

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

**HAYATIN ANLAMI VE AMACI İLE YAŞAM DOYUMU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİDE DİNİ BAŞA ÇIKMANIN**  
**ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Sümevra KAKIZ**

**İstanbul**  
**Ağustos – 2021**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**

**HAYATIN ANLAMI VE AMACI İLE YAŞAM DOYUMU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİDE DİNİ BAŞA ÇIKMANIN ARACI**  
**ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Sümevra KAKIZ**

**Tez Danışmanı**  
**Prof. Dr. Halil EKŞİ**

**İstanbul**  
**Ağustos - 2021**

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Prof. Dr. Halil EKŞİ

Üye Dr. Öğr. Üyesi Besra Taş

Üye Dr. Öğr. Üyesi Enver ULAŞ

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Islak İmza

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ

Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Hayatın Anlamı ve Amacı ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolünün İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İmza

Sümevra KAKIZ

## ÖN SÖZ

Çalışmamda rehberliği ve bilimsel katkıları ile bana yol gösteren değerli tez danışmanım Prof. Dr. Halil Ekşi' ye, emeği geçen bütün değerli üniversite hocalarıma, her konuda fikir ve bilgi paylaşımında bulunduğumuz, yardımlarını benden esirgemeyen sevgili meslektaşlarıma, ölçeklerin doldurulmasında emeği geçen üniversite öğrencileri değerli arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım.

Her zaman ve her koşulda beni daima destekleyen ve cesaretlendiren, sonsuz sabır ve fedakarlıklar ile yanımda olan çok sevdiğim; babam Adem Kakız'a, annem Emine Kakız'a, teşekkürlerimi sunarım.

Can kardeşlerime, kardeşlerimin güzel eşlerine, canım yeğenlerime, hocalarıma, öğretmenlerime, sevdiklerime, varlığıma, var edene, varlığıma anlam katan hayatıma dokunan daha birçok değerli dostlarıma, teşekkürlerimi sunarım.

Her şey neye layıkça, ona dönüşür.

**Sümevra KAKIZ**

**İstanbul-2021**

**ÖZET**  
**HAYATIN ANLAMI VE AMACI İLE YAŞAM DOYUMU**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİDE DİNİ BAŞA ÇIKMANIN ARACI**  
**ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**Sümevra KAKIZ**

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez danışmanı: Prof. Dr. Halil EKŞİ

Ağustos, 2021 - 99 Sayfa

Bu araştırmada, hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide dini başa çıkmanın aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma, ilişkisel tarama türünde tasarlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu, 2020-2021 eğitim/öğretim yılında eğitim alan kolayda örnekleme tekniği ile seçilmiş 405 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma verilerin toplanmasında; “Hayatın anlamı ve amacı ölçeği” yaşam doyumunun saptanmasında “Yaşam Doyumu ölçeği” değişkenler arasındaki aracı rolü olarak “Dini Başa Çıkma Ölçeği” ve araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırmanın modeli ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın verileri SPSS 21.0 ve AMOS 20.0 programları kullanılarak çözümlenmiştir. Aracı rolün araştırılmasında Baron ve Kenny (1986)’nin yaklaşımı kullanılmıştır. Aracılık etkisi yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Aracı etkinin derecesinin belirlenmesi için Bootstrap güven aralığı değerlerine bakılarak karar verilmektedir (Reutter ve Bigatti, 2014). Araştırmada bootstrap örneklem sayısı 405, güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir. Bağımsız değişken tarafından açıklanan varyanstaki azalmanın anlamlılığı Sobel testi ile “<http://quantpsy.org/sobel/sobel.htm>” web adresi üzerinden hesaplanmıştır.

Ölçek puanlarının demografik özelliklere göre karşılaştırılmasında fark testleri kullanılmıştır. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak

Scheffe testi kullanılmıştır.

Mevcut araştırma sonucuna göre, hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide dini başa çıkmanın kısmi aracı rolü bulunmaktadır. Model uyum iyiliği indeksleri kabul edilebilir ve iyi uyum indeksleri ile karşılaştırıldığında, kurulan Yapısal Eşitlik Modeli verileri ile uyumlu olduğu ve sınanan modelin doğrulandığı görülmektedir. Ayrıca hayatın anlamı ve amacı, pozitif dini başa çıkma, yaşam doyumu düzeylerinin mezun olunan lise türüne göre: hayatın anlamsızlığı, yaşam doyumu düzeylerinin aile toplam gelirlerine göre: yaşam doyumu düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer demografik değişkenlerde anlamlı bir şekilde farklılık görülmemektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Hayatın Anlamı ve Amacı, Yaşam Doyumu, Dini Başa Çıkma

## ABSTRACT

# EXAMINATION OF THE ROLE OF RELIGION AS A MEANS OF COOPERATION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN THE MEANING AND PURPOSE OF LIFE AND LIFE SATISFACTION

**Sümeyra KAKIZ**

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis advisor: Prof. Dr. Halil EKŞİ

August, 2021 - 99 Page

In this study, it was aimed to examine the mediating role of religious coping in the relationship between the meaning and purpose of life and life satisfaction.

The research was designed in relational survey type. The study group of the research consists of 405 university students selected by convenience sampling technique in the 2020-2021 academic year. In the collection of research data; In determining the meaning and purpose of life scale, the "Life Satisfaction Scale", the "Religious Coping Scale" and the Personal Information Form created by the researcher were applied as the mediator role between the variables. The model of the research was determined as the relational screening model.

The data of the research were analyzed using SPSS 21.0 and AMOS 20.0 programs. The approach of Baron and Kenny (1986) was used to investigate the mediating role. The mediation effect was tested with the structural equation model. To determine the degree of mediating effect, the decision is made by looking at the Bootstrap confidence interval values (Reutter & Bigatti, 2014). In the study, the number of bootstrap samples was determined as 405 and the confidence interval was determined as 95%. The significance of the decrease in the variance explained by the independent variable was calculated using the Sobel test via the website "<http://quantpsy.org/sobel/sobel.htm>".

Difference tests were used to compare the scale scores according to demographic characteristics. The t-test was used to compare quantitative continuous data between two independent groups, and the One-way Anova test was used to compare quantitative continuous data between more than two independent groups. Scheffe test

was used as a complementary post-hoc analysis to determine the differences after the Anova test.

According to the results of the present research, religious coping has a partial mediating role in the relationship between the meaning and purpose of life and life satisfaction. When the model goodness of fit indices are compared with acceptable and good fit indices, it is seen that it is compatible with the established Structural Equation Model data and the tested model is confirmed. In addition, it was concluded that the meaning and purpose of life, positive religious coping, life satisfaction levels differed significantly according to the type of high school graduated: meaninglessness of life, life satisfaction levels according to family total income: life satisfaction levels differed significantly according to gender. There is no significant difference in other demographic variables.

**Keywords:** Meaning and Purpose of Life, Life Satisfaction, Religious Coping

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1.Problem.....	1
1.2.Araştırmanın Amacı .....	4
1.2.1.Problem Cümlesi.....	4
1.3. Önem.....	5
1.4. Sayıltılar.....	6
1.5. Sınırlılıklar.....	6
1.6. Tanımlar .....	6
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>8</b>
<b>KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>8</b>
<b>2.1. Hayatın Anlamı ve Amacı</b> .....	<b>8</b>
2.1.1.Hayatın Anlamı.....	8
2.1.2.Hayatın Amacı .....	11
<b>2.2.Yaşam Doyumu</b> .....	<b>13</b>
2.2.1.Yaşam Doyumu Kavramı ve Önemi.....	13
2.2.2.Yaşam Doyumunu Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar .....	15
2.2.2.1. Aşağıdan Yukarıya - Yukarıdan Aşağıya Kuramı .....	15
2.2.2.2.Belli Bir Noktaya Erişme Kuramı .....	16

2.2.2.3.Etkinlik Kuramı .....	16
2.2.2.4.Yargı Kuramı.....	16
2.2.2.5.Bağ Kuramı.....	16
2.2.2.6.Haz ve Acı Kuramı .....	17
2.2.2.7.Çoklu Çelişki Kuramı .....	17
2.2.2.8.Akış Kuramı.....	18
2.2.3.Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler.....	18
<b>2.3. Dini Başa Çıkma.....</b>	<b>20</b>
2.3.1.Baş a çıkma .....	20
2.3.2. Dini Baş a Çıkma .....	20
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>27</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>27</b>
<b>3.1. Araştırma Modeli .....</b>	<b>27</b>
<b>3.2. Çalışma Grubu .....</b>	<b>27</b>
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu .....	27
3.2.3.Hayatın anlamı ve amacı.....	27
3.2.4.Dini baş a çıkma .....	28
3.2.5.Yaşam doyum u.....	29
<b>3.3.Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları .....</b>	<b>30</b>
<b>3.4. Verilerin Toplanması .....</b>	<b>30</b>
<b>3.5. Verilerin İstatiksel Analizi.....</b>	<b>30</b>
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>33</b>
<b>BULGULAR VE YORUMLAR.....</b>	<b>33</b>
<b>4.1.Demografik Özelliklerin Dağılımı.....</b>	<b>33</b>
<b>4.2.Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Baş a Çıkmanın Aracılık Etkisi.....</b>	<b>35</b>
<b>4.3.Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Baş a Çıkmanın Aracılık Etkisi.....</b>	<b>39</b>
<b>4.5.Ölçek Puan Ortalamaları .....</b>	<b>46</b>
<b>4.6. Hayatın Anlamı ve Amacı Puanının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması .....</b>	<b>47</b>
<b>4.7.Yaşam Doyumu Puanının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması .</b>	<b>54</b>

<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>58</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>58</b>
<b>5.1.Tartışma .....</b>	<b>58</b>
5.1.1.Hayatın Anlamı ve Amacı, Yaşam Doyumu ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkilere İlişkin Tartışma .....	58
5.1.2. Hayatın Anlamı ve Amacı ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilere Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolüne İlişkin Tartışma.....	61
<b>5.2. Öneriler .....</b>	<b>62</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>65</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>76</b>
<b>Ek-1: Katılımcı Bilgi Formu.....</b>	<b>76</b>
<b>Ek-2: Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği .....</b>	<b>78</b>
<b>Ek-3: Yaşam Doyumu Ölçeği .....</b>	<b>80</b>
<b>Ek-4: Dini Başa Çıkma Ölçeği .....</b>	<b>81</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>82</b>

## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Uyum iyiliği kriterleri.....	31
Tablo 4.1. Demografik özelliklerin dağılımı.....	33
Tablo 4.2. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model uyum iyiliği indeksleri .....	37
Tablo 4.3. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık etkisi .....	38
Tablo 4.4. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model uyum iyiliği indeksleri.....	39
Tablo 4.5. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık etkisi .....	40
Tablo 4.6. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model uyum iyiliği indeksleri .....	42
Tablo 4.7. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık etkisi.....	43
Tablo 4.8. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model uyum iyiliği indeksleri.....	44
Tablo 4.9. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık etkisi.....	45
Tablo 4.10. Ölçek puan ortalamaları .....	46
Tablo 4.11. Hayatın anlamı ve amacı puanının aile toplam gelirine göre farklılaşma durumu .....	47
Tablo 4.12. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanının aile toplam gelirine göre farklılaşma durumu .....	47
Tablo 4.13. Hayatın anlamı ve amacı puanının mezun olunan lise türüne göre farklılaşma durumu .....	48

Tablo 4.14. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanının mezun olunan lise türüne göre farklılaşma durumu .....	48
Tablo 4.15. Hayatın anlamı ve amacı puanlarının aile tipi göre farklılaşma durumu	49
Tablo 4.16. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarının aile tipi göre farklılaşma durumu .....	49
Tablo 4.17. Hayatın anlamı ve amacı puanlarının cinsiyet göre farklılaşma durumu	50
Tablo 4.18. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarının cinsiyet göre farklılaşma durumu .....	50
Tablo 4.19. Pozitif dini başa çıkma puanının aile toplam gelirin'e göre farklılaşma durumu .....	51
Tablo 4.20. Negatif dini başa çıkma puanının aile toplam gelirin'e göre farklılaşma durumu .....	51
Tablo4.21. Pozitif dini başa çıkma puanının mezun olunan lise türüne göre farklılaşma durumu .....	52
Tablo 4.22. Negatif dini başa çıkma puanının mezun olunan lise türüne göre farklılaşma durumu .....	52
Tablo 4.23. Pozitif dini başa çıkma puanlarının aile tipi göre farklılaşma durumu...	53
Tablo 4.24. Negatif dini başa çıkma puanlarının aile tipi göre farklılaşma durumu..	53
Tablo 4.25. Pozitif dini başa çıkma puanlarının cinsiyet göre farklılaşma durumu...	53
Tablo 4.26. Negatif dini başa çıkma puanlarının cinsiyet göre farklılaşma durumu .	54
Tablo 4.27. Yaşam doyumu puanının aile toplam gelirin'e göre farklılaşma durumu	54
Tablo 4.28. Yaşam doyumu puanının mezun olunan lise türüne göre farklılaşma durumu .....	55
Tablo 4.29. Yaşam doyumu puanlarının aile tipi göre farklılaşma durumu .....	55
Tablo 4.30. Yaşam doyumu puanlarının cinsiyet göre farklılaşma durumu .....	56

Tablo 4.31. Korelasyon analizi ..... 56



## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model ..... 36

Şekil 4.2. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model ..... 39

Şekil 4.3. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model ..... 41

Şekil 4.4. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin yapısal model ..... 44



## KISALTMALAR

MEB : Milli Eğitim Bakanlığı

Akt. : Aktaran

EARGED : Eğitim Araştırma Geliştirme Dairesi Başkanlığı

N : Kişi Sayısı

Ss : Standart Sapma

X : Aritmetik Ortalama

Edt. : Editör

Çev. : Çeviren

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

DSM: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

DEHB: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

APA: American Psychological Association

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

YEM: Yapısal Eşitlik Modeli

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Birinci bölümde araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve araştırmadaki temel kavramlara ait tanımlar yer almaktadır.

### 1.1.Problem

“İnsan doğasının vazgeçilmez bir parçası olan anlam istemi, insanların yaşamlarında oldukça büyük ve önemli bir yere sahiptir ve hayata karşı duruşlarını etkilemektedir. “(Kızılırmak, 2015). Anlam kavramı soyut bir kavramdır. Bu sebeple birçok kimseye göre anlam istemi değişiklikler göstermektedir. Kimine göre yaşamı anlamı sevmek iken kimine göre yemektir.

Frankl’a göre yaşam anlamı, insanın doğuştan getirdiği bir güç olarak anlam arayışını içinde barındıran, yaşam amaçlarıyla birlikte ele alınan, insan yaşamının doğal ve sağlıklı temel güdüsüdür. (Frankl, 2010)

Bu sağlıklı güdüyü anlamak isterken yaşam doyumuyla olan ilişkisi ve bu var olan ilişkide dini başa çıkmanın aracı rollerini inceleyeceğiz. Alan yazında bu üç konu birlikte ele alınmadığı için alanında özgün ve insanlığa faydalı birer çalışma olacaktır.

Yaşam doyumunu insan hayatının her alanını, bütün hayatını içine alan bir kavramdır. Yaşamdan alınan doyum kavramı, yaşamın tek bir alanına atıfta bulunmaz. Yaşamı bir bütün şeklinde ele alarak tamamını kapsar. Yapboz parçalarının bütünü oluşturması gibi (Aksaray, Yıldız ve Ergün,1998). Yaşam doyumuyla ilgili birden fazla tanım yapılmaktadır, ama buna rağmen üzerinde karar kılınmış bir tanım bulunmamaktadır. Parmak izi kadar farklı olan insanların hayatlarında beklentileri ilgileri yaşam tarzları da farklılık göstermektedir. Buna bağlı değişimlerle yaşam doyumundaki tanımlamalardaki farklılıkların bir nedeni olarak görülmektedir (Keser, 2005).

Yaşam doyumunu ruh sağlığının en önemli göstergelerinden biri olarak kabul edilmektedir (Headey, Kelley ve Wearing, 1993: 63; Layard, Chisholm, Patel ve Saxena, 2013: 1, 16). Nitekim yaşamlarından memnun ve mutlu olan insanların ruh

sağlığının önemli bileşenleri arasında yer alan olumlu duygular yaşama, dengeli duygusal yaşam, yüksek düzeyde kişisel kontrol ve öz-saygı gibi nitelikleri taşıdıkları tespit edilmiştir (DeNeve ve Cooper, 1998: 197). Bu olumlu kişisel özelliklerin yanı sıra insanların hayat memnuniyetleri ve dolayısıyla ruh sağlıkları üzerinde etkili olduğu tespit edilen diğer bir özellik de dindarlıktır. Dindarlığın yaşam doyumunu iki yolla etkileyebileceği düşünülmektedir (Koenig, King ve Carson, 2012: 127-134). Birincisi din, insanların inançlarını ve davranışlarını doğrudan etkilemek suretiyle mutluluk düzeylerini arttırabilir. İkincisi ise din, yaşam doyumunu üzerinde etkisi bilinen sosyal destek ağları, medeni durum, sağlık koşulları, umut, amaç ve anlam hissi, kontrol odağı ve öz-saygı gibi bireyle ilgili psikolojik, sosyal ve çevresel başka faktörler üzerinde etki yaratarak yaşam doyumunu dolaylı olarak olumlu yönde etkileyebilir.

Sosyal varlık olan insan, yaşamında birçok olayla karşılaşır. Yaşam doyumunu insanların yaşamdan beledikleri ve bu beledentilerin sonucunda sahip olduklarının kıyaslanması sonucunda deneyiminin doyum şeklini ifade eder (Özer ve Karabulut, 2003).

Maneviyat insana has olan önemli bir duygudur. Bu duygu bazıları için, sahip oldukları dinlerinin bir parçasıyken, bazıları için ise doğrudan bir dinden veya bunun uygulamalarından kaynaklanmaz. Maneviyat ve din arasındaki ilişkiden bahsetmek gerekirse tarih sahnesi boyunca eş anlamda kullanılmış olsa da farklı kavramlardır. Maneviyat aşkın duygularla bağlantılı olarak deneyimlenen davranış sonuçlarıdır aynı zamanda, hümanistlere göre (Polanski, 2003). Her insan parmak izi kadar farklılıklar taşır.

Pargament'in (2007) dediği gibi; maneviyat insan yaşamında normal bir kısmını oluşturur. Maneviyat da tıpkı yaşam doyumunu gibi süredendir. Doğumdan ölüme kadar devam eder. Maneviyat; kişinin iç dünyası ile ilgili olan demektir. İnsan iç dünyasını inceleyip özümseyebilir. Empati de yapabilir ama dindar olmayabilir. Aynı şekilde bir dine mensup olup maneviyatlı bir insan da olmayabilir. Ama din ve maneviyat insan yaşamının bir konusu ve benzer içerik kavramlarını barındırması açısından tamamen de birbirinden bağımsız değildir.

Frankl düşünce yapısı olarak inanç temelli bir ideolojiye karşı değildir (Frankl, 2010). Din, inanç, maneviyat bunlar insanların kendilerine has düşünceleri ve duygularıdır. Ama Frank bu var olan düşüncelerin, inançların belli başlı topluluklara ithaf edilmesine sanki onlara aitmişçesine anılmasına karşıdır. Maneviyat, inançlar bunların varlığını inkar etmek doğru değildir. Çünkü insan yaşamının her alanında maneviyata yer vermektedir. Burada bahsi geçen dini kullanarak kişilerin kullanılmasına tepki gösterilmesidir. Çünkü “maneviyat” insan doğasının temel bir bileşenidir ve insan ondan ayrı olarak düşünülemez.

“Maneviyat, hayat boyu kazanılan deneyim ve bilgilerin sonucu olup, kişinin kendisi ve çevresiyle ilişkilerini, yaşamın anlamını, bu dünyadaki yerini anlamlandırma ve kabul etme sürecidir. Bireye anlamlı gelen ve yaşamdaki amacını oluşturan öğeleri içerir.” (Cimete, 2002).

Manevi değerlerimiz bizler için yaşam anlamımızın oluşmasının temelini oluşturmaktadır. Maneviyat doğası gereği olan pozitif enerjisiyle bizlere sağlıklı birer toplumsal yapı, gelişmemize katkı sağlayan bir köprü vazifesi görmektedir.

Elkins (2015), maneviyat ile ilgili bazı önermeler sunmuştur. Maneviyat; evrenseldir, kapısı her insana açıktır, yapısı itibariyle insansıdır. İnsana has olan duyguları keşfederek derinliklerimize dokunur, değişik bir enerjisi mevcuttur. Amacı merhamettir.

Kişinin hedefinde din ve değerler var ise mutlaka problemlerin çözüme ulaşmasında fayda sağlayacaktır (Aydın, 2004).

Tüm bunlar incelendiğinde hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide dini başa çıkmanın ilişkisi gözler önüne serilmektedir. Alanda özgün ve araştırma sonucunda elde edilecek sonuçların alanda çalışan araştırmacılara yol gösterici olması bakımından gerekli olduğu söylenebilir. Bu açıdan bakıldığında bu çalışmanın önemli bir çalışma olduğu ve bu alandaki literatür boşluğunun doldurulmasında büyük katkılar sağlayacağı söylenebilir.

## **1.2.Araştırmanın Amacı**

Bu tezin konusu, üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide dini başa çıkmanın aracı rolü üzerine çalışmaktır.

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin yanı sıra çeşitli değişkenlerin dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin geliştirilen teorik modelin test edilmesidir.

Araştırmada şu alt amaçlar araştırılacaktır:

- 1.Üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi belirlemek.
2. Üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve amacı ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi belirlemek.
3. Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi belirlemek

### **1.2.1.Problem Cümlesi**

Araştırmanın problem cümlesi “Üniversite öğrencilerinin dini başa çıkma düzeyleri; hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamakta mı? “ olarak belirlenmiştir.

#### **1.2.1.1. Alt Problemler**

Bu araştırmanın alt problemleri aşağıda belirtilmiştir:

1. Üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacı, yaşam doyumu, dini başa çıkma düzeyleri ne düzeydedir?
2. Üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3. “Üniversite öğrencilerinin dini başa çıkma düzeyleri; hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü oynamakta mıdır?”

### 1.3. Önem

Yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde hayatın anlamı ve amacı, yaşam doyumu, dini başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişkiyi bir arada ele alan çalışmalara rastlanmamıştır. Maneviyatın birçok psikolojik problemlerin çözümünde pozitif rol oynadığı yapılan araştırmalar sonucunda gözlemlenmiştir. Maneviyat kavramı ile din kavramından bahsetmek gerekirse tarih sahnesi boyunca eş anlamda kullanılmış olsa da farklı kavramlardır. Maneviyat; kişinin iç dünyası ile ilgili olan demektir. İnsan iç dünyasını inceleyip özümseyebilir. Empati de yapabilir ama dindar olmayabilir. Aynı şekilde bir dine mensup olup maneviyatlı bir insan da olmayabilir. Ama din ve maneviyat insan yaşamının bir konusu ve benzer içerik kavramlarını barındırması açısından tamamen de birbirinden bağımsız değildir. Bu sebeple maneviyatın içine almış olduğu din kavramı da, bireylerde hayatın içerisinde yer alan hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin önemi büyüktür.

Bu açıdan değerlendirdiğimizde maneviyat ve dini başa çıkma, gelişim dönemlerinin vermiş olduğu dürtülerin kontrol edilmekte zorlanıldığı ve kimliğini bulma arayışında olan ileri ergenlerde hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumunun ilişkisinde arttırıcı bir özellik mi yoksa engelleyici bir özellik mi olduğu sorusu ile karşı karşıya gelmekteyiz. Ülkemizde ileri ergenlere maneviyat ile yaşam doyumları arasındaki ilişki ve maneviyat ile hayatın anlamı ve amacı arasındaki ilişkiyi ölçen araştırmalar mevcuttur. Ayrıca maneviyatın iki farklı doğası anlam arayışı için pozitif güç olma ve yıkıcı bir güç olma dikkate alındığında; maneviyat ile hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin, bireyin yaşamında sosyal uyumu için ciddi bir etken oluşturmaktadır. Bu sebeple üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada olan değerlerin hepsini birlikte yapan çalışmanın yurt dışında ve yurt içinde olmaması bakımından özgü ve araştırmaların sonuçlarından alanlarda çalışanlara yardımcı olmaları anlamından gerektiği söylenmektedir. Böylece bu

çalışmalar mühim çalışmalardır ve bu alanlardaki literatür boşluklarının dolmasında çok katkısı olacağı düşünülmektedir.

#### 1.4. Sayıtlar

1. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilir, istenilen bilgileri elde etmeye ve ölçmeye elverişli olduğu,
2. Ölçme araçlarını cevaplandıran öğrencilerin içten, doğru ve objektif düşüncelerini ortaya koydukları,
3. Araştırmacı ve araştırmaya ölçeklerin uygulanma sürecinde katılan öğretmenlerin uygulama ilkelerine uygun davrandıkları varsayılmaktadır.

#### 1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından edinilen bilgiler, öğrencilerin bu ölçeklere verdiği samimi cevaplarla ve ölçeklerin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.
2. Elde edilen bulgular araştırmanın yürütüldüğü 2020- 2021 eğitim-öğretim yılında, Türkiye’de bulunan üniversite öğrencilerinden seçilen örneklem ile sınırlıdır. Benzer gruplara ve farklı yaş gruplarına genellenmesi yanıltıcı olabilir.
3. Araştırma, kullanılan istatistiksel analizlerle sınırlıdır.

#### 1.6. Tanımlar

**Yaşamın anlamı:** Yaşamın anlamı psikolojik alanlarda çok fazla kuramlar ve araştırmacılar dolayısıyla elde edilmiş ve değişik türlerde kavramsallar oluşmuştur. Örnek olarak, Frank’a (2010) için yaşamın anlamı, insanlarda doğduğu andan itibaren temel bir kuvvet, yaşamı anlamı olan bir hale getirme ya da anlamının bulunma gayretiyken; Ryff (1989) içinse yaşamın anlamı, iyi olmanın gösterilmesi şeklinde pozitif bir karakter niteliğidir.

**Yaşamın Doyum Hali:** Yaşamın doyum hali bir kişinin neleri beklemiş olduğu ve elde ettiklerinin karşılaştırmasının sonuçlarında deneyimlemiş olduğu doyumun halinde söylenmektedir (Özer ve Karabulut, 2003).

**Maneviyat:** Svrakic, Pryzbeck ve Cloninger (1993) için, kendiliğın kaybı, ben-ötesindeki kimliğın tanınması, ruhsal olarak kabullenme ve gelişim olgunluğu şeklinde niteliklerle kendisini göstermiş olan gelişimi olan bir süreç olmaktadır.

**Dini Başa Çıkma:** Din niteliklerinden sabır halinde olunma ilkeleri, süreç halini kabullenme şeklinde algılanarak yaşama devam edildiğında krizlerin idaresinin çözümü için atılan ilk adımlardan olmaktadır (Özdoğan, 2009).



## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde araştırmaya ait temel kavramlarla ilgili literatürde yer alan bilgilere yer verilecektir.

#### 2.1. Hayatın Anlamı ve Amacı

##### 2.1.1. Hayatın Anlamı

İnsan doğasının vazgeçilmez bir parçası olan anlam istemi, insanların yaşamlarında oldukça büyük ve önemli bir yere sahiptir ve hayata karşı duruşlarını etkilemektedir. Anlam kavramı soyut bir kavramdır. Bu sebeple birçok kimseye göre anlam istemi değişiklikler göstermektedir. Frankl'a göre hayatın anlamı, insanın doğuştan getirdiği bir güç olarak anlam arayışını içinde barındıran, yaşam amaçlarıyla birlikte ele alınan, insan yaşamının doğal ve sağlıklı temel güdüsüdür (Frankl, 2010).

“Anlam” hayata, hayatın içinde barındırdıklarımızın parçalarına ve bütününe verdiğimiz değeri ifade eder. Psikolojik olarak anlam ihtiyacının karşılanması bireyde olumlu duygu durumlara sebep olmasına yol açarken, anlam ihtiyacının karşılanmaması halinde olumsuz, yıkıcı duygu durumlara sebep olur. Hayata anlam verme, olumlu duygular ve düşünceler yüklemeye bireyler için hayatta kalmak kadar önemlidir (Şentürk ve Yakut, 2014: 45). Hayattan alınan doyum hayata verilen anlam ile doğru orantı göstermektedir.

İnsan için anlamını bulmadığı, aramadığı, var etmek için çabalamadığı bir yaşam yaşanmamış sadece nefes alıp verilen ama hissedilmeyen eylemlerden ibarettir. Hayata katılan bu anlam bileşenleri; zamana, mekana, duruma, öznelere, olaylara göre değişim göstermektedir.

Bu değişimin içerisinde anlam sürekli olarak vardır. İnsan hayat boyu anlam arayışı içerisinde (Yalom, 2001).

İnsan hayatta anlam arayışı olmadan hayatın içerisinde varolamaz. Hayatında anlam arayışında olmayan insanların psikolojik problemlerle karşılaşması olasıdır. İnsan hayatını var ederken anlam ve amaçlar oluşturması gerekmektedir. Hayatın anlamı

konusunda ortak bir görüş yoktur. Somutsal olarak bir hayat anlamı yoktur. Her insanın hayatına yüklediği anlam öznedir. Kişiden kişiye değişmektedir. Hayatın anlamını bazı insanlar dini değerler içerisinde, toplum kurallarında, maneviyatta, sanatta, aşkta, parada, hazda, bulurken bazısı da statüde, meslekte, bizzat kendisinde, varlığında, var edende gezmekte, yemekte içmekte, vs. özelliklerde bulabilir. İnsanın hayatta ki anlamı zevk, sefa, hazlarda arama yolunda olursa, aşk, din, felsefe, maneviyat, bilim vs. de arayamayabilir. Anlam tam anlamıyla hayata baktığı yönde, gördüğünde saklıdır. Bir insanda bile bu kadar farklı anlam istemleri mevcutken ilk insandan bu yana milyonlarca yaşayan insanla birlikte var olan anlam görüşleri de artmaktadır.

Adler (2004) ise bu durumu şöyle açıklar: “Ne kadar insan varsa, yaşamın anlamına ilişkin o kadar çok görüş vardır.” (Adler, 2004).

Anlam istemi değişkendir. Bireylerde her an değişebilir, değişime açıktır. Şimdi ve burada kalmak yeni yeni anlamalar keşfetmek açısından önemlidir.

Frankl’ın (2010) geliştirilmiş olduğu logoterapi yaklaşımına göre hayatın anlamı üç şekilde keşfedilebilmektedir:

1. Eser ortaya koymak (başarı).
2. Değişim, deneyim, etkileşim içerisinde bulunmak (sevgi).
3. Acıyı kabul etmek ve gerçek, bir gün geleceği kesin olan ölümü kabul etmek

Var olan acılarda, imtihanlarda olumsuz, umutsuz; duygu durumlarla yüzleşmekten bahsediyor. Gerçekten kaçmamak ve kabul etmekten bahsediyor. (Frankl, 2010).

İnsanın hayata verdiği anlam arayış içerisinde bulunması doğuştan gelen bir durumdur (Bahadır, 2011: 134).

Buna göre hayatın anlamı içgüdüsel eylem kadar mühim olduğu söylenilebilir. Ve buradaki anlam isteminin, insanın varoluşundan bu yana kadar eskilere dayandığını ifade edebiliriz. Hayatın anlamı her zaman için vardır fakat değişkenlik gösterir (Frankl, 2010:125).

Anlam arayışı içerisinde bulunmak insanın temel ihtiyaçları arasındadır (Frankl, 2010). Bireyler yaşama yüklediği anlam sonucunda yaşamını şekillendirir. Anlam istemi bireylerin yeme, içme, cinsellik ihtiyacı kadar birincil bir ihtiyaçtır. Nasıl insanlar yeme içme ile karnını doyuruyorsa, hayata verdiği anlam ile doyuma ulaşmakta ruhu doyurmak demektir. Verilen anlamlar ise doyumun derecesini belirlemektedir. Birincil ihtiyaçlar hayatın içerisinde anlık doyum sağlarken, manevi, sevgi, din gibi doyumlar hayata yayılmaktadır.

Hayatın anlamını üzerine düşünmek, sorgulamak insanı diğer varlıklardan ayırt eden özelliklerdendir (Uğur ve Akın, 2015: 425).

Yalom'a göre iki çeşit anlam bulunmaktadır: dünyevi ve kozmik anlam. Dünyevi anlam bireylerin yaşamlarındaki anlamların ne olduğunu ele alan bir kavramdır. Kozmik anlam ise, bireylerden bağımsız olarak yaşamdaki anlam ve amaçların ne olduğu ile ilgilenir. Kozmik anlam dini kurallar çerçevesinde açıklanmaktadır. Yalom, kozmik anlama göre hayatını şekillendiren insanların dünyevi anlamalarını şekillendirirken kozmik anlamdan beslendiklerini ifade eder (Yalom, 2001: 663-665). Bireyler kendilerini ve çevrelerini anlamaya dönük yoğun bir istek duyarlar. Bu anlam arayışı da anlam kadar motive edici bir güçtür. Taylor'a (1983) göre, hayattaki anlam arayışı, var olan problemlerin nedenlerini anlamayı ve problemlerin etkilerini, alt dallarını da anlamlandırma ihtiyacını da barındırır. Hayatın anlamı bu noktada bir uyum sürecini de içermektedir. İnsanların, var olan durumları anlamasını, yüklediği anlamlar ile birlikte hayatını gözden geçirerek düzenlemesine de yardımcı olmaktadır.

Anamlı bir hayatın temelinde ve anlam arayışı sürecinde ise etkisi bulunan; fiziksel, ruhsal, sosya-kültürel birçok faktör söz konusudur. Anlam bireyin ruhsal durumunu etkilemektedir.

Bireyler anlamlı bir yaşama sahip olduklarında psikolojik olarak olumlu değişimler gözlemlenir (Bahadır, 1999). Hayatlarında anlam arayışı içerisinde bulunan bireylerde yaşam doyumunun yüksek olduğu ve bu doyumun hayatlarında mühim olduğu belirtilmiştir. Yaşamda anlam ile ilgili çeşitli tanımlamalar görülsün bile anlam isteminin birincil bir ihtiyaçlar kadar önemli olduğu fikri değişmemektedir.

Hayatın anlamı insanın yaşamına olumlu duygu durumlar katmak ile birlikte, anlamsızlık ise insanın yaşamına depresif, tükenmiş, hayatı sonlandırma gibi

düşünceler üzerinde etkili vardır (Edwards ve Holden, 2001; Harlow, Newcomb ve Bentler, 1986).

Frankl'a göre ruhsal sıkıntılarının kaynağında anlamsız insanlarla anlamlı ilişkiler yaşama isteği ve çabası yatar.

Anlamsızlık ya da bir diğer ifadeyle anlam yoksunluğu kişilik bozukları ve daha birçok problemin kaynağı olduğu söylenilmektedir (Jim ve Anderson, 2007; Jim, Richardson, Golden-Kreutz ve Anderson, 2006). (Yalom (2001), tedavi gören her 40 hastadan 9 tanesinin probleminin anlam yoksunluğundan kaynaklandığını dile getirmiştir.

### **2.1.2.Hayatın Amacı**

Yaşamın anlamı ile yaşamın amacı ilişkili kavramlardır. Anlam amacı içerisinde barındırır. Bu iki kavram çoğu zaman birbirlerinin yerine kullanılsa da farklı kavramlardır (Baier, 1971; Yalom, 1999).

Anlam duygusu içerisinde bulunan bireylerin, yaşamlarında hedefleri vardır. Bu hedeflere anlam hissine sahip olan insan, yaşamda amaçlar oluşturarak bu amaçlar doğrultusunda yaşarlar (Yalom, 2011: 658-660). Runzo ve Martin bunu şöyle ifade ederler: “ Belirli bir kişinin hayatının şimdi ya da geçmişte herhangi bir anlamı olup olmadığını sorduğumuzda, genellikle evrensel meselelerle değil, onun hayatında belli amaçlarının bulunup bulunmadığıyla ilgilimizdir. Bir hayatı anlamlı olarak nitelediğimizde; ilkin, söz konusu hayatın, bireyin eylemlerinin büyük bir bölümüne yön veren, her şeyi kapsayan bir hedefi ya da hedefleri olduğunu, ikinci olarak, bu eylemlerin ve belki daha önemli olan hedefle doğrudan doğruya ilişkisi olduğunu kastederiz. Bir hayatı yaşamaya değer olarak nitelediğimiz zaman, o kişinin yalnızca ölmesinden ve acılarının dinmesinden başka, kendisine önemsiz gelmeyen bazı hedefleri olduğunu ve bu hedeflere erişmesi için gerçek bir olasılık bulunduğunu savunmuş oluruz” (Runzo ve Martin, 2002: 103). Birçok insan hayatta ki amaçlarını ve anlamlarının nedenini anlamaya çalışır ve gerekli uzmanlardan bu konuda yardım alır.

Farklı bir uzman kaynak olarak İslam dini de anlam ve amaç için insanları motive etmektedir. Bireylerin varlığıyla, sosyal hayatındaki bireylerle, olaylarla huzur ve güven içerisinde hayat sürmesini destekler. Bu ifadelere Kuran'ı Kerim de amelî salih denmektedir (Kimter, 2008: 113).

Yaşamın amacı birçok bilim insanının ilgisini üzerine toplayan bir olgudur (Sillick ve Cathcart, 2014).

Ryff (1989) yaşamın amacını, geçmiş ve bu günümüze yüklenen anlam, his olarak ifade etmiştir. Uzun bir deniz yolculuğunda öncelikle rotamızı belirler sonra gemimizi hareket ettiririz. Geçmişten aldığımız deneyimler ile geminin ve yolcuların ihtiyaçlarını karşılarız. Anda gelişen yenilikler ile birlikte yol alırız. Rotası belli olan gemi yolunu daha kolaylıkla bulmaktadır. Aksi takdirde derin okyanuslarda, dalgalarda yolunu şaşırabilmektedir. Hayatta bu şekilde bir rotamız, hedefimiz amacımız olmaz ise yolumuzu kaybedebilir, derinliklerde kaybolabiliriz. İşte bu nokta da hayattan alınan doyumda azalmaktadır. Hayatta ki amacımız bizleri karaya çıkarmaya yardımcı olacak en iyi pusuladır.

Hayatın amacı, Ryff ve Singer (1998) tarafından bir insanın yaşamındaki amacının varlığı bu noktada ki hedefe ulaşmada harcanan emekten oluşmaktadır.

Yapılması gerekli olan bir amaç bireysel bir şekilde anlamlı, mühim amaçların izinden gidilmesi yaşamın amacı bireylerin varoluşları için önemlidir. Amaç yolunda devam eden bir hayat için bir ihtiyaçtır. Yaşamın amacı insan ruhunun kendisiyle ve de evrenle kurduğu bağ ile ilgilidir. Hayatın amacı yaratıcı, deneysel ve davranışsal değerler yoluyla elde edilebilir. Yaratıcı değerler insanların yaşamdaki amaçlarını yoktan var etmeye çabalamasıdır. Deneysel değerler aşk, sevgi, iyilik vs. gibi pozitif durum deneyimlerini ifade eder. Davranışsal değerler insanların ani olarak karşılaştığı durumlarda ki sergiledikleri durumları ifade etmektedir (Hedberg, 2010).

Kıraç'a (2013) göre din bireylerin hayata verdikleri anlam ve de amaçta başvurdukları önemli yerlerden birisidir. Din bireylerin yola çıkarken koydukları hedefleri, yolda karşılaştıkları güzellikleri ve engebeleri, yaratıcıdan gelen birer hediye ya da imtihan olarak kabul eder. Var olan olumlu duygu durumlarda yaratıcının hediyesi olarak kabul ederken, olumsuz duygu durum olayları birer imtihan olarak kabul ederek sabır

gösterir. Burada dine yüklenen anlamlar bir başatme becerisi ve amaç oluşturmada çok büyük bir yardımcı güç kaynağıdır.

Hayatın anlamı ve amacı birbiri ile benzer niteliklerde görünse bile farklı kavramlardır. Ve ayırt edilmelidir. Anlam; bireylerin yol boyunca ve sonrasında süreçte yüklediğı yorumlar, elde edilen deneyimlerden oluşmaktadır. Amaç ise yolun sonunda ulaşmak istenilen hedef, sonuçtur (Göka, 2013: 133). Hayat uzun ince bir yoldur. Anlam hayatın her alanında her süreçte vardır. Diridir, tazedir, süreklidir. Amaçlar anlamı bulmamızda en büyük yardımcı güçtür. Yüklenen anlamlar ile amaçlar oluşturulur, amaçlar ile anlama ulaşılır. Birbiri ile etkileşim içerisindedir. Anlam istemi bireyde doğuştan gelir. Hayatın anlamı ve amacı bireylerin varoluşuna katkı sağlamaktadır. Hedefler ile basamaklar daha kolay atlatılabilmekte, her basamakta alınan haz ve doyum ile gerçek olan başarı gerçekte ve kaygılar azalmaktadır. Özetle hayatta belirlenen amaçlar ve anlamlar insan yaşamına katkılar sunmaktadır. Hedefi olan bireyler enerjisini kullanırken sonunda aldığı başarı doyumları ile tazelenmekte. Hayat bireyleri değil bireyler hayatını yönlendirmektedir. Bu şekilde belirsizlik, stres, endişe, kaygı gibi olumsuz duygu durumlardan da uzak kalmaktadır.

## **2.2.Yaşam Doyumu**

### **2.2.1.Yaşam Doyumu Kavramı ve Önemi**

Yaşam doyumunu kavramının bireyden bireye farklı algılanma bağlı olarak, kavramın tanımlanmasında ve belirlenmesinde belirsizlik söz konusu olabilmektedir. Günlük hayatta farklı durumlarla karşılaşırız. Yaşamda neşe, hüznün, sevinç, mutluluk, öznel iyi oluş, acı, umut, umutsuzluk gibi duygu durumlar ile karşılaşırız ve yaşamdan alınan doyum bu tür durumlarda değişkenlik gösterebilmektedir.

Yaşam doyumunu, mutluluk, umut ve öznel iyi oluş gibi kavramlarla anılmaktadır. Öznel iyi oluş, insanın bireysel yaşamıyla ilgili bütünü düşünerek çıkarımda bulunmasıdır. Yaşam doyumunu hayatın belli bir alanında alına değil yaşamın tümüne yayılan bundan beslenen bir doyumdur. Mutluluk, öznel iyi oluş vs. özellikler yaşam doyumunu ile doğru orantılıdır. Yaşam doyumunu aslında bireylerin yaşamdan beklentileri ile hayatında var olanların kesişmesidir. Yaşam doyumunu, insanların beklentileri ve elindekilerinin karşılaştırmasının sonucudur. Bu var olan sonuca göre yaşamdan

alınan doyum değişkenlik göstermektedir. Yaşam doyumunda tam manasıyla bu beklentilerin karşılanması düzeyi ile alakalıdır. Hayattaki zorluklar ve de kolaylıklarda yaşam doyumunu etkilemektedir. Olumlu, kolay yaşantılar motive edici bir etki yaratırken zorluklar ve olumsuz yaşantılarda yaşam doyumunu düşürücü etki yaratmaktadır. Bu sorunlar zamanla bireyin yaşamdan aldığı doyumunu azaltır. Yaşam doyumunu, insanların hayatında olumlu yaşantılar kazanması, yaşamdan anlam bulma arayışları, sosyo ekonomik faktörlerin yeterli olması gerekmektedir. Mutsuz olduğu durumlarda kendini motive ederek mutlu kalmayı başarması, anı yaşaması, anda kalması, maslow'un temel basamakları başta olmak üzere tüm basamakları kazanma çabası içerisinde olması; tüm bunlar yaşam doyumunu arttırıcı olaylar ve de durumlarıdır. Tüm bunların aksine yaşam doyumunu azalan insanların yaşamları da olumsuz duygu durumlar ile etkilenmektedir. Kişilik bozuklukları, depresif davranışlar, tükenmişlik, boşvermişlik, umutsuzluk gibi olumsuz hislerin yaşanması olasıdır (Korkmaz vd, 2015, s.79-81).

Pavot ve Diener (1993) yaşam doyumunu, bireyler arasında değişkenlik gösteren bireylerin yaşamlarına yükledikleri anlam ve bu anlam sonucunda alına doyum olarak ifade etmiştir. Parmak izi kadar farklı olan bireylerin hayattan aldıkları doyum da değişkenlik göstermektedir. Kimisi var olan doyumunu dünyevi hazlarda, yeme, içme, gezme gibi günü birlik eğlencelerde, ararken bazı kimselerde bilimde, sanatta, aşta, felsefe de, başarı da dinde ve de maneviyatta bulabilmektedir. Elbetteki geçici anlık hazlardan alınan doyumlar günü kurtarıırken, manevi, anlamsal hazlar hayatın her alanına yayılmaktadır. İnsanlar arasında alınan doyum farklılıkları görülmesine karşılık hayattan alınması gereken bütün doyumlar özellikle birincil dürtüler en azından minimum düzeyde de olsa alınmalıdır. En önemli doyum hayatta kalmaktır. Buna göre yaşam doyumunu olgusu bazen iyi olma hali bazen de mutluluk olarak ortaya çıkmaktadır (Özer ve Karabulut, 2003).

Veenhoven (1996) yaşam doyumunu kavramını bütün bir şekilde değerlendirmiştir ve yaşamın kalitesini olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Genel anlamda yaşamda anlam bularak motive edici etkilerle, anlam yüklemeleriyle, yaşamdan doyum sağlanıyorsa yaşam kalitesi mevcuttur. Yaşam doyumunun bir diğer özellikleri ise hayatımızı boyunca var olan değişimler; bireyler, çevre toplum, kendi ruh ve akıl dünyamız bunlar bilinçaltında bastırılmış dürtülere yüklenen anlamları ifade

etmektedir (İnci, 2014). Var olan bu dürtüler, davranışlar, çatışmalar yaşam doyumunu etkilemektedir. Olumlu aktarımlar ile yaşamdaki doyumumuz artarken olumsuz aktarımlarda azalmaktadır.

Literatür incelendiği zaman yaşam doyumunu, cinsiyet, meslek, ırk, sosyoekonomik düzeylerinin yaşam doyumunu etkisinin oranı bireylerdeki inanış, maneviyat, sosyokültürel çevre ve yakın ilişkilere göre oranı daha az bulunmuştur. Ve psikolojik anlamsal değişkenlerin etkisi daha fazla bulunmuştur (Myers ve Diener, 1995).

Keser'e (2003) göre ise insanların yaşamlarındaki doyum hayattan aldıkları mutluluk oranında artabilir. Mutlu olan bireyler hayattan doyum sağlarlar. Hayattan doyum sağlayan bireyler ise mutlu olurlar, etkileşim içerisindedir. Fakat mutluluk ve doyum birbirinden farklı kavramlardır (Çapan, 2010, s.1667-1669). Bireylerin mutluluk duygusunu tattıkları üç konu mevcut: Hayatı anlamlı bulmak, hayatta bir amaca bağlı olmak, yaşamdan tad bulmak. Dikmen (1995) birey mutluluğu, hayattan doyum alması sonucunda tadabilir. Yaşam doyumunu genel anlamıyla hayattan alınan doyumunu ifade etmektedir. Bireyler hayattan doyum aldıkları noktalara yüksek oranda yer veriyorsa, birey iyi öznel oluşa sahiptir. Yaşam doyumları tanımlarını incelediğimizde hayatın her alanına yayılan yaşam doyumunu psikolojik sağlamlığımızı etkilemektedir (Demirel ve Canat, 2004). Hayat yolunda karşılaştığımız mutluluklar ile olumlu deneyimler ile doyum artarken, hayattaki olumsuzluklarda doyum azalabilmektedir.

### **2.2.2.Yaşam Doyumunu Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar**

Bireylerdeki yaşam kalitesine genel anlamda bakıldığında çeşitli kuramlardan bahsedebiliriz.

#### **2.2.2.1. Aşağıdan Yukarıya - Yukarıdan Aşağıya Kuramı**

Öznel iyi oluş kavramını içinde barındıran bu kuram, yaşantılara bağlı olarak yapılan değerlendirmelerde bireylerin mutluluk ve mutsuzluklarına bakarlar. Bireylere mutluluk veren olaylardaki doyum sıklığı önem arz etmektedir (Eryılmaz, 2009). Aşağıdan yukarıya kuramı, insanların mutlu oldukları anlara duygu ve düşüncelerinde daha fazla yer vermeleri sonucu mutlu olduklarını dile getirirken, yukarıdan aşağıya kuramı ise insanların mutlu olma sebeplerini kişilik özelliklerine dayandırmaktadır.

#### **2.2.2.2.Belli Bir Noktaya Erişme Kuramı**

Kuramın genel çerçevesi “İhtiyaçların doyurulması mutluluğa ve doyuma sebep olur, bunun tersi durumlarsa mutsuzluk ve doyumusuzluk oluşturur.” fikrine dayanmaktadır. Mutluluğun amaç ve ihtiyaçlar ile karşılanabileceğini ifade etmektedir (Gümüş, 2006).

Bu kurama göre yaşamdan alınan doyum bireylerin belirli amaçlara ulaşması ve gereksinimlerinin karşılanması ile gerçekleşir. Amaca ulaşamayan ve doyurulamayan ihtiyaçlar, bireylerde mutsuzluğa neden olmaktadır (Dikmen, 1995).

#### **2.2.2.3.Etkinlik Kuramı**

Mutluluğun ve huzurun bireylerin kendi etkinliklerinde olduğunu öne süren kuramdır. Var olan bu etkinlikler; kültür, sanat, spor, bilim, felsefe vs. etkinlikler yoluyla mutluluğa yani doyuma ulaşmayı arzulamaktadırlar. Sürekli olarak hazların peşinde koşmak aramak yerine, ruhuna iyi gelen etkinlikler yoluyla zaten hazza bir doyuma ulaşacaktır. Bireyler ana, hayata, yaşamaya, etkinliklere odaklanırsa mutluluk ve hazlar gelip onu bulacaktır (Diener,1984). Karnı aç olan bir insan sürekli yemek hayal ederse bu onun doyuma ulaşmasına bir katkı sağlamayacaktır. Önemli olan doyumunu sağlayacak lezzetler toplamasıdır. Aynısı ruhu aç olan bireyler içinde geçerlidir. Ruhuna iyi gelen gerçek (hayal olmayan) etkinlikler ile meşgul olursa haz ve mutluluk gelip onu bulacaktır. Dolayısıyla birey hayal olmayan gerçek doyumlara ulaşacaktır.

Etkinlik kuramcıları mutluluğun sürekli olarak davranışlardan beslendiğini öne sürer (Yetim,1991).

#### **2.2.2.4.Yargı Kuramı**

Yargı kuramı; gerçek durumlar ile ideal durumların karşılaştırılması sonucunda alınan doyumdur. Gerçek durumalar ideallere yaklaştıkça doyum artmaktadır. Kendi durumu sabit ve fakat kendinden daha düşük düzeyler ile yapılan kıyaslamalarda da doyum alındığı söylenmektedir (Arasan Acar B, 2010).

#### **2.2.2.5.Bağ Kuramı**

İnsanlar doğumdan ölüme kadar yaşamın içerisinde birer yolculuk yapar. Bu yolculukta, yolda karşılaştıklarına yüklediği anlamlar çok önemlidir. Ve birey için

olumlu yüklenilen anlamlar birer doyum ve mutluluk sebebidir. (Schwarz ve Clore, 1983). Olumlu bağlar ve duygu durumlar bireyde ki doyumun artmasına katkıda bulunurken olumsuz bağ ve duygu durumlar, bireylerdeki doyumun azalmasına neden olmaktadır.

#### **2.2.2.6.Haz ve Acı Kuramı**

Haz ve acı birbirine zıt gibi görünen birbiriyle ilişkili iki yakın duygudur. Haz ve acı kuramı, bireylerin mutluluğa ulaşabilmesinde öncelikle istek ve amaçların doyurulmasının gerekliliğine inanılır. Yani insanların ihtiyaçları karşılandığında mutlu olurlar, ihtiyaçları karşılanmadığında mutsuz olurlar ve doyuma ulaşamazlar. Aynı şekilde bireyler hayattaki tüm haz ve isteklerine ulaştığı takdirde de yüksek bir doyum sağlayamayacaktır. Bir ihtiyaç ne oranda hissedilirse karşılandığında doyum da o oranda hissedilmektedir. Örneğin karnı tok olan bir insanın önüne hangi yemeği koyarsan koy, o yemekten haz alamaz ve hatta tam anlamıyla doyunluk noktasında ise yemeği yiyemez. Ama aç bir insana bir dilim ekmek dünyanın en güzel yemeği gibi gelir. Ruhun doyumunu da aynen bu şekildedir. Emek verilmeden kolay elde edilen hazlar ruha bir tatmin vermemektedir. Eksikliğini hissettiği mutluluklar bulunduğu doyum sağlanmaktadır. Ne kadar çaba var ise sonuçta alınan doyumda o kadar yüksektir. Acı ile başlayan süreç hazzı dönüşür (Dikmen, 1995). Ruh, nefes, hayat hepsi birer anlamdan ibarettir. Verilen anlamlar dahilinde haz ve mutluluk beraberinde gelmektedir. Günü birlik geçici haz ve lezzetlerin sağladığı doyum ile hayata yayılan anlamsal doyum aynı düzeyde değildir. Yokluğunu hissetmediğimiz bir gereksinimi doyumak ya da ulaşmayı istediğimiz bir amaca ulaşmak bizi çok da mutlu etmeyecektir. Ara öğünler ile gününü geçiren ana öğünlerin lezzetinden mahrum kalabilmektedir.

#### **2.2.2.7.Çoklu Çelişki Kuramı**

Bireylerde ki beklenti ve gerçekler arasındaki fark ne kadar az olursa yaşamdan alınan doyumda o denli artmaktadır. Beklenti arttıkça mutluluk seviyesi azalmaktadır (akt. Akyol, 2013).

### **2.2.2.8.Akış Kuramı**

Csikszentmihalyi (2005)'e göre akış kuramı bireylerin en fazla ne kadar mutlu olduğunu araştırır ve mutluluğa erişmek için gerekli koşulları belirlemeyi amaçlamaktadır. Bireylerin var olan etkinliklere kendisini tüm benliğiyle kaptırmasıdır. Yaptıkları ve yapmak istedikleri uyuşuyorsa bire doyum alır. (Başer ve Şeker, (2009).

### **2.2.3.Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler**

Kavas vd(2014)' ne göre yapılan araştırmalarda yaşam doyumunu etkileyen önemli bir faktör denetimdir. Bireyler içsel ve dışsal denetim olarak ikiye ayrılmaktadır. İçsel denetim odağı yüksek olan bireyler, dışsal denetim odağı yüksek olan bireylere oranla yaşamdan daha fazla doyum sağlamaktadır (Özdaş, 2017, s. 30-31).

Yaşamdan alınan doyumlar bireyden bireye değişim göstermektedir. Yetim'e göre yaşam doyumunu şu şekilde sıralanmaktadır (Yetim, 2003).

- hayattan mutluluk duymak
- yaşamı anlamlı bulmak
- amaçlara ulaşmada uyum
- olumlu kimlik
- bedensel ve psikolojik iyi durum
- sosyoekonomik yeterlilik
- sosyokültürel iletişim

Dockery (2004) göre yaşam doyumunu etkileyen faktörler:

- adalet ve eşitliğin olduğu bir ülkede huzur ve güven içerisinde yaşamak
- Politik istikrar
- bir gruba dahil olmak

- hayatın kontrolünü ( direksiyonunu) ellerimizde bulundurmak
- toplumda saygın bireyler olarak kabul görmek
- Evlilik
- yakın ilişkilerde sağlıklı iletişim kurabilmek ( aile, arkadaş)
- psikososyal, fiziksel sağlığın tam olması
- canlı, diri, aktif, açık görüşlü olmak

(Özdevecioğlu ve Aktaş, 2007).

Bireylerin yaşam doyumları birbirinden farklıdır. Etki eden faktörler de bireylerden bireylere değişkenlik göstermektedir. Kişilerin yaşam doyumlarına etki eden faktörler, yaşam doyumunun bireysel bir değerlendirme olmasından dolayı kişiden kişiye değişir. Yapılan çalışmalara göre yaşam doyumunun yaş ile doğrudan bir ilişkisi bulunmamaktadır.

Yaşam doyumunu etkileyen bir diğer önemli koda evlilik ve aile hayatıdır. Terry ve Kottman (1995), aile içerisinde ki iletişim, huzur, güven ilişkisine dayalı bir evlilik aile bütünlüğünün korunması ve sağlıklı bir psikolojik doyum sağlamaktadır. Çiftler arasında ki karşılıklı saygı, sevgi, sorumluluk, aşk, tutku, karşılıklı her türlü destek, eşler arası sorumluluk doğrudan birer psikolojik doyum sağlamaktadır (akt. Çelik ve Tümkaya, 2012). Aile hayatı dünyaya açılan küçük birer penceremizdir. Eğitimin ilk temelleri aile kurumunda verilmektedir. Mutluluk, doyum, anlam kavramlarında ilk öğretisi ailedir. Aile çok önemlidir.

Efsaneye göre Simurg ya da bilinen adıyla Zümrüdü Anka kuşu, ağaç dallarında yaşayan akıllı bir bilgeymiş. Bütün kuşlar ona akıl danışırlarmış. Bu zümrüdü anka öleceğini anladığında küllerinden yeniden doğarmış. Bunu bilen kuşlar simurgtan yardım isterler. Çeşitli vadilerden geçerek simurg'a ulaşacaklarını düşünürler. Tüm kuşlar toplanıp vadiyi geçmeye karar verirler. Bu vadiler irade, aşk, cehalet, inançsızlık, yalnızlık, dedikodu, ben vadileri. Ve nihayet vadinin sonuna vardıklarında geride kalan kuşlar aslında kendilerinin anka olduğunu öğrenmişlerdir. Yani her bireyin kurtuluşu, mutluluğu, aradığı huzuru ve anlamı kendi içindedir. (Güneş, 2021) Özetle her birey birer ankadır. Mutluluk, anlam her birimizin içindedir.

Küllenmekte yeniden doğmakta bizlerin elindedir. Kendi doyumumuzu içsel motivasyonumuzla bizler sağlayabiliriz.

### **2.3. Dini Başa Çıkma**

#### **2.3.1. Başa çıkma**

Bireyler yaşamlarında birçok problemlerle, olaylarla, durumlarla karşılaşabilir. Pandemi, doğal afetler, krizler, ölümler, sosyoekonomik sıkıntılar, geçimsizlik, anlam ve amaç yoksunluğu gibi durumlarda kendisini tehdit altında hissedebilir. Var olan sıkıntıları çözmeye, yaşadıklarını anlamlandırma kaybettiği kontrolü yeniden kazanma arayışına girer. Burada bireyler dini eğilimler mevcut ise var olan problem ve zorluklara anlam vererek bir başatma mekanizmaları bulmaktadır (Pargament ve Brant,1998; Ayten, 2012).

Başatma, insanların sıkıntılı durumlarda birer çözüm aradığı önemli bir kaynaktır. (Atkinson ve diğ. 1999). Bireylerin stresli zamanlarda kendi ile mücadelesinde uyguladıkları davranışların toplamıdır. İnsanların yaşamlarında yaşadıkları olumsuz olaylarda kendilerini korumak adına kullandıkları bir takım savunma mekanizmasıdır.

Sıkıntılı durumlarda, olaylarda var olan anlam arayışıdır aslında başatma (Lazarus ve Folkman 1984: 90). Başatma sürecinde insan birer anlam arayışındadır. Anlam arayışı yaşamın merkezindedir ve çevresindeki her şey bunun üzerine kuruludur. Başatmada bireyler kendilerini koruma, ruhsal rahatlama gibi anlamlar arayabilir.

#### **2.3.2. Dini Başa Çıkma**

Dini başatma kriz anlarında olayları anlamlandırma ve onlar ile başatma sürecinde dinin bu sürece dahil edilmesidir.

Pargament'in yaklaşımında insanlarda üç farklı şekilde meydana gelmektedir (Pargament, 1997).

Kişisel yönelimli dini başa çıkma; bireyin var olan problem ile başetme gücünü bizzat kendinde görmesidir (Pargament, 1997).

Erteleme, kaçış, olumsuz tevekkül; var olan problemlerin çözümünü yaratıcıda görmesidir. Çaba yoktur, dışsallaştırma savunma mekanizmasını kullanır (Pargament, 1997).

İşbirlikçi dini başa çıkma; kişi var olan sorunlarının çözümünü hem kendisinde hem de yaratıcı da görmesidir (Pargament, 1997). Allah'tan yardım beklemektedir.

Pargament ve Brant'in (1998) yaklaşımında dini başa çıkma iki şekildedir.

Olumlu dini başa: yaratıcı ile olumlu ilişki geliştirme çabasıdır. Bireyin var olan problem ve sıkıntıların yaratıcının yardımıyla çözüleceğine inanmasıdır.

Olumsuz dini başa çıkma: Bireyin hayatında gerçekleşen olumsuz olayların nedenini sorgulaması, tüm bunların Allah tarafından verilmiş birer ceza olacağını düşünmesidir. (Pargament ve Brant, 1998).

Olumlu dini başa çıkma da var olan problemlerin karşısında yaratıcıya sığınma, dayanma var iken olumsuz dini başa çıkma ise, var olan problemlerden yaratıcıyı sorumlu tutma, onun gücünü sorgulama gibi olumsuz durumlar mevcuttur (Karagöz, 2010).

İnsan yaşamının belli dönemlerinde karşılaştığı problemler vardır. problemler hayatımızda vardır ve var olmaya da devam edecektir. Bu bir gerçektir. Hayatımızda din ne düzeyde ise başa çıkma düzey de o oranda paya sahiptir.

Maneviyat bireylerde benzer anlamlar çağrıştırmasına rağmen her bireyde farklı anlamlar barındıran, birçok içeriğe sahip, soyut birer kavramdır. İnsanlarda sonsuz düşünceler ve de tanımlar çağrıştırmaktadır. Maneviyatın tanımı insanlar için farklılık göstermektedir. Her birey farklı anlamlar yüklemektedir. Bu yüzden maneviyatın çeşitli tanımları mevcuttur. Maneviyatın somut ortak bir tanımı yoktur (Bedel, 2009; Delgada, 2005; Ergül, 2010; Kostak, 2007).

Maneviyat bireylerin kendisi ve çevresiyle ilişkisini, yaşamdaki anlamını, bu dünyada ki varoluşunu anlama ve tanımlama sürecidir (Çetinkaya, 2007: 47). Bireylerin hayatını anlamlandırmada yardımcı birer güçtür.

Mâneviyat, bireyler ve yaratıcı arasındaki ilişkidir. Yaratıcı ve kul arasındaki bağıdır. İnsanların kendisini keşfetmesine, ruhunu dinlemesine yardımcı olan bireylerin kendini çevresini anlamlandırmasına yardımcı bir kaynaktır. Maneviyatın özünde yaratıcı vardır. Özdoğan 2009'a göre "Ben size kendi ruhumdan üfledim dediğine göre, insan kendisiyle, yani özüyle iletişime geçtiğinde ilahî olanla da iletişime geçmiş olur. İnsanın böyle yaşaması onu içsel olarak güçlendirir." (Özdoğan, 2009). Maneviyat bir nevi kendini dinleme, özümseme anlama çabasıdır. Buradaki anlama diğerlerinden farklı olarak İlahi olanı kendi içinde anlamlandırma çabasıdır. Ve aslında onunla iletişim kurmaktır.

Maneviyat, varoluşumuzdan gelen bir boyuttur ve insan hayatında karşılaşılan zorluklarda bir aracılık rolü de üstlenen bir güç kaynağıdır. İnsana hayat boyu süren bir enerji verir (Miller ve Thoresen, 2003). Özden gelir ve özümüze ruhumuza bir dayanak bir savunma mekanizması işlevi görmektedir. Hayattaki güzellikler şükür nimetiyken karşılaşılan zorluklar ide imtihan ya da öğrenilmesi gereken dersler olarak değerlendirilmektedir.

Görüldüğü üzere maneviyatın objektif bir tanımı bulunmamaktadır. Din ve maneviyat tarih boyunca eş anlamlı kullanılmış olsa da aslında farklı kavramlardır. Maneviyat, hayat boyu elde edilen deneyimlerimizin eseridir. Bireyin özüyle ve çevresiyle olan ilişkilerini sosyal yaşantılarını, varoluşunu anlamlandırma sürecini de kapsamaktadır (Cimete, 2002).

Bireylere anlamlı gelen yaşam amaçlarını oluşturmamıza yardımcı olan birer güçtür. Bireyler hayatta kalabilmek için yaşamlarını anlama ve de anlamlandırma ihtiyacı hissetmektedirler. Kendisine, çevresine hayata yüklediği anlamlar neticesinde kendi değerlerini oluşturmuş olur (Flowler, 1992).

Bireyler yaşamlarını sorgularken ne olduğunu, kim olduğunu, bu hayat geliş nedenlerini sorgulamaktadır. Maneviyat bireylerin hayatına birer anlam ve de amaç katmaktadırlar. Manevi amaçlar bireylerde çıkarlarının önüne geçmektedir. Yani manevi amaçlar doğrultusunda hareket ederler. Sonucunun olumlu olumsuz olmasıyla ilgilenmezler (Emmons, 2005). İslam dininde şehadet kavramını örnek olarak verebiliriz. Esasında var olan gerçek durum bireyin hayatını kaybetmesidir. Ama din tarafından, toplum tarafından verilen bu edil gerçeğin bir telafisidir. Ya da adil

davranmak; kendi çıkarları ile ters olan bir durumda bile manevi değerleri ona adil olmasını, dürüst olmasını emreder. Maneviyat onun için paradan ya da diğer ödüllerden daha önemli bir doyum kaynağıdır.

Maneviyat; anlama, insanın özüne, görünenin ötesine gibi anlamlara gelen kavramlardır (Göcen, 2016: 2). Maneviyat yaşamda var olmak için bir enerji kaynağıdır. Kendi ruhumuzdan, varlığımızdan, özümüzden güç alırız. Çünkü biz biliyoruz ki özün kaynağı varlığı vareden Allah'tır. Yenilmeyen sonsuz güç sahibinden güç alarak hayatta sağlam adımlar atarız. Maneviyat ruh ötesini, bilinmeyen, görünmeyen enerjiyi de kapsar.

Cook'un (2004) ortaya koyduğu çalışmada maneviyat ile ilgili aşağıdaki kavramlara yer verilmiştir.

1. Öz / Güç / Ruh: bireylerin yüksek bir öze olan inancı
  2. Değerler: Bireylerin hayatındaki anlamları
  3. Amaç / Anlam: Yaşamdaki amaçlarımız ve yüklediğimiz anlamlar
  4. Bağlılık: bireylerin kendileriyle ve çevreleriyle kurduğu iletişim
  5. İnsanlık: İnsana dair olan
  6. Aşkınlık: yaşamda yüksek bir farkındalığın var olduğunun kabulü
  7. Hakikat: Gerçekliğin kendisi
  8. Kendini Tanıma: bireylerin iç dünyasında kendini keşfi ve kendini gerçekleştirme yolculuğu
  9. Bütünlük: Hayat parçalardan bütünleri oluşturur ve bütünüyle birlikte anlamlıdır.
  10. Bilinçlilik: Farkında olma hali
  11. Yaratıcılık: Var etme gücü
- (akt. Düzgüner, 2013: 38-39).

Maneviyat bireylerin kendisiyle ve de çevresiyle olumlu duygu durumlar yaşayarak kurduğu iletişimlidir. Maneviyat sadece düşünce boyutunda bir güç değildir, aynı zaman da bu gücün deneyimlenmesi ile de ilgilidir. Manevi değerler, amaçlar, gerçeklikler insanı hayata bağlar. Bu değerler inaçlar bireylerde yaratılık, bilinç, farkındalık oluşturarak, hayatı anlamlandırma ve de olgunlaştırma konusunda önemlidir. Manevi değerler olumsuz durumların olumlu durumlara dönüştürmektedir (Özdoğan, 2007).

Maneviyat insan doğasında vardır. Dinamiktir hayat boyu devam edip yeni anlamlar yüklenebilmektedir. Burada yüklenen anlamlar bireylerin iç dünyalarında özü, gücü ile ya da çevrelerindeki sosyal ağları ile şekillenebilmektedir. Yaşamda var olan bu anlam ve amaçlar ile şekillenen güçlü bir maneviyat sayesinde yaşamdan alınan doyum düzeyide artmaktadır (Delgada, 2005).

Maneviyat insan yaşamın da gerekli olan bir başetme mekanizmasıdır. İnsanların karşılaştığı olumsuz ani yaşam olaylarında ki gücünün, başetmesinin, ayağa kalkabilmesinin en önemli kaynaklarından birisidir maneviyat. Ani, yıkıcı, kriz anlarında sakinliğini koruyarak, öfkesini kontrol edebilmek, olaylar karşısında çözüm üretebilmek maneviyatın güçlü ve sağlam olmasından kaynaklanmaktadır (Ergeshov, 2011). Alçak gönüllülük, affedicilik, haktan yana olmak, hakkı söylemek, hoşgörülü olmakta maneviyatı güçlü kimselerin özelliklerindedir. Maneviyatı, bireyler arası ilişkilerde hayatına yansıtabilen bireylerde kendini gerçekleştirme ve doruk yaşantılara ulaşmasınada yardımcı olabilmektedir.

Maneviyatını güçlendirebilen bireylerde, huzur ve güven ile birlikte mutluluk oranı da artmaktadır. Evlilikte ki huzur ve güven içinde maneviyat oldukça önemlidir (Belen, 2010).

Maneviyat insanların hayatında önem arz etmektedir. Sağlıklı birer sosyal düzen oluşturma ve insanı olgunlaştırma özelliğine sahiptir. (Mutluer, 2006). Maneviyat hayatta bir düzen oluşturmaktadır. İnsanlara yardımcı dayanak, kurallar ile toplumu koruma altına almaktadır. Adalet, merhamet, iyilik vs. değerlerin topluma katkısını sağlamaktadır. Maneviyat değer bütünü olarak alınabilir. Din, felsefe, metafizik, sanat, eğlence bunlara manevi anlamlar yüklemek bireylerin elindedir. Ama din tek başına bir kuraldır ve değişken değildir. Dinin emirleri yasakları, kuralları

kitaplarında belirtilmiştir. Esnek değildir, nettir. Ama maneviyat esnektir. Bireylerin yaşamlarına yüklediği anlamlar ile elde ettiği birer güçtür.

Bireyler maneviyatlı olabilir ama dindar olmayabilir aynı şekilde dindar olup maneviyatlı da olmayabilir (Miller ve Throsen, 2003). Aynı anda mevcut olabilir birbirleri ile iç içe geçebilir, geçmeyebilir (Hökelikli, 2010). Özetle din ve maneviyat birbirinden farklı anlamları ifade eder. Ama benzer içerikleri bünyesinde barındırmaktadır. Dindarlık ve maneviyat ayrı yapılar olsa da maneviyat dinin içindeki bir takım ortak noktaları içermektedir.

Tanyi (2002), ise söz konusu dönemde yayınlanan çalışmalara yönelik yaptığı kavram analizi sonucunda konuya şöyle bir açıklama getirmiştir:

“Maneviyat, dinle ilgili olsun ya da olmasın, hayatta kişisel bir anlam ve amaç arayışıdır. Maneviyat, hayata anlam veren, dolayısıyla da bireylere olabilecekleri en iyi kişi olma yolunda ilham veren ve onları motive eden, kişi tarafından seçilmiş veya din kaynaklı inanç, değer ve uygulamalarla kurulan bağlantıyı içine alır. Bu bağlantı, inanç, umut, huzur ve güçlülüğü de beraberinde getirir. Sonuçta da neşe, kendini ve başkalarını kapsayan affedicilik, zorluk ve ölümlülüğün farkında olma ve kabulü, yüksek derecede fiziksel ve duygusal iyi oluş ve varoluşun zayıf yönlerini aşma istidadı ortaya çıkmaktadır.” (akt. Düzgüner, 2013: 39).

İnsanlar hayatın anlamını ve amacını sorgularken maneviyatta dinde bu yolculukta önemlidir. İnsanların nelere anlam yüklediği, nelerden vazgeçip neleri korumaya çalıştığı, Bunların hepsi anlam arayışına duyduğu isteğin birer sonucudur. Hayatta ki ruha dokunan her bir anlam yaratıcıya yakınlaşmak için birer fırsattır. Yaratıcı ile iletişim kurma isteği son derece sağlıklı bir eylemdir. Genellikle insanlar yaratıcıya karşılaştığı olumsuz duygu durumlarda başvurmaktadır. Depresyon, ölümler, imtihanlar, yaşamsal zorluklar gibi olaylarda tanrıyı güvenli bir sığınak ve çözüm merkezi görerek bir bağ kurar. Ve yaşadığı sıkıntı, stres gibi durumların içerisinde zorluklarla boğuşurken hayatın tüm kontrolünü manevi bir güce bırakmanın huzurunu ve güvenini yaşar (Hill ve Pargament, 2003). Manevi inanca göre tesadüf diye bir şey yoktur. Her olay yaratıcının emri ve izniyle gerçekleşir. O ol der ve olur. Hayattaki güzellikler ve kolaylıklar niyetlerimizden ötürü bizlere verilmiş ödüller iken,

zorluklar ve engebeler ise bireyleri daha iyisine hazırlamak için verilmiş basamaklardır. Kainatta olmayan tek şey kusurdur, kusur da bireylerin gördüklerindedir. Özetle hayatın anlamı ve amacının içerisinde konulan manevi ve yönelimler yaşamdan alınan doyumunu arttırmaktadır.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde; araştırma modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme, kullanılan veri toplama araçları ile verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemler hakkında bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Tez çalışmamızda araştırmanın amacına hizmet edecek şekilde nicel araştırma yöntemi takip edilecektir. Üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacıyla yaşam doyumu arasındaki ilişkide maneviyatın ve dini başa çıkmanın aracı rolünü belirlemek amacıyla İlişkisel Tarama Modeli esas alınacak; değişkenler arası nedensellik ilişkisini açıklamak için ise Yapısal-Eşitlik Modeli kullanılacaktır. Yapısal eşitlik modeli, gözlenen, örtük ve çoklu değişkenler arasındaki ilişkileri içeren modelleri test etmek için kullanılan ve regresyon, faktör analizi gibi çok değişkenli istatistiksel bir takım işlemleri içeren analiz türüdür (Gürbüz ve Şahin, 2015; Hoyle, 1995).

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 2020-2021 eğitim/öğretim yılında eğitim alan kolayda örnekleme tekniği ile seçilmiş 405 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır.

##### 3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılar hakkında bilgi toplama amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunda katılımcıların; cinsiyetleri, yaşları, okudukları bölüm, sınıf düzeyleri, algıladıkları aile sosyoekonomik durumu ile ilgili sorular yer almaktadır. Kişisel bilgi formunu oluşturulurken formda yer alan soruların, araştırmanın değişkenleriyle ilgili olması ve araştırmanın amacına hizmet etmesi gibi faktörler göz önüne alınmıştır.

##### 3.2.3. Hayatın anlamı ve amacı

**Geliştiren/ uyarlayan:** Cüneyt Aydın, Mevlüt Kaya, Hüseyin Peker

**Alt boyut ve madde sayısı:** 2 alt boyut ve 17 madde

Likert tarzında hazırlanan ve sıklık derecesine göre, Hayatın Anlam ve Amacı, Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu olmak üzere 2 alt boyutu vardır. (11) olumlu ve (6) olumsuz ifadeleri içeren toplam (17) maddeden oluşmaktadır. Olumlu ifadeler için işaretlenen seçenekler sırasıyla, kesinlikle katılıyorum (5), katılıyorum (4), kararsızım (3), katılmıyorum (2) ve kesinlikle katılmıyorum (1) şeklinde puanlanarak değerlendirilirken; olumsuz ifadeler için işaretlenen seçenekler kesinlikle katılıyorum (1), katılıyorum (2), kararsızım (3), katılmıyorum (4) ve kesinlikle katılmıyorum (5) şeklinde tersten puanlanarak değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan (17x1=17), en yüksek puan ise (17x5=85)'tir. Yüksek puan, bireylerin hayatındaki yüksek anlam düzeyini, düşük puan ise düşük anlam düzeyini ifade etmektedir.

#### **3.2.4.Dini başa çıkma**

**Alt boyut ve madde sayısı:**2 alt boyut ve 10 madde

**Maddelerin alt ölçeklere göre dağılımı:**

Pozitif Dini Başa Çıkma\*: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Negatif Dini Başa Çıkma\*: 8, 9, 10

**Ölçekte bulunan ters maddeler:**Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır.

\*Pozitif ve negatif dini başa çıkma puanları ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Toplam bir dini başa çıkma puanı elde edilmemektedir.

#### **Dini Başa Çıkmanın Ölçeklerinin Psikometrik Nitelikleri**

**Doğrulayan etken analizleri:** Dini Başa Çıkmanın Ölçeklerinin yapısının geçerli olması için doğrulayan etken analizleri uygulanmıştır. DFA sonuçlarında, 10 maddeli ve 2 etkenli modeller için hesaplanmış olan uyumun indeksleri değerinin ( $\chi^2/sd = 2,58$ ; RMSEA= .049; SRMR= .20; GFI= .94; CFI = .95; NFI = .98; NNFI = .93) kabullenilebilir seviyede oldukları tespit edilmiştir (Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2015; Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003). Ölçeklerdeki maddelerde yolların katsayıları 64 ve 93 aralığında olmaktadır.

**Uyumun geçerlilikleri:** Dini Başa Çıkmanın Ölçeklerinin dine yönelmede başa çıkma şekli aralarındaki ilişkilere bakıldığında; olumlu dini başa çıkmayla dine yönelmenin aralarında yüksek seviyede olumlu ilişkiler ( $r=.88$ ;  $p<.05$ ); olumsuz dini

başa çıkmayla dine yönelmenin aralarında orta seviyede olumlu ilişkiler ( $r=.34$ ;  $p<.05$ ) bulunmaktadır.

**Güvenilirlik:** Ölçeklerin Cronbach alpha iç tutarlılığının katsayıları olumlu dini başa çıkmanın alt ölçekleri.91 olumsuz dini başa çıkmanın alt ölçekleri için 86 şeklinde hesap edilmiştir.

### 3.2.5.Yaşam doyumu

Abidin Dağlı ve Nigah Baysal tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.

Araştırma, bir ölçek uyarlama çalışması niteliğinde olup, mevcut durumu sorgulayan betimsel bir araştırmadır. Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985, 72) tarafından geliştirilen “Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması işlemlerini içermektedir. Ölçeğin özgün formu bir faktör, beş madde ve likert tipinde 7'li derecelendirmeden oluşan kendini değerlendirme ölçeğidir. Her bir madde 7'li derecelendirilmiş cevaplama sistemine (1: Kesinlikle Katılmıyorum – 7: Tamamen Katılıyorum) göre değerlendirilmektedir. İlgili ölçek daha önce de Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve 7'li derecelendirme olarak Türkiye'de değişik araştırmacılar tarafından kullanılmıştır. Köker (1991) ölçeğin üç hafta arayla uygulanan test tekrar test tutarlılık katsayısının 0,85 olduğunu saptamıştır. Yetim (1991) de düzeltilmiş split-half değerini 0,75 ve Kuder Richardson-20 değerini ise 0,79 olarak hesaplamıştır. Ancak bu araştırmada, ilgili “Yaşam Doyumu Ölçeği” eğitim örgütlerinde 7'li derecelendirme şeklinde öğretmenlere uygulandığında, katılımcılar seçeneklerin birbirine yakın olduğunu ileri sürerek tepki göstermişlerdir. Bu nedenle, ölçeğin Türkçeye uyarlanması sırasında, özgün formunda yedi basamaklı olan cevap seçeneklerinin Türk kültürüne uygun olmadığı görülmüş ve basamak sayısı beşe indirilmiştir. Basamak sayısı beşe indirilince de ilgili ölçek tekrar İngiltere'den Türkçeye uyarlanmıştır. Yapılan araştırmada bu sistemde ölçekteki ifadelerin puanlanması; “Hiç katılmıyorum (1), Çok az katılıyorum (2), Orta düzeyde katılıyorum (3), Büyük oranda katılıyorum (4) ve Tamamen katılıyorum (5)”, şeklindedir. Bu araştırmada kullanılan “Yaşam Doyumu Ölçeği” (YDÖ)” Türkçeye uyarlanırken önce Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına, ardından yapı geçerliğine değinilmiştir.

### **3.3.Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları**

Araştırmada kullanılacak veriler dört ölçme aracı ile elde edilecektir. Bunlardan birincisi araştırmacı tarafından hazırlanan örneklem grubu ile ilgili demografik verilerle ilgili sorulardan oluşan kişisel bilgi formudur. Kullanılacak diğer veri toplama araçları ise Dini Başa Çıkma Ölçeği, Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği'dir.

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarının uygulanabilmesi için gerekli izinler alındıktan sonra 2019/2020 eğitim öğretim yılı içerisinde verilerin toplanması düşünölmektedir.

### **3.5. Verilerin İstatiksel Analizi**

Çalışmamızda Baron ve Kenny (1986)'nin yaklaşımı, aracı rolün için kullanılmıştır. Baron ve Kenny (1986)'nin yaklaşımı aracı rolünün tespit edilmesinde dört adımın gerçekteşmesi gerekmektedir. Bu adımlar şu şekilde sıralanabilir:

1) Bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde etkisi

2) Aracı değişkenin bağımlı değişken üzerinde etkisi

3) Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde etkisi

4) Bağımsız değişken ve aracı değişken birlikte ele alındığında bağımlı değişken üzerindeki etkinin azalması ya da aracı etkiye bağlı gerçekteşmesidir. Yapısal eşitlik modeli, aracılık etkisi ile test edilmiştir. Yapısal modele ilişkin uyum iyiliği kabul edilir değerler tablosu çeşitli kaynaklardan derlenmiştir (Streichland and Lenz 2010; Tabachnick ve Fidel, Waltz, Wang and Wang, 2012; 2007; Hooper and Mullen 2008; şimşek, 2007; Schumacker and Lomax, 2010; Sümer, 2000).

**Tablo 3.1: Uyum İyiliği Kriterleri**

İndeks	Normal Değer	Kabul Edilebilir Değer
$\chi^2/sd$	<2	<5
GFI	>0.95	>0.90
AGFI	>0.95	>0.90
CFI	>0.95	>0.90
RMSEA	<0.05	<0.08
RMR	<0.05	<0.08

Aracıların tesirinin seviyesinin tespit edilmesi için Bootstrap güven aralıkları değerine bakılıp kararlar söylenmektedir (Reutter ve Bigatti, 2014). Aracıların tesirinin seviyesinin anlamlılıklarının tespit edilmesi Bootstrap güven aralıkları alt sınırları ve üst sınırlarının değerinin her ikisinde de sıfırın altı veya üstü olmaları gerekli olmaktadır (Preacher ve Hayes, 2008). Bunun yanında Bootstrap t testleri (two significance) sonucunda p istatistiklerinin önem değerlerine göre araçların tesirinin seviyesinin anlamlılıkları tespit edilmektedir. Araştırmalarda bootstrap örneklemelerin sayıları 5000, güven aralıkları %95 şeklinde tespit edilmiştir. Bağımsız değişkenler bakımından açıklanmış olan varyanslardaki azalmaların anlamlılıkları Sobel testleriyle “<http://quantpsy.org/sobel/sobel.htm>” web adreslerinden hesaplanmaktadır.

Ölçeklerin puanının demografik niteliklere göre karşılaşmasında fark testi uygulanmıştır. İki bağımsız grupların aralarında niceliksel süregelen değerlerin karşılaşmasında t-testleri, ikiden çok bağımsız grupların aralarında niceliksel sürekli değerlerin karşılaşmasında Tek yönlü (One way) Anova testleri uygulanmıştır. Anova testlerinden sonra değişiklikleri tespit etmek için tamamlayıcılığı olan post-hoc analizleri olarak Scheffe testleri uygulanmıştır.

Araştırmaların sürekli verileri aralarında pearson korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır.

Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerden elde edilen veriler bilgisayar ortamına girilerek SPSS for Windows 21.0 ve AMOS 20.0 programları kullanılarak analiz edilecektir. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden yararlanılacaktır. Değişkenlere ait fark analizleri, bağımsız gruplar t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson momentler çarpımı korelasyonu gibi bir takım istatistiksel analizler ile incelenecektir. Hayatın anlamı ve amacı ve yaşam doyumu düzeylerinin maneviyat ve dini başa çıkma tarafından açıklanıp açıklanmadığını test etmek için YEM- Yapısal Eşitlik Modeli kullanılmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan öğrenciler ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

#### 4.1. Demografik Özelliklerin Dağılımı

**Tablo 4.1. Demografik Özelliklerin Dağılımı**

Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	92	22.7
Kadın	313	77.3
<b>Yaş</b>		
25 Ve Altı	351	86.7
26 Ve Üzeri	54	13.3
<b>Sınıf</b>		
Hazırlık	92	22.7
1	46	11.4
2	41	10.1
3	73	18.0
4 Ve Üzeri	114	28.1
Lisansüstü	39	9.6
<b>Mezun Olunan Lise Türü</b>		
İmam Hatip Lisesi	164	40.5
Anadolu Lisesi	141	34.8
Diğer	100	24.7
<b>Baba Mesleği</b>		
Emekli	137	33.8
İşçi	61	15.1
Memur	62	15.3
Öğretmen	37	9.1
Serbest Meslek	108	26.7
<b>Anne Mesleği</b>		
Ev Hanımı	341	84.2
İşçi	14	3.5
Memur	13	3.2
Öğretmen	16	4.0
Serbest Meslek	21	5.2

**Tablo 4.1. Demografik Özelliklerin Dağılımı (DEVAMI)**

<b>Gruplar</b>	<b>Frekans(n)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Anne Eğitim Durumu</b>		
Okuryazar Değil	20	4.9
Okur Yazar	111	27.4
Ortaokul	149	36.8
Lise	81	20.0
Yüksekokul-üniversite	44	10.9
<b>Baba Eğitim Durumu</b>		
Okur Yazar	77	19.0
Ortaokul	118	29.1
Lise	93	23.0
Yüksekokul-üniversite	117	28.9
<b>Aile Tipi</b>		
Çekirdek Aile	319	78.8
Geniş Aile	86	21.2
<b>Aile Toplam Geliri</b>		
Ortanın Altı	70	17.3
Orta	233	57.5
Ortanın Üstü	102	25.2
<b>Kiminle Yaşadığı</b>		
Anne Baba	314	77.5
Eş	35	8.6
Ev Veya Yurttta	56	13.8
<b>Medeni Duurm</b>		
Bekar	315	77.8
Evli	36	8.9
İlişkisi Var	54	13.3
<b>Çocuklukta Bakımı Kimin Verdiği</b>		
Annem	227	56.0
Anne-baba	156	38.5
Diğer	22	5.4
<b>Psikolojik Tamı Alma Durumu</b>		
Evet	28	6.9
Hayır	377	93.1

Öğrenciler Cinsiyete Göre 92'si (%22,7) erkek, 313'ü (%77,3) kadın olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler yaşa göre 351'i (%86,7) 25 ve altı, 54'ü (%13,3) 26 ve üzeri olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler sınıfa göre 92'si (%22,7) hazırlık, 46'sı (%11,4) 1, 41'i (%10,1) 2, 73'ü (%18,0) 3, 114'ü (%28,1) 4 ve üzeri, 39'u (%9,6) lisansüstü olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler mezun olunan lise türüne göre 164'ü (%40,5) imam hatip lisesi, 141'i (%34,8) anadolu lisesi, 100'ü (%24,7) diğer olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler Baba Mesleğine göre 137'si (%33,8) emekli, 61'i (%15,1) işçi, 62'si (%15,3) memur, 37'si (%9,1) öğretmen, 108'i (%26,7) serbest meslek olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler Anne Mesleğine göre 341'i (%84,2) ev hanımı, 14'ü (%3,5) işçi, 13'ü (%3,2) memur, 16'sı (%4,0) öğretmen, 21'i (%5,2) serbest meslek olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler anne Eğitim Durumuna Göre 20'si (%4,9) okuryazar değil, 111'i (%27,4) okur yazar, 149'u (%36,8) ortaokul, 81'i (%20,0) lise, 44'ü (%10,9) yükseköğretim-üniversite olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler baba Eğitim Durumuna Göre 77'si (%19,0) okur yazar, 118'i (%29,1) ortaokul, 93'ü (%23,0) lise, 117'si (%28,9) yükseköğretim-üniversite olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler aile tipine göre 319'u (%78,8) çekirdek aile, 86'sı (%21,2) geniş aile olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler aile toplam gelirine göre 70'i (%17,3) ortanın altı, 233'ü (%57,5) orta, 102'si (%25,2) ortanın üstü olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler kiminle yaşadığına göre 314'ü (%77,5) anne baba, 35'i (%8,6) eş, 56'sı (%13,8) ev veya yurttan olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler medeni duruma göre 315'i (%77,8) bekar, 36'sı (%8,9) evli, 54'ü (%13,3) ilişkisi var olarak dağılmaktadır.

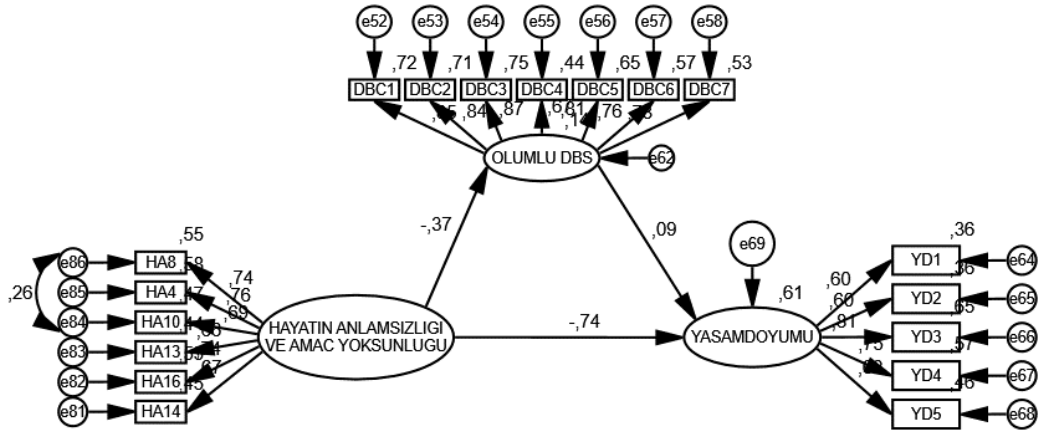
Öğrenciler çocuklukta bakımı kimin verdiği göre 227'si (%56,0) annem, 156'sı (%38,5) anne-baba, 22'si (%5,4) diğer olarak dağılmaktadır.

Öğrenciler psikolojik tanı alma durumu göre 28'i (%6,9) evet, 377'si (%93,1) hayır olarak dağılmaktadır.

#### **4.2.Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumunu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumunu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin analizler yapısal model olarak

bootstrap yöntemi ile yapılmıştır. Yapısal modele ilişkin diyagram aşağıda verilmektedir.



**Şekil 4.1. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doymumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model**

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doymumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin direk ve dolaylı etki yapısal modeli ilişkin uyum iyiliği katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.2. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model Uyum İyiliği İndeksleri**

İndeks	Normal Değer	Kabul Edilebilir Değer	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki
$\chi^2/sd$	<2	<5	3.30	2.41
GFI	>0.95	>0.90	0.94	0.92
AGFI	>0.95	>0.90	0.91	0.95
CFI	>0.95	>0.90	0.95	0.90
RMSEA	<0.05	<0.08	0.08	0.06
RMR	<0.05	<0.08	0.05	0.04

**Kaynak:** Şimşek, 2007; Hooper and Mullen 2008; Schumacker and Lomax, 2010; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidel, 2007

Doğrudan ve dolaylı etki yapısal modeline ilişkin uyum iyiliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin doğrudan ve dolaylı etki katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.3. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

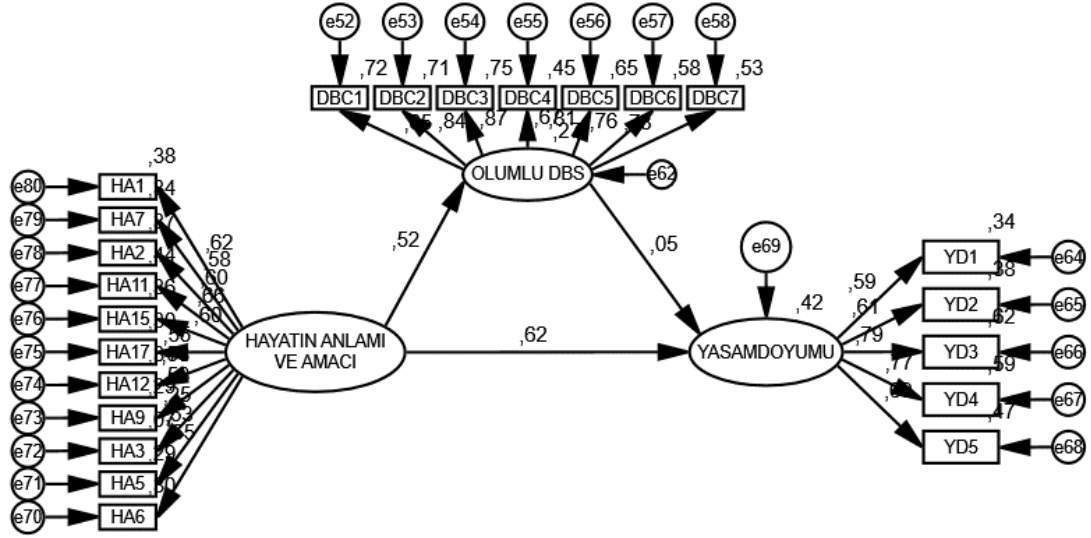
	Olumlu Dini Başa Çıkma		Yaşam Doyumu	
	$\beta$	SH	$\beta$	SH
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu			-0.774***	0.075
R <sup>2</sup>			0.599	
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu	-0.373 ***	0.064		
R <sup>2</sup>	0.139			
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu			-0.738***	0.074
Olumlu Dini Başa Çıkma			0.094*	0.038
R <sup>2</sup>			0.606	
Dolaylı Etki			-0.032***((-0.066)(-0.004))	

\*<0,05;\*\*<0,01;\*\*\*p<0,001

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine aracısız, doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $\beta=-0,774$ ;  $p<0,001$ ). Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu ile olumlu dini başa çıkma arasında negatif bir yol katsayısı elde edilmiştir ( $\beta=-0,373$ ;  $p<0,001$ ). Aracı değişken modele eklendiğinde hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisi azalmıştır (Sobel  $Z=-2,277$ ;  $p=0,023<0,05$ ). Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu ile yaşam doyumu arasında dolaylı etki -0,032 ve %95 güven aralığında (-0,066) ile (-0,004) olarak elde edilmiş ve bu aralık 0 değeri içermediğinden dolaylı etki anlamlı bulunmuştur ( $p<0,001$ ). Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın kısmi aracı değişken olduğu saptanmıştır.

#### 4.3. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doymu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doymu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin analizler yapısal model olarak bootstrap yöntemi ile yapılmıştır. Yapısal modele ilişkin diyagram aşağıda verilmektedir.



Şekil 4.2. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doymu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doymu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin direk ve dolaylı etki yapısal modeli ilişkin uyum iyiliği katsayıları aşağıda verilmektedir.

Tablo 4.4. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doymu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model Uyum İyiliği İndeksleri

İndeks	Normal Değer	Kabul Edilebilir Değer	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki
$\chi^2/sd$	<2	<5	2.86	2.41
GFI	>0.95	>0.90	0.92	0.92
AGFI	>0.95	>0.90	0.90	0.95
CFI	>0.95	>0.90	0.90	0.90

RMSEA	<0.05	<0.08	0.07	0.06
RMR	<0.05	<0.08	0.04	0.04

Doğrudan ve dolaylı etki yapısal modeline ilişkin uyum iyiliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır. Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumlu dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin doğrudan ve dolaylı etki katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.5. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumlu Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

	Olumlu Dini Başa Çıkma		Yaşam Doyumu	
	$\beta$	SH	$\beta$	SH
Hayatın Anlamı Ve Amacı			0.650***	0.098
R <sup>2</sup>			0.422	
Hayatın Anlamı Ve Amacı Yoksunluğu	0.515***	0.101		
R <sup>2</sup>	0.265			
Hayatın Anlamı Ve Amacı			0.622***	0.108
Olumlu Dini Başa Çıkma			0.049*	0.046
R <sup>2</sup>			0.421	
Dolaylı Etki			0.030***(0.050-0.099)	

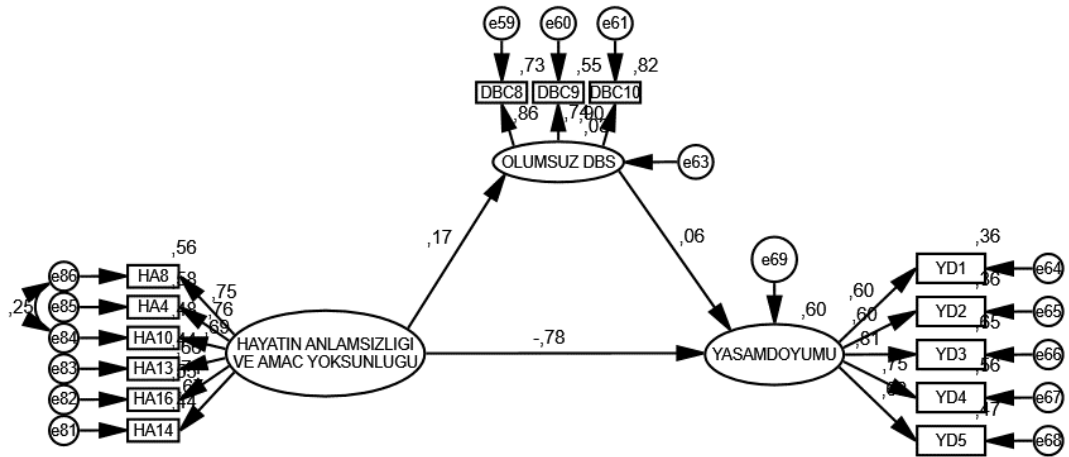
\*<0,05;\*\*<0,01;\*\*\*p<0,001

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine aracısız, doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $\beta=0,650$ ;  $p<0,001$ ). Hayatın Anlamı Ve Amacı ile olumlu dini başa çıkma arasında pozitif bir yol katsayısı elde edilmiştir( $\beta=0,515$ ;  $p<0,001$ ). Aracı değişken modele eklendiğinde hayatın anlamı ve amacının yaşam doyumu üzerine etkisi azalmıştır (Sobel Z= 3.354;  $p=0,001<0,05$ ). Hayatın Anlamı Ve Amacı ile yaşam doyumu arasında dolaylı etki 0,030 ve %95 güven aralığında 0,050-0,099 olarak elde edilmiş ve bu aralık 0 değeri içermediğinden dolaylı etki anlamlı bulunmuştur( $p<0,001$ ). Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde

olumlu dini başa çıkmanın kısmi aracı değişken olduğu saptanmıştır.

#### 4.4. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doymu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doymu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin analizler yapısal model olarak bootstrap yöntemi ile yapılmıştır. Yapısal modele ilişkin diyagram aşağıda verilmektedir.



Şekil 4.3. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doymu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doymu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin direk ve dolaylı etki yapısal modeli ilişkin uyum iyiliği katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.6. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model Uyum İyiliği İndeksleri**

İndeks	Normal Değer	Kabul Edilebilir Değer	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki
$\chi^2/sd$	<2	<5	3.30	2.74
GFI	>0.95	>0.90	0.94	0.94
AGFI	>0.95	>0.90	0.91	0.91
CFI	>0.95	>0.90	0.95	0.95
RMSEA	<0.05	<0.08	0.08	0.07
RMR	<0.05	<0.08	0.05	0.04

**Kaynaklar:** Şimşek, 2007; Hooper and Mullen 2008; Schumacker and Lomax, 2010; Waltz, Strickland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2007

Doğrudan ve dolaylı etki yapısal modeline ilişkin uyum iyiliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumunu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin doğrudan ve dolaylı etki katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.7. Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

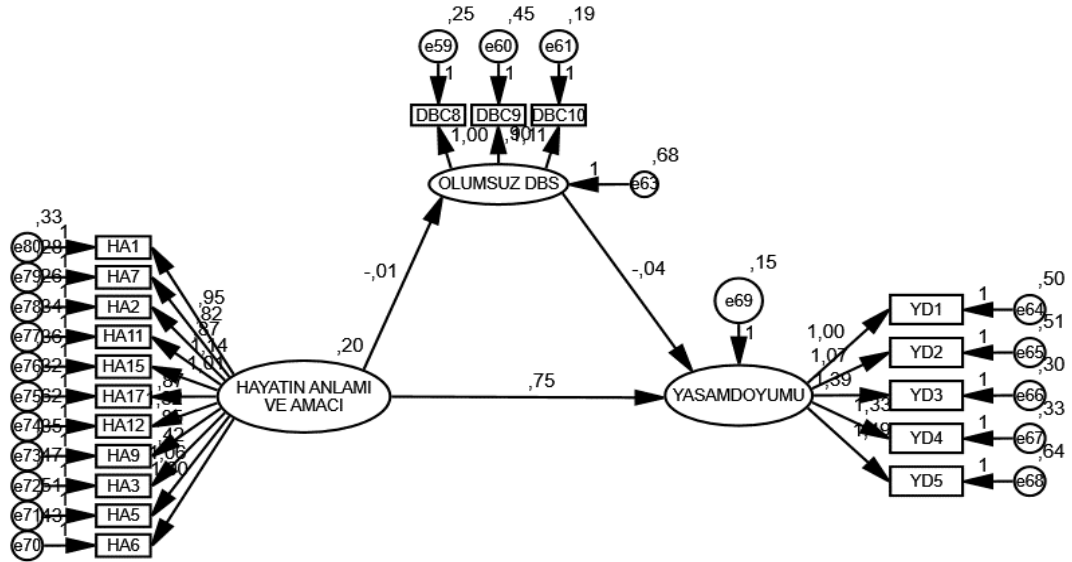
	Olumsuz Dini Başa Çıkma		Yaşam Doyumu	
	$\beta$	SH	$\beta$	SH
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu			-0.774***	0.075
R <sup>2</sup>				0.599
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu	0.167**	0.082		
R <sup>2</sup>		0.028		
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu			-0.784***	0.076
Olumsuz Dini Başa Çıkma			0.062(p>0.05)	0.028
R <sup>2</sup>				0.603
Dolaylı Etki			0.009(p>0.05)((-0.003)-(0.029))	

\*<0,05;\*\*<0,01;\*\*\*p<0,001

Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine aracısız, doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur( $\beta=-0,774$ ;  $p<0,001$ ). Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu ile olumsuz dini başa çıkma arasında pozitif bir yol katsayısı elde edilmiştir ( $\beta=0,167$ ;  $p<0,001$ ). Olumsuz dini başa çıkmanın yaşam doyumu üzerine etkisi anlamsız ( $p>0,05$ ) ve dolaylı etki anlamsız ( $p>0,05$ ) bulunmuştur. Bu bulguya göre hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğunun yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracı değişken olmadığı saptanmıştır.

### **1.5.Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin analizler yapısal model olarak bootstrap yöntemi ile yapılmıştır. Yapısal modele ilişkin diyagram aşağıda verilmektedir.



**Şekil 4.4. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model**

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin direk ve dolaylı etki yapısal modeli ilişkin uyum iyiliği katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.8. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Rolüne İlişkin Yapısal Model Uyum İyiliği İndeksleri**

İndeks	Normal Değer	Kabul Edilebilir Değer	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki
$\chi^2/sd$	<2	<5	2.86	2.58
GFI	>0.95	>0.90	0.92	0.91
AGFI	>0.95	>0.90	0.90	0.90
CFI	>0.95	>0.90	0.90	0.91
RMSEA	<0.05	<0.08	0.07	0.06
RMR	<0.05	<0.08	0.04	0.04

Kaynaklar: (Şimşek, 2007; Hooper and Mullen 2008; Schumacker and Lomax, 2010; Waltz, Streikland and Lenz 2010; Wang and Wang, 2012; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidel, 2007).

Doğrudan ve dolaylı etki yapısal modeline ilişkin uyum iyiliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır. Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracılık rolüne ilişkin doğrudan ve dolaylı etki katsayıları aşağıda verilmektedir.

**Tablo 4.9. Hayatın Anlamı Ve Amacının Yaşam Doyumu Üzerine Etkisinde Olumsuz Dini Başa Çıkmanın Aracılık Etkisi**

	Olumsuz Dini Başa Çıkma		Yaşam Doyumu	
	$\beta$	SH	$\beta$	SH
Hayatın Anlamı Ve Amacı			0.650***	0.098
R <sup>2</sup>			0.422	
Hayatın Anlamı Ve Amacı	-	0.107		
	0.004(p>0.05)			
R <sup>2</sup>	0.001			
Hayatın Anlamı Ve Amacı			0.650***	0.098
Olumsuz Dini Başa Çıkma			-	0.030
			0.066(p>0.05)	
R <sup>2</sup>			0.427	
Dolaylı Etki			0.001(p>0.05)((-0.014)-	(0.013))

\*<0,05;\*\*<0,01;\*\*\*p<0,001

Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine aracısız, doğrudan etkisi anlamlı bulunmuştur ( $\beta=0,650$ ;  $p<0,001$ ). Hayatın Anlamı Ve Amacının olumsuz dini başa çıkma üzerine etkisi anlamsız bulunmuştur ( $p>0,05$ ). Olumsuz dini başa çıkmanın yaşam doyumu üzerine etkisi anlamsız ( $p>0,05$ ) ve dolaylı etki anlamsız ( $p>0,05$ ) bulunmuştur. Bu bulguya göre hayatın Hayatın Anlamı Ve Amacının yaşam doyumu üzerine etkisinde olumsuz dini başa çıkmanın aracı değişken olmadığı saptanmıştır.

#### 4.5.Ölçek Puan Ortalamaları

**Tablo 4.10. Ölçek Puan Ortalamaları**

	<b>N</b>	<b>Ort</b>	<b>Ss</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>	<b>Alpha</b>
Hayatın Anlamı Ve Amacı	405	45.328	5.027	20.000	55.000	0.874
Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu	405	14.736	4.899	6.000	29.000	0.845
Pozitif Dini Başa Çıkma	405	23.328	4.714	7.000	28.000	0.915
Negatif Dini Başa Çıkma	405	7.378	2.661	3.000	12.000	0.871
Yaşam Doyumu	405	15.343	3.570	5.000	23.000	0.815

Öğrencilerin “hayatın anlamı ve amacı” ortalaması  $45,328\pm 5,027$  (Min=20; Maks=55), “hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu” ortalaması  $14,736\pm 4,899$  (Min=6; Maks=29), “pozitif dini başa çıkma” ortalaması  $23,328\pm 4,714$  (Min=7; Maks=28), “negatif dini başa çıkma” ortalaması  $7,378\pm 2,661$  (Min=3; Maks=12), “yaşam doyumu” ortalaması  $15,343\pm 3,570$  (Min=5; Maks=23), olarak saptanmıştır.

#### 4.6. Hayatın Anlamı ve Amacı Puanının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması

**Tablo 4.11. Hayatın Anlamı Ve Amacı Puanının Aile Toplam Gelirine Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>x</b>	<b>Ss</b>	<b>Var. K.</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
hayatın anlamı ve amacı	Ortanın Altı	70	44.414	6.078	G. Arası	147.946	2	73.973		
	Orta	233	45.202	4.883	G. İçi	10063.378	402	25.033	2.955	0.053
	Ortanın Üstü	102	46.245	4.431	Toplam	10211.323	404	0.000		

Öğrencilerin hayatın anlamı ve amacı puanları aile toplam geliri değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.12. Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu Puanının Aile Toplam Gelirine Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>x</b>	<b>Ss</b>	<b>Var. K.</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu	Ortanın Altı	70	15.771	5.422	G. Arası	237.356	2	118.678		
	Orta	233	14.957	4.871	G. İçi	9459.374	402	23.531	5.044	0.007
	Ortanın Üstü	102	13.520	4.369	Toplam	9696.731	404	0.000		

Öğrencilerin aile toplam gelirine göre hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(2, 402)}=5,044$ ;  $p=0,007<0.05$ ). Farkın nedeni; Aile toplam geliri ortanın altı olanların hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarının ( $\bar{x}=15,771$ ), aile toplam geliri ortanın üstü olanların hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarından ( $\bar{x}=13,520$ ) yüksek olmasıdır. Aile

toplam geliri orta olanların hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarının ( $\bar{x}=14,957$ ), aile toplam geliri ortanın üstü olanların hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanlarından ( $\bar{x}=13,520$ ) yüksek olmasıdır.

**Tablo 4.13. Hayatın Anlamı Ve Amacı Puanının Mezun Olunan Lise Türüne Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<b>Var. K.</b>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
hayatın anlamı ve amacı	İmam Hatip Lisesi	164	46.140	4.954	G. Arası	230.400	2	115.200		
	Anadolu Lisesi	141	44.397	5.222	G. İçi	9980.923	402	24.828	4.640	0.010
	Diğer	100	45.310	4.675	Toplam	10211.323	404	0.000		

Öğrencilerin mezun olunan lise türüne göre hayatın anlamı ve amacı puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(2, 402)}=4,640$ ;  $p=0,010<0.05$ ). Farkın nedeni; Mezun olunan lise türü imam hatip lisesi olanların hayatın anlamı ve amacı puanlarının ( $\bar{x}=46,140$ ), mezun olunan lise türü anadolu lisesi olanların hayatın anlamı ve amacı puanlarından ( $\bar{x}=44,397$ ) yüksek olmasıdır.

**Tablo 4.14. Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu Puanının Mezun Olunan Lise Türüne Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<b>Var. K.</b>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu	İmam Hatip Lisesi	164	14.268	4.639	G. Arası	124.662	2	62.331		
	Anadolu Lisesi	141	15.489	4.702	G. İçi	9572.069	402	23.811	2.618	0.074
	Diğer	100	14.440	5.476	Toplam	9696.731	404	0.000		

Öğrencilerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanları mezun olunan lise türü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.15. Hayatın Anlamı Ve Amacı Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Hayatın Anlamı Ve Amacı	Çekirdek Aile	319	45.351	4.956	0.277	0.175	403	0.861
	Geniş Aile	86	45.244	5.314	0.573			

Araştırmaya katılan öğrencilerin hayatın anlamı ve amacı puanı aile tipi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=0,175$ ;  $p=0,861>0,05$ ).

**Tablo 4.16. Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu	Çekirdek Aile	319	14.825	4.756	0.266	0.701	403	0.484
	Geniş Aile	86	14.407	5.415	0.584			

Araştırmaya katılan öğrencilerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanı aile tipi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=0,701$ ;  $p=0,484>0,05$ ).

**Tablo 4.17. Hayatın Anlamı Ve Amacı Puanlarının Cinsiyet Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Hayatın Anlamı Ve Amacı	Erkek	92	45.261	6.034	0.629	-0.146	403	0.898
	Kadın	313	45.348	4.702	0.266			

Araştırmaya katılan öğrencilerin hayatın anlamı ve amacı puanı cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=-0,146$ ;  $p=0,898>0,05$ ).

**Tablo 4.18. Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu Puanlarının Cinsiyet Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu	Erkek	92	15.587	5.599	0.584	1.902	403	0.088
	Kadın	313	14.486	4.654	0.263			

Araştırmaya katılan öğrencilerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu puanı cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=1,902$ ;  $p=0,088>0,05$ ).

## 1.7.Dini Başa Çıkma Puanının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması

**Tablo 4.19. Pozitif Dini Başa Çıkma Puanının Aile Toplam Gelirine Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>x</b>	<b>Ss</b>	<b>Var. K.</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
pozitif dini başa çıkma	Ortanın Altı	70	23.171	5.321	G. Arası	29.179	2	14.589		
	Orta	233	23.549	4.559	G. İçi	8950.145	402	22.264	0.655	0.520
	Ortanın Üstü	102	22.931	4.640	Toplam	8979.323	404	0.000		

Öğrencilerin pozitif dini başa çıkma puanları aile toplam geliri değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.20. Negatif Dini Başa Çıkma Puanının Aile Toplam Gelirine Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<b>N</b>	<b>X</b>	<b>Ss</b>	<b>Var. K.</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
negatif dini başa çıkma	Ortanın Altı	70	7.571	2.800	G. Arası	5.068	2	2.534		
	Orta	233	7.288	2.681	G. İçi	2856.132	402	7.105	0.357	0.700
	Ortanın Üstü	102	7.451	2.531	Toplam	2861.200	404	0.000		

Öğrencilerin negatif dini başa çıkma puanları aile toplam geliri değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.21. Pozitif Dini Başa Çıkma Puanının Mezun Olunan Lise Türüne Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<b>Var. K.</b>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
pozitif dini başa çıkma	İmam Hatip Lisesi	164	24.921	3.184	G. Arası	761.398	2	380.699	18.623	0.000
	Anadolu Lisesi	141	21.816	5.656	G. İçi	8217.925	402	20.443		
	Diğer	100	22.850	4.591	Toplam	8979.323	404	0.000		

Öğrencilerin mezun olunan lise türüne göre pozitif dini başa çıkma puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(2, 402)}=18,623$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Farkın nedeni; Mezun olunan lise türü imam hatip lisesi olanların pozitif dini başa çıkma puanlarının ( $\bar{x}=24,921$ ), mezun olunan lise türü anadolu lisesi olanların pozitif dini başa çıkma puanlarından ( $\bar{x}=21,816$ ) yüksek olmasıdır. Mezun olunan lise türü imam hatip lisesi olanların pozitif dini başa çıkma puanlarının ( $\bar{x}=24,921$ ), mezun olunan lise türü diğer olanların pozitif dini başa çıkma puanlarından ( $\bar{x}=22,850$ ) yüksek olmasıdır.

**Tablo 4.22. Negatif Dini Başa Çıkma Puanının Mezun Olunan Lise Türüne Göre Farklılaşma Durumu**

<i>f. x ve ss Değerleri</i>					<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<b>Puan</b>	<b>Grup</b>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<b>Var. K.</b>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
negatif dini başa çıkma	İmam Hatip Lisesi	164	7.713	2.773	G. Arası	34.427	2	17.214	2.448	0.088
	Anadolu Lisesi	141	7.050	2.514	G. İçi	2826.773	402	7.032		
	Diğer	100	7.290	2.637	Toplam	2861.200	404	0.000		

Öğrencilerin negatif dini başa çıkma puanları mezun olunan lise türü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.23. Pozitif Dini Başa Çıkma Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Pozitif Dini Başa Çıkma	Çekirdek Aile	319	23.157	4.925	0.276	-1.413	403	0.158
	Geniş Aile	86	23.965	3.790	0.409			

Araştırmaya katılan öğrencilerin pozitif dini başa çıkma puanı aile tipi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=-1,413$ ;  $p=0,158>0,05$ ).

**Tablo 4.24. Negatif Dini Başa Çıkma Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Negatif Dini Başa Çıkma	Çekirdek Aile	319	7.404	2.706	0.152	0.387	403	0.699
	Geniş Aile	86	7.279	2.500	0.270			

Araştırmaya katılan öğrencilerin negatif dini başa çıkma puanı aile tipi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=0,387$ ;  $p=0,699>0,05$ ).

**Tablo 4.25. Pozitif Dini Başa Çıkma Puanlarının Cinsiyet Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Pozitif Dini Başa Çıkma	Erkek	92	22.011	5.282	0.551	-3.081	403	0.006
	Kadın	313	23.716	4.470	0.253			

Araştırmaya katılan öğrencilerin pozitif dini başa çıkma puanı cinsiyet değişkenine göre anlamlı bulunmuştur ( $t=-3,081$ ;  $p=0,006<0,05$ ). Söz konusu farklılık Kadınların lehine gerçekleşmiştir. Yani Kadınların pozitif dini başa çıkma ölçeğinden aldıkları puan erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

**Tablo 4.26. Negatif Dini Başa Çıkma Puanlarının Cinsiyet Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Negatif Dini Başa Çıkma	Erkek	92	7.794	2.877	0.300	1.708	403	0.088
	Kadın	313	7.256	2.587	0.146			

Araştırmaya katılan öğrencilerin negatif dini başa çıkma puanı cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $t=1,708$ ;  $p=0,088>0,05$ ).

#### 4.7.Yaşam Doyumu Puanının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması

**Tablo 4.27. Yaşam Doyumu Puanının Aile Toplam Gelirine Göre Farklılaşma Durumu**

f. x ve ss Değerleri					ANOVA Sonuçları					
Puan	Grup	N	X	Ss	Var. K.	KT	Sd	KO	F	p
yaşam doyumunu	Ortann Altı	70	13.157	3.911	G. Arası	478.309	2	239.155		
	Orta	233	15.489	3.243	G. İçi	4670.985	402	11.619	20.582	0.000
	Ortann Üstü	102	16.510	3.412	Toplam	5149.294	404	0.000		

Öğrencilerin aile toplam gelirine göre yaşam doyumunu puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(2, 402)}=20,582$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Farkın nedeni; Aile toplam geliri orta olanların yaşam doyumunu puanlarının ( $\bar{x}=15,489$ ), aile toplam geliri ortanın altı

olanların yaşam doyumu puanlarından ( $\bar{x}=13,157$ ) yüksek olmasıdır. Aile toplam geliri ortanın üstü olanların yaşam doyumu puanlarının ( $\bar{x}=16,510$ ), aile toplam geliri ortanın altı olanların yaşam doyumu puanlarından ( $\bar{x}=13,157$ ) yüksek olmasıdır. Aile toplam geliri ortanın üstü olanların yaşam doyumu puanlarının ( $\bar{x}=16,510$ ), aile toplam geliri orta olanların yaşam doyumu puanlarından ( $\bar{x}=15,489$ ) yüksek olmasıdır.

**Tablo 4.28. Yaşam Doyumu Puanının Mezun Olunan Lise Türüne Göre Farklılaşma Durumu**

		<i>f. x ve ss Değerleri</i>			<i>ANOVA Sonuçları</i>					
<i>Puan</i>	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<i>Var. K.</i>	<i>KT</i>	<i>Sd</i>	<i>KO</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
yaşam doyumu	İmam Hatip Lisesi	164	15.805	3.416	G. Arası	83.546	2	41.773	3.315	0.037
	Anadolu Lisesi	141	14.759	3.653	G. İçi	5065.748	402	12.601		
	Diğer	100	15.410	3.618	Toplam	5149.294	404	0.000		

Öğrencilerin mezun olunan lise türüne göre yaşam doyumu puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(2, 402)}=3,315$ ;  $p=0,037<0.05$ ). Farkın nedeni; Mezun olunan lise türü imam hatip lisesi olanların yaşam doyumu puanlarının ( $\bar{x}=15,805$ ), mezun olunan lise türü anadolu lisesi olanların yaşam doyumu puanlarından ( $\bar{x}=14,759$ ) yüksek olmasıdır.

**Tablo 4.29. Yaşam Doyumu Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu**

<i>Puan</i>	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	<i>x</i>	<i>Ss</i>	<i>Shx</i>	<i>T-Testi</i>		
						<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>p</i>
Yaşam Doyumu	Çekirdek Aile	319	15.348	3.474	0.195	0.052	403	0.959
	Geniş Aile	86	15.326	3.927	0.423			

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumu puanı aile tipi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir( $t=0,052$ ;  $p=0,959>0,05$ ).

**Tablo 4.30. Yaşam Doyumu Puanlarının Cinsiyet Göre Farklılaşma Durumu**

Puan	Gruplar	N	x	Ss	Shx	T-Testi		
						t	Sd	p
Yaşam Doyumu	Erkek	92	14.435	3.683	0.384	-2.800	403	0.005
	Kadın	313	15.610	3.497	0.198			

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumu puanı cinsiyet değişkenine göre anlamlı bulunmuştur( $t=-2,800$ ;  $p=0,005<0,05$ ). Söz konusu farklılık Kadınların lehine gerçekleşmiştir. Yani Kadınların yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puan erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

#### 4.8. Korelasyon

**Tablo 4.31. Korelasyon Analizi**

		Hayatın Anlamı Ve Amacı	Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu	Pozitif Dini Başa Çıkma	Negatif Dini Başa Çıkma	Yaşam Doyumu
Hayatın Anlamı Ve Amacı	R	1.000				
	P	0.000				
Hayatın Anlamsızlığı Ve Amaç Yoksunluğu	R	-0.684**	1.000			
	P	0.000	0.000			
Pozitif Dini Başa Çıkma	R	0.437**	-0.330**	1.000		
	P	0.000	0.000	0.000		
Negatif Dini Başa Çıkma	r	0.006	0.141**	0.273**	1.000	
	P	0.897	0.004	0.000	0.000	
Yaşam Doyumu	R	0.549**	-0.636**	0.342**	-0.043	1.000
	P	0.000	0.000	0.000	0.384	0.000

\* $<0,05$ ; \*\* $<0,01$

Hayatın anlamı ve amacı, hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu, pozitif dini başa çıkma, negatif dini başa çıkma, yaşam doyumu, arasında korelasyon analizleri incelendiğinde;

- Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu ile hayatın anlamı ve amacı arasında  $r=-0.684$  negatif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Pozitif dini başa çıkma ile hayatın anlamı ve amacı arasında  $r=0.437$  pozitif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Pozitif dini başa çıkma ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında  $r=-0.33$  negatif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Negatif dini başa çıkma ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında  $r=0.141$  pozitif ( $p=0,004<0.05$ ),
- Negatif dini başa çıkma ile pozitif dini başa çıkma arasında  $r=0.273$  pozitif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Yaşam doyumu ile hayatın anlamı ve amacı arasında  $r=0.549$  pozitif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Yaşam doyumu ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında  $r=-0.636$  negatif ( $p=0,000<0.05$ ),
- Yaşam doyumu ile pozitif dini başa çıkma arasında  $r=0.342$  pozitif ( $p=0,000<0.05$ ) korelasyon bulunmuştur.

Diğer değişkenler arasındaki korelasyon ilişkileri istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p>0.05$ )

# BEŞİNCİ BÖLÜM

## TARTIŞMA

### 5.1.Tartışma

Bu bölümde öncelikle araştırmanın değişkenleri olan hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu ve dini başa çıkma birbirleri ile ilişkilerini gösteren bulgular tartışılmıştır. Daha sonra hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkide dini başa çıkmanın aracı rolüne ait bulgular incelenerek tartışılmıştır.

#### 5.1.1.Hayatın Anlamı ve Amacı, Yaşam Doyumu ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkilere İlişkin Tartışma

Araştırmanın değişkenleri olan hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizler sonucunda, bireylerin hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu ile hayatın anlamı ve amacı arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Pozitif dini başa çıkma ile hayatın anlamı ve amacı arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Pozitif dini başa çıkma ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Negatif dini başa çıkma ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Negatif dini başa çıkma ile pozitif dini başa çıkma arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Yaşam doyumu ile hayatın anlamı ve amacı arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Yaşam doyumu ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Yaşam doyumu ile pozitif dini başa çıkma arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Diğer değişkenler arasındaki korelasyon ilişkileri istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Araştırmanın değişkenleri olan hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizler sonucunda, pozitif yönde bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Alan yazın detaylı olarak incelendiğinde birçok benzer

bulgulara rastlanmaktadır.

İlgili ölçekten alınan sonuçlara göre katılımcıların hayatın anlamı konusunda algılarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bulgular Dwyer, Nordenfelt ve Ternestedt, (2008), Thomas ve diğ (2010) ve Ju ve arkadaşlarının (2013) yaptıkları araştırma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Yaşamdaki anlam ve amaç duygusu, bireylerin yaşam doyumu önemli bileşenleridir ( Sarvimäki ve Stenbock-Hult, 2000 ).

Haugan'a (2014) göre yaşamdaki anlam, tüm bireylerin fiziksel ve psikolojik iyilik halleri için önemli bir başa çıkma kaynağıdır.

Bunun yanı sıra Chamberlain ve Zika (1992), Emmons (2005) ve Park (2005, 2013 ) ise dinin yaşamda güçlü bir anlam kaynağı olabileceğini ifade etmişlerdir. Bu araştırmacılara göre din, anlam ile yakından ilgilidir(Pargament 1997). Anlam ve din arasındaki ilişki hayat boyunca devam eden, karmaşık, güçlü bir anlam, amaç ve destek kaynağıdır.

Dini başa çıkma şekillerinden en önemlisi birçok çalışmada dua olarak belirlenmiştir (Parker ve Brown, 1982; Pargament, 1997; Carver ve diğ. 1989; Folkman ve diğ. 1986). Dua bireylerin iç dünyasındaki sıkıntılarını, yaşadığı zorlukları dile getiremediği bastırılmış duygu durumları; sonsuz bir güç sahibine aktardığı kesin çözümü için yalvardığı bir nevi sağaltım aracıdır. Dua da ki en önemli güç kaynağı her şeyi bilen Allah'a güven duymasıdır. Çünkü o her şeyi görüp biliyordur. Hayatındaki var olan her şey (olumlu, olumsuz) senin iç dünyanı tamamlaman için verilmiş fırsatlardır (olumlular şükür sebebi, olumsuzlar Rabbin'e ulaşmak iç dünyanı o'narmak ve olgunlaştırmak için verilmiş imtihanlardır.)

Araştırmanın değişkenleri olan yaşam doyumu ile d dini başa çıkma arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik yapılan analizler sonucunda, bireylerin hayatın anlamı ve amacı yaşam doyumu düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Hayatın anlamı ölçeğinin alt boyutlarına göre ise cinsiyet değişkeni ile yaşamın anlamı ölçeği alt boyutları anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir. Demirbaş (2010), Yüksel

(2013) ve Baş ve Hamarta 70 (2015)' te elde edilen sonuçlarda da hayatın anlamı cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Din, insanların yaşamlarını anlamlandırmalarına yardımcı olarak, hayatta var olan mutluluk ve problemlerin sebeplerini düşünmesine ( tefekkür ) yardımcı olur. Mutluluk durumlarını hayatın bizlere verdiği hediye olarak görürken var olan problemler, sıkıntılar, zorluklar ve imtihanların Allah tarafından bireylere verilen dersler olarak görülmektedir. Mevlana'nın "Hamdım, Piştim, Yandım" sözünü ele alırsak karşımıza çıkan problemlerin bizler için bulunmaz birer nimet olduğunu bile düşündürmektedir. Din sadece insanların yaşamlarını kolaylaştırmak için verilmiş birer mutluluk formülünden ibaret değildir. Aynı zaman da mutsuz olduğu zorlandığı durumlarda nasıl ayağa kalkıp yol alacağını, yeniden nasıl mutlu olacağını formüllerini de sunar. Ve bu formülü sunan her şeyden münezzeh olan, varlığı var eden yüce güç sahibi Allah'tır.

Özetle, hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide dini başa çıkma konusunda, Türkiye'de yapılan ilk araştırma olan bu çalışmada, bireylerde dini başa çıkma yöntemlerini kullanma eğilimlerinin, yaşam doyumunu arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Olumlu dini başa çıkma ve alt boyutlarının yaşam doyumu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Karşılaştığımız olaylarda, durumlarda teslimiyet duygusu ile Allah'a güvenmenin, dualar ile şifalanmanın, sabretmenin, hayatına her ne veriyse şükür ve imtihan kabul edip yalnızca ona tevekkül etmenin, bireylerin hayatında olumlu doyumlar sağladığı söylenebilir.

Literatürdeki hayatın anlamıyla ilgili araştırmaların sonucunda ortaya çıkan kavramsal çerçeve ile elde edilen bulgular sonucunda oluşturulan kavramsal çerçeve birbirleriyle uyumludur. Ayrıca bulgular bölümündeki katılımcıların ilk ağızdan ifade ettiği düşünceler her başlık altında birden fazla örnek ile yansıtılmıştır. Yapılan tüm çalışmaların sonucu literatür ile uyumludur. Yapılan sonuçların araştırmanın güvenilirliğini güçlendirdiği düşünülmektedir

### **5.1.2. Hayatın Anlamı ve Amacı ile Yaşam Doymu Arasındaki İlişkilede Dini Başaçıkmanın Aracı Rolüne İlişkin Tartışma**

Hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doymu arasındaki ilişkile dini başaçıkmanın aracı rolünün incelenmesine yönelik kurulan model incelendiğinde, hayatın anlamı ve amacının bağımsız değişken, yaşam doyumunun bağımlı değişken, dini başaçıkmanın ise aracı değişken olduğu görülmektedir. Aracılık rolüne ilişkin bilgilerin saptanmasına yönelik yapısal model olarak bootstrap yöntemi ile yapılan analizler sonucunda aracı değişken olan dini başa çıkma modele eklendiğinde hayatın anlam ve amacının yaşam doymu üzerinde etkisinin arttığı görülmüştür. Hayatın anlamı ve amacının yaşam doymu üzerine dini başa çıkmanın kısmi aracı değişken olduğu saptanmıştır.

Modele ilişkin uyum indekslerine bakıldığında ise modelin iyi ve kabul edilebilir düzeyde uyumlu olduğu söylenebilmektedir. Model uyum indekslerine ait bu değerler incelendiğinde modelin doğrulandığı görülmektedir (Baron ve Kenny, 1986).

Modele bakıldığında; hayatın anlamı ve amacı düzeyinin yüksek olmasının üniversite öğrencilerinin yaşamdan aldıkları doyum düzeyini yükselttiği yorumu yapılabilmektedir. Konu ile ilgili literatürdeki araştırmalara bakıldığında benzer sonuçlara rastlanmaktadır (Frankl, 2010; Şentürk ve Yakut, 2014: 45; Yalom, 2001; Bahadır, 1999; Edwards ve Holden, 2001; Harlow, Newcomb ve Bentler, 1986; Pavot ve Diener, 1993). Bu sonuçlar, bireylerin hayattan aldıkları anlam ve amaç düzeylerinin yaşam doymu üzerinde yordayıcı bir işlevinin olduğunu göstermektedir.

Modele ilişkin sonuçlar incelendiğinde; dini başaçıkmanın hayatın anlam ve amacının oluşumunda önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir. Araştırma bulgularına göre dini başa çıkma düzeyi arttıkça hayattan alınan anlam ve amaç düzeyinde arttığı görülmektedir. Literatüre bakıldığında araştırmanın bulgularını destekler nitelikte araştırmalara da rastlanmaktadır (Yalom, 2001: 663-665; Kimter, 2008: 113; Kıracı, 2013; Pargament ve Brant,1998; Ayten, 2012; Lazarus ve Folkman 1984: 90; Çetinkaya, 2007: 47; Cimete, 2002; Emmons, 2005).

Modele göre; dini başa çıkma düzeyinin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Bulgulara göre, dini başa çıkma düzeyi arttıkça yaşam doyumu düzeyleri de artmaktadır. Bu sonucun literatürdeki benzer araştırma sonuçlarıyla tutarlı olduğu görülmektedir (Myers ve Diener, 1995; Miller ve Thoresen, 2003; Hill ve Pargament, 2003).

Hayat da anlamda değişkendir ve tek bir anlamdan ibarettte değildir. Doğumdan ölüme kadar uzanan upuzun bir yoldur. Biz insanlarda hayatta yol aldığımız süre boyunca farklı olaylarla, durumlarla karşılaşırken, bizlerde değişiyoruz. Değişen şartlarla beraber hayata yeni yeni anlamlar yüklüyoruz. Her değişim, yeni birer anlamı ifade ediyor. Anamlarla zenginleşiyor, yol alıyoruz. Dünyada görmek istediğimiz değişim biz oluyoruz. Öğreniyoruz, olgunlaşıyoruz, belki gerileme yaşıyoruz ama verdiğimiz anlamlarla olumlu ya da olumsuz dersler alıyoruz. Dağılıyoruz daha iyisine toparlanmak için. Dengesizleşiyoruz dengeyi bulmak için. Ve her an değişimin içerisinde yeni biz olma yolunda ilerliyoruz. Hayat yolunda; yola çıktıklarımızla, yolda bulduklarımızla, kendi hızımızda devam ediyoruz. Bu var olan değişimler, yaptıklarımız bizlerin hayata verdiği anlam ve değeri göstermektedir. Hayatta ki anlam ve amaç yolculuğunda ki doyumumuz bizlerin enerji kaynağı olabilmektedir. Din de bu yolculukta köprü vazifesi görmektedir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin hayatın anlamı ve amacı, yaşam doyumu, dini başa çıkma düzeyleri incelenmiş, bu değişkenler arasındaki ilişkiler saptanmış ve dini başa çıkmanın hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumu arasındaki aracı rolü incelenmiştir.

Yapılan tez çalışması sonucunda, hayat yolunda ilerlediğimiz anlam ve amaçlar ile birlikte yaşamdan alınan doyum yakından ilgilidir. Ve dinde bu hayattan; anlam, amaç, doyum sağlanması noktasında aracı rol oynamaktadır.

## **5.2. Öneriler**

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın bulguları ve yapılan tartışmadan yola çıkılarak alandaki araştırmacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

- Bu araştırmada hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide dini başaıkmanın aracı rolü incelenmiştir. Bu araştırmada Hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide dini başaıkmanın kısmi aracı rolü bulunmuştur. Hayatın anlamı ve amacı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye aracılık etkisi edebilecek başka değişkenlerin de modele dahil edilip test edilmesi ile bu iki değişken arasındaki ilişkilerin daha derinlemesine incelenmesi adına literatüre katkı sunulabilir.
- Bu araştırmanın örneklemini üniversite öğrencisi bireyler oluşturmaktadır. Yapılacak araştırmalarda farklı ve daha dar gruplarla çalışılması ile daha kapsamlı ve kıyaslanabilir sonuçlar elde edilebilir.
- Araştırmada örnekleme seçimi noktasında basit tesadüfi örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Gelecekteki araştırmalarda farklı örnekleme türleri (amaçlı örnekleme gibi) seçilerek araştırmanın spesifik bir kitlede gerçekleştirilmesi sağlanabilir.
- Bu araştırmada nicel araştırma deseni kullanılmıştır. Nitel verilerin de dahil edilebileceği araştırma desenlerinin kullanılması araştırmacılara ve uygulayıcılara daha kapsamlı bilgiler sunabileceği düşünölmektedir.
- Hayatın anlamı konusu bireyler için önemli bir konudur. Hayatın anlamsızlığı ve amaçsızlığı bireyi ruhsal rahatsızlıklara sürökmektedir. Dini başaıkma gibi bireyin hayatında anlam bulabileceği alanlar belirlemek için “yaşamın anlamı” kavramına etki eden diğer faktörler yapılacak çalışmalar tarafından belirlenmelidir. Belirlendikten sonra bireyleri anlam bulabilecekleri alanlara yönlendirecek çalışmalar yapılması bireylerin yararına olacağı düşünölmektedir.
- Hayatın anlamı ve amacı, yaşam doyumunu ve dini başaıkma değişkenleri ile ilişkili olabileceği düşünölen farklı demografik değişkenlerin bundan sonraki araştırmalarda kullanılmasının araştırma sonuçlarının kapsamını daha da arttırabileceği düşünölmektedir.
- Dini başaıkma ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkinin farklı değişkenlere göre incelenmesi konusuna baktığımızda bu alanda Türkiye’de yapılan çalışmalar yurt dışında yapılan çalışmalara göre çok sınırlı düzeydedir. Bu alanda farklı çalışmaların yapılarak yaşamda anlam ve dini başaıkma daha

farklı değişkenlere göre incelenmesi büyük bir boşluğu dolduracağı düşünölmektedir.

- Hayatın anlamı ve amacı, yaşam doyumu ve dini başa çıkmanın ayrı ayrı litaretürde çok araştırılmasına rağmen bu üç değişkenin arasındaki ilişki ve etkileri için yeteri kadar araştırma olmadığı gözlemlenmiştir. Bu değişkenler farklı sosyodemografik bilgiler ile daha farklı örneklemlerde tekrar çalışılmalıdır.



## KAYNAKÇA

- Adler, A. (2004). *Yaşamın Anlam ve Amacı*. (K. Şipal, Çev.) İstanbul: Say Yayınları.
- Aksaray S; Yıldız, A; Ergün, A. (1998, Temmuz). *Huzurevi ve evde yaşayan yaşlıların umutsuzluk düzeyleri*. (1. Ulusal Evde Bakım Kongresinde sunulan bildiri.) Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Akyol, S. U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Denizli.
- Arasan-Acar, B. (2010). *Akademisyenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi, Uşak.
- Atkinson, v. Diğ. (1999). *Psikolojiye Giriş*, çev. Yavuz Alogan, Arkadaş Yay. Ankara.
- Awang, Z. (2015). *SEM made simple: a gentle approach to learning Structural Equation Modelling*. Bandar Baru Bangi: MPWS Rich Publication
- Aydın, K. (2004). *Beden eğitimi öğretmenlerinin tükenmişlik düzeyleri ve tükenmişliği etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi Aksaray il örneği*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ayten, A. (2012). *Psikoloji ve Din: Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*, 3. Baskı, İstanbul: İz Yayıncılık.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın anlam kazanmasında psiko-sosyal faktörler ve din*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bahadır, A. (2011). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İstanbul: İnsan Yay.
- Baier, K. (1971). *The Meaning of Life*, ed. E. D. Klemke and Steven Cahn, Oxford University Press.

- Baron, R. M. Kenny, D. A. (1986). "The Moderator–Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations", *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 6, 1173.
- BAŞ, V. Erdal, H. (2015). "Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı", *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13, 29, 369-391.
- Başer-Seker, G. (2009). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Bedel, G. (2009). *The validity and reliability study of the turkish version of the spirituality scale*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Brown, T.A. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. The Guilford Press, New York, USA.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal Bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Can A. (2013). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., ve Weintraub, J. K. (1989). "Assessing coping strategies: A theoretically based approach." *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267–283.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Religiosity, Life Meaning And Wellbeing: Some Relationships İn A Sample Of Women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27(3), 411-420.
- Cimete, G. (2002). *Yaşam Sonu Bakım Ölümcül Hastalarda Bütüncü Bakım*. Ankara: Nobel Tıp.
- Cook, C. (2004). Addiction and Spirituality. *Society for the Study of Addiction*. 99, 5, 539-551.

- Cloninger, C. R. Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50 (12), 975.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). *Akış: Mutluluk Bilimi*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Çapan, B. E. (2010). Relationship Among Perfectionism, Academic Procrastination And Life Satisfaction Of University Students. *Procedia Social And Behavioral Sciences*, 5, 1665-1671.
- Çelik, M. Tümkaya, S. (2012). *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 13, 1, 223-238.
- Çetinkaya, B. Altundağ, S. Ve Azak, A. (2007). Spiritüel Bakım ve Hemşirelik. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(1): 47-50
- Çokluk, Ö. Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik*. PEGEM Yayınları. Ankara, 265; Bayram, a.g.e., 72.
- Delgado, C. (2005). A discussion of the concept of spirituality, *Nursing Science Quarterly*, 18(2), 157-162
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demirel, S. ve Canat, S. (2004). Ankara'daki beş eğitim kurumunda kendini yaralama davranışı üzerine bir çalışma. *Kriz Dergisi*, 12(3), 1-9.
- Deneve, K. and Cooper, H. (1998). The Happy Personality: A Meta Analysis of 137 Personality Traits and Subjective Well Being, *Psychological Bulletin*, 124(2), 197- 229.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being, *Psychological Buletin*, 95 (3), pp. 542-575.
- Dikmen, A.A. (1995). İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi*, 50, 3-4, 115-140.
- Düzgüner, S. (2013a). Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın Varlık İlişkisine Yönelik Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni. *Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*. 45, 253-284.

- Düzgüner, S. (2013b). *Dindarlık ve Maneviyat*. İ. Çapcıoğlu, A. Ayten (Ed.). Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları içinde. Ankara: Phoenix Yayınevi, 61-102.
- Düzgüner, S. (2013c). *Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi (Kan Bağışi Örneğinde Türkiye ve Amerika Karşılaştırmalı Nitel Bir Araştırma)*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Edwards M. J. & Holden R. R. (2001). Coping, meaning in life, and suicidal manifestations: Examining gender differences. *Journal of Clinical Psychology*, 59(10), 1133–1150.
- Elkins, D. N. (2001). *The handbook of humanistic psychology*. Kirk J. Schneider, James F. T. Bugental & J. Fraser Pierson (Eds.), Beyond religion: toward a humanistic spirituality (s. 2012). Thousand Oaks: Sage.
- Elkins, D. N. (2015). *Beyond religion: Toward a humanistic spirituality*. In K. J. Schneider, J. F. Pierson, & J. F. T. Bugental (Eds.), *The handbook of humanistic*.
- Emmons, R.A. (2005). Striving for the sacred: personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61(4), 731-745.
- Ergeshov, E. (2011). *Kırgız Türklerinin kültüründe müzikterapi uygulamaları ve maneviyat ilişkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ergül, Ş. (2010). Hemşirelik eğitiminde maneviyat ve manevi bakım kavramları nerede? Ne zaman? Nasıl? *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 26(1), 65.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Geliştirilmesi, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 4, 975-989.
- Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS (2nd ed.)*. London: Sage Publication.

- Fowler, J. W. (1992). *The enlightenment and faith development theory*. In J. Astley ve L. J. Francis (eds) *Christian perspectives on faith development*. A reader (ss. 15-28) Grand Rapids: Eerdmans
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın Anlam Arayışı*, çev: Budak, S. 3. Baskı, Okyan Us Yayınları, İstanbul
- Frankl, V. E. (2010). *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, Çev.). İstanbul: Okuyan Us.
- Göcen, G. (2016). *Şükür Maneviyatın Neresinde*. M. Atak(Der.), Maneviyat Psikolojisi, İstanbul: Türdav Yayınları.
- Göka, E. (2013). *Hayatın anlamı var mı?* istanbul: Timaş.
- Gümüş, H. (2006), *Farklı Mesleklerde Çalışanların İş ve Yaşam Doyumlarının Tükenmişlik Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması*, Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Harlow, L. L. Newcomb, M. D. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational.
- Hedberg, P. (2010). *Purpose in life among very old people*. Umea University Medical Dissertations, Department of Nursing, Umea.
- Hill, P. C. ve Pargament, K.I. (2003). "Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality." *American Psychologist*, 58, 64–74.
- Hood, R. W. Jr. B. Spilka, B. Hunsberger, and R. Gorsuch. (1996). *The psychology of religion: An Empirical Approach*. New York: Guilford Publications.
- Hox, J. J. & Bechger, T. M. (1998). An Introduction to Structural Equation Modeling. *Family Science Review*, 11, 354–373
- Hökelekli, H. (1996). *Din Psikolojisi*. Ankara: TDV Yayınları. (2010). *Din Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Dem Yayınları.

- İnci, S. (2014). *Aday Öğretmenlerin Duygusal Zekâ İle Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi*. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale
- Jim H. S. & Andersen B. L. (2007). Meaning in life mediates the relationship between social and physical functioning and distress in cancer survivors. *British Journal of Health Psychology*, 12, 363-381.
- Jim, H. S. Richardson, S. A. Golden-Kreutz, D. M. & Andersen, B. L. (2006). Strategies used in coping with a cancer diagnosis predict meaning in life for survivors. *Health Psychology*, 25, 753-761.
- Ju H. Shin J. W. Kim C. W. Hyun M. H. Park J. W. (2013). Mediatonal effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56, 309-313.
- Kavas, A. B. Topkaya, N. & Gençoğlu, C. (2014). Psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, kendini damgalama ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 367-377.
- Keser, A. (2005). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi: Otomotiv sektöründe bir uygulama. *Çalışma ve Toplum*, 4, 77-96.
- KESER Aşkın, (2003). *Çalışmanın Anlamı, İnsan Yaşamındaki Yeri ve Yaşam Doyumu Üzerine Bir Uygulama*. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa. (Yayımlanmamış Doktora Tezi)
- Kımtır, N. (2008). *Benlik saygısı ve dindarlık ilişkisi*. Uludağ Üniversitesi, Din Psikolojisi, Doktora Tezi, Bursa.
- Kıraç, F. (2013). *Eşcinsellikle ilgili dini-psikolojik algular ve maneviyat: Erkek eşcinsel örneklem*. Ankara Üniversitesi, Doktora Tezi, Ankara.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamın Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

- Kline, B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Newyork: The Guilford Press.
- Kostak, M. (2007). Hemşirelik bakımının spiritüel boyutu. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*,6(2), 105-115
- Korkmaz, M. Germir, H. Yücel, A. & Gürkan, A. (2015). *Yaşam Memnuniyeti Üzerinde Etkili Olan Sosyodemografik Bileşenler Üzerine Bir Analiz*
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Psychological stress and the coping process*. New York: Springer. Marsh, H. W. & Hocevar, D. (1988).
- Ludwig-Mayerhofer W. (2004). *SPSS Kullanım Klavuzu*, <http://wlm.userweb.mwn.de/SPSS/wlmsfac.htm>
- Miller, W.R ve Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion, and health. *American Psychologist*, 58(1), 25-35.
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is Happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Özdaş İ. T (2017). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, *Yetişkinlerde Ait Olma İhtiyacı, Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Özdamar, K.(2004). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi*, Eskişehir, Kaan Kitabevi, s.36.
- Özdevecioğlu, M. ve Aktaş, A. (2007). Kariyer bağlılığı, mesleki bağlılık ve örgütsel bağlılığın yaşam tatmini üzerindeki etkisi: iş-aile çatışmasının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28, 1-20
- Özdoğan, Ö. (2007). *İsimsiz hayatlar*, Ankara: Lotus.
- Özdoğan, Ö. (2009). *Aşkın Yanımız Maneviyat*. Ankara: Özdenöze Yayınları.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö.Ö. (2003), Yaşlılarda Yaşam Doyumu, *Turkish Journal of Geriatrics, Geriatri*. 6(2), 72-74.

- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping theory research practice*. New York: The Guilford Press.
- Pargament K. I. & Brant, C. R. (1998). *Religion and coping*. In *handbook of religion and mental health*. (Ed. H. G. Koenig), Handbook of Religion and Mental Health. San Diego: Academic Press.
- Pargament, K. I. Smith, B. ve Brant, C. (1995b). *Religious And Nonreligious Coping Methods With The 1993 Midwest Flood*. Paper Presented At The Meeting Of The Society For The Scientific Study Of Religion, St. Louis, Mo.
- Pargament, K. I. & Raiya, H. A. (2007). "A decade of research on the psychology of religion and coping: Things we assumed and lessons we learned." *Psyke & Logos*, 28, 742–766.
- Park C.L. (2005). Religion as a meaning-making framework in coping with life stress. *Journal of Social Issues*, 61(4), 707–729.
- Park C.L. (2013). *Religion and meaning*. (In: Paloutzian RF, Park CL) *The Psychology Of Religion And Spirituality*. New York: The Guilford Press; 2013. pp. 357– 378.
- Pavot W, DIENER Ed, (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Preacher, K. & Hayes. (2008). Asymptotic and Resampling Strategies for Assessing and Comparing Indirect Effects in Multiple Mediator Models. *Behavior research methods*, 40, 879-91. 10.3758/BRM.40.3.879.
- Reutter, K. K. ve Bigatti, S. M. (2014). Religiosity and Spirituality as Resiliency Resources: Moderation, Mediation, or Moderated Mediation? *Journal for the Scientific Study of Religion*, 53(1):56–72
- Ryff, C.D.(1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

- Ryff, C.D. ve Singer, B. (1998). *The role of purpose in life and personal growth in positive human health*. In P.T. Wong & P.S:Fry (Eds.) *The human quest for meaning* (pp.213-235). Mahwah, NJ: Erlbam
- Joseph R, Nancy M. (2002). *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı*. Satıcı. : Konuk Kitapevi Yayınevi: Say Yayınları.
- Sarvimäki A. Stenbock-Hult B. (2000). Quality of life in old age described as a sense of well-being, meaning and value. *Journal of Advanced Nursing*, 32, 1025-1033.
- Schwarz, N, Clore, G.L. (1983). Mood, Misattribution and Judgements of Well Being: Informative and Directive Functions of Affective States, *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Schumacker RE, Lomax RG. A.(2004). *Beginner's Guide to Structural Equation Modeling*. New Jersey: Taylor & Francis; p.1-8.
- Sillick, W. J. ve Cathcart, S. (2014). The relationship between religious orientation and happiness: the mediating role of purpose in life. *Mental Health, Religion, & Culture*, 17(5), 494-507.
- Sümer, N. (2000). *Yapısal Eşitlik Modelleri*. Türk Psikoloji Yazıları. No.3, S.6, 49-74.
- ŞENTÜRK, H. Selahattin Y. (2014). “*Hayatın Anlamı ve Din*”, Süleyman Demirel Üniversitesi İ.F.D. sayı: 33, Yıl: 2014/2, ss.45-60.
- Şimşek ÖF. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş, Temel İlkeler ve LISREL Uygulamaları*. Ankara: Ekinoks; 2007. p.4-22.
- Tabachnick, B. G, & Fideli, L.S. (2001). *Using Multivariate Statistics (Fourth Edition)*. Boston: Ally And Bacon.
- Tabachnick, B. G. and Fidel, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Pearson Education Inc. Boston.
- Tanyi, R. A. (2002). Towards Clarification of the Meaning of Spirituality. *Journal of*

*Advanced Nursing.*

- Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS İle Veri Analizi*. Nobel yayınları: Ankara
- Taylor S. E. (1983). Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaptation. *American Psychologist* 38, 1161-1173
- Terry, J. Kottman, M. (1995). *Working With Families*. Guidance and Counseling In The Elementary and Middle Schools. SS. 254-281. Brown ve Benchmark Publishers.
- Thomas J. C. Burton M. Griffin M. T. Fitzpatrick J. J. (2010). Self-transcendence, spiritual well-being, and spiritual practices of women with breast cancer. *Journal of Holistic Nursing*, 28, 115-122.
- Uğur, E. ve Akın, A. (2015). Yaşam Bağlılığı Ölçeği Türkçe Formu Geçerlik ve Güvenirlik çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*. 4(2): 424-432.
- Ünal, S. Karlıdağ, R. Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumunu düzeylerinin yaşam doyumunu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4, 113-118.
- Veenhoven, R. (1996). Is Happiness Relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1996). *The Study Of Life satisfaction*. In: W. E. Saris, R. Veenhoven, A.C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds). A comparative study of satisfaction with life in Europe. p.p. 11-48. Eötvös University Press
- Waltz CF, Strickland OL, Lenz ER. (2010). *Measurement in Nursing and Health Research*. New York: Springer Publishing Company; 2010. p.176-8.
- Wang J, Wang X. (2012). *Structural Equation Modeling: Applications Using Mplus: methods and applications*. West Sussex: John Wiley & Sons; 2012. p.5-9.
- Williams, B. Brown, T. and Onsmann, A. (2010). "Exploratory factor analysis: A five-step guide for novices," *Australasian Journal of Paramedicine*: Vol. 8: Iss. 3, Article 1.

- Yalom, I. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi*, (Çev. Z.İ. Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*. (Z. İyidoğan Babayiğit Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayınları
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Yetim, Ü. (2003). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish University students and academicians. *Social Indicators Research*, 61 (3), 297-317.
- Yüksel, R. (2013). *Genç yetişkinlerde aşk tutumları ve yaşamın anlamı*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Zika, S. & Chamberlain K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, 133-145.

## EKLER

### Ek-1: Katılımcı Bilgi Formu

Değerli katılımcı;

Bu çalışma, Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans kapsamında tez araştırması için veri toplamayı amaçlamakta olup, Prof. Dr. Halil EKŞİ danışmanlığı ile Sümeyra KAKIZ tarafından yürütülmektedir. Araştırmada sizden kimlik belirleyici herhangi bir bilgi istenmemektedir. Anketleri cevaplandırırken lütfen, maddeleri dikkatlice okuyup size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz ve belirtildiği şekilde değerlendiriniz. Anketlere vereceğiniz cevaplar tamamen gizli kalacak olup yalnızca araştırmacı tarafından değerlendirilerek elde edilecek bilgiler bilimsel yayınlar kapsamında kullanılacaktır.

Araştırmaya gönüllü katılımınız ve samimi cevaplarınız için teşekkür ederim.

Sümeyra KAKIZ

1. **Cinsiyet:** Kız  Erkek
2. **Yaş:**.....
3. **Kaçıncı sınıfta okuyorsunuz:** Hazırlık  1  2  3  4  5  6   
Yüksek Lisans/Doktora
4. **Halen okuyor olduğunuz üniversite: ...**
5. **Halen okuyor olduğunuz bölüm:...**
6. **Mezun olduğunuz lise türü:** Genel lise  Anadolu lisesi  Endüstri meslek lisesi   
Fen lisesi  Ticaret meslek lisesi  Kız meslek lisesi  İmam hatip lisesi   
Diğer...
7. **Babanızın mesleği:** İşsiz  Öğretmen  Emekli  Esnaf  İşçi  Memur   
Serbest Meslek
8. **Annenizin mesleği:** Ev hanımı  Öğretmen  Emekli  İşçi  Memur   
Serbest Meslek
9. **Annenizin eğitim durumu:** Okuryazar değil  Okuryazar  Ortaokul   
Lise  Yüksekokul-üniversite  YL/DR
10. **Babanızın eğitim durumu:** Okuryazar değil  Okuryazar  Ortaokul   
Lise  Yüksekokul-üniversite  YL/DR
11. **Aile tipinizi nasıl tanımlarsınız?**

Çekirdek aile (anne, baba ve çocuktan oluşan aile)  Geniş aile

Tek ebeveynli aile (anne ve çocuktan oluşan ya da baba ve çocuktan oluşan)

**12. Ailenizin toplam gelirini düşündüğünüzde aşağıdaki gelir grubundan hangisi size uygundur?** Düşük  Ortanın altı  Orta  Ortanın üstü  Yüksek

**13. Nerede ve kimlerle birlikte yaşıyorsunuz?** Evde, arkadaşlarımla   
Evde, tek başıma  Yurttta, tek başıma  Yurttta, arkadaşlarımla

Anne ve babamla  Eşimle  Diğer...

**14. Medeni durumunuz:** Evli  İlişkisi var  Bekar  Nişanlı  Boşanmış   
Diğer...

**15. Bebekliğinizde/çocukluğunuzda bakımınızı büyük ölçüde kim üstlenmişti?** Annem  Babam  Annem-babam  Kardeşlerim  Bakıcım  
 Diğer...

**16. Daha önce herhangi bir psikolojik tanı aldınız mı? Varsa belirtiniz:...**

## Ek-2: Hayatın Anlamı ve Amacı Ölçeği

<b>YÖNERGE:</b> Lütfen aşağıda ifade edilen yargı seçeneklerine katılım düzeylerinden sizin için enuygun olan seçeneğin, altındaki kutucuğa (X) işareyi koyarak belirtiniz.					
<b>(1) Kesinlikle Katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Kararsızım (4) Katılıyorum (5) Kesinlikle Katılıyorum</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

<b>1</b>	Hayatın mutlaka bir anlam ve amacı vardır.					
<b>2</b>	Faydalı bir şeyler üretmekten çok hoşlanırım.					
<b>3</b>	Hayatı arkadaşlarımla paylaşmaktan çok hoşlanırım.					
<b>4</b>	Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm.					
<b>5</b>	Yapmaktan zevk aldığım pek çok uğraşım vardır.					
<b>6</b>	Hayatta arzuladığım amaçlarıma ulaşmada başarılıyım.					
<b>7</b>	Değerlerim ve inançlarım doğrultusunda hareket etmeye çalışırım.					
<b>8</b>	Ruhsal bir boşluk içerisindeyim ve hayattan tat alamıyorum.					
<b>9</b>	Yaşadığım sıkıntılara rağmen zorluklarla mücadele etmekten vazgeçmiyorum.					
<b>10</b>	Çoğu zaman her şeye karşı bıkkınlık duyuyorum.					
<b>11</b>	Hayatımda her zaman bir anlam ve yaşamak için bir neden bulurum.					
<b>12</b>	Umut ve heyecanla geleceğe bakarım.					
<b>13</b>	Yaşadığım dünyada iyiye ve güzele dair pek bir şey bulamıyorum.					
<b>14</b>	Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur.					

15	Hayatın sıkıntılarına karşı mücadele etmenin yaşamıma anlam kattığını düşünüyorum.					
16	Geleceğimi pek parlak göremiyorum, umutsuzum.					
17	Hala yapmak ve başarmak istediğim şeyler vardır.					



### Ek-3: Yaşam Doyumu Ölçeği

	<b>YÖNERGE: Lütfen aşağıda ifade edilen yargı seçeneklerine katılım düzeylerinden sizin için enuygun olan seçeneğin, altındaki kutucuğa (X) işareyi koyarak belirtiniz.</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	<b>(1) Hiç Katılmıyorum (2) Çok Az Katılıyorum</b> <b>(3) Orta Düzeyde Katılıyorum (4) Büyük Oranda Katılıyorum</b> <b>(5) Tamamen Katılıyorum</b>					
<b>1</b>	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
<b>2</b>	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
<b>3</b>	Yaşamımdan memnunum.					
<b>4</b>	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
<b>5</b>	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.					

#### Ek-4: Dini Başa Çıkma Ölçeği

Aşağıda yer alan ifadeleri okuduktan sonra, <b>hayatta bir problemle karşılaştığınızda</b> genel olarak nasıl davrandığınızı düşünerek durumunuzu en iyi yansıtan seçeneği işaretleyiniz. <i>(1)Hemen hemen hiç yapmam (2)Çok az yaparım (3)Orta derecede yaparım (4)Sıklıkla yaparım</i>					
1	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, Allah'a daha yakın olmaya çalışırım	1	2	3	4
2	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, bunun imanımı derinleştirmek için Allah'tan gelen bir imtihan olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4
3	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, Allah'ın sevgisini ve himavesini isterim	1	2	3	4
4	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, teselli bulmak için Kuran-ı Kerim okurum	1	2	3	4
5	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, Allah'tan bağışlanma dilerim.	1	2	3	4
6	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, Allah'ın sabırlı olmayı emrettiğini kendime hatırlatırım.	1	2	3	4
7	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, elimden geleni yapar, gerisini Allah'ın takdirine bırakırım.	1	2	3	4
8	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, işlediğim günahlardan dolayı Allah tarafından cezalandırıldığıma inanırım.	1	2	3	4
9	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, Allah'ın beni cezalandırmasına neden olacak ne yaptığımı merak ederim.	1	2	3	4
10	Hayatta bir problemle karşılaştığımda, yeterince sadık bir kul olmadığım için Allah'ın beni cezalandırdığını düşünürüm.	1	2	3	4



T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı :E-20292139-050.01.04-8029  
Konu :Etik Kurul Kararları

Sayın Sümeyra KAKIZ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

"Hayatın Anlamı ve Amacı ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Maneviyatın ve Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolünün İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 28.05.2021 tarihli ve 2021/05 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

Ek:16-Sümeyra Kakız Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

**Mevcut Elektronik İmzalar**

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanlığı - Kurul Başkanı) 15.06.2021 18:00

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

Belge Doğrulama Kodu :\*BSPH0FUNU\* Pin Kodu :69432

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Dogrula/0N3>

Adres:Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon:444 97 98 Faks:+90 (212) 693 82 29  
e-Posta:bilgi@izu.edu.tr Web:www.izu.edu.tr  
Kep Adresi:izu@hs01.kep.tr

Bilgi için: Zeyneb Funda TEZ  
Unvanı: Yeminli Katip  
Tel No: 2126929606





T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU

**ETİK ONAY BELGESİ**

Tarih	28.05.2021
Sayı	2021/05
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	Hayatın Anlamı ve Amacı ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Maneviyatın ve Dini Başa Çıkmanın Aracı Rolünün İncelenmesi
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Sümevra KAKIZ
Diğer Araştırmacılar/Danışman Adı Soyadı	Prof. Dr. Halil EKŞİ
Karar	UYGUNDUR

*(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)*

Prof. Dr. Nasuh USLU  
**Başkan**

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ  
**Başkan V.**

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ  
**Üye**

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK  
**Üye**

Prof. Dr. Yahya Kemal YOGURTÇU  
**Üye**

Av. Bilal ŞAMAT  
**Üye**

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ

# ÖZGEÇMİŞ

## A. EĞİTİM

2014 Antalya Anadolu İmam Hatip Lisesi'nden mezun olma

2018 İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nden Mezun olma

2018 İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans Programına Giriş

## B. MESLEKİ DENEYİM

2018 Eğitim-Öğretim Yılı Mesleki Stajlar ve Eğitimler

2019 Eğitim-Öğretim Yılı Z. Marsel Z. Denizhan Öner İlköğretim Okulu Özel Eğitim Öğretmenliği

2020 Eğitim-Öğretim Yılı Hurma Yarbay Pınar İlköğretim Okulu Özel Eğitim Öğretmenliği

2021 Yılı Fehva Psikolojik Danışmanlık ve Eğitim Merkezi / Psikolojik Danışman

## C. YAYINLAR

2021 İZÜ Sosyal Bilimler Kongresi Bildiri Sunumu

## D. İLETİŞİM BİLGİLERİ,

E-Posta: