acının dönüştürücü gücü çalışma durumuna göre anlamlı farklılaşmamaktadır.

Yakın çevreden birini kaybetme durumuna göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmamaktadır.

Kronik rahatsızlık durumuna göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmamaktadır.

İnançlı olup olmama durumuna göre hayatın anlam ve amacı ve acının dönüştürücü gücü anlamlı farklılık gösterirken genel yetkinlik inancına göre anlamlı farklılaşmamaktadır. Kendilerini inanca olarak belirten katılımcıların hayatın anlam ve amacı ve acının dönüştürücü gücü düzeyi inanca olmayanlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Sabırlı olup olmama durumuna göre hayatın anlam ve amacı, acının dönüştürücü gücü ve genel yetkinlik inancı düzeyi anlamlı farklılaşmaktadır. Kendilerini sabırlı olarak tanımlayan katılımcıların her üç ölçek ve alt boyut puanları diğer gruptan daha yüksek bulunmuştur.

Bu araştırma sonuçlarına göre kurulan hipotezlerden H1, H2, H3, H4, H6, H7 ve H14 hipotezleri doğrulanmıştır.

## KAYNAKÇA

- Adak, N., (2007). Kadınların ikilemi: İş ve aile yaşamı. *Sosyoloji Dergisi*, (17)138-152.
- Ağ, C., ve Balcı, O. (2019). Yaşamda anlam varlığının örgütsel psikolojik sermaye ile ilişkisi. *Social Sciences*, 14(4), 1601-1614.  
<http://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.23330>
- Akbulut, T. (2023). *Öğretmenlerde anlam arayışı, mesleki doyum ve dindarlık ilişkisi (Konya örneği)* [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.erbakan.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12452/10036>
- Aksoy, E. (2019). *Yetişkinlik döneminde hayatı anlamlandırma ve dindarlık ilişkisi: Gaziantep örneğinde* [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. Sakarya Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.sakarya.edu.tr/handle/20.500.12619/90060>
- Aksu, Ç., Çakı, B. ve Güngörmüş, Z. (2022). Can nurses use their knowledge and self-efficacy to transform the pain of the coronavirus pandemic?. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-12. <http://dx.doi.org/10.53493/avrasyasbd.980179>
- Aktaş, S. (2020). *Genel özyeterlilik ile benliğin ayrımlaşması ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. Açık Erişim Sistemi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12436/3810>
- Altıparmak, D. (2019). *Öğretmenlerin yaşam amacı ve anlamı düzeyleri ve iyi oluşları arasındaki ilişkide öz-duyarlık değişkeninin aracı rolü incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12436/1319>

- Aracı, D. D. (2021). *Okul öncesi öğretmenlerinin sınıf yönetimi becerileri ile programdaki etkinliklere yönelik öz yeterlik inançlarının incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi], Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Açık Erişim Sistemi, <https://acikerisim.fsm.edu.tr/xmlui/handle/11352/3837>
- Atik, D., Bozkurt, A., İnel Manav, A., Bozkurt, A. ve Coşkun, E. (2022). The Transformative Power of Suffering and the Personal Meaning of the Persons with Chronic Disease in Covid 19 Pandemia. *Psychiatria Danubina*, 34(Suppl 10), 177-189.
- Aydın, C. (2017). Üniversite öğrencilerinin dini tutum ile hayattaki anlam düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 89-108.
- Aydın, C., Çoştı, K., ve Baba, C. (2020). Üniversite öğrencilerinin mesleki kaygı ile hayattaki anlam düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, 1(13), 73-106. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.3903862>
- Aydın, C., Kaya, M., ve Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (38), 39-55. <https://doi.org/10.17120/omuifd.80248>
- Ayten, A. (2013). Din ve sağlık: bireysel dindarlık, sağlık davranışları ve hayat memnuniyeti ilişkisi üzerine bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13(3), 7-31.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın anlam kazanmasında psiko-sosyal faktörler ve din*. [Yayınlanmamış doktora tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1994). Self -Efficacy. V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (s. 71-81). Academic Press. (Reprinted in H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. Academic Press, 1998)

- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of management*, 38(1), 9-44.  
<https://doi.org/10.1177/0149206311410606>
- Başoğlu, B. (2017). Grekoromen yıldız erkek güreş milli takım oyuncularının başarı algısı ve özyeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 31-40.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. The Guilford Press.
- Bodhi, B. (2012) *The numerical discourses of the Buddha: A complete translation of the Anguttara Nikaya*. Wisdom Publications.
- Bonanno, G. A. (2008). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5 (1), 101-113  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1942-9681.S.1.101>
- Bonanno, G. A. (2009). *The other side of sadness: What the new science of bereavement tells us about life after loss*. Basic Books
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., ve Vlahov, D. (2006). Psychological resilience after disaster: New York City in the aftermath of the September 11th terrorist attack. *Psychological Science*, 17(3), 181-186.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01682.x>
- Bonebright, C. A., Clay, D. L., ve Ankenmann, R. D. (2000). The relationship of workaholism with work–life conflict, life satisfaction, and purpose in life. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 469-477.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.47.4.469>
- Boyle, P. A., Barnes, L. L., Buchman, A. S., ve Bennett, D. A. (2009). Purpose in life is associated with mortality among community-dwelling older persons. *Psychosomatic Medicine*, 71(5), 574-579.  
<https://doi.org/10.1097%2FPSY.0b013e3181a5a7c0>
- Carstensen, L. L., ve Mikels, J. A. (2005). At the intersection of cognition: Aging and the positivity effect. *Current Directions in Psychological Science*, 14(3), 117-121  
<https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00348.x>

- Cohen, R., Bavishi, C., ve Rozanski, A. (2016). Purpose in life and its relationship to all-cause mortality and cardiovascular events: A meta-analysis. *Psychosomatic Medicine*, 78(2), 122-133. <http://dx.doi.org/10.1097/PSY.0000000000000274>
- Çakmak, R., Gürkan, D. Y., Çimke, S., ve Esenkaya, D. (2022). The relationship between nurses' way of expressing the meaning and purpose of life and their belief in the transformative power of suffering. *Black Sea Journal of Public and Social Science*, 71-77. <https://doi.org/10.52704/bssocialscience.1086406>
- Çelikkaleli, Ö. (2011). Yetişkin eğitimcisi öğretmenlerin tükenmişlik ve mesleki yetkinliklerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (4), 38-53.
- Çelikkaleli, Ö. ve Çapri, B. (2008). Genel yetkinlik inancı ölçeği'nin türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(3), 93-104.
- Çelikkaleli, Ö., ve Akbay, S. E. (2013). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı, genel yetkinlik inancı ve sorumluluklarının incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 237-254.
- Çelikkaleli, Ö., ve Gündüz, B. (2010). Ergenlerde problem çözme becerileri ve yetkinlik inançları. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(2), 361-377.
- Çelikkaleli, Ö., ve Kaya, S. (2016). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerine göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma, psikolojik dayanıklılık ve duygusal yetkinlik inancı. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 6(2), 187-212.
- Debats, D. L., Van der Lubbe, P. M., ve Wezeman, F. R. (1993). On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of meaningful life: An evaluation in three independent samples based on the Dutch version. *Personality and individual differences*, 14(2), 337-345. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90132-M](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90132-M)

- Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science ve Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Demir, S. (2015). Ebeveyn yetkinliğinin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 133-148
- Demirci, U. (2022). Özel güvenlik görevlilerinin öz yeterlilik algıları ve örgütsel bağlılık düzeylerinin demografik özellikler açısından incelenmesi: Elâzığ Kaan proje çalışanları örneği. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 36(1), 50-62. <https://doi.org/10.16951/atauniiibd.938422>
- Deneme, S. (2022). İngilizce öğretmenlerinin mesleki öz-yeterlilik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, (89), 259-274.
- Deniz, S., ve Tican, C. (2017). Öğretmen adaylarının öğretmen öz-yeterlilik inançları ile mesleki kaygılarına yönelik görüşlerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(4), 1838-1859. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2017.17.32772-363968>
- Dinçer, D., Ekşi, H., Demirci, İ. ve Kardaş, S. (2015). Acının dönüştürücü gücü ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 9(39), 409-421. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2965>
- Diyanet İşleri Başkanlığı Kur'an-ı Kerim (t.y.). <https://kuran.diyanet.gov.tr/tefsir/Bakara-suresi/162/155-157-ayet-tefsiri> adresinden edinilmiştir.
- Doğan, M. (2014). Dinlerde ve islam kültüründe sabır. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(5), 93-130.
- Doğan, M. (2017). Karakter gücü olarak sabır ve psikolojik iyi oluş ilişkisi. *The Journal of Happiness ve Well-Being*, 5(1), 134-153.
- Doğan, M., ve Gülmez, Ç. (2014). Sabır ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (42), 263-280.

- Dursun, N. (2019). *Evli ve bekâr bireylerin yaşamın anlamı ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi], İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. [https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12436/1188/Ne\\_slihan%20Dursun.pdf?sequence=1](https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12436/1188/Ne_slihan%20Dursun.pdf?sequence=1)
- Eagly, A. H., ve Wood, W. (2012). Social role theory. P. A. M. Van Lange, A. W. Krunglanski, ve E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology*, (s. 458-476). Sage Publication Ltd. <https://psycnet.apa.org/doi/10.4135/9781446249222.n49>
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. C. L. M. Keyes ve J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-005>
- Endler, N. S., Kocovski, N. L., ve Macrodimitris, S. D. (2001). Coping, efficacy, and perceived control in acute vs chronic illnesses. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 617-625. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869\(00\)00060-X](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869(00)00060-X)
- Erkoyuncu, N., ve Kandemir, M. (2023). Travma sonrası büyümeyi yordayıcı model: Stresle başa çıkma ve öz yeterlilik. *Ulusal Eğitim Dergisi*, 3(5), 711-723.
- Esen, M., ve Kaloğlu, N. (2018) Genel yetkinlik inancı bağlamında cam tavan sendromunun incelenmesi: politik ve siyasi kariyer sahibi kadınlar üzerine bir araştırma. *Uluslararası İktisadi ve İdari İnceleme Dergisi* 20(17), 485-500. <https://doi.org/10.18092/ulikidince.433350>
- Florian, V. (1990). Meaning and purpose in life of bereaved parents whose son fell during active military service. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 20(2), 91-102. <https://doi.org/10.2190/DL22-HKCY-02XQ-3TB4>
- Frankl, V. E. (2015). *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, Çev.; 22nd ed.) Okuyan Us Yayınevi. (Orijinal yayın tarihi 1946)

- Gist, M. E., ve Mitchell, T. R. (1992). Self-efficacy: A theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management Review*, 17(2), 183-211. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/258770>
- Göçen, A. (2019). Öğretmenlerin yaşam anlamı, psikolojik sermaye ve cinsiyetinin psikolojik iyi oluşlarına etkisi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 8(1), 135-153.
- Gökahmetoğlu, G. (2021). *Algılanan sosyal destek ve yaşam amacının travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi], İstanbul Kent Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.kent.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12780/396>
- Gülbetekin, E., ve Abi, Ö. (2023). Hemşirelik öğrencilerinin mesleki beceri laboratuvarı uygulamaları öncesi ve sonrası stres ve genel yetkinlik inancı düzeyleri: Hemşirelik öğrencilerinin mesleki beceri laboratuvarı uygulamaları. *Journal of Infant, Child and Adolescent Health*, 3(2), 111-119.
- Gün, E. (2012). *Stresle başa çıkma bilişsel süreçler ve dindarlık üzerine bir inceleme* [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. Uludağ Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://acikerisim.uludag.edu.tr/items/5280bfbc-baba-4f77-a603-e444a2d54675>
- Hardy, S. A., Walker, L. J., Rackham, D. D., ve Olsen, J. A. (2012). Religiosity and adolescent empathy and aggression: The mediating role of moral identity. *Psychology of Religion and Spirituality*, 4(3), 237. <http://dx.doi.org/10.1037/a0027566>
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., ve Bentler, P. M. (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. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198601\)42:1%3C5::aid-jclp2270420102%3E3.0.co;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198601)42:1%3C5::aid-jclp2270420102%3E3.0.co;2-9)
- Heine, S. J., Proulx, T., ve Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 88-110. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1)

- İnel Manav, A., Bozkurt, A., ve Coşkun, E. (2021). Yaşlıların kişisel anlam profili ve psikolojik iyi oluşlarının değerlendirilmesi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 4(1), 48-55. <https://doi.org/10.38108/ouhcd.816449>
- İzdüden, D., ve Erdem, R. (2017). The effect of transformative power of suffering on life satisfaction on hospital workers. *Journal of International Health Sciences and Management*, 3(5), 1-12.
- Jadidi, A., ve Ameri, F. (2022). Social support and meaning of life in women with breast cancer. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 32(4), 709-714. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v32i4.6>
- Jerusalem, M., ve Schwarzer, R. (1992). Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal processes. R. Schwarzer (Ed.) *Self-efficacy* (pp. 195-213). Hemisphere Publishing Corp.
- Joseph, S., ve Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. Review of general psychology, 9(3), 262-280. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1089-2680.9.3.262>
- Joshanloo, M. (2014). Differences in the endorsement of various conceptions of well-being between two Iranian groups. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(2), 138. <https://doi.org/10.1037/a0035510>
- Kandemir, F. (2020). Acının dönüştürücü gücü ve dindarlık ilişkisi [Özel Sayı]. *Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*. 1/1, 209-216.
- Kaplan, T., ve Keser, İ. (2021). Hemşirelik öğrencilerinin acının dönüştürücü gücü hakkındaki inançları ve empati becerileri arasındaki ilişki. *Journal of Academic Research in Nursing*, 7(3), 113-120. <https://dx.doi.org/10.55646/jaren.2021.93271>
- Karabulut, E. O., ve Doğan, P. K. (2019). Üniversite öğrencilerinin girişimcilik eğilimleri ve genel yetkinlik düzeyleri üzerine bir araştırma; Beden eğitimi ve spor yüksekokulu örneği. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 16-26.

- Karademir, T., ve Aak, M. (2019). Üniversiteli sporcuların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kahramanmaraş Sütü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(2), 803-816. <https://doi.org/10.33437/ksusbd.566577>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, Z. ve Uzun, Z. (2016). Üniversite ğrencilerinin genel öz-yetkinliğinin yordayıcısı olarak endişenin sonuçları ve kontrol odağı. . Demirel ve S. Dinçer (Eds.), *EĞitim bilimlerinde yenilikler ve arayış* (s. 605-616). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Karataş, Z., Uzun, K., ve Tagay, . (2021). Relationships between the life satisfaction, meaning in life, hope and COVID-19 fear for Turkish adults during the COVID-19 outbreak. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.633384>
- Karlı, N. (2020). niversite ğrencilerinde hayatın anlamı ve dindarlık ilişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (48), 169-201.
- Kasser, T., ve Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European journal of social psychology*, 32(1), 137-146. <https://doi.org/10.1002/ejsp.85>
- Kasser, T., ve Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 410–422. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.2.410>
- Kaya, M., ve Küçük, N. (2017). İbadetler ile hayatın anlamı ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (42), 17-43.
- Kenyon, G. M. (2000). Philosophical foundations of existential meaning. G. T. Reker ve K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (s. 7–22). Sage Publications.
- Kheirabadi, H., Jajarmi, M., ve Bakhshipoor, A. (2021). A structural correlation modeling of stress and substance abuse with the mediating role of meaning in

- life and experiential avoidance. *International Journal of Behavioral Sciences*, 15(1), 34-40. <https://doi.org/10.30491/ijbs.2021.225787.1241>
- Kızılakaya, M., ve Kalgı, M. E. (2021). Farklı meslek üyelerinin dogmatik dindarlık, ahlaki yargı düzeylerinin hayatın anlamı ve amacına etkisi. *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*, 21(2), 891-908. <https://doi.org/10.33420/marife.996682>
- Kızılöz, Ö., Günay, G. Y., ve Durgut, A. İ. (2021). Girişimcilerin liderlik davranışlarının sosyal sermaye ve gelişimsel öz yetkinlik alguları ile olan ilişkisi: teknoparklardaki şirket sahipleri üzerine olan bir araştırma. *Girişimcilik ve Kalkınma Dergisi*, 16(2), 116-133
- Kim, Y., Kasser, T., ve Lee, H. (2003). Self-concept, aspirations, and well-being in south Korea and the United States. *The Journal of Social Psychology*, 143(3), 277-290. <https://doi.org/10.1080/00224540309598445>
- King, L. A., ve Hicks, J. A. (2021). The science of meaning in life. *Annual review of psychology*, 72, 561-584.
- Koç, Y., Terzioğlu, E. A., ve Kayalar, F. (2018). Beden eğitimi ve spor bilimleri özel yetenek sınavlarına giren adayların bireysel başarı güdüleri ile genel yetkinlik inançlarının incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 64-73. <https://doi.org/10.17155/omuspd.356632>
- Krause, N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychology and Aging*, 22(3), 456. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.456>
- Krause, N. (2009). Meaning in life and mortality. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 64(4), 517-527. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp047>
- Krause, N., ve David Hayward, R. (2012). Religion, meaning in life, and change in physical functioning during late adulthood. *Journal of Adult Development*, 19, 158-169. <http://dx.doi.org/10.1007/s10804-012-9143-5>

- Krause, N., ve Ironson, G. (2019). Religious involvement, God images, and life satisfaction. *Mental Health, Religion ve Culture*, 22(1), 41-55. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/13674676.2019.1586860>
- Kumaş, Ö. A., ve Sümer, H. M. (2019). Özel gereksinimli küçük çocuğu olan annelerin öz yetkinlikleri, yılmazlık düzeyleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 163-173. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2445>
- Küçük, A. (2019). *Psikoaktif madde kullanım bozukluğu tanısı alan 18-24 yaş arası gençlerde yaşam amacı oluşturma ve yaşamda anlam bulma düzeylerinin belirlenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi Akdeniz Üniversitesi]. Akdeniz Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <http://acikerisim.akdeniz.edu.tr/xmlui/handle/123456789/4928>
- Liu, Y., Di, S., Shi, Y., ve Ma, C. (2022). Meaning in life and adolescent self-control: Effect of perceived social support and its gender differences. *Frontiers in Psychology*, 13, 1087668. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1087668>
- Mascaro, N., ve Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 73(4), 985-1014. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00336.x>
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(40), 370-396
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and individual differences*, 37(7), 1401-1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., ve Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- May, R. (1997). *Kendini arayan insan* (A. Karpat, çev.) Kuraldışı Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi 1953)
- May, R. (2001). *Yaratma cesareti* (A. Oysal, çev.;7.basım) Metis Yayınları. (Orijinal yayın tarihi 1975)

- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., ve Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(4), 474-485. <http://dx.doi.org/10.1177/0146167201274008>
- Mischel, W., Ebbesen, E. B., ve Raskoff Zeiss, A. (1972). Cognitive and attentional mechanisms in delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21(2), 204. <https://doi.org/10.1037/h0032198>
- Niu, C. C., Huang, H. M., Hung, Y. Y., ve Lee, H. L. (2015). A study of interpersonal intimacy and meaning of life among elderly institutionalized veterans. *Journal of Nursing Research*, 24(4), 311-320. <https://doi.org/10.1097/jnr.000000000000130>
- Oishi, S., ve Diener, E. (2013). Residents of poor nations have a greater sense of meaning in life than residents of wealthy nations. *Psychological Science*, 25(2), 422-430. <https://doi.org/10.1177/0956797613507286>
- Özdevecioğlu, M. (2002). Kamu ve özel sektör yöneticileri arasındaki davranışsal çalışma koşulları ve kişilik farklılıklarının belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (19), 115-134.
- Özmete, E. (2008). Yaşlılıkta yaşamın anlamının refah göstergeleri ile yordanması. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, 10 (4), 7-20.
- Park, C. L., ve Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Park, H. J., ve Jeong, D. Y. (2016). Moderation effects of perfectionism and meaning in life on depression. *Personality and Individual Differences*, 98, 25-29. <https://doi.org/10.1177/0143034320973370>

- Park, N., Park, M., ve Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction?. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1-13. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01024.x>
- Pekel, A., Atasoy, T., Soyal, M., Kaya, A. ve Ertekin, A. B. (2021). Beden eğitimi öğretmenlerinin yetkinlik düzeylerinin değerlendirilmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 65-73.
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. G. T. Reker, ve K. Chamberlain (Eds.), *Exploring Existential Meaning: Optimizing human development across the life span* (s. 39-58). Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781452233703.n4>
- Robinson, K. A., Perez, T., White-Levatich, A., ve Linnenbrink-Garcia, L. (2020). Gender differences and roles of two science self-efficacy beliefs in predicting post-college outcomes. *The Journal of Experimental Education*, 90(2), 344-363. <https://doi.org/10.1080/00220973.2020.1808944>
- Rudy, T. E., ve Turk, D. C. (1991). Psychological aspects of pain. *International Anesthesiology Clinics*, 29(1), 9–21. <https://doi.org/10.1097/00004311-199102910-00004>
- Samulowitz, A., Hensing, G., Haukenes, I., Bergman, S., ve Grimby-Ekman, A. (2022). General self-efficacy and social support in men and women with pain—irregular sex patterns of cross-sectional and longitudinal associations in a general population sample. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 23(1), 1-11.
- Sarı, T. (2018, Ekim). Acının dönüştürücü gücü ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. C. Şahin (Başkan), 20. *Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği. Canik Kültür Merkezi. Samsun.
- Schnitzer, L. W., Schulenberg, S. E., ve Buchanan, E. M. (2013). Differential associations among alcohol use, depression and perceived life meaning in male and female college students. *Journal of Substance Use*, 18(4), 311- 319. <https://doi.org/10.3109/14659891.2012.661026>

- Schwarzer, R., ve Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. J. Weinman, S. Wright, ve M. Johnston (Eds), *Measures in Health psychology: A user's Portfolio* (s. 35-37).GL Assessment Limited.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Sezgin, E. E., ve Düşükcan, M. (2020). Hemşirelerin öz yeterlilik inanç düzeylerinin performansları üzerindeki etkisi: Elâzığ ili örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(3), 1689-1702.  
<https://doi.org/10.33206/mjss.536372>
- Shao, J., Zhang, Q., Lin, T., Shen, J., ve Li, D. (2014). Well-being of elderly stroke survivors in Chinese communities: mediating effects of meaning in life. *Aging ve Mental Health*, 18(4), 435-443.  
<https://doi.org/10.1080/13607863.2013.848836>
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Montague, E. Q., Robinson, A. E., Cosper, C. J., ve Mullins, P. G. (2009). The role of resilience and purpose in life in habituation to heat and cold pain. *The Journal of Pain*, 10(5), 493-500.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpain.2008.11.007>
- Steger , M. F. , Kawabata , Y. , Shimai , S. , ve 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.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.09.003>
- Steger, M. F., Dik, B. J., ve Duffy, R. D. (2012). Measuring meaningful work: The work and meaning inventory (WAMI). *Journal of Career Assessment*, 20(3), 322-337. <https://doi.org/10.1177/1069072711436160>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., ve 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. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>

- Steger, M. F., ve Kashdan, T. B. (2009). Depression and everyday social activity, intimacy, and well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 289-300. <https://doi.org/10.1037%2Fa0015416>
- Steger, M.F., Kashdan, T.B., Sullivan, B. A., ve Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Stevens, M. J., Pfof, K. S., ve Wessels, A. B. (1987). The relationship of purpose in life to coping strategies and time since the death of a significant other. *Journal of Counseling ve Development*, 65(8), 424-426. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1987.tb00747.x>
- Stoeber, M. (2003). Transformative suffering, destructive suffering and the question of abandoning theodicy. *Studies in Religion/Sciences Religieuses*, 32(4), 429-447. <https://doi.org/10.1177/000842980303200403>
- Şenkibar, B. İ. (2023). *Özel eğitim kurumları öğretmenlerinin yöneticilerinin yetkinlik düzeylerine ilişkin algıları*. [Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi]. Pamukkale Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://gcris.pau.edu.tr/bitstream/11499/50973/1/Bekir%20%20c4%b0hsan%20%20c5%9eENK%20%20c4%b0BAR%20YL%20Proje.pdf>
- Tahmassian, K., ve Jalali Moghadam, N. (2011). Relationship between self-efficacy and symptoms of anxiety, depression, worry and social avoidance in a normal sample of students. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(2), 91–98.
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi]. Sakarya Üniversitesi Açık Akademik Arşiv. <https://hdl.handle.net/20.500.12619/74650>
- Taş, M. A. (2022). Acının dönüştürücü gücünün yaşamın anlamına etkisi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(2), 403-414. <https://doi.org/10.17494/ogusbd.1185461>

- Taş, M. A., ve Tortumlu, M. (2021). Sabır eğiliminin kariyer kaygısı üzerindeki etkisinde kararlılığın aracılık rolü. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(1), 1-17.  
<https://doi.org/10.25287/ohuiibf.601744>
- Taylor, S. (2012). Transformation through suffering: A study of individuals who have experienced positive psychological transformation following periods of intense turmoil. *Journal of Humanistic Psychology*, 52(1), 30-52.  
<https://doi.org/10.1177/0022167811404944>
- Tedeschi, R. G., ve Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471. <https://doi.org/10.1007/bf02103658>
- Tedeschi, R. G., ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Thomson, G. (2003). *On the meaning on life*. Thomson/Wadsworth
- Uğurluoğlu, D., ve 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.  
<https://doi.org/10.16953/deusosbil.507731>
- Ulu, M. (2018). Hayatı anlamlandırma ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki üzerine. *Bilimname*, 2018(36), 165-187.  
<https://doi.org/10.28949/bilimname.459247>
- Uysal, İ. (2013). Akademisyenlerin genel öz-yeterlik inançları: AİBÜ eğitim fakültesi örneği. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 144-151.
- Uysal, Z. (2019). *Okul Yöneticilerinin yönetsel davranışları ile öğretmen yetkinliği arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Ünlü, Ç., Akyol, G., ve Bülbül, A. (2021). Hayatın Anlam ve Amacı: Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencileri ile İlişkilendirilmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(1), 38-51.

- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (35), 29-56.
- Xi, J., Lee, M. T., Carter, J. R., ve Delgado, D. (2018). Gender differences in purpose in life: The mediation effect of altruism. *Journal of Humanistic Psychology*, 62(3), 1-25. <https://doi.org/10.1177/0022167818777658>
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.
- Yılmaz, G., Yılmaz, B. ve Türk, N. (2010). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleklerine ilişkin öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi (Nevşehir ili örneği). *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*. 12(2), 85-90
- Yılmaz, S. (2018). Umre ibadetinin hayatın anlamı ve umutsuzlukla ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 22(1), 543-570. <https://doi.org/10.18505/cuid.417623>
- Yüksel, İ. (2020). *Sûfîlerde hayatın anlamı: Sûfî olmayanlarla karşılaştırmalı bir araştırma* [Yüksek Lisans Tezi, İbn Haldun Üniversitesi], İbn Haldun Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. <https://hdl.handle.net/20.500.12154/1351>
- Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinlerde yaşamın anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2), 69-83.

### **İnternet Kaynağı**

BibleGateway. *Holy Bible, New International Version*. 18 Ağustos 2023 tarihinde <https://www.biblegateway.com/passage/?search=Romans%205&version=NI> adresinden edinilmiştir.

## EKLER

### Ek-1: Demografik Bilgi Formu

**1.) Yaşınız (sayı ile belirtiniz):**

**2.) Cinsiyetiniz:**

Kadın

Erkek

**3.) Medeni durum:**

Evli

Bekar

İlişkisi var (nişanlı, sevgili)

**4.) Eğitim durumu:**

İlkokul/ortaokul/lise

Lisans

Lisansüstü

**5.) Ekonomik durum**

Düşük

Orta

İyi

**6.) Çalışma durumu:**

Çalışmıyorum

Özel sektör

Kamu sektörü

**7.) Yakın çevrenizden birini kaybettiniz mi?**

Evet

Hayır

**8.) Kronik bir rahatsızlığınız var mı?**

Var

Yok

**9.) Kendinizi inançlı biri olarak tanımlar mısınız?**

Evet

Hayır

**11.) Kendinizi sabırlı biri olarak tanımlar mısınız?**

Evet

Hayır



## Ek-2: Hayattın Anlam ve Amacı Ölçeği

		1.Kesinlikle Katılmıyorum	2.Katılmıyorum	3.Kararsızım	4.Katılıyorum	5. Kesinlikle Katılıyorum
<b>YÖNERGE:</b> Lütfen aşağıda ifade edilen yargı seçeneklerine katılım düzeyilerinden sizin için <u>en uygun</u> olan seçeneği, altındaki kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz.						
1	Hayatın mutlaka bir anlam ve amacı vardır.					
2	Faydalı bir şeyler üretmekten çok hoşlanırım.					
3	Hayatı arkadaşlarımla paylaşmaktan çok hoşlanırım.					
4	Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm.					
5	Yapmaktan zevk aldığım pek çok uğraşım vardır.					
6	Hayatta arzuladığım amaçlarıma ulaşmada başarılıyım.					
7	Değerlerim ve inançlarım doğrultusunda hareket etmeye çalışırım.					
8	Ruhsal bir boşluk içerisindeyim ve hayattan tat alamıyorum.					
9	Yaşadığım sıkıntılara rağmen zorluklarla mücadele etmekten vazgeçmiyorum.					
10	Çoğu zaman her şeye karşı bıkkınlık duyuyorum.					
11	Hayatımda her zaman bir anlam ve yaşamak için bir neden bulurum.					
12	Umut ve heyecanla geleceğe bakarım.					
13	Yaşadığım dünyada iyiye ve güzele dair pek bir şey bulamıyorum.					
14	Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur.					
15	Hayatın sıkıntılılarına karşı mücadele etmenin yaşamıma anlam kattığını düşünüyorum.					
16	Geleceğimi pek parlak göremiyorum, umutsuzum.					
17	Hala yapmak ve başarmak istediğim şeyler vardır.					

### Ek-3: Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği

Aşağıdaki cümlelerin her birine ne derece katıldığınızı, yanındaki kutucuklarda yer alan rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.									
		1	2	3	4	5	6	7	
		Kesinlikle katılmıyorum				Kesinlikle Katılıyorum			
1	Üzüntü ve acı bazen bizi mutluluğa götürür.	1	2	3	4	5	6	7	
2	Üzüntü, bazı yararlı yanları olan ya da kişiyi daha üst düzey bir mükemmelliğe ve mutluluğa ulaştıran aşkın bir durum haline gelebilir.	1	2	3	4	5	6	7	
3	Mutluluğa ulaşmak için üzüntülere, güçlüklerle ve talihsizliklere katlanmak gerekir.	1	2	3	4	5	6	7	
4	Kimse, üzüntü ve acı olmaksızın mükemmel olamaz.	1	2	3	4	5	6	7	
5	Acı; sabır ve şükürle karşılanırsa mutluluğa dönüşür.	1	2	3	4	5	6	7	

#### Ek-4: Genel Yetkinlik İnancı Ölçeği

Aşağıda, günlük yaşamınızda karşılaşabileceğiniz bazı durumlarla ilgili ifadeler vardır. Sizlerden istenilen bu durumların sizin için ne derecede doğru olduğunu derecelemenizdir. Lütfen, bu durumların şu anda sizin için ne kadar doğru düşünerek her bir madenini önünde buluna boşluğa (X) işaretini koyunuz.

Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Maddeler	Doğru değil	Biraz doğru	Daha doğru	Tümüyle doğru
1- Yeni bir durumla karşılaştığında ne yapmam gerektiğini bilirim.	1	2	3	4
2- Beklenmedik bir durumda nasıl davranmam gerektiğini bilirim.	1	2	3	4
3- Bana karşı çıkıldığında kendimi kabul ettirecek are ve yolları bulurum.	1	2	3	4
4- Ne olursa olsun üstesinden gelirim.	1	2	3	4
5- G sorunların çözümünü eğer gayret edersem bulabilirim.	1	2	3	4
6- Planlarımı gerçekleştirmek ve hedeflerime ulaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4
7- Bir sorunla karşılaştığında onu çözebilmeye yönelik birçok fikrim vardır.	1	2	3	4
8- Yeteneklerime güvendiğim için, zorlukları soğuk kanlılıkla karşılarım.	1	2	3	4
9- Aniden gelişen olayların üstesinden gelebileceğimi sanıyorum.	1	2	3	4
10- Her sorun için bir çözümüm vardır.	1	2	3	4

## Ek-5: Etik Kurul İzni

Tarih ve Sayı: 24.03.2023-97931



### SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER İÇİN YAYIN ETİĞİ KURULU

Sayı :E-45778635-050.99-97931

24.03.2023

Konu :Emine Alaca'nın "18 Yaş ve Üstü  
Bireylerde Hayatın Anlam ve Amacı ile  
Acının Dönüştürücü Gücü Arasındaki  
İlişkide Genel Yetkinlik İnancının Aracı  
Rolünün İncelenmesi' Başlıklı Revize  
Başvurusunun Etik Kurul Onay Yazısı  
Hk.'

#### REKTÖRLÜK MAKAMINA

İlgi : Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü, 24.03.2023 Tarihli ve 74966756- - 353 Sayılı  
Yazı,

İstanbul Beykent Üniversitesi 2020039028 numaralı Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Emine Alaca'nın Doç. Dr. Neslim Güvenderer Doksat danışmanlığında hazırladığı "18 Yaş ve Üstü Bireylerde Hayatın Anlam ve Amacı ile Acının Dönüştürücü Gücü Arasındaki İlişkide Genel Yetkinlik İnancının Aracı Rolünün İncelenmesi" başlıklı tez çalışmasının 03.03.23 tarihli 2023/2 sayılı Sosyal ve Beşeri Bilimler için Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu toplantısında gerekli düzeltmeler yapıldığı takdirde onaylanmasına karar verilmişti. Düzeltmelerin yapıldığı tespit edilmiş olduğundan ilgili başvurunun etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiş ve ekte onay yazısı sunulmuştur.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Prof.Dr. Akile Reşide GÜRSOY  
ŞATIROĞLU  
Başkan

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu :BSV3E1A7U2 Pin Kodu :15642

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5700&eD=BSV3E1A7U2&eS=97931>

Adres:İstanbul Beykent Üniversitesi Ayazağa-Maslak Yerleşkesi Ayazağa Mah. Hadımkoru Yolu

Bilgi için: Akile Reşide Gürsoy

Cad. No: 19 Sarıyer/İstanbul

Şatiroğlu

Telefon:444 1997 Faks:(0 212) 289 64 90 Unvanı: Başkan e-Posta:info@beykent.edu.tr Web:www.beykent.edu.tr Kep

Adresi:beykentunv@hs01.kep.tr



**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**