

TC
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

HAYATIN ANLAM ALGISI VE PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
ANALİZİ
(İSTANBUL İLİ, ÜSKÜDAR İLÇESİ, RESMİ LİSELERDE
GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLER ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Esen YILDIRIM USTA

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR

İSTANBUL

TEMMUZ- 2018


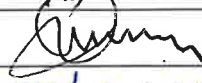

TC
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

HAYATIN ANLAM ALGISI VE PSİKOLOJİK
DAYANIKLILIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
ANALİZİ
(İSTANBUL İLİ, ÜSKÜDAR İLÇESİ, RESMİ LİSELERDE
GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLER ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Esen YILDIRIM USTA

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

“Bu tez 10/07/2018 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

Jüri Üyesi	Kanaati	İmza
Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR	Başarılı	
Prof. Dr. Ünal Halit ÖZDEN	Başarılı	
Yar. Doç. Dr. Selçuk ASLAN	Başarılı	

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda, bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Esen YILDIRIM USTA

10.07.2018



ÖNSÖZ

Eğitim hayatıma verdiğim uzun aradan sonra yüksek lisans yapma cesaretini göstermemde beni motive eden ve desteğini benden esirgemeyen sevgili Müdür Yardımcım Fatma Begüm Yıldız Hocam'a; tez konumun belirlenmesi ve tez öneri formumum hazırlanması sürecinde bana yol gösteren danışmanım Sera Yiğiter Hocam'a; araştırmam boyunca bilgisi, motivasyonu ve rehberliği sayesinde bana destek olan araştırma verilerinin istatistiksel analizi sürecinde büyük katkısı ve emeği olan Prof. Dr Halit Ünal Özden Hocam'a; yüksek lisans akademik eğitimim ve tez sürecimde bilgi birikimini ve deneyimlerini güler yüzlü, sevecen ve sakin tavrıyla bize aktaran, sevgili danışmanım Ali Haydar şar Hocam'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama sürecinde, anket uygulamasında yardımlarını esirgemeyen, Üsküdar ilçesinde görev yapan psikolojik danışman ve rehber öğretmen arkadaşlarıma; verilerin oluşmasında ankete gönüllü katılım gösteren Üsküdar ilçesinde gören yapan lise öğretmenlerine ve idarecilerine; yüksek lisans eğitimim süresince hoşgörü ve desteğini benden esirgemeyen Sultantepe Ortaokulu ve Hacı Rahime Ulusoy Mesleki Teknik Anadolu Lisesi okul idarecilerine; mesai arkadaşlarıma ve sevgili öğrencilerime teşekkür ederim.

Yaşamımda sıcak dostluklarını her daim hissettiğim, tez sürecimde bana ilham ve güç katan sevgili dostlarım Nurhan'a ve Fatih'e, pozitif dinamik enerjileriyle literatür taramasında bana yardımcı olan stajyer öğrencilerim sevgili Pınar'a ve Afra'ya teşekkürlerimi sunarım.

Tez sürecim boyunca yoğun çalışmalarımın dolaylı -istemedenden de olsa- ilgimi onlardan esirgememe rağmen, desteklerini ve sevgilerini benden esirgemeyen "Hayatımın Anlamı" Biricik Oğlum Eren'e ve Sevgili Eşim Suat Usta'ya teşekkürlerimi borç bilirim.

Esen YILDIRIM USTA

10.07.2018

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	iii
TABLO LİSTESİ	iv
ÖZET	vii
SUMMARY	viii
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE	9
1.1. Hayatın Anlam Algısı.....	9
1.1.1. Hayatın Anlamı.....	9
1.1.2. Hayatın Amacı.....	11
1.1.3. Hayatın Anlam Arayışı / Anlam İstemi.....	12
1.1.4. Anlamsızlık (Varoluşsal Boşluk).....	12
1.2. Psikoloji Perspektifinden Hayatın Anlamı.....	13
1.2.1. Varoluşçu Psikoterapi.....	14
1.2.2. Varoluşçu Terapi Ekolleri.....	16
1.3. Felsefe Perspektifinden Hayatın Anlamı.....	19
1.3.1. Varoluş Filozoflarına Göre Hayatın Anlamı.....	19
1.4. Teoloji Perspektifinden Hayatın Anlamı.....	29
1.5. Psikolojik Dayanıklılık.....	32
1.5.1. Psikolojik Dayanıklılığın Öngöstergeleri.....	34
1.5.2. Psikolojik Dayanıklılığın Alt Boyutları.....	35
1.5.3. Psikolojik Dayanıklılıkta Risk Faktörleri.....	35
1.5.4. Psikolojik Dayanıklılığın Koruyucu ve Geliştirici Faktörleri.....	36
1.5.5. Pozitif Psikoloji.....	38
1.5.6. Pozitif Psikoterapi.....	39

1.6. İlgili Araştırmalar.....	40
1.6.1. Hayatın Anlam İle İlgili Araştırmalar.....	40
1.6.2. Psikolojik Dayanıklılık İle İlgili Araştırmalar.....	43
1.6.3. Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık İle İlgili Araştırmalar.....	46
BÖLÜM 2: YÖNTEM.....	48
2.1. Araştırma Modeli.....	48
2.2. Evren ve Örneklem.....	48
2.3. Veri Toplama Araçları.....	50
2.3.1. Demografik Sorular.....	50
2.3.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği.....	50
2.3.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.....	51
2.4. Verilerin Toplanması.....	52
2.5. Verilerin Analizi.....	52
BÖLÜM 3: BULGULAR	54
3.1. Tanımlayıcı İstatistikler.....	54
3.2. Kolerasyon Analizine İlişkin Bulgular.....	56
3.3. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular.....	60
BÖLÜM 4: TARTIşMA VE YORUM.....	77
4.1. Öğretmenlerin Hayatın Anlamı Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Tanımlayıcı ve Kolerasyon Analizine Ait Yorum ve Tartışmalar.....	77
4.2. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Yorum ve Tartışmalar.....	78
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	96
KAYNAKÇA.....	100
EKLER.....	109
ÖZGEçMİş.....	117

KISALTMALAR

- AUTS** : Aile Uyumu Toplam Skoru.
- GATS** : Gelecek Algısı Toplam Skoru.
- HAA** : Hayatın Anlam ve Amacı
- HAAÖ** : Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği
- HAAY** : Hayatın Anlamsızlığı ve Anlam Yoksunluğu.
- KATS** : Kendilik Algısı Toplam Skoru.
- PDÖ** : Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.
- SKTS** : Sosyal Kaynaklar Toplam Skoru.
- SPSS** : Statistical Package for Social Sciences
- SYTS** : Sosyal Yeterlilik Toplam Skoru.
- YSTS** : Yapısal Stil Toplam Skoru.

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Evren ve Örneklemdaki Öğretmen Sayılarının Lise Türlerine Göre Dağılımı.....	49
Tablo 2: Örneklemin Demografik Özellikleri.....	49
Tablo 3: Kolmogorov-Smirnov Testi Sonucu.....	52
Tablo 4: Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Güvenirlik Değerleri.....	53
Tablo 5: Öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin n, x ve ss Değerleri.....	54
Tablo 6: Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği İle Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin n, x ve ss Değerleri.....	55
Tablo 7: Korelasyon Analizi.....	57
Tablo 8: Cinsiyet Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	60
Tablo 9: Cinsiyet Gruplarına Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	61
Tablo 10: Yaş Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	62
Tablo 11: Yaş Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	63

Tablo 12: Gelir Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	64
Tablo 13: Gelir Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	66
Tablo 14: Medeni Durum Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	67
Tablo 15: Medeni Durum Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	68
Tablo 16: Çocuk Sahibi Olma Durumu Grup Değişkenlerine Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	69
Tablo 17: Çocuk Sahibi Olma Durumu Grup Değişkenlerine Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi.....	70
Tablo 18: İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	71
Tablo 19: İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....	72

Tablo 20: İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumu Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....74

Tablo 21: İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumu Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi.....75



Tezin Başlığı: Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin Analizi	
Tezin Yazarı: Esen YILDIRIM USTA	Danışman: Doç. Dr. Ali Haydar Şar
Kabul Tarihi: 10.07.2018	Sayfa Sayısı: viii (ön syf.) + 108 (tez) + 9 (ek)
Anabilim Dalı: Psikoloji	Bilim Dalı: Psikoloji
<p>Bu araştırmanın temel amacı İstanbul ili, Üsküdar ilçesi, resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin, "Hayatın Anlam Algısı" ve "Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi" arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerinin (cinsiyet, yaş, gelir durumu, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi, inancın hayatın anlam ve amacını kavramada katkı derecesi) "Hayatın Anlam Algısı" ve "Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi" ile olan ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmanın evreni, 2018 yılının ocak ayında, İstanbul ili, Üsküdar ilçesinde bulunan resmi liselerde görev yapan öğretmenlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini İstanbul ili, Üsküdar ilçesi resmi liselerde görev yapan, tesadüfi olarak seçilen 218 kadın, 130 erkek toplam 348 öğretmenden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğretmenlere demografik sorular, öğretmenlerin hayatın anlamı algısını belirlemek amacıyla Cüneyd Aydın, Mevlüt Kaya, Hüseyin Peker (2012) tarafından geliştirilen "Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği" ile öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Basım ve Çetin (2010) tarafından geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılan "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği"ni kapsayan anket formu uygulanmıştır. Anket sonucunda elde edilen veriler Mann-Whitney U Testi, Kruskal Wallis Testi ve Pearson Korelasyon analizi istatistikleri kullanılarak SPSS 23 programı ile analiz edilmiştir. Liselerde görev yapan öğretmenlerin hayatın anlam algıları ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan araştırma sonucunda; hayatın anlamı algısı ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada kullanılan her iki ölçeğin de kendi alt boyutları ile kendi içinde anlamlı, diğer ölçek ve ölçek alt boyutları ile de karşılıklı olarak anlamlı ilişkilerin olduğu sonucuna varılmıştır.</p>	
Anahtar Kelimeler: Hayatın anlamı, Psikolojik dayanıklılık, Varoluşsal kaygı, Logoterapi,	

Title of the Thesis: Analysis of Relationship between Perception of Meaning of Life and Level of Psychological Resilience	
Author of Thesis: Esen YILDIRIM USTA	Supervisor: Assoc. Prof.Dr. Ali Haydar Şar
Date of Acceptance: 10.07.2018	Page Number: viii(pre text)+108(thesis)+9(app.)
Department of Psychology: Psychology	Subfield: Psychology
<p>The main purpose of this research is to examine the relationship between "Perception of Meaning of Life" and "Level of Psychological Resilience" of the teachers working in the state high schools in Istanbul province, Uskudar county. In the study, relationship between the "Perception of Meaning of Life" and "Level of Psychological Resilience" and the demographic characteristics (sex, age, income status, marital status, parental status of the child) was investigated. The population studied was consisted of the teachers working in the state high schools in the province of Uskudar in Istanbul in January 2018. The sample of the study consisted of randomly selected 348 teachers with 218 women and 130 men. In addition to the demographic questions, "Adult Psychological Resilience Scale", which its validity and reliability studies were done by Basım and Çetin (2010), was used in order to determine the psychological resilience levels of teachers and "Life Meaning and Awareness Scale" developed by Cüneyd Aydın, Mevlüt Kaya and Hüseyin Peker (2012) was used in order to investigate perception of meaningful life of the teachers. The data obtained from the questionnaire were analyzed by SPSS 23 Software, conducting Mann-Whitney U Test, Kruskal Wallis Test and Pearson Correlation analysis statistics. As a result of analyses conducted to investigate the relationship between meaning perceptions and psychological resilience levels of the teachers working in high school, it has been found that there is a significant relationship between the sense of meaning of life and psychological resilience. It was concluded that both scales used in the research had meaningful relationships with their own sub-dimensions and mutually significant relationships with other scales and scale sub-dimensions.</p>	
Keywords: Meaning of life, Psychological Resilience, Existential anxiety, Logotherapy	

GİRİŞ

İnsan var olduğu günden bu yana içinde yaşadığı dünyayı ve evreni anlamaya ve tanımaya çalışmıştır. Ancak bu anlama ve tanıma çabası içerisinde, en az tanıyabildiği varlık yine kendisi olmuştur. Evrende en gelişmiş canlı olarak bilinen insan, yine kendisi tarafından incelenip değerlendirildiği için, kendisi ile ilgili objektif bir değerlendirme yapabilmesi de güçleşmiştir. İnsan kendisini ve dünyayı algılamak için seçici davranır, yalnızca görmek istediklerini seçer, diğerleri algı alanının dışında kalır (Geçtan, 1998: 7).

İnsanın en ayırt edici ve en belirgin özelliği, onun öznel bir varlık olmasıdır. Böylelikle birey konumuna geçen insan, hayatın anlamını sorgularken ve hayat anlamını ararken kendi ihtiyaç, ilgi ve arzuları doğrultusunda hareket eder (Van Deurzen ve Arnold-Baker, 2017: 361).

İnsan hayatı anlama ihtiyacıyla, kendisindeki ve çevresindeki bilinmeyenlerin sayısını azaltmaya çalışır. Kendisini ve hayatı anlayamamanın getirdiği kaygı, dış dünyanın tehlikeli bir alan olarak algılanmasına neden olur. Bu durum bireyin davranışlarını tehlikelere karşı savunmaya yönelik bir biçimde düzenlemesine ve yaşam enerjisinin çoğunluğunu da bu doğrultuda tüketmesine neden olur. İnsanın hayat algısında ürettiği - bilinmezliğe yönelik- bu kargaşa, kendi gerçekliğini algılamasına ve kendini yaşayabilmesine engel olur (Geçtan, 1998: 8).

İnsanoğlu, çocukluğun ilk günlerinden itibaren yaşamın anlamını bulma yönünde bir arayışa girer. Yaşantı ve deneyimlerini anılara dönüştürerek yaşama bir anlam vermeye başlar. Erken çocukluk dönemine ait anılar hayatın anlam algısını ve yaşam üslubunu derinden etkiler. Adler'e göre, erken çocukluk dönemine ait anıların iki temel sebepten ötürü çok önemli bir etkisi vardır. Birincisi; bireyin kendisine ve yaşam koşullarına ilişkin temel yargısını içerir. Bu algılar, bireyin çevresine ve çevrenin bireye yönelttiği isteklerin ilk simgesini oluşturur. İkincisi; bu anıların bireyin öznel çıkış noktası olması, kendisi için tasarladığı yaşam serüveninin başlangıç noktası olmasıdır (Adler, 2017: 17).

İnsan benzersiz bir varlıktır, endişeleri konusunda aradığı anlam da yine aynı şekilde benzersiz olacaktır. (Van Deurzen ve Arnold-Baker 2017: 365). Birey öznel hayatının

anlamını yine kendi öznel gerçekliği ve içsel dünyası doğrultusunda algılayacaktır. Yazar Julian Baggini'nin de dediği gibi "anlam arayışı temelde kişiseldir, kısmen kendimize uygun bir anlam belirleme, keşfetme kudreti ve sorumluluğunu" kapsar (Akt. Eagleton, 2015: 124).

Bireyler diğerleriyle birlikte anlamlı ilişkiler kurarak kendi dünyalarını oluştururlar. Hayatı ve nesnelere anlamlandırırken; nesnelere ilişkilerinden soyutlayıp saf olarak değil, kendi iç dünyasında taşıdığı önem açısından algırlar. Algılar, bireyin dünyada insan olarak güttüğü amaçlar tarafından belirlenir. Eğer birey kendini bu öznel anlamdan sıyrıp, yalnızca nesnelere yönelecek olursa büyük bir mutsuzluğun içine sürüklenecektir. Bu mutsuzluk insanı diğerlerinden soyutlayacak, yalnızlığa doğru itilmesine sebep olacak ve yaptığı işlerden fayda görmeyecek, tek kelimeyle hayat anlamını yitirecektir. Adler'e (2017) göre, dünyada hayatı anlamsız yaşayabilen hiç kimse yoktur. Bizler hakikati, ona verdiğimiz anlamla kavrarız. Başka bir ifadeyle, gerçeği daha önce tarafımızdan yorumlanmış şekliyle algılarız, saf gerçeklik olarak değil. Dünyamız, hata ve yanlışlarla dolu, anlamlı ilişkilerden oluşan algısal bir bütündür. Her insanın kendine özgü bireysel bir "yaşam anlamı ve amacı" olup yaşam tarzını, tavır ve tutumlarını, davranışlarını, duygularını, düşüncelerini, isteklerini, alışkanlıklarını ve karakter özelliklerini bu anlamla uyum içerisinde olduğunu görürüz (Adler, 2017: 7-8).

Eagleton'a (2015) göre, hayatın anlamı, insanların ortak amacında mevcut ise bu amaç hiç kuşkusuz insanların uğruna çaba harcadığı, insan doğasını bir parçası olarak görünen "mutluluk"tur. Ancak mutluluk da tıpkı anlam gibi son derece belirsiz ve göreceli bir kavramdır. Kimi düşünürlere göre "mutluluk" zihinsel bir durumu ifade ederken Aristoteles'in anlayışına göre "mutluluk" yani yaşam kalitesi, davranma eğilimini kapsayan ruhsal bir durumu ifade eder. Aristoteles'e göre mutluluğa erdemle varılır; ona göre erdem, zihinsel bir tutumdan ziyade toplumsal bir pratiktir. Dolayısıyla mutluluk, pratik bir yaşam biçimidir; öyleyse mutluluk, hayatın anlamını oluşturabilir; ama bu kolayca çözüme ulaşabilecek bir mevzu da değildir (Eagleton, 2015: 106-113).

Dünyaca ünlü psikiyatrist Rollo May (2017: 11) Varoluşun Keşfi adlı kitabına "İçinde yaşadığımız çağda bir paradoksla karşı karşıyayız. Radyo, televizyon ve uydulardan adeta bardaktan boşanırcasına yağın bilginin hiç bu kadarını görmemiş, kendi

varlığımıza dair hiç bu kadar büyük bir içsel belirsizlik yaşamamıştık. Nesnel hakikat arttıkça, içsel netliğimiz de o kadar azalmakta" sözleriyle başlarken, günümüz insanların hayatın anlamına kavuşma hususunda, her zamankinden daha fazla bir ümitsizliğe düştüğüne dair farkındalığımızı arttırmak istemiştir. Günümüz insanı hayatın anlamını bulmayı, gerçekleştirmeye değer bir şey gibi düşünme eğilimdedir. Belki de hayatın anlamı nefes alıp vermek kadar basit ve farkında olmadan şu an yapmakta olduğumuz bir şeydir. Eagleton'a göre hayatın anlamı, "peşine düşülen bir amaç ya da aranan bir gerçeklik yığını değil, yaşamak ediminin ta kendisi veya belli bir yaşam tarzında dile gelen bir şeydir" (Eagleton, 2015: 70). Wittgenstein'in de dediği gibi "Gizemli olan, dünyanın nasıl var olduğu değil, onun var olmasıdır" sözü hayatın anlamının bir önermeden ziyade pratik bir yaşam biçimini, onun niteliğini, derinliğini, bereketini, yoğunluğunu ve değerini ortaya koymasındır (Eagleton, 2015: 120).

Yalom'a (2017) göre insanlar, anlamdan yoksun olan bir dünyaya fırlatılma talihsizliği yaşayan, anlam arayışı içinde olan varlıklardır. Var olduğu günden bu yana, ölüm, anlamsızlık, özgürlük (yani varoluşun temelindeki yapı eksikliği) ve soyutlanma gibi nihai kaygılarla baş etmeye çalışmaktadır. Bu mücadele içerisinde birey, yaşamını destekleyecek sağlam bir amaca ihtiyaç duyar. Bu hususta Yalom danışanlarına şunu önermektedir: "Hayatın amacının peşine açıkça düşmek yerine, -Buda'nın da söylediği gibi- kendinizi yaşam nehrinin akışına bırakarak meselenin akıp gitmesine izin verin" anlam ve amaç kendiliğinden gelecektir (Yalom, 2017: 43).

Hayatın içinde süre gelen değişime ve zorluklara uyum sağlamak, hem psikolojik dayanıklılık, hem de hayatın anlamı algısı ile yakından ilişkilidir. Pozitif Psikoloji'nin ortak konusu olan hayatın anlamı algısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyinin birbiriyle pozitif yönde ilişkili olduğu, literatür çalışmalarında görülmektedir (Demirbaş, 2010 ; Parlak,2014).

Pozitif psikoloji alanında yapılan çalışmalar sonucunda, insanların negatif duygular yerine pozitif duygular deneyimlediği zaman, hayattan daha fazla tatmin olduğu, kendini daha iyi hissettiği, yaptıkları işe daha çok bağlandığı, güçlü yönlerini ve yeteneklerini daha iyi tanıma fırsatı bulduğu, yaşamın anlam ve amacı olduğunu daha kolay fark ettiği ve hayatın anlamını daha kolay kabul ettiği kanaatine varılmıştır (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 189).

Pozitif psikoloji bireyin anlamlı ve olumlu bir yaşam sürmesini hedeflerken, mutluluk ve iyi oluş, olumlu özellikler, yaratıcılık, üretkenlik, anlamlı pozitif ilişkiler, sosyal adaptasyon, sosyal sistemler ve kurumların gelişimi gibi temel unsurları konu olarak ele almıştır. Psikolojinin bu yeni dalı, insanların güçlü yönlerine odaklanarak, danışanların kendilerini yenileme yetilerine, çabuk iyileşme becerilerine, zorluklar karşındaki dayanıklılık potansiyellerine yer vermiştir (Carr, 2016: 11).

Bu çalışmanın yapılaş amacı, pozitif psikolojinin ortak konusu olan hayatın anlam algısı ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin araştırmaya katılan resmi liselerde görevli öğretmenlerden elde edilen sonuçlarının değerlendirilmesidir. Öğretmenlerin mesleki görev ve sorumlulukları arasında öğrencilere hayat haritalarını oluşturmalarında yardımcı olmak, öğrencileri hayata hazırlamak, gelecek ile ilgili hedeflerini belirlemelerinde onlara ışık kaynağı olmaktır. Ayrıca hayatın anlamını ve yaşam amaçlarını bulmalarında öğrencilerine kılavuzluk etmek, hayattaki güçlüklerle karşı dayanıklı ve mücadeleci olmalarını sağlamaktır. Öğretmenlerin hayatın anlamı algısının, sürekli etkileşimde olduğu öğrencilerine de yansıtacağı varsayıldığından hayatın anlamı algısı pozitif yönde güçlü olan öğretmenlerin hem kendi hayat haritalarını oluşturmada, hem de öğrencilerinin hayat haritalarını oluşturmada, iyi birer kılavuz olacağı, öğrencilerinin hayat anlamlarını bulmalarında onlara yardımcı olacağından hareketle bu çalışma yapılmıştır.

Tez çalışmasının 1. Bölümünde Kuramsal Çerçeve yer almaktadır. Bu bölümde hayatın anlam algısı (hayatın anlamı, hayatın amacı, anlam arayışı, anlamsızlık konuları) psikoloji, felsefe ve teoloji perspektifinden ele alınmıştır. Hayatın anlam algısı ve Psikolojik dayanıklılık konularında literatür taraması yapılmış olup araştırmacı ve okuyucular için önemli temel bilgiler bütünlük oluşturacak şekilde sunulmuştur.

Tez çalışmasının 2.Bölümünde Araştırma Yöntemi yer almaktadır. Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanma ve analiz edilme süreci sunulmuştur.

Tez çalışmasının 3. ve 4.Bölümlerinde Bulgular, Tartışma ve Yorum kısmı yer almaktadır. Bu bölümde araştırmada kullanılan veri toplama araçlarından elde edilen bulgulara ilişkin yorum ve tartışmalara yer verilmiştir.

Tez çalışmasının son bölümünde, araştırmanın nihai sonuçlarına yer verilmiş olup konuyla ilgilenen alan çalışanlarına ve gelecekteki araştırmacılara öneriler sunulmuştur.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı İstanbul ili, Üsküdar ilçesinde, resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin, "Hayatın Anlam Algısı" ve "Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi" arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını analiz etmektir. Ayrıca araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerinin (cinsiyet, yaş, gelir durumu, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi, inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumu) "Hayatın Anlam Algısı" ve "Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi" ile olan ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırmanın Önemi

Hayatın içinde süre gelen değişime ve zorluklara uyum sağlamak hem psikolojik dayanıklılık, hem de hayatın anlamı algısı ile yakından ilişkilidir. Pozitif Psikoloji'nin ortak konusu olan hayatın anlamı algısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyinin birbiriyle pozitif yönde ilişkili olabileceğinden hareketle bu çalışma yapılmıştır. Bu araştırma sonucunda hayatın anlamı algısı pozitif yönde yüksek olan bireylerin, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de yüksek olması beklenmektedir. Öğretmenlerin mesleki görev ve sorumlulukları arasında öğrencilerin hayat haritalarını oluşturmasında yardımcı olmak, öğrencileri hayata hazırlamak, gelecek ile ilgili hedeflerini belirlemelerinde onlara ışık kaynağı olmak, hayatın anlamını ve yaşam amaçlarını bulmalarında kılavuzluk etmek, hayattaki güçlüklerle karşı dayanıklı ve mücadeleci olmalarını sağlamaktır. Lise öğretmenlerinin hayatın anlamı algısının, sürekli etkileşimde olduğu öğrencilerine de yansıtacağı düşünülmektedir. Hayatın anlam algısı pozitif yönde yüksek olan öğretmenlerin öğrencilerine yaklaşımı ile, hayatın anlamı algısı pozitif yönde düşük olan öğretmenlerin öğrencilerine yaklaşımının birbirinden farklı olacağı varsayılmaktadır. Hayatın anlam algısı pozitif yönde güçlü olan öğretmenlerin hem kendi hayat haritalarını oluşturmada, hem de öğrencilerinin hayat haritalarını oluşturmasında iyi birer kılavuz olacağı, öğrencilerinin hayat anlamlarını bulmalarında onlara yardımcı olacağı varsayılmaktadır.

Bu çalışma hayatın anlamı algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyi kavramlarının ne anlam ifade ettiğini ortaya koymak, bu olgular arasında var olduğu düşünülen ilişkinin resmi liselerde görev yapan öğretmenler örneğinde ortaya konulmasında literatüre sağlayacağı katkılardan dolayı önemlidir.

Ulusal literatüründe yaşamın anlamı ve psikolojik dayanıklılık konularını ele alan çalışmalar oldukça sınırlı olmakla birlikte, lise öğretmenlerinde yaşamın anlamı algısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmanın henüz olmaması ve alandaki boşluğun giderilmesine katkı sağlaması açısından bu çalışma önem arz etmektedir.

Araştırmanın Problemi

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Alt Problemleri

Yukarıda ifade edilen probleme dayalı olarak aşağıdaki alt probleme yanıt aranmıştır:

- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin cinsiyetlerine göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin yaş gruplarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin gelir durumlarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin medeni durumlarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin çocuk sahibi olma durumlarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
- Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma derecesi gruplarına göre hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmaya katılan bireylerin, aynı formda yer alan demografik özelliklerden oluşan kişisel bilgi sorularını, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'ni, Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'ni içten ve samimi olarak cevapladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmanın örnekleminin, evreni temsil etmekte olduğu, araştırmanın yapılması için elverişli olduğu varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Her araştırmada olabileceği gibi bu çalışmanın da kendine özgü birtakım sınırlılıkları ve sınırlamaları vardır. Buna göre;

- Araştırmada elde edilecek bulguların geçerliliği, araştırma örneklemini oluşturan katılımcılarla sınırlıdır.
- Araştırma, ölçme araçlarının uygulanmasında karşılaşılan güçlükler ve engellemeler sonucu araştırma bulgularının maruz kalacağı etkilerle sınırlıdır.
- Araştırmada katılımcıların alacağı puanlar, "Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği" ile "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği"nden alacakları puanlarla sınırlıdır.

Tanımlar

Absürd: Saçma, anlamsız, uyumsuz. Anlam unsurları birbiri ile uyuşmayan (Sevinçgül, 1997).

Algı / Algılama: Gelen duyuşal verileri organize ederek anlamlaştırma süreci ve bu süreç sonunda oluşan anlamlı ürün (Köse, Ayten, 2012: 217). Adler'e göre algı, basit bir fiziksel görüntü olmaktan öte, içsel yaşama ilgili en kapsamlı sonuçları çıkarabileceğimiz ruhsalimsel bir işlemdir (Adler, 2004: 48). Başka bir tanıma göre, bilişsel, duyuşal ve duyuşal bütün bilgi çeşitlerinin anlamlı bir şekilde düzenlendiği zihinsel süreç ile çevredeki unsurların farkındalığı (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 1408).

Anlamsızlık: Karmaşık toplumların günlük hayatında, bireyin neden ve hangi amaç için orada bulunduğunu kendi kendine sorması ile birlikte ortaya çıkan yabancılaşma türüdür. (Güney, 1998). Benjamin Wolman ise anlamsızlığı "hayatta bir anlam bulamama, insanın yaşamaya, mücadele etmeye, ümit etmeye degecek hiçbir şeyinin olmaması;

hayatta herhangi bir hedef ya da yön bulamama duygusu" olarak tarif etmiştir (akt. Yalom, 2001: 660).

Hayatta anlam: İnsanın doğuştan getirdiği bir güç olarak anlam arayışını içinde barındıran, yaşam amaçlarıyla birlikte ele alınan, insan yaşamının doğal ve sağlıklı temel güdüsüdür (Frankl, 2012).

Hiçlik: Hiç olmama durumu, yokluk, boşluk (Doğan, 2009).

Psikolojik dayanıklılık: İnsanın olumsuz yaşantılar karşısında gösterdiği uyum ve başa çıkabilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Block ve Kremen, 1996; Akt. Akın, 2012).

Varoluşsal anlam: Özgün bir bakış açısıyla sorulan şeyin özü bakımından ne olduğu değil, insanın ona kattığı anlam bakımından ne olduğu düşüncesidir (Taşdelen, 2004).

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde, hayatın anlam algısı ve psikolojik dayanıklılık kavramlarıyla ilgili kuramsal görüşlere ve literatürde bu konuyla ilgili yapılan araştırma bulgularına yer verilmiştir.

1.1. Hayatın Anlam Algısı

1.1.1. Hayatın Anlamı

İnsanlık ilk çağlardan itibaren hayatın anlamını çözme çabası içerisine girmiştir. Birçok filozof, düşünür, bilim insanı "Hayatın anlamı var mıdır?" var ise "Hayatın anlamı nedir?" sorusuna yanıt aramıştır.

Adler'e (2017) göre, yeryüzünde yaşayan insan sayısı kadar, yaşamın anlamına ilişkin görüş vardır. Hiç kimsenin yaşam anlamı kusursuz ve mutlak doğru değildir. Birçok doğruyu ve beraberinde yanlışı içinde barındırdığı varsayılır. "Yaşamın anlamı" konusundaki tüm doğru görüş ve düşüncelerin belirleyici özelliği, genelgeçer nitelik taşıyor olmasıdır (Adler, 2017: 8-14).

Yalom'a (2001) göre, hayatın anlamı: Kozmik anlam ve Dünyevi anlam diye ikiye ayrılır. Kozmik anlam, genel olarak hayatın veya en azından insan hayatının tamamıyla tutarlı bir yapıya uyup uymadığıyla ilgili bir durumdur. Bu anlam türü kişinin dışında ve ondan üstün olarak var olan bir düzeni, evrenin sihirli ve ruhani düzenini ifade eder. Dünyevi anlam ise bireysel olarak, "Benim hayatımın anlamı nedir?" sorusuyla ilgili bir durumdur. Dünyevi anlam amaçla ilişkilidir; dünyevi anlama sahip olan bir kişi hayatını bir amaca veya işleve bağlı görür ve hedef veya hedeflerle hayatına anlam katar. Bir kişi kozmik anlama sahip olmaksızın dünyevi anlama sahip olabilir. Ama kozmik anlama sahip kişilerin dünyevi anlamı kozmik anlamla genel olarak uyum içindedir, dünyevi anlamları kozmik anlamı gerçekleştirebilecek özellikler taşımaktadır (Yalom, 2001: 663).

Eagleton'a göre; "Hayatın anlamı nedir?" sorusuna verilecek belirli kesin bir yanıtın ziyade, bu soruyu yanıtlamak için çeşitli değişkenler, çok sayıda yol ve yöntem olduğu gerçeğidir. Gerçekte bulunan "özgürlük" tesadüfen bulacağımız en değerli anlam

olabilir. Hayatın belirli bir anlamının olmayışı, her bireyin ona anlam kazandırmak için gösterdiği çabadan anlaşılabilir. Eğer hayatımızın gerçek bir anlamı varsa bu anlam bizim özgür tesadüfi edimlerimiz sonucu keşfettiğimiz ve anlamlandırdığımız bir şeydir (Eagleton, 2015: 43-45).

Anlam, hayatın yaşamaya değer olup olmadığı, insan onuruna yakışır tarzda yaşanıp yaşanmadığı, insanın kendisinden beklenilene yerine getirip getirmediği ve yüce amaçlar doğrultusunda hareket edip etmediği sorularına karşılık verebileceği olumlu cevaplar bütünüdür. Bu bağlamda anlam insan varoluşunun özünü ifade etmektedir (Bahadır, 1999: 4-5).

Heintzelman ve King'e (2016) göre genel anlamda insanların yaşamlarının doğal seyrinde bir anlam bulunmaktadır. Fakat bireyler yaşamlarının bir döneminde travmatik bir yaşantı geçirdiklerinde tekrardan anlam bulma ihtiyacına düşerler. Burada genel hayat bakış açıları ve anlamlarıyla yaşadıkları olayları karşılaştırırlar. Travma yaşantısından önce sezgisel bir yaşam anlamına sahip olan insanlar böyle bir olaydan sonra tekrardan bir anlam ve sezgi edinme çabasına girerler. Bu çaba sarf etme süreci yeni bir anlamın üretilmesinde ve kişinin yaşadığı olayı atlatmasında önemli bir yer tutar. Normal yaşamını anlamlı bulan bir kişi sezgiselliğe yatkındır, sezgiselliğe güvenir, yaşamda anlamı bulamayan bir kişi ise düşünceli ve bunu arayan bir çaba içindedir (Erpay, 2017, 25-27).

Hayata verdiğimiz anlam, yaşamımızın akışını koruyucu bir melek gibi ve ya kötü bir ruh gibi etkisi altında bulundurur. Hayatın anlamı algısının nasıl gerçekleştiğini, çeşitli anlamların birbirinden nasıl ayrıldığını, hatalar barındırması durumunda hataların nasıl düzeltilebileceğini bilmek, hayatımız için büyük önem taşır. Hayata verilen anlamdaki hataları gidermenin yolu, yanlış algıların ve anlamlandırmaların gerçekleştiği koşulları yeni baştan ele alıp, yapılan yanlışları fark edip, algı şemasında yeniden düzenlemeye gitmektir (Adler, 2017: 18).

Hayatın anlamı konusunda en güçlü iki rakip "sevgi" ve "mutluluk", nihai anlamda bir uyum içinde bütünleşir. Aristoteles'e göre mutluluk, insanın kapasitesinin ve yeteneğinin özgürce gelişmesi sonucunda ortaya çıkan yaşam kalitesi halidir. Sevgi ise aynı yaşam kalitesi halinin diğer nesnelere ile kurulan ilişkisel deneyimler içerisinde

görülmesi ve bir bireyin gelişiminin ilişkisel olarak diğer bireyin gelişimi sayesinde meydana gelmesi durumudur (Eagleton, 2015: 122-123).

Bir insan eylemi, değer biçme unsuru olarak cesaret, kişinin kendi benliğinin özünü, varoluş anlamını, hayatın anlamını, evrensel ve asli olarak onaylamasıdır. Hayatın anlam ve amaçları arasında ön sırayı alan mutluluk ise kişinin kendi gerçek benliğine cesurca "evet" deyişinin duygusal ifadesidir. Tillich'e göre; var olma cesareti ve beraberinde getirdiği mutluluk hissi ancak bireyin kendi benliğini, özünü onaylaması, hayatı ve hayatın bir parçası olan ölümü anlamlandırması ve kabulü ile mümkün olur. Antik dönemdeki Stoacılar da görülen var olma cesaretinin, yalnızca ölüm korkusunu değil, anlamsızlık tehdidini de yendiği görülmektedir (Tillich, 2014: 32-65).

1.1.2. Hayatın Amacı

İnsanoğlu varlığın ve varoluşunun doğasını sorgular niteliktedir. Her canlı için kendi varlığı, kendisi için önem taşır ve bu kendisi için bir "meseledir". Niçin yaşıyorum? Hayatın amacı ve benim hayatımın amacı nedir? soruları tüm kültürlerde ve tarih boyunca süregelmiştir. İnsanlar yaşamayı anlaşılır ve değerli kılacak bir amaca ihtiyaç duyarlar (Weixel, Dixon ve Strasser 2017: 325).

Hayat amacına sahip birey, yaşama verdiği anlama uygun olarak bir şeyler yapma arzusuyla tüm enerjisini ve çabasını bu amaca yöneltecektir. Yaşam amacını açık ve net biçimde belirleyen bireyler, yapacağı iş için fiziksel ve ruhsal bakımdan olumlu ilişkiler geliştirecek, amacına uyum sağlayacak, toplumsallık duygusu içinde çalışmalarını sürdürecektir ve keyifle yaptığı işte uzmanlaşacaktır (Adler, 2017: 15).

Allport her bireyin hayatının amacını kendi başına bulmak ve bu amacın ön gördüğü sorumluluğu yine kendisi üstlenmek durumunda olduğunu dile getirmiştir. Hiç kimse bir başkasına bu amacın ne olduğunu söyleyemez (Allport, 2017: 11).

Nietzsche'nin "Yaşamak için bir nedeni olan kişi, hemen hemen her Nasıl'a dayanabilir" sözü, hayat amacının bireyin hayattaki zorluklarla mücadele etme, zorluklara dayanma ve yaşama tutunma gücünü gözler önüne serer.

Eagleton, hayatın önceden hazırlanmış belirli bir anlamı olmadığı, her bireyin ona anlam kazandırmak bir amaç ve çaba ile onu inşa ettiği, ve her bireyin bunu farklı

yollarla yaptığı anlayışını ileri sürmüştür. Ona göre hayatın doğuştan anlam çeşitliliğine büründüğü, bu çeşitliliğin birbirinden farklı ve karşılıklı olarak çelişen bir takım amaçlarla şekillendiği, bu amaçların ve anlamların da zaman içinde değişebildiğini ifade etmiştir (Eagleton, 2015: 44).

1.1.3. Anlam Arayışı / Anlam İstemi

İnsanın anlam arayışı temel bir güdüdür. İnsan kendine özel, biricik ve eşsiz bir varlık olduğu için, hayatının da anlamı tıpkı kendisi gibi, eşsiz ve özeldir. Bu sebeple her birey kendi hayatının anlamını ve anlama ulaşabilmek için geliştireceği amaçlarını kendisi belirleyecektir. Bu anlamda insan, kendi değerleri, inançları, hedefleri ve idealleri uğruna yaşayabilme hatta ölmeyi seçme yetisine sahiptir (Frankl, 2017: 113).

Uysal (2017) Özden Öze adlı kitabında "Biz Kimiz?" sorusuna yanıt ararken "İnsan'ı bir zamanlar, görünmeyen ve bilinmeyen; hatta görünmekten ve bilinmekten münezzeh olan bir varlık iken; daha sonra görünür ve bilinir olan; hatta gören ve bilen bir varlığa dönüşen; en sonunda tekrar görünmezliğe ve bilinmezliğe gidecek olan bir varlık" olarak tanımlamıştır. İnsan'ın bu kendini ve hayatı "arama- bulma- bilme yolculuğunda" ilk önce kendinin 'var olmadığı' düşüncesiyle yola başladığını, sonunda 'var olduğu' bilinciyle yolu tamamladığını ve mutlu sona ulaştığını dile getirir (Uysal, 2017: 149-179). Uysal (2017) insanın "Var Olma" keyfini yaşayabilmesi ve mutlu sona erişebilmesi için "Yok'lüğün tadını alması" ve "Hiç'liğin zevkine ermesi" gerektiği ön koşulunu ileriye sürer (Uysal, 2017: 130).

1.1.4. Anlamsızlık (Varoluşsal Boşluk)

İnsanoğlu, canlılar içerisinde anlam üreticisi olan tek varlık olmanın yanı sıra, hayatı anlamsız bulan, varoluşsal boşluğa düşen ve canı sıkılan tek varlıktır. İnsan, anlam üretmediği zaman kaygı üretir, kaygı da bireyi anlamsızlığa ve varoluşsal boşluğa sürükleyebilir. İnsan varoluşsal olarak böylesine kaygan, değişken, sürprizlerle dolu, kimi zaman umut verici, kimi zaman hayat kırıklarıyla dolu bu dünyada, hayatın anlamı olmadan yaşayamayacağı gibi; hayatta her şeyin anlamına vakıf olması ve anlamsızlığı hiç yaşamıyor olması da mümkün değildir (Göka, 2014:167).

Eagleton'a göre "hayatın anlamsızlığı" hayatın anlamlılıktan yoksun olması durumudur. Ona göre "hayatı anlamlılıktan yoksun birey" hedef, amaç, nitelik, değer ve öz duygusundan yoksun olan kişi demektir. Eagleton bu tarz bireylerin hayata mantıksal olarak akıl erdiremediklerini değil, uğruna yaşayacakları amaçları olmadığını öne sürmüştür. Yani ona göre hayatın anlamsızlığı, mantıksal bir sorundan öte varoluşsal bir meseledir (Eagleton, 2015: 56).

Tillich'e göre bireyin hayatındaki varoluşunu tehdit eden iki unsur boşluk ve anlamsızlıktır. Bireyin varoluşsal anlamda hakikati; hem kendi varlığını hem de kendi dünyasını anlamlara ve değerlere göre algılayarak şekillendirmesinden oluşur. İnsanın varoluşsal hakikati onu diğer canlılardan ayıran ruhani özelliğidir. Tillich, ruhani açıdan kendini onaylama karşısında yokluğun mutlak tehdidi için "anlamsızlık" sözcüğünü, göreceli tehdit için de "boşluk" sözcüğünü kullanmıştır. Ona göre "anlamsızlık kaygısı" bir sebebin kaybına yani "varoluşun anlamına dair yanıtın yitirilmesi" anlamına gelmektedir. "Boşluk kaygısı" ise manevi (ruhani) hayatın özel unsurları karşısındaki yokluk tehdidi ile ortaya çıkar. Bu boşluk kaygısı, bireyi anlamsızlık uçurumuna sürükler. Bireyde hissedilen anlamın kaybı ve boşluk hissi, "yokluğun" hayat üzerindeki tehdidini ifade eder, bu varoluşsal tehdit bireyin sonluluğunda görülür ve bireyin kendine yabancılaşmasıyla hayata yansır (Tillich, 2014: 69-73).

Logoterapi'nin kurucusu Frankl'e göre insan temel varoluşunun derinliklerinde haz, denge, güç istenci gibi çabaların başında insani ihtiyaç olan "anlam isteği" gelir. Anlam bulma yolundaki çabaları hayal kırıklığıyla sonuçlanmış, tatmin olmamış günümüz insanı giderek "anlamsızlık duygusuna" doğru çekilmektedir. Bu durum günümüz insanında kendini can sıkıntısı ve kayıtsızlık olarak göstermektedir. Can sıkıntısı dünyaya ve kendisine karşı ilgisizlik, kayıtsızlık ise dünyada bir şeyleri değiştirmek, iyileştirmek konusunda isteksizlik şeklinde bireyi "varoluşsal boşluk" içine hapseder (Frankl, 2014: 98-99).

1.2. Psikolojik Perspektiften Hayatın Anlamı

Yaşamımızın amacını, tarzını, şeklini ve akışını, hayata verdiğimiz anlam biçimlendirir. Bu anlamlandırma işinin nasıl gerçekleştiği, çeşitli anlamların birbirinden nasıl ayrıldığı, hataların ve yanlış anlamlandırmaların nasıl düzeltildiği bilmek mutlu ve

huzurlu bir hayat yaşamak adına büyük önem taşır. Anlamlandırmanın nasıl olduğu ve hayatın anlamını bilmenin insan davranışlarını ve yazgısını nasıl etkilediğini bilmenin insan toplumunun esenliği için nasıl fayda sağladığı, psikolojinin ana konusunu oluşturmaktadır (Adler, 2017: 17).

Psikoloji alanındaki birçok kuramcı hayatın anlamı konusuna önem vermiş ve çalışmalarına bu konuyu dahil etmişleridir. Carl Gustav Jung, anlamsızlığın hayatın bütünlüğünü bozduğunu ve bu nedenle hastalığa eşdeğer olduğunu savunmaktadır. Hayatta anlam yokluğu nevrozların başlangıcında önemli rol oynamaktadır. Nicholas Hobbs'a göre ise nevrozlar, Freud dönemindeki gibi içgüdüleri bastırma ve dönüştürmeyle değil, bizzat hayatın anlamını bulamamaya ve anlam eksikliğiyle oluşmaktadır. Ünlü psikoterapist Salvatore Maddi anlamsızlığın bireyleri varoluşsal hastalığa sürüklediğini, anlam bulma yolunda başarısızlığa uğrayan bireylerin bu hastalığa kapılma olasılığının daha yüksek olduğunu ifade etmektedir (Yalom, 2013; Akt. Erpay: 2017: 26.).

1.2.1. Varoluşçu Psikoterapi

Varoluşçu yaklaşımların terapideki kökenleri tarihsel olarak 20. yüzyılın ilk başlarına dayanmaktadır. Psikiyatrik bozuklukları daha iyi anlayabilmek için bir çok psikiyatrist, varoluşçu ve fenomenolojik filozofların çalışmalarından yararlanmışlardır (Cooper, 2017: 50).

Varoluşçu terapinin en temel katkısı insanı "varlık" olarak anlamaya çalışmasıdır. Varoluşçu analizi diğer terapi yöntemlerinden ayırıcı özelliği onun ontoloji ile Dasein ile varlık bilimi ile terapistin karşısında oturan bireyin "varoluşuyla" ilgileniyor olmasıdır (May, 2017: 117). Yalom'a göre varoluşçu terapi "bireyin var olmasından kaynaklanan endişelere odaklanan dinamik bir terapi yöntemidir". Bireyin var olmasından kaynaklanan temel kaygılar, ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlıktır.

Ölüm varoluşun en temel, en nihai, birincil kaygısıdır. Ölümün beraberinde getirdiği "şimdi varım ama bir gün olmayacağım düşüncesi" bireyde en temel ve en korkunç kaygıyı oluşturur (Yalom, 2001: 20). Ölüm varlıksızlık tehdidinin en açık biçimidir. İnsanoğlunun 'var olmanın ne demek olduğunu' kavrayabilmesi için, var olmayabileceğini, muhtemel bir yok oluş tehdidiyle karşı karşıya olduğunu, gelecekte

bilinmeyen bir zamanda ölümle yüz yüze geleceği gerçeğinden bir kaçış olmadığını kavraması ve kabul etmesi gerekir. Varoluş her zaman varlıksızlığın tehdidi altındadır. Birey bu tehdidi fark edip kabul ettiğinde yani ölüm gerçeğiyle yüzleştiğinde, varoluş hayatiyet ve anıdalık kazanır. Böylelikle bireyin kendisi, diğerleri ve yaşadığı dünya hakkında artmış bir bilinç düzeyine ulaşır. Eğer bireyde varlıksızlığa dair farkındalık veya kabulleniş olmaz ise bireyin varoluşu anlamsız ve gerçek dışı olur ve bireyde somut öz farkındalık eksikliği kendini gösterir (May, 2017: 134). Birey yaşamın zorluklarıyla baş edip, sonluluğunu ve geçiciliğini kabul etmelidir. Çünkü yaşamak her gün ufak ufak ölüme doğru atılan adımdır. İnsan olma hali ancak ölümle bütünlüğüne kavuşur (Deurzen V, 2017: 36). Hayatın anlamının arzu ve bilinçdışının uyanıklığı olduğu görüşünden yola çıkan ünlü Psikanalist Freud hayatın anlamının "ölüm" olduğu kanaatini savunur. Bu ifadesinde Freud, "bireyin uğruna ölmeye hazır olmadığı, hiç bir anlam içermeyen hayatın verimli olması ihtimal dışıdır" anlamına varılabileceği gibi, "hepimizin ölüm dürtüsünün kölesi olduğumuz" anlamını da ifade etmiş olabilir. Freud'a göre ölümlülüğüm farkında olarak yaşamak; ironi, doğruculuk, gerçekçilik ve sonluluğumuz ile kırılğanlığımızı sadeleştiren bir anlayışla yaşamaktır (Eagleton, 2015: 116).

Özgürlük varoluşun ikincil nihai kaygısıdır. Varoluşçu anlamda özgürlük, bireyin yaşam tarzından, kendi dünyasından, duygu, düşünce ve davranışlarından sorumlu olmasıdır. Bu sorumluluk duygusu beraberinde büyük bir kaygıyı getirir (Yalom, 2001: 20). Birey yaşam merkezi insan olan kapalı dünyada yaşamaktan sıkıldığında kendini toplumsal, ekonomik ve siyasi bağların boyunduruğundan kurtarmak ister; özgürlüğünü arzular. Özgürlüğünü ilan eden birey bir zamanlar ona ait olma duygusu ve güven duygusu veren kapalı dünyadaki sabit konumunu da feda etmiş olur. Bununla birlikte birey yeniden yaşamın anlamına yönelik yanıtı aramaya koyulur. Özgür birey artık toplumun zincirlerinden kurtulmuştur ancak beraberinde evren ve insanlarla olan birlik duygusunu da yitirdiği için, kendi bireysel hiçliği ve çaresizlik duygusuyla baş başdır. Özgür birey artık tek başınadır, kendi ayaklarının üstünde, sınırsız ve ürkütücü dünyayı tek başına göğüsler. Yeni özgürlük derin bir güvensizlik, kuşku, yalnızlık ve kaygı duygusuna yol açar (Fromm, 1997: 71). Bireyin özgürlük adına içinde bulunduğu bu kaygı, güvensizlik, güçsüzlük ve bireysel yalıtım duygusu, uzun süre katlanılabilecek bir durum değildir. Bu dayanılmaz durumdan bireyin kendini kurtulabilme yolu

"olumsuz özgürlükten olumlu özgürlüğü geçmek" ya da "özgürlükten kaçmak" olacaktır (Fromm, 1997: 136).

Yalıtım varoluşun üçüncü nihai kaygısıdır. Yalnızlığın eşlik ettiği, kişiler arası ya da bireyin kendi içindeki yalıtım değil temeldeki yalıtımdır. Birbirimize ne kadar yakınlaşırsak yakınlaşalım en sonunda arada kapatılamaz bir boşluk kalacaktır; her birimiz var oluşa tek başımıza başlarız ve tek başımıza da ayrılırız. Bu nedenle varoluşçu çatışma, mutlak yalıtımımızın farkında olmamızla, bağlantı kurma, korunma ve daha büyük bir bütün olma arzumuz arasındaki gerilimdir (Yalom, 2001: 20).

Anlamsızlık varoluşun dördüncü nihai kaygısıdır. Yalom'a göre: "Eğer ölmek zorundaysak, eğer kendi dünyamızı oluşturuyorsak, eğer her birimiz aslında kayıtsız bir evrende tek başımsak, o halde hayatın anlamı nedir? Neden yaşıyoruz? Nasıl yaşayacağız? Eğer bizim için takdir edilmiş önceden bir model yoksa o halde her birimiz hayattaki kendi anlamımızı bulmalıyız. Fakat kişinin kendi yarattığı anlam insanın hayatını taşıyacak kadar sağlam olacak mıdır? Bu varoluşçu dinamik çatışma, bir anlamı olmayan evrene fırlatılmış, anlam arayışı içindeki yaratığın ikileminden kaynaklanmaktadır" (Yalom, 2001: 20). Sartre'ın penceresinden bakılacak olursa hayat, absürttür. Ancak birey hayatın absürt olduğunu anlar ve dünyanın anlamsızlığıyla yüzleşip bu anlamsızlığın sebep olduğu bunaltıyla başa çıkabilirse, gerçek anlamda bir hayat sürmeye başlar (Deurzen V., 2017: 37).

1.2.2. Varoluşçu Terapi Ekolleri

Varoluşçu terapiler kendine has temel etkileri, uygulama alanları ve uygulama teknikleri, odaklandıkları unsurlara göre dört farklı ekole ayrılmaktadır. Bunlar Dasein Analizi, Logoterapi, Hümanistik Varoluşçu Yaklaşım, R.D. Laing ve Britanya Varoluşçu Analiz ekolüdür (Cooper, 2017: 49).

1.2.2.1. Dasein Analizi

Varoluşçu ekollerden ilki olan Dasein Analizi Ludwig Binswanger'ın çalışmaları doğrultusunda kurulmuş, Medard Boss tarafından sistematik bir terapi yöntemine dönüştürülmüştür. Boss nevroz ve psikozları intrapsişik bozuklukların bir sonucu olarak görmeyip, bireyin dünyayla kurduğu bağlantının sınırlı, kopuk veya tamamen kapalı

olmasından kaynaklandığını ifade etmiştir. Boss'a göre Dasein Analizi'nin amacı, danışanların dünyayla olan bağlantılarında onları aydınlatmak, kendilerini dünyaya açmalarına yardımcı olmaktır (Cooper, 2017: 51).

1.2.2.2. Logoterapi

Varoluşçu analiz olarak adlandırılan Logoterapi, Viktor Frankl tarafından geliştirilen, danışanların hayatlarının anlam ve amaçlarını bulmalarına yardımcı olan ve de hayatlarındaki anlamsızlık, umutsuzluk duygularının farkına varıp bu duygularla baş etmelerine yardımcı olan terapi yaklaşımıdır (Cooper, 2017: 52). Çağdaş varoluşçu analizi kendi yaşam deneyimlerinden yola çıkarak yorumlayan Dr Frankl, hayatın anlamını ve sorumluluk duygusunu kendisine hedef alarak Logoterapi'nin temellerini atmıştır (Allport, 2017: 7). Logos Yunancada “anlam”, Logoterapi “insanın varoluşunun anlamı ve insanı bu anlama yönelik arayışa yönlendiren temel güdüleyici güç” olarak tanımlanır (Frankl, 2017: 112). Logoterapi'ye göre birey, nihai anlamda yaşamın anlamının ne olduğunu sormaması, bunun yerine bu meselenin muhatabının kendisi olduğunu idrak etmesi gerekir. Çünkü hayatın anlamı kişiden kişiye farklılık gösterdiği gibi, aynı kişide günden güne, hatta saatten saate farklılık gösterebilir. Her bireyin belli bir anda yaşamının öznel bir anlamı bulunur ve bu anlamı bulma sorumluluğu bireye aittir. Bu nedenle Logoterapi insan varoluşunun özünü, sorumlulukta görür ve danışma için terapiye gelen bireylere kendi hayatlarının sorumluluklarının farkına varmalarını sağlamaya çalışır (Frankl, 2017: 124). Peki bunu birey nasıl başaracaktır? Kendi hayatının sorumluluğu üstlenip, kendi yaşamının anlamını ve amacını nasıl bulacaktır? Frankl bireyin yaşamda bir anlama ulaşmasının temel yollarını Logoterapi'de ortaya koymuştur. Bunlardan ilki bir eser yaratmak ya da bir iş yapmaktır. İkincisi iyilik, doğruluk, güzellik gibi değerlerle yaşamı yaşamak, doğayı ve kültürü yaşamak, ve diğer insanlarla etkileşerek sevgiyle yaşamak yani sevgide anlam bulmaktır. Üçüncüsü ve neredeyse en zoru, en önemlisi, kaçınılmaz acıya yönelik bir tavır geliştirerek acıyı anlamak, “Kişisel bir trajediyi zafere dönüştürebilmektir.” Yani bireyin değiştiremeyeceği bir kaderle yüz yüze geldiğinde, yaşamda bir anlam bulup kendini değiştirme yoluna gitmesidir. Böylelikle acı; bir özverinin anlamı gibi yaşamda bir anlam bulduğu zaman acı olmaktan çıkar (Frankl, 2017: 127).

1.2.2.3. Hümanistik-Varoluşçu Yaklaşım

1950'li yıllarda Gordon Allport, Henry Muray, Gardner Murphy, George Kelly, Abraham Maslow, Carl Rogers ve Rollo May gibi psikoloji uzmanları Freudyen Psikanaliz ve Pozitivist Davranışçılık Ekolleri'nin insanı insan yapan temel özelliklerini dışladığını fark edip, hem Davranışçı hem de Analitik Kuram'ın sınırlılıklarından rahatsız olup "Hümanistik Psikoloji" adını verdikleri yeni ideoloji okulunu kurdular (Yalom, 2001: 34). Hümanistik-Varoluşçu Yaklaşım'ın temel hedefi, gerçek varoluşsal durumlarının farkında olmayı reddeden ve varoluşsal gerçekliğini bilinçdışının derinliklerine iten danışanların farkındalığının artırılması, dirençlerinin isimlendirilip üstesinden gelinmesi, varoluşun getirdiği kaygıyla yüzleşmelerinin sağlanmasıdır. Hümanistik-Varoluşçu yaklaşımda danışanların yaşadıkları anla ilgili farkındalıklarını arttırmak amacıyla "İçsel Arayış Yöntemi" kullanılır (Cooper, 2017: 55). Varoluşçu Hümanistik Psikoterapi, uzun ve derin bir arayış sürecidir. İçsel arayışı desteklemek için gerekli olan "anlam" ve "dönüşüm" süreçlerine yeni yaklaşımlar sunar. Terapi sürecinde danışanların varoluşlarının sorumluluklarını üstlenmelerini ve iç dünyalarıyla yüzleşmelerini sağlayan güvenli bir ortam sunmayı hedefler. Anlam ve dönüşüm süreci, "şimdiki an" itibarıyla gerçekleşir; o an içinde üstlenilebilen veya kaçınılan sorumlulukları, yapılan veya reddedilen seçimleri gösterir (Heery ve Bugental, 2017: 360).

1.2.2.4. R. D. Laing ve Britanya Varoluşçu Analiz Ekolü

Laing, şizofreni gibi anlaşılması zor durumların, hastanın bakış açısından bakıldığında daha anlaşılır olduğunu göstermeye çalışmıştır. Laing şizoid eğilimli bireylerin ontolojik güvensizlik yaşadığını öne sürmüştü ve bireylerin "yutulma", "içedöğru göçme-patlama", "taşlaşma", ve "depersonalizasyon" gibi korkular yaşayabileceğini ifade etmiştir. Laing'e göre terapide danışan ile spontane, öngörülemez, biricik, tekrar edilemez ve unutulamaz anlar şeklinde ilişki kurulabilir (Cooper, 2017: 56).

Emmy Van Deurzen 1982'de Birleşik Krallık'taki ilk varoluşçu psikoterapi eğitimini başlatarak Britanya ekolünün gelişmesinde itici rol oynamıştır. Van Deurzen-Smith'e göre varoluşçu terapinin amacı, danışanları gerçek dünyaya uyandırmak, hayatın zorluklarıyla yüzleşmelerini sağlamak, kendi yeteneklerini ve ihtimallerini

keşfetmelerini sağlamaktır. Van Deurzen-Smith danışanlarının " Nasıl daha iyi bir hayat yaşayabilirim?" sorusuna varoluşçu açıdan yanıt bulmaya çalışmıştır (Cooper, 2017: 58). Bu ekolün diğer önemli isimleri Cohn, Ernesto Spinelli ve Freddie Strasser'dir.

1.3. Felsefe Perspektifinden Hayatın Anlamı

Felsefe tarihi boyunca bir çok filozof insanın huzura ve mutluluğa ulaşabilmesi adına bir çok yol çizmiştir. Bilgelğin peşindeki filozoflar insanı ve beraberinde hayatı anlamayı misyon edinerek, insanlara nasıl daha doyumlu bir hayat sürebilecekleri hususunda ışık kaynağı olmaya çalışmışlardır. Heraklitos, Sokrates, Platon, Pascal, Descartes, Aristoteles, Zeno, Marcus Augustine, Spinoza, Kant, Rousseau, Hume, Hegel, Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger, Wittgenstein, Sartre, Karl Jaspers, Albert Camus, Max Scheler, Maurice Blondel, Henri Bergson, Gabriel Marcel gibi filozoflar bir çok açıdan terapistlere çalışmalarında cesaret ve yeni bakış açısı sunmuşlardır. Bu açıdan varoluşçu psikoterapi bir doğma üzerine kurulu olmaktan öte, felsefi temellere dayanmaktadır (Deurzen, 2017: 34).

"Olmak ya da olmamak" Shakespeare'in bu ünlü sözleri günümüz felsefesinde varolmak ya da varolmamak kavramları ile varoluşçu felsefenin ilkesi haline geldi. Varoluşçuluk; bireyin deneyimini ve bu deneyiminin biricikliğini insan doğasını anlamının temel unsuru olarak gören bir felsefi akımdır. Bu bağlamda varoluşçuluk dünyada insan olarak var olmanın ne anlama geldiğini analiz eder, insan varlığının hakikatini insanın varoluşunda betimler (Çüçen, 2015: 17-19). Modern felsefede Pascal, insan varlığının somutluğu, sonsuzluk ve hiçlik, ruh ve madde, ölüm ve yaşam, inanç ve neden, hayatın anlamı ve anlamsızlığı gibi konuları betimlemeye çalışmıştır. Pascal'a göre insan, yaşamı için anlam arayışında olan, sonsuz uçurumların arasına sıkışmış bir varlıktır (Gürdal, 2015: 52).

1.3.1. Varoluş Filozoflarına Göre Hayatın Anlamı

Varoluşçuluk, Hamelin'e göre bunaltı, Mounier'e göre umutsuzluk, Weil'e göre, bunalım, Banfi'ye göre kötümserlik, Lukacs'a göre idealizm, Wahl'a göre başkaldırı, Marcel'e göre özgürlük, Benda'ye göre usdışıcılık, Foulquie'ye göre saçmalık felsefesidir (Bezirci, 2018: 7). Spinoza'ya göre varoluşun temelinde bireyin kendini onaylaması yani " öz olumlama" vardır. Spinoza'nın Etika adlı eserinde, "Her şeyin

kendi benliği içinde sürmesi için çabalayan gayret, söz konusu şeyin asıl özünden başka bir şey değildir" sözünde de gerçek özün, var olma kudretine ve kendini onaylamanın erdemliğine vurgu yapmıştır (Tillich, 2014: 47). Görüldüğü üzere bir çok filozof tarafında, varoluşçuğun tanımı üzerinde ortak bir karara varılamamıştır. Heinemann'a göre "Varoluşçuluğun gerçek tanımı yapılamaz. Çünkü varoluşçuluk sözcüğü kucaklayan tek bir öz, tek ve değişikliğe uğramayan bir felsefe yoktur Bu sözcük, aralarında derin ayrımlar bulunan çeşitli felsefeleri gösterir". Elbette bir şeyin tanımlanamıyor olması onun yok olduğunu göstermez. Jean Wahl'ın deyişiyle varoluşçuluk; belli bir iklimi ve ortak havayı ifade eder. Varoluşçuluğun kökleri Emmanuel Mounier'ye göre Sokrates ile başlar; Stoacılar, Aziz Augustin'le, Aziz Bernard'a kadar uzanır (Sartre, 2018: 8-9).

Kierkegaard'dan sonra varoluşçuluk iki sınıfa ayrılır:

1. Teist (Hıristiyan tanrıtanır) Varoluşçular: Soren Kierkegaard, Karl Barth, Karl Jaspers, Max Scheler, Landsberg, Maurice Blondel, Henri Bergson, Charles Peguy, Gabriel Marcel, Le Senne, Leon Chestov, Soloviev, Berdiaeff (Çüçen, 2015: 21; Bezirci, 2018: 12).
2. Ateist (Tanrıtanımaz) Varoluşçular: Friedrich Nietzsche, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre (Çüçen, 2015: 21).

1.3.1.1. Sokrates (M.Ö. 459-399)

Felsefe tarihinde ilk defa insanın kendini tanıması ve bilmesi gerektiğini felsefi problem olarak görüp, çözüm çabasına giren filozof Sokrates'tir. Romalı filozof Cicero Sokrates için "felsefeyi gökten yere indiren kişi" demiştir (Gürdal, 2015: 51-53). Doğa felsefesinden insan felsefesine geçişin ilk öncüsü olarak bilinen Sokrates insanın kendini tanıması ve bilmesi gerektiğini öne sürerek, hayatı "nasıl yaşamalıyız?" sorusuna yanıt aramıştır. İnsanı merkeze alması ilk varoluşçu düşünürler arasında sayılmasına neden olmuştur (Çüçen, 2015: 38). Sokrates'in yaşam tarzına baktığımızda dünyevi hazların ötesinde bilgece bir yaşam arayışı içerisinde olduğunu görürüz. Sokrates sorgulanmamış bir yaşamın yaşamaya değmeyeceğini dile getirmiştir. Bu aslında felsefeye neden ihtiyaç duyduğumuzun da cevabını sunar. Sokrates eski Antik Yunan atasözü "Kendini bil" ve sonrasında geliştirdiği "En iyi bildiğim şey, hiçbir şey

bilmediğimdir." sözlerini dile getirirken herkesin anlamını bildiğine şüphe bile etmediği sevgi, erdem, dostluk, mutluluk... gibi temel kavramların üzerinde hiç düşünmeden, sorgulamadan, anlamaya çalışmadan, anlamı olmayan, anlamını bilmediği bir hayatın içinde yaşadığını ifade etmeye çalışmıştır (Gürdal, 2015: 51-56).

1.3.1.2. Soren Kierkegaard (1813-1855)

Kierkegaard deyince akla ilk gelen tanım onun "Varoluşçuluğun Babası" olmasıdır. Kierkegaard'ı varoluşçu olarak adlandırmamızın sebebi "İnsan olarak var olmak ne anlama geliyor? Varoluşun özellikleri nelerdir?" sorularına yanıt aramasıdır. Latince existere "çıkma, ortaya çıkma, zuhur etmek" fiilinden gelen egzistans (varoluş) terimi ilk kez Kierkegaard tarafından bugünkü felsefi anlamında kullanılmıştır (Erdem, 2015: 170). Kierkegaard varoluş aşamalarını estetik varoluş, etik varoluş ve dini varoluş olarak sıralamıştır. Bir aşamadan diğerine geçmek sancılı, sıkıntılı bir süreçtir, cesaret gerektirir. Bir aşamayı geçemeyen bireyin diğerine ulaşması mümkün değildir. Estetik varoluş aşaması kişinin içinde bulunduğu duruma ve kendi benliğine tam olarak nüfuz edememe halini ifade eder. Kierkegaard'a göre içten ve samimi bir seçimin varlığından yoksun olunan bu aşamada gerçek anlamda bir özgürlükten söz edilemez. Bu hayat görüşü aşamasında olan birey, kendini bilsin veya bilmesin umutsuzdur. Etik varoluş aşamasında ise birey seçimlerinin sorumluluğunu alan gündelik hayatın sıkıntılarında ve insana dayattıklarından çok daha fazlasına sahip olduğunun idrakindedir. Dini varoluş aşaması birey için koşulsuz bir inancı ve paradoksla yüzleşmeyi gerektirir. Birey ve tanrı arasındaki tüm kurumsal engellerin kalktığı, insanın kendi varlığını ve tanrının varlığını derinlemesine sorguladığı bir aşamadır. İnsan olmaktan benlik olmaya giden yol, bireyin "şimdi anda" kendi özgür seçimlerini yapabilmekten ve kendi varoluşunu sorgulamaktan geçer. Korku, umutsuzluk, kaygı gibi yaşamın gerçekliği içinde olan tüm olumsuz durumları bastırarak yerine, onları insan olmanın bir parçası olarak görüp, insan yaşamının temel olgusu olarak kabul etmiştir. Kierkegaard kaygıyı, özgürlüğüyle karşı karşıya gelen bireyin varoluşsal hali olarak tanımlarken, kaygıyı uçurumun kenarında yaşadığımız baş dönmesine benzetmekten de çekinmemiştir (Akış, 2015: 73-101). Kierkegaard'a göre Sokrates'teki "kendini bilmek" kişinin içinde yaşadığı toplumdan kendini sıyrarak, hayatının amacını belirlemek ve kendini somut bir varlık olarak anlamlı bir hayatı yaşayacak birey haline dönüştürebilmektir (Gürdal, 2015: 56).

Kierkegaard varoluşun olmazsa olmaz iki kutbunu, bireyin sonsuzluğa ulaşması ve sonsuzlukla baş edebilme becerisi olduğunu savunmuş ve yaşamı bu ikisi arasındaki dengeyi kurma becerisi olarak ifade etmiştir. Ona göre canlı olmak, sonsuzluğun ilhamına ve sonluluğun tükenişine eşit derecede izin vermektir. Çünkü insan nefes alıp vermeye, yaşamaya ve ölmeye mecbur bir varlıktır (Deurzen, V., 2017: 41). Kierkegaard, insan olmanın düşünmekten daha fazlasını ifade ettiğini savunmuştur. Ona göre insan sadece "bilen" değil, aynı zamanda arzu eden, seçim yapan, eylemde bulunan, hayatını renklendiren pek çok duyguyu tecrübe eden, deneyim yaşayan bir varlıktır. Bunların hepsi "insan olmanın ne anlama geldiği" ile ilintilidir ve varoluş felsefesinin ana temasını oluşturur (Strathern, 1998: 27).

1.3.1.3. Friedrich Wilhelm Nietzsche (1844-1900)

Nietzsche'ye göre felsefenin hakiki amacı, insanın özünü metafiziksel açıdan tanımlamak değil, insanın varoluşunu, yaşamsallığını haklı çıkarmak ve insana bir varoluş amacı vermektir. Nietzsche ile birlikte felsefe "yaşamın anlamı nedir?" sorusuna duyu üstü bir takım hakikatler yoluyla dolaylı bir yoldan ele almak yerine, doğrudan hayatın ve varoluşun kendisine yönelme fırsatını yakalamıştır (Esenyel, 2015: 112). Nietzsche Antik Yunan'dan beri felsefenin yaşam karşıtı, yaşam düşmanı bir içgüdü ile yapıldığını ileri sürer (Nietzsche, 2004: 117). Nietzsche'nin gözünde klasik felsefede atılan her adım, söylenmiş her söz ve her kavram insanı zayıflatmış yaşamın anlamını fakirleştirmiş ve dünyayı yozlaştırmıştır. Oysa ki ona göre; felsefenin hakiki amacı insanın dünyadaki varoluşunu haklı çıkartıp, ona yaşaması için amaçlar sunmaktır. Felsefenin özündeki bu yaşam düşmanı öğelerin görünür olması ile birlikte "nihilizm" insanlığı bekleyen en önemli tehlike unsuru olarak dünyaya hakim olmuştur (Esenyel, 2015: 116). Nihilizm, insanın dünya üzerinde yaşamak için yeterli bir sebep bulamaması ve amaçsız kalmasıdır. Varoluşun haklı çıkarılamayışının bir göstergesi olan nihilizm o dönem felsefesinin iflas ettiğinin ilanıdır. Nietzsche bu tarihsel fenomeni "Tanrı öldü!" sözüyle dile getirmiştir. Bu sözü ile Nietzsche, insanın dünyadaki anlamını kaybettiğini ve hayatta her şeyin anlamsızlaştığını ve insanın yersiz yurtsuz kaldığını anlatmaktadır (Nietzsche, 2003: 130). Varoluşun anlamsızlıkla karşı karşıya kalması ile birlikte birey kendi hakikati ve varoluşuyla yüzleşme fırsatı yakalar. Bu durumda birey kendi varoluşunun sorumluluğunu üstlenme ya da bu sorumluluktan

kaçma veya başkalarının üzerine bırakma, seçeneklerinden birini seçmek durumunda kalır (Esenyel, 2015: 117). Nietzsche'ye göre bireyin kendi hakikatini ve kendi varoluşunun sorumluluğunu üstlenebilmesi için "üst insan" olması gerekir. Varoluşu ve dünyayı kendi gözleriyle görmeyi başarabilen insan, hayatın anlamını ve hakikati metafiziksel düzlemde aramaz, hayatın sorumluluğunu üstlenip, varoluşsal anlamını yaratarak kendi hakikatini bulur. Nietzsche'ye göre üst insan; "yeryüzünün esas anlamıdır" (Nietzsche, 2011: 6). Nietzsche'ye göre, kendi varoluşunun anlamını bulan üst insan; geçmişte yaşadığı ve gelecekte yaşayacağı her şeyi tam olduğu haliyle kabul edebiliyorsa; yaşamının en ufak zerresinden pişman olmuyorsa; iyisiyle ve kötüsüyle her şeyi ile defalarca tıpa tıp aynı şekilde tekrar edeceğini bildiği halde, hayatı yine de tam olduğu haliyle onaylayıp yaşama arzusu duyuyorsa; "ebedi dönüş öğretisini" yaşam düsturu haline getirmiş demektir (Nietzsche, 2003: 206). Nietzsche'ye göre hakikati değerlendirme tarzlarına göre 3 tipte insan vardır. a) Sürü (köle) insan, b) Özgür insan, c) Üst insan (Kuçuradı, 1995: 25). Sürü insanı kendi yaşamını doğrudan onaylayabilecek karakter gücüne sahip değildir, zayıf olduğu için de varoluşu ve davranışlarına şüpheyle bakar, varlığının bir amacı olduğuna ve iyi bir şey olduğuna inanmaz, kendinden şüphe eder. Kendi varlığını doğrudan temellendiremediği gibi dünyanın ve hayatın varoluşunu ve varoluş amacını anlamlandıramaz. Kendi varoluşunu kendinden hareketle onaylayamayan köle ruhlu insan kendini "iyi insan" olarak da ortaya koyamaz. Kendinde eksikliğini duyduğu özelleri Üst insanda gördüğü anda ona karşı kıskançlık ve öfke duyar. Üst insanı asil ve güçlü olduğu için suçlar ve onu "kötü" olarak damgalar. Asil, güçlü ve buyurucu olmayı toplumda bir suçmuş gibi gösterir. İşte ancak o zaman, kendi yarattığı bu "kötü insan" karşısında kendini "iyi insan" olarak görebilecek konuma gelir. Başka bir deyişle; varoluşunu haklı çıkarmak için "kötü insan" olarak damgaladığı kişi gibi olmadığını vurgular. Köle insan: "Ben üst insan gibi kötü olmadığım için iyiyim" cümlesiyle kendi varoluşunu, kendi iyiliğini, dolaylı kurgusal bir gerçeklik içerisinde dile getirir (Esenyel, 2015: 125). Özgür insan, Sürü insan ile Üst insan arasında, yaşadığı sürüden kopmuş, kendi yolunu arayan, hayatın ve varoluşun anlamını kendi gözleriyle görmek isteyen kişidir. Özgür insan başarılarıyla yeni değerler ortaya koymaya çalışan, bu anlamda da arkasından gelenler için de yolu açan, hazırlayıcı insandır. Kendini yenileyeni kendini geliştiren, bir şeye saplanıp kalmayan, araştırmacı insandır. Kendi işini yalnız yapabilen, kendi kendine yetebilen

bir kişidir (Kuçuradi, 1995: 53-68). Üst insan, karakteri gereği güçlü, asil, buyurucu ve olumlayıcıdır. Kendi varoluşunu ve davranışlarını yine kendisi olumlar. Kendi varoluşundan kuşku duymaz, kendilerini "iyi insan" olarak görür ve eylemlerinin de "iyiliğinden" kuşku duymaz. Üst insanlar dünyanın kendisinde bir anlam aramazlar, yaşamlarını sürdürmek için mantıksal bir gerekçe peşinden koşmazlar, bizzat kendi varoluşsal anlamlarını bulup kendi dünyalarını bir sanatçı gibi yaratırlar (Nietzsche, 2004: 38-39).

1.3.1.4. Edmund Husserl (1859-1938)

Husserl, 20. yüzyılda fenomenolojik yöntemle felsefenin seyrini değiştirerek felsefe tarihinde yeni bir dönem başlatmıştır. Husserl ile birlikte, kaygı, kendini aldatma, beden, öteki, utanma, hiçlik, ölüm, bunaltı, özgürlük gibi konular fenomenolojik yöntem ile felsefi bir statü kazanmıştır. Husserl'in fenomenoloji yöntemi tüm insan davranışlarının, deneyimlerinin niyetliliğe dayandığı varsayımını öne sürmektedir. Bu tüm bireylerin eylemlerinin, düşüncelerinin, duygularının ve amaçlarının birer nesnesi olduğu anlamına gelir. Böylelikle birey; öznelliğinin ve hayatı anlamaya dair belli görüşlerinin dünyayı algılama şeklini nasıl etkilediğini öğrenmesi gerekir (Deurzen, V. 2017: 45). Husserl fenomenolojiyi insanın somut yaşamında belirli bir yeri, önemi ve anlamı olan her türlü bilinç içeriği olarak tanımlamıştır (Esenyel, 2015: 138). Husserl fenomenolojideki anlamı bilinç yaşantısındaki nesnelere olarak tanımlar. Mantık bilinç ile bilinçteki nesnelere arasındaki bağıntıyı "anlam" kavramıyla sağlamaktadır (İnam, 1995: 108). Bu açıdan fenomenoloji özlerin araştırmasıdır. Fenomenin özü, fiziksel nesnenin algılanması gibi algılanabilir olan sezgisel bir içeriktir. Buradaki algı, her zaman bir şeyin algısı veya yargı, her zaman bir şeyin yargısı olmak durumundadır. Çünkü Husserl'e göre bilinçli olmak, daima bir şeyin bilincinde olmaktır (Esenyel, 2015: 139-141). Mantığın fenomenoloji içindeki yerini anlam kavramı açısından ele alan Husserl'e göre bilinç, ele aldığı nesnelere anlamlar olarak inceler. Ona göre anlam sorunu yalnızca fenomenolojinin ve mantığın sorunu değildir, kendi temellerini arayan bilimin de esas sorunudur (İnam, 1995: 47).

1.3.1.5. Martin Heidegger (1889-1979)

Heidegger'e göre varoluş çok boyutlu ve değişken bir yapı sergiler. Ona göre varoluş meselesi, varlığın ne olduğu değil, var olmanın ne anlama geldiğidir. Heidegger "olmak" denen şeyin anlamını ortaya koymak için "var olmanın anlamı nedir?" sorunu sorar. Heidegger, felsefesinin ontolojik değil de fundamentalontolojik olduğunu ileri sürerken, varolanın ilk ilkelerini araştırmak yerine "var olanın varlığını anlamaya" çalışmıştır. Heidegger "insan" yerine almanca "dasein" kelimesini kullanmıştır. Da "orada", sein "olmak" demektir, bir arada düşünüldüğünde "oradaki varlık" anlamına gelen dasein, insanın sadece var olmakta olduğunu söyler ve her türlü metafiziksel durumunu dışarıda bırakır. Heidegger'e göre fenomenoloji; varlığın anlamını karanlıktan aydınlığa çıkartarak, apaçık bir şekilde ortaya sunmaktır. Fenomenolojik hermeneutikte "Dasein nasıl var olmaktadır?" sorusuna Heidegger "Varlık ve Zaman" adlı eserinde Dasein'in dünya içinde var olduğunu ifade eder. Dasein açısından dünya içinde varolmak, "ikamet etmek, diğer varolanlarla birlikte bütünsel ve ilişkisel bir ilişki içinde dünyayı paylaşmak" olarak tanımlanır (Esenyel, 2015: 141-152). Heidegger'e göre insan ölümlü bir varlık olduğu için varoluşu geçicidir ve bu yüzden zaman onun için önemli bir noktadır. Heidegger'e göre insan varlığını kavramaya ve varoluşunun anlamını anlamaya, zamansallık bağlamından başlamalıyız. Geçmiş, şimdi ve gelecek zaman Dasein'in kendini gösterme şeklidir. Bu zamansal boyutların her birini anlamak için birbirleriyle olan bağlantılarını anlamak gerekir (Weixel, Dixon ve Strasser, 2017: 326). Dasein "şimdi"de varolmasına rağmen, üstesinden gelemediği "geçmişini" ve yönelmiş olduğu - bir gün son bulacak olduğunu bildiği- "geleceğini" de "şimdinin" içinde yaşamaktadır. Heidegger'e göre Dasein'in kaygısı zamansaldır, er ya da geç zamanın sona ereceğini bilerek hayatta varolmaya devam eder. Bir gün ölüm ile birlikte zamanının ve varoluşunun son bulacağını bilme kaygısını içinde taşır (Esenyel, 2015: 158). Ölüm Dasein'in varolur olmaz kendi bir başına katlandığı bir varolma yoludur. Ve yine ölüm zamanı geldiğinde Dasein'in tek başına katlanması gereken bir yokolma yoludur. Dasein'in mümkünlüğü (varoluşu) "Dasein'in mümkünsüzlüğü (yokoluşu) olan "Ölüme" bağlıdır ve varlığı ancak bu yönde anlamlanır (Steiner, 1996: 114).

1.3.1.6. Karl Jaspers (1883-1969)

Jaspers'in varoluş felsefesinde fenomenolojik içebakış yöntemi geçerlidir. İçebakış deneyimi birey için zorlayıcı bir yöntemdir. Çünkü birey kendi içine baktığında uçsuz bucaksız, dipsiz bir gerçeklikle karşılaşacaktır, her şeyin temelinde "Tanrı" dediğimiz aşkınlık yatar. Tanrının bilinmeyenliğine insan ancak inançla ulaşabilir. Jaspers'e göre birey kendi yazgısını kendi özgür seçimiyle seçer. Jaspers varoluşun olgular dünyasında olmadığını, varoluşun kendini dünyayı keşfetmeye tutkuyla adanmış özgür seçimlerin ürünü olduğunu dile getirir (Erdem, 2015: 167-168).

1.3.1.7. Albert Camus (1913-1960)

Camus'a göre hayatın anlamı insan'dır. Çünkü yaşamın tüm absurd ve saçmalıklarına rağmen, ölümlü olduğunu kabul ederek yaşama evet diyen ve hayatın bir anlama sahip olduğunu idrak eden tek varlık insandır (Erdem, 2015: 185).

1.3.1.8. Gabriel Marcel (1889-1973)

Marcel'e göre felsefenin görevi, varlığın sırrını bilmektir. Marcel bu sırı ulaşmak için, insan yaşamında aydınlatılmayan, varoluşun gizemli kalmış yönlerini, -umut, umutsuzluk, güven, bağlılık, intihar, kurtuluş, özgürlük, sadakat, beden, ontolojik sır, aşk- derinlikli bir metafizik analizle aydınlatmaya çalışmıştır. Marcel'e göre insan diğer bireylerden, toplumdan, gelecekte, bir bütün olarak yaşamdan beklentileri olan "umut" eden bir varlıktır. Bu "umut içinde bekleyiş" insanda varoluş duygusunu uyandırır. Marcel'e göre birey "umudu" seçerek kendi varlığını bütünüyle onaylayabileceği gibi, "umutsuzluğu" seçerek varlığını reddetme yoluna da gidebilir. Umut, sadakat, güven, sevgi, aşk gibi değerler varlığı sırrına katılmaya götüren metafiziksel bir yoldur. Varlığı sırrına götüren bu yol, bireyin varoluşunun derinliğini ve bu derinliğin içindeki anlamı gözler önüne serer (Elmas, 2015: 209-219).

1.3.1.9. Jean Paul Sartre (1908-1980)

20. yüzyılda adını dünyaya duyuran en ünlü varoluşçu filozoftur. Martin Heidegger'in düşüncelerinden etkilenip "Varoluşçu Psikanalizi" geliştirmiştir. Sartre Varoluşçuluk bir hümanizmadır adlı eserinde kendi felsefesi "Temsilcisi olduğum tanrıtanımaz varoluşçuluk şunu anlatır; Tanrı yoksa; en azından öyle bir varlık vardır ki onun

varoluşu varlığın özünden önce gelir- yani varlıktan daha önce var olan bir varlık, varlığın kavramıyla tanımlanabilir. Bu varlık insandır veya Heidegger'in dediği gibi insan gerçekliğidir. İlk önce insan var olur, kendine rastlar, birdenbire dünyada ortaya çıkar- ve kendini bundan sonra yapar... İnsan tanımlanabilir değildir, çünkü başlangıçta hiçbir şeydir. Sonradan bir şey olacaktır ve kendini nasıl yapacaksa öyle olacaktır" şeklinde ifade etmiştir (Strathern, 1998: 79). Sartre nevrozu özgürlükten kaçış, özgürlüğü ise psikolojik sağlığı sürdürmenin anahtarı olarak kabul etmiştir. Bu sebeple insanların özgür olmaya ve temel varoluşsal ikilemeyle yüzleşip kendi değer ve anlamını keşfetmesi gerektiğini savunmuştur. Sartre'ın görüşüne göre hayatın anlamı ile ilgili doğrunun bir kısmı bilinçle varlık arasındaki diyalektiktir. Bilinçlilik hiçliği meydana getirir ve bireyin kendi içinde var olmasını inkar eder. İdealler savunulan inançlarla değil, eylemlerle ortaya konur. (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 185). Sartre her bireyin merkezinde var olan hiçlik ve boşluk hissini doldurmak için, bir kendilik resmi yaratması gerektiğini ifade etmiştir (Deurzen, V., 2017: 46). İnsanı diğer canlılardan ayıran temel özellik, kendi varoluşu üzerinde düşünme kapasitesine sahip bir canlı olmasıdır. İnsana özgü bu yeti, bireyin kendini bir nesneymiş gibi düşünüp, kendi varoluşuna bir anlam atfetmeye zorlar. Bu anlam insanın kendi özünü yaratmasına izin verir (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 185). Sartre bireyin kendi hayatının sorumluluğunu tamamen kendi eline alması gerektiğini, bireyin başına geleceklerden yakınma lüksünün olmadığını, çünkü her bireyin kendi karakterinin ve eylemlerinin sonucunda ortaya çıkaran koşulları yani kendi yazgısını kendisinin dilediğini savunmuştur (Strathern, 1998: 42). Sartre göre "insan özgürlüğe mahkumdur". İnsan evrende tek başına, içinde bulunduğu durumdan sorumlu bir halde, aşağıda dünyada kalacak gibi görünmekle birlikte, yukarıya yıldızlara erişebilecek ölçüde özgür bir varlıktır. Sartre'nin gözüyle insanın bu dünyadaki yaşamla sınırlanması durumu absürd (saçma) ve trajiktir ama kötümserlikten uzaktır. İnsan suçta ve başarısızlıkta bile doğruluğunu sürdürebilir veya dünyaya karşı durabilir (Kaufmann, 2001: 52).

1.3.1.10. Maurice Merleau-Ponty (1908-1961)

Gündelik deneyimlerimiz içinde yaşadığımız somut dünyayı varoluşsal açıdan ele alan, fenomenoloji yöntemini bedene uyarlayan ve bedensel farkındalığa vurgu yapan düşündürdür. Algıda bedenın önceliğine değinirken, bilinç kadar bedenın de yönelimsel olduğu tezini ileri sürmüştür. Felsefe tarihine hakim olan Kartezyen özne-nesne ikililiğini reddederek, insanın bütüncül bir birlik oluşturduğunu savunarak, zihin ve beden şeklinde iki kutba ayırlamayacağına vurgu yapmıştır (Çüçen, 2015:44). Ponty algının ontolojik ve epistemolojik açıdan insan deneyiminin ilk unsuru olduğunu savunmuştur. Ona göre algı sadece bilişsel bir aktivite olmadığı gibi, belirli duyu organlarıyla ile gerçekleşen bir eylem de değildir. Algı anlamlı ve bütüncül bir süreç olarak bedene aittir. Algının gerçekleşebilmesi için bedenın algılanan nesne ilişkilerini iyi bir şekilde organize etmesi gerekir. Çünkü Ponty'e göre algı salt bilişsel bir etkinlik veya uyarıcılara verilen otomatik tepkiler değil, ilişkisel anlamların bedensel bir biçimde yorumlanmasıdır (Zafer Esenyel, 2015: 270). İnsan deneyiminin öznel arası olduğunu savunarak insan gelişimine varoluşçu fenomenolojik bir yaklaşım kazandırmıştır. Ponty "Vücut sayesinde diğer insanları anlarım, tıpkı vücut sayesinde diğer şeyleri algılayabildiğim gibi" sözlerinde vücudu dünyada olan varlığımızın taşıyıcısı olmasının yanı sıra diğer varolanları algılamamıza ve öznel arası ilişki kurmamıza yardımcı bir vasıta olduğunu savunmuştur. Ponty'e göre "yaşayan vücut" görünür olduğu için, bireyin davranışları ve nasıl yaşadığı diğer varolanlar için erişilebilirdir. Ponty'e göre: "Bilinç her şeyden önce 'düşünüyorum' meselesi değil, 'yapabiliyorum' meselesidir" (Kirby, 2017: 85). Ponty "hayatın anlamını", bireyin içinde yaşadığı somut yaşam dünyasında aramıştır. Yaşam dünyasını ve bireyi birbirinden ayırmanın mümkün olmadığını savunan Ponty insanın varoluşunu dünyayla bir bütün olarak algılar. Ponty tekil bir bireyin varoluşunun anlamından çok, bütün bir dünyanın, dilin, bedenın, yaşamın anlamının varoluşundan söz eder ve varoluşu dünya ile iletişim halinde olma durumu olarak tanımlar. Ponty'e göre insanı varoluş içine yerleştiren şey algıdır ve algı dünyada gerçekleşir. Varolma mücadelesinin birey olarak yapıldığı yer bedendir. Beden hem bir başka beden tarafından görülür hem de başka bedeni görür, yani birey dünyada hem gören, hem de görünündir. bu durum birlikte karşılıklı algılama sürecidir. Bu sebeple bireysel varoluşumuz toplumsal varoluştan ayrı düşünülemez (Zafer Esenyel, 2015: 280).

1.3.1.11. Simone de Beauvoir (1908-1986)

Varoluşçuluğu kadının varoluşuna vurgu yapacak şekilde felsefe tarihine katkıda bulunmuştur. Beauvoir toplumsal yaşam içinde kadının bir birey olarak kendi varoluşunu gerçekleştirmesi gerektiğini savunmuştur. Ona göre tarih boyunca birçok toplumda kadınların ataerkil söylem ve yaşam biçimi sebebiyle, ikinci plana atıldığı, erkeğin avantajlı konumda yer aldığı, kadının kurban haline getirildiği, ciddi boyutlarda özgürlük, insanlık ve varoluşsal sorunlar yaşadığı bilinmektedir. Bu sebepten dolayı Beauvoir varoluşçu mücadelesinde kadının sosyal düzende hak ettiği statüye kavuşması için çalışmıştır (Zafer Esenyel, 2015:297). Bu amaca ulaşmak için yaptığı çalışmalarında kadınlar kadar erkeklerin de bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünmüştür. Toplumsal düzende "kadın-erkek" gibi cinsiyete dayalı kategoriler, bir yandan kadını erkeğe göre konumlandırarak, kadını ikincil statüye yerleştirmekte, diğer yandan da bu durumun doğal olduğu yanılsamasını yaratarak, kadınların bu durumu içselleştirmelerini sağlamakta, toplumsal bir algı yaratılmaması yaratılmaktadır. Oysaki varoluş düşüncesi her birey gibi kadının da önceden belirlenmiş bir özü ortaya çıkardığı fikrinin karşısında yer alır (Çüçen, 2015: 45).

1.4. Teoloji Perspektifinden Hayatın Anlamı

Dinin kökenleri neredeyse insanlık tarihi kadar geçmişe dayanır. Tarih öncesinde ve sonrasında insanlar, anlamını bilemedikleri, sebep-sonuç ilişkisini kuramadıkları, etraflarında meydana gelen olayları açıklamak için dine ihtiyaç duymuşlardır. İnsan beyninin dine, dinin de insan beynine olan uygun yapısı sayesinde dindar bireyler, inancın kendilerini koruduğunu düşünmüşlerdir. Dinin teoloji tarafından ifade edilen en temel meselesi Tanrının varlığı ve insanla olan ilişkisidir (Wilson, 2017: 115).

"Hayatın anlamı nedir?" sorusunun cevabı konusunda filozoflar birçok fikir ayrılığına sahip olmasına rağmen teologların bir çoğu için cevap aynıdır: "Tanrı". Eagleton'a göre; evreni yaratanın tanrı olması, onun büyük bir imalatçı olmasından değil, "hiçbir şey" yerine "bir şey"in mevcudiyetinin nedeni olmasındandır. Teologların dediğine göre Tanrı varoluşun temelidir. Onlara göre dünyanın niçin var olduğuna yönelik bir soruyu sormaya da gerek yoktur, çünkü dünyanın bir amacı da yoktur. Tanrı stratejik bir

amaçla dünyayı yaratmış göksel bir mühendis değildir. Tanrı dünyayı yaratma hazzı uyarınca kendi memnuniyeti adına yaratmış bir sanatçıdır (Eagleton, 2015: 14-15).

Wilson'a göre "anlam" kelime karşılığı ile niyeti, "niyet" tasarımı, "tasarım" ise bir tasarımcıyı işaret eder. Herhangi bir varlık, edim, nesnenin anlamı sadece tasarımcı - Tanrı- öyle istedi diye olur. Kurumsal dinlerin felsefi dünya görüşlerinin temelinde "insanlığın var olmasının bir amacı olduğu, bireyin yeryüzünde bir amaç için bulunduğu ve hem tüm insanlığın hem de tek tek her bireyin hayatının bir anlamı olduğu" inancı ortak inanış olarak karşımıza çıkar (Wilson, 2017: 12).

Eagleton'a göre, "Hayatın anlamı" ifadesindeki "anlam" sözcüğü, "birinin göstermeye niyetlendiği şey" manasını taşıyor. İrlandalı filozof ve psikopoz Berkeley "hayatı" Tanrının kelamı olarak, Tanrı'nın anlamlı olan bir şeyi bize bildirmeye çalıştığı bir gösterge olduğunu savunmuştur (Eagleton, 2015: 62).

Spinoza'ya göre varoluşun temelinde bireyin kendini onaylaması yani "öz olumlama" vardır. Spinoza'nın "kendini onaylama öğretisi" ilahi açıdan kendini onaylamak anlamına gelir. Ruh ilahi kudretin sonsuzluğunda kendi varlığını görür, bilir ve onaylarsa; sonsuz mutluluğa ve nihayetinde bu mutluluğun sebebine duyulan kusursuz sevgiye dahil olmuş olur. Bu sevgi ilahidir, manevidir, ruhanidir, ebedidir. Öz olumlama bireyden doğar; lakin her bireysel edim, Tanrının kudretiyle ilahi (tanrısal) öz olumlama edimine dahil olur. Bu sebeptir ki Spinoza'nın anlatımıyla "kendini onaylama" her bireyin varoluşsal asli niteliğidir (Tillich, 2014: 49).

Din, insan ve insan dışındaki tüm varoluşu ele alıp yorumlayan, varoluşun bilinmeyen yönlerini açıklayan, eşi benzeri olmayan bir sistemdir. Din varoluşsal sorunlara verdiği yanıtlarla insanlar için büyük bir öneme sahip olmanın yanı sıra; zihinsel, ruhsal, toplumsal sağlığı oluşturacak ve koruyacak eşsiz referans noktalarına sahiptir (Bahadır, 1999: 15).

Dinin fonksiyonel yönü üzerinde duran Frankl, dinin bireylere teselli kaynağı olmasının ötesinde, onlara hiç bir yerde bulamayacakları bir anlam ve güven duygusu verdiğini ifade etmiştir. Frankl, Tanrı inancının hiç bir zaman yok olmayacağını savunmuş fakat zaman içerisinde insanlığın kurumsal dinden, bireysel dine doğru geçiş sürecine gireceğinden bahsetmiştir. Ona göre insandaki en temel motiv, "anlam istemidir". Bu

anlam istemi ile anlam arayışına giren birey sonunda "Nihai varoluşu (Tanrı)" bulur (Köse, Ayten, 2012: 65).

Dinler, hayatta süre gelen "acı, ölüm, çöküntü, ve kaygı gibi insana özgü varoluşsal sorunlarla bireylerin baş etmesinde büyük destek sunmaktadır. Bireyin toplumsal ve kişisel değerlerini sağlamlaştırmakla birlikte, hayatın gerçek değerini de güçlendirmektedir. Dinler insan hayatının herhangi bir amacı veya hedefi olup olmadığı ile ilgilidirler. Dinler toplumsal ve bireysel işlevini eksiksiz ve tam bir şekilde yerine getirdiği zaman bireyin hayatla başa çıkması, toplumla daha uyumlu olması ve hayattan daha tatmin olması beklenir. Bireyin kendi değerini keşfetmesini ve kalıcı memnuniyet verecek şeyi aramasına teşvik eder. Birey aslında hayatta yapmaya değer hissettiği, tatmin edici ve eğlenceli şeyleri keşfedip onların peşine düşerse, hayatta bir amaç ve anlam bulmuş olur (Runzo ve Martin, 2002).

Din insanlara hayatta anlam ve amaç bulmasında yardımcı, gelecek için iyimserlik ve umut bulmalarını sağlayan, tutarlı ve disiplinli bir inanç sistemi sunar. Kuzey Amerika'da yapılan çalışmalarda dindarlık ve akıl sağlığı ile yaşamdaki sorunlarla baş etmede dinin pozitif etkilerinden faydalanma, tinsellik ve yaşam kalitesi, pozitif psikolojik adaptasyon arasında olumlu korelasyon saptandığı görülmüştür. Dini inanç sistemleri insanların, evreni anlamalarına, dünyada kendi varoluşlarının anlamını algılamalarına, yaşam döngüsü içinde meydana gelen kaçınılmaz kayıplara (yok oluşlara) anlam vermelerine, bu kayıpların yarattığı stres ve kaygıyla baş edebilmelerine, tüm bu zorlukların çözüme ulaşacağı bir öbür dünya için iyimser olmalarına yardımcı olur (Carr, 2016: 34). Tarih sahnesine baktığımızda, varlığının anlamına bir yaratılış hikayesiyle açıklık getirmeyen toplumların, varlığını sürdürmediği görülmüştür. İnanç yokluğu karşısında toplumsal ve bireysel olarak ödenen bedel; yaşamla olan bağların kopması, ortak amacın zayıflaması veya toplumsal amacın yok olması olmuştur (Wilson, 2017: 118).

Tanrı'ya yada evrenin varoluşundaki zeki güce inananlara göre hayat, başlı başına şaheser bir yapıt olduğu için onun mutlaka yerleşik bir anlamı ve mutlak bir amacı vardır (Eagleton, 2015: 92). Ancak içinde yaşadığımız yüzyıl bireylerde şüphe ve anlamsızlık kaygısını, kader ve ölüm kaygısını, suçluluk ve kınanma kaygısını beraberinde getirirken bireyin var olma cesaretine de ket vurmaktadır. Bu durumda

"hayatın anlamı", hayatın anlamına dair "umutsuzluğa" indirgenir. Lakin bu umutsuzluk, hayatın anlamına dair bir eylem olduğu sürece, kendi içinde bir umut barındırır. Umutsuzluk cesaretini mümkün kılan "iman" yokluğun pençesinde dahi, varlığın kudretini kabul etmektedir. İmanın gücü ve desteği ile "anlamsızlığı kabul etme eylemi" kendi içinde anlamlı bir eylemdir. Hayatın anlamsızlığını kabul etme gücü mutlak imana dair dini yanıttır. Burada sözü edilen "mutlak iman" Tanrının üstündeki Tanrıdır. Yani, şüphenin anlamsızlık uçurumuna fırlattığı anlamın yitirilmesi değil, anlamların değerinin onlara iade edilmesi potansiyelidir. Teizmdeki Tanrı'nın kabul edilmesi, insanları bütünün bir parçası olmaktan öte, bütünün temelinin bir parçası olarak benliğinin Tanrının kudretine dahi olmasıdır (Tillich, 2004: 173-185).

Psikoloji ve psikiyatri uzun yıllar dini öğeleri görmezlikten gelip, dine şüpheyle yaklaşmıştır. Ancak yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular dinin birçok psikolojik alanda faydalı olduğu görüşünü kanıtlamaktadır. İçselleştirilmiş dini inançlar bireyin hayatta anlam bulmasına, yaşam içindeki sorunlarla baş etmesine, fiziksel ve ruhsal hastalıklardan korunmasına yardımcı olabilir. Dindarlık, uzun ömürlülük, mutluluk, huzur, doyum gibi iyi yaşamın göstergeleriyle yakından ilişkilidir (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 188).

1.5. Psikolojik Dayanıklılık

Ulusal literatürde "Psikolojik dayanıklılık" konusunda yapılan araştırmalarda "resilience" kavramının, psikoloji literatüründeki Türkçe karşılığı hususunda ortak bir uzlaşmaya varılamadığı görülmektedir. "Yılmazlık", "psikolojik sağlamlık", "psikolojik güçlendirme", "toparlanma", "güçlülük", "kendini toparlama gücü", "direncililik", "ego sağlamlığı", "çabuk iyileşme gücü" olarak da kullanılan "psikolojik dayanıklılık" kavramı, 2004 yılından itibaren yaygınlaşarak literatürdeki yerini almıştır (Işık, 2016: 68 ; Sağ, 2016: 19; Basim ve Çetin, 2010: 4).

Psikolojinin çeşitli alanlarında, özellikle gelişim psikolojisi, ciddi ruhsal rahatsızlık (severe mental illness), travma çalışmaları, felaket tepkileri (disaster response), sosyal psikoloji ve pozitif psikoloji alanlarında "Dayanıklılık (resilience)" adından sıkça bahsedilmektedir (Stout, 2008).

Luther (2006) psikolojik dayanıklılığı (resilience) zorluk karşısındaki dinamik pozitif adaptasyon süreci olarak tanımlamıştır. Hochhalter ve Simith (2011) zorluk ve stres verici olaylara karşı verilen olağan üstü ve pozitif tepki olarak tanımlamıştır. Connor ve Davitson (2003) psikolojik dayanıklılığı, zorluklara esnek ve zengin bir şekilde adapte olabilme yetisi olarak ifade etmiştir (Akt. Du ve ark., 2017). Mehta ve ark. (2008) yaşlılar üzerine yaptıkları çalışmalar sonucunda psikolojik dayanıklılığı "hayatın ileri dönemlerinde risk faktörlerine maruz kalmasına rağmen bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığını koruyabilme yetisi" olarak tanımlamışlardır.

Jeanne H. Block ve Jack Block (1980) psikolojik dayanıklılık terimi yerine ego dayanıklılığı terimini kullanmışlardır. Ego-dayanıklılığı, kişinin "değişken durum ve beklenmeyen çevresel faktörlere zengin bir şekilde adapte olma, çevresel gerekliliklerle onlara karşı kullanılabilecek davranışların uygunluğunu iyi analiz etme ve... geniş problem çözme repertuarına sahip olma" yetilerini ifade eder. Ego-dayanıklılığı, psikolojik baskı altındayken kişinin karakteristik ego-kontrol seviyesinin dışına çıkabilme ve stres yaratan baskı ortadan kalktığında o seviyeye geri dönebilme yetisidir. (Block ve Block, 1980: 48).

Yukarıda da anlaşılacağı üzere Psikolojik dayanıklılığın çeşitli anlamları ve tanımları vardır. Ama genel olarak Masten ve Coatsworth'e (1998) göre, adaptasyon ya da gelişimsel süreçte yaşanan zorluklar karşısında gösterilen yetkinliktir. Yetkinliğin gelişmesiyle alakalı olarak sorulması gereken en önemli sorulardan biri, kimi insanlar zorluklar ve travmalar karşısında çırpınırken, kimi insanların zorluk ve travmayla başedebilme gücünü sağlayan özgün ya da özel bir özelliği var mıdır? Masten ve Coatsworth'e (1998) göre psikolojik dayanıklılığın varlığından söz edebilmek için iki koşul gerekmektedir: Birincisi, kişinin, tipik olarak yüksek riskli bir tehditle karşı karşıya olması, ciddi zorluğa ya da travmaya maruz kalması (örneğin aile içi şiddet, savaş, bir ebeveynin ölümü vb...); ikincisi de tüm bu tehdit, travma ve zorluklara rağmen bireyin, adaptasyonun iyi olması ve normal yaşantısına, gelişimsel sürecine devam ediyor olması gerekmektedir (Masten ve Coatsworth, 1998: 205).

Eva Klohnen(1996), dayanıklı kişilerin karakteristik özellikleri olarak, mutlu ve hoşnut olabilme, yön ve amaç hissi, verimli iş yapma kapasitesi, yetkinlik hissi, çevresel hakimiyet (çevre üstünde hissedilen kontrol, "environmental mastery"); duygusal

emniyet; kendini kabul; kendini tanıma; gerçekçi ve bozulmamış kendilik algısı gerçekçi ve bozulmamış diğer insanlar algısı, gerçekçi ve bozulmamış çevre algısı; kişilerarası yeterlik ve başkalarıyla iletişim kurarken sıcak ve şefkatli olma kapasitesi; güvenli optimizm (gerçekçi iyimserlik algısı), özerk ve üretken aktivite; kişilerarası içgörü ve yakınlık; ve kendini anlatabilme becerisi gösterdiklerini sıralamıştır (Klohn, 1996: 1067-1079).

1.5.1. Psikolojik Dayanıklılığın Öngöstergeleri

Davis'in 1999'da yaptığı literatür taramasında, psikolojik dayanıklılık ile fiziksel, sosyal, bilişsel, duygusal, ahlaki ve ruhsal yetkinlik alanlarında, anlamlı korelasyonlar olduğunu saptamıştır (akt. Stout, 2008). Buna göre;

- Fiziksel Yetkinlik: Sakin mizaç, iyi sağlık ve iyi doğum öncesi bakım.
- Sosyal ve İlişkisel Yetkinlik: Ebeveynle güvenli bağlanma ve temel güven, kendinin ve başkalarının mental durumlarına kafa yorabilmek, aktif olarak yardım edebilecek insanları toplayabilme yetisi ve olanağı, iyi arkadaşlar edinme ve arkadaşlığı sürdürmek konusunda güçlü bir beceri, yaşlılarla pozitif ilişki, kişilerarası farkındalık ya da rol üstlenme becerisi ve empati.
- Bilişsel Yetkinlik: Ortalama ya da ortalama üstü IQ ve EQ, iyi dil kazanımı ve okuma yetisi, plan yapma ve öngörü becerisi, iyi problem çözme yetisi, pozitif gelecek beklentisi, içsel kontrol odağı (internal locus of control), kendine güven ve iyimserlik.
- Duygusal Yetkinlik: Duygusal regülasyon, hazzı erteleme yetisi, yüksek özsaygı, özerklik, yaratıcı düşünce ve çalışma, espri anlayışı.
- Ahlaki (moral) Yetkinlik: Katkı sağlama yetisi ve olanağı.
- Ruhsal (spiritual) Yetkinlik: Kendi hayatının önemli olduğuna dair inanç ve yaptıklarının anlamlı olduğuna dair kanı (Stout, 2008).

1.5.2. Psikolojik Dayanıklılığın Alt Boyutları

Psikolojik dayanıklılığın açıklanmasında, bireysel, sosyal, çevresel, kişisel, yapısal vb. gibi bir çok faktörden söz etmek mümkündür. Kobasa "Psikolojik dayanıklılığı", kontrol etme, bağlılık ve mücadeleci kişilik olmak üzere 3 alt boyuta ayırmıştır. Kobasa'nın bu yaklaşımı literatürde en çok dikkat çeken ve yararlanılan çalışmalardan olmuştur (Yıldız, 2015: 16). Friberg ve arkadaşları (2005) psikolojik dayanıklılığı, "kendilik algısı", "gelecek algısı", "yapısal stil", "sosyal yeterlilik", "aile uyumu" ve "sosyal kaynaklar" olmak üzere toplam altı faktörlü bir yapı olarak gruplandırmıştır. Kendilik algısı, bireyin kendi duygu, düşünce ve davranışlarını anlamada kullandığı sistematik bir yapıdır. Bireyin kim olduğunu fark etmesine yönelik algısını ifade eder. Gelecek algısı, bireyin geleceğe yönelik yatırımlarını ifade ederken gelecekte kendini nasıl gördüğü ile ilgili algısıdır. Yapısal stil bireyin özgüven, öz saygı ve öz disiplin gibi güçlü yönlerine ait kişisel özellikleridir. Sosyal yeterlilik bireyin sosyal açıdan destek görüp görmediğiyle alakalıdır; aile uyumu bireyin aile fertleriyle olan uyumunu göstermektedir. Sosyal kaynaklar ise bireyin diğerleriyle olan sosyal ilişkilerindeki (dil, motor, bilişsel, sosyal beceri) yeterliliği, sosyal sorumluluğunu göstermektedir (Basim ve Çetin, 2011:83).

1.5.3. Psikolojik Dayanıklılıkta Risk Faktörleri

Risk faktörleri, istenmeyen olumsuz durumun ortaya çıkma ihtimalini arttıran, bireyin hayatında bulunması durumunda kişinin işlevselliğini bozan etkenlerdir. Garmez (1991) bu faktörleri, bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere 3 grupta incelenmiştir (akt. Sağ, 2016: 21).

Bireysel Faktörler: Genetik anormallikler, gelişimsel gecikme ya da bozukluklar, duyu-motor bozuklukları ya da yetersiz nabız kontrolü gibi yaradılışsal hassasiyetler (Masten ve Coatsworth, 1998); erken doğum (Bradley ve ark., 1994).

Ailesel Faktörler: Fakirlik, kronik ya da mental rahatsızlığı olan ebeveynler, yakın bir aile üyesinin kaybı, aile içi şiddet (Masten ve Coatsworth, 1998); aile içi geçimsizlik ve boşanma (Werner, 2005; Kelly ve Emery, 2003).

Çevresel Faktörler: Savaş, eğitim eksikliği, doğal afetler (Masten ve Coatsworth, 1998; Goodman, 2004; Agabi ve Wilson, 2005); toplumsal şiddet ve ailevi felaketler (Criss ve ark., 2002);

1.5.4. Psikolojik Dayanıklılığın Koruyucu ve Geliştirici Faktörleri

Pozitif psikolojinin temel görevi "dayanıklı bireyleri" nitelendiren koruyucu ve geliştirici faktörleri belirlemek, risk ve zorluklara maruz kalan bireylerin hayata uyumlarının devamını sağlamak için gerekli destekleyici faktörleri tespit etmektir. Psikolojik dayanıklılıkla ilişkilendirilen belli başlı faktörleri Alan Carr (2016), başa çıkma stratejileri (olumlu yeniden değerlendirme ve faydalı yönünü bulma becerisi, planlama becerisi vb.); empati becerisi; öz değerlendirme inançları (özsaygı, öz yeterlilik, iç kontrol odağı, iyimser açıklayıcı tarz vb.); psikolojik özellikler (yüksek yetenek seviyesi, kolay mizaç, istikrar, dışa dönüklük, vicdanlılık, vb.) ailesel faktörler (güvenli bağlanma, yetkin ebeveynlik, aile istikrarı vb.); topluluk faktörleri (kuvvetli sosyal destek ağı, pozitif eğitim deneyimi, yüksek sosyoekonomik statü vb.) olarak nitelendirmiştir (Davis ve Nolen-Hoeksema, 2009; Davydıç ve ark., 2010; Masten ve ark., 2009; Rutter, 2006. akt. Carr, 2016: 364).

Masten ve Coatsworth, 1998'de yaptığı dayanıklılık çalışmalarında, bireylerin sahip oldukları bazı yetkinlik yada iyi psikososyal fonksiyonların, bireyin yaşadığı zor deneyimler esnasında veya bu deneyimlerin sonrasında, zorlukla ve travmayla baş etme becerileri arasında önemli, anlamlı ve tutarlı ilişkiler olduğunu tespit etmişlerdir (Masten ve Coatsworth, 1998: 212)

Psikolojik dayanıklılıkta koruyucu faktörler, risk altındaki bireylerde destek vazifesi görür, zararlı etkiyi azaltır ve koruyucu bir işlev görür.

Stout, (2008) Uluslararası Sosyal Bilimler Ansiklopedisi'nde risk faktörlerini bireysel, ailesel ve çevresel olarak sınıflandırılmıştır. Buna göre;

Bireysel faktörler: İyi düşünsel işleyiş; yumuşak eğilim; öz-yeterlik (self-efficacy); özgüven (self-confidence), yüksek özsaygı (self-esteem), yetenekler ve inançtır.

Ailesel faktörler: çocuğun ebeveynleriyle yakın bir ilişkide olması; sıcaklık, yapı ve yüksek beklenti sağlayan güvenilir ebeveyn; sosyo-ekonomik avantajlar; ve daha geniş destekleyici aile bağlarıdır.

Çevresel faktörler: Ailenin dışında, toplum yanlısı yetişkinlerle bağlar, sosyal organizasyonlarla bağlar ve efektif okullardaki devam da kişinin dayanıklılığına katkı sağlar (Stout, 2008).

Psikolojik dayanıklılığı arttırmak için pozitif duygulanım, düzenli fiziksel aktivite, kaliteli ve düzenli uyku alışkanlığı, yakın arkadaşlarla kurulan sağlam sosyal ilişkiler, yaşama verilen anlam ve geleceğe yönelik değerli amaçlar ile kişisel bir çabaya ihtiyaç duyulmaktadır (Carr, 2016: 17).

Bandura'ya göre benliğin nesne olduğu görüşünün getirdiği "öz saygı ve öz yeterlilik" inançları, bireyde kişisel güce ve psikolojik dayanıklılığa katkıda bulunur. Birey kendini pozitif bir şekilde değerlendirdiğinde -yani öz saygı ve öz yeterlilik inançları güçlü olduğunda- yaşam zorluklarıyla başa çıkma becerileri güçlü, içsel psikik çatışmalarının üstesinden gelmek için kullandığı savunma mekanizmalı aktif, fiziksel ve ruhsal sağlığı olumlu yönde gelişim gösterir (Carr, 2016: 285). Bandura'nın modelinde, öz yeterlilik bilişsel, duygusal, davranışsal, motivasyonel ve seçimsel süreçler aracılığıyla inançların işleyişini düzenlemektedir. Bu modele göre bilişsel seviyede algılanan öz yeterliliği yüksek olan bireylerin stratejik esneklik, bilişsel beceriklilik, çevresel yaşam zorluklarının üstesinden gelme kapasitelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Öz yeterlilik inançları, daha iyi fiziksel sağlık, bağışıklık sisteminin işlevinde artış, stres karşısında daha fazla dayanıklılık, akıl sağlığı problemlerinde pozitif baş edebilme gücü, daha iyi psikolojik ve sosyal uyumu sağlar (Carr, 2016: 296). Zor durumlarda dayanıklı olabilmek için bir çok bilişsel duygusal ve davranışsal stratejinin yanında, hayatın anlamına tutunmak ya da hayatın kaybedilen anlamını geri kazanmak gerekir (Wright ve Masten 2013: 15-37).

1.5.4. Pozitif Psikoloji

Dünya sağlık örgütü 1948 yılındaki yapılanmasında sağlığı "fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak tam iyilik hali; hastalık veya rahatsızlığın olmaması durumu" olarak tanımlamıştır. Sonraki yıllarda bu tanımlı "sosyal ve ekonomik olarak üretken bir yaşam sürebilmek" şeklinde genişletmiştir. Dünya sağlık örgütünün "sağlığın hasta olmamaktan daha fazlasını gerektirdiğini" savunan ifadesi üzerine pozitif psikologlar, çalışmalarında insanların daha mutlu, umutlu, erdemli, başarılı, psikolojik açıdan daha dayanıklı ve sosyal yaşama uyumlu kılmaya yarayacak müdahalelere doğru yönelmişlerdir (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 189). Geleneksel psikoterapi insan hakkındaki görüşlerini psikopatolojiden alır. Bu yüzden geleneksel psikoterapi prosedürlerinin bir çoğu başlangıç noktası olarak semptomları ve hastalıkları ele alırken, pozitif psikoterapi bunun aksine hastalıklar yerine bireyin gelişmeye yönelik imkanlarını ve sağlık potansiyellerini ele alır (Peseschkian, 2015: 2). Bu güne kadar Klasik Psikiyatri bozulmuş olanı tedavi ederek sadece sıfırın altındaki bireyler ile meşgul olmuştur. Modern pozitif psikolojinin kurucusu Prof. Dr. Martin Seligman, insanı sıfırın üzerine çıkarmayı hedeflemiştir. Seligman Pozitif Psikolojinin, Geleneksel Psikolojinin karşıtı olmadığı gibi; "mutluluğun" da üzüntü, keder, korku, hüzn, öfke gibi duyguların olmaması anlamına gelmediğini vurgulanmıştır. Seligman'a göre Pozitif Psikolojinin iki önemli unsuru: Esnek Optimizm (iyimserlik) ve Otantik Mutluluk'tur. Esnek Optimizm, olumlu kognisyonların ve olumlu emosyonların öğrenilmesidir. Otantik mutluluk ise bireyin emek ve çabalarının ürünüdür (Tarhan, 2017: 20). Seligman Otantik Mutluluk adlı kitabında pozitif duyguları geçmiş, şimdi ve gelecekle ilgili duygular olarak üç kategoriye ayırmıştır. Geçmişle ilişkilendirilen pozitif duygular, huzur, doyum, memnuniyet, tatmin, gurur gibi hisleri içerir. Gelecekle ilgili pozitif duygular, güven, iyimserlik, umut, inanç gibi hisleri içerir. Şimdiki zamana ait pozitif duygular "anlık zevkler" ve "kalıcı hazlar" olmak üzere kendi içinde iki farklı gruba ayrılır. Anlık zevkler, duyular yoluyla hissedilen bedensel zevkleri içerir. Seksten, güzel parfüm kokularından ve nefis tatlardan gelen hisler bu kategoriye girer. Kalıcı zevkler, saadet, rahatlık, sevinç, neşe, coşku gibi hisleri içerir (Carr, 2016: 12). Pozitif psikoloji alanında yapılan çalışmalar, insanların negatif duygular yerine pozitif duygular deneyimlediğinde, yaşadığı yaşamdan daha fazla tatmin olduğu, kendini daha iyi hissettiği, yaptıkları işe daha çok bağlandığı, güçlü yönlerini ve yeteneklerini daha iyi

tanıma fırsatı bulduğunu, yaşamın anlam ve amacı olduğunu daha kolay fark ettiğini ve hayatın anlamını daha kolay kabul ettiğini ortaya koymaktadır (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 189).

Psikolojinin bu yeni dalı, insanların güçlü yönlerinin ve mutluluğun bilimsel olarak araştırılmasını hedeflemektedir. Bu terapi yöntemi danışanların kendilerini yenileme yetilerine, çabuk iyileşme becerilerine, zorluklar karşındaki dayanıklılık potansiyellerine yer vermiştir. Pozitif psikoloji anlamlı ve olumlu bir yaşam sürmeyi hedeflerken, mutluluk ve iyi oluş, olumlu özellikler, yaratıcılık, üretkenlik, anlamlı pozitif ilişkiler, sosyal adaptasyon, sosyal sistemler ve kurumların gelişimi gibi temel unsurları konu olarak ele almıştır (Carr, 2016: 11).

1.5.5. Pozitif Psikoterapi

Pozitif psikoloji bulgularına ve teorilerine dayanarak belirmeye başlayan pozitif psikoterapiyi, diğer geleneksel terapilerden farklı kılan terapi amacının semptomlarda azalma veya patolojilerde iyileşme yerine; mutlulukta artış, yaşam memnuniyeti, yaşam doyumu, huzur, üretkenlik gibi iyi yaşamın öğelerini hedeflemesidir (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 191). Terapötik bağlamda pozitif psikoterapi iyi oluşa yönelik 14 temel öğeyi bir araya getirmiştir. Martin Selligman tarafından geliştirilen 14 oturumluk pozitif psikoterapi programının başlıca öğeleri, memnuniyeti arttıran ve memnun edici bir yaşamı destekleyen, dolu bir yaşamı teşvik etmek için iyimserlik, umut, sevgi, bağlılık, keyif alma, doyum, affedicilik ve minnet gibi bireye özgü güçlü yanların kullanılmasını sağlayan cesaret veren müdahaleler, iyi oluş terapisi, yaşam kalitesini artırma terapisi, kişi odaklı yaklaşımlar, travma sonrası gelişim terapisi, pozitif aile terapisi, ciddi sorunlar için güçlü yanlara dayanan terapiler, çözüm odaklı terapiden oluşturmaktadır (Carr, 2016: 392). Pozitif psikoterapi, hastanın kalıcı terapi kapasitesine vurgu yapan beş aşamalı etkin bir terapi sunmaktadır. İlk aşama Gözlem/ Mesafe Koyma aşamasıdır. Bu basamakta terapist danışanı ile ilgili gözlem, analiz, tanı ve prognoz kararı ile sonuçlanır. İkinci aşama Envanter Yapma aşamasıdır. Bu basamakta bireyi tanıma yöntemi olarak kullanılan Ayırt Etme envanteri ve sonuçları değerlendirilir. Envanter sonuçlarına göre danışanın tutumları, davranış biçimleri, yetenekleri, içsel çatışmaları ve diğerleriyle olan çatışmalar hakkında bilgi sunar. üçüncü aşama Durumsal Cesaretlendirme aşamasıdır. Bu basamakta kaynaşma, ayırt

etme ve ayrılma bir bütün olarak görülmelidir. Durumsal Cesaretlendirme'nin içeriği gerçek yetenekler ve temel yeteneklerin modları ile ilişkilidir. Dördüncü aşama Sözcükleştirme aşamasıdır. Bu basamakta çatışma yaşayan partnerlerin aralarındaki yanlış anlamaları çözmeye yönelik girişimler uygulanır. Bireyler arasındaki iletişim engellerini, empati yoksunluğunu, yanlış anlama düzeylerinden meydana gelen iletişim problemlerini çözmeyi hedef alır. Son aşama Amaçların genişletilmesi aşamasıdır. Bu basamakta partnerlerle olan ilişkinin sadece anlık şanssızlıklar sonucu oluşan çatışmalarla gölgelenemeyeceğinin öğrenilmesi hedeflenmektedir (Peseschkian, 2015: 329-410).

1.6. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde hayatın anlamı, yaşamın anlamı, yaşamda anlam, psikolojik dayanıklılık, yılmazlık, psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan çalışmalara değinilmiştir. Hayatın anlam algısı ve Psikolojik dayanıklılığın farklı değişkenlerle olan ilişkilerini inceleyen çalışmalara yer verilmiştir.

1.6.1. Hayatın Anlamı İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Çamur (2014), “Yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi” adlı araştırmasında geç ergenlik dönemindeki gençlerde yaşamda anlam ile dindarlık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu amaçla farklı bölümlerinde üniversitede öğrenim görmekte olan , 16-27 yaş arasında değişen toplam 591 katılımcıyla çalışma yürütülmüştür. Katılımcılara Yaşamda Anlam Ölçeği ve Dindarlık Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmacı elde ettiği bulgular sonucunda, cinsiyet, yaşanılan yer, öğrenim görülen sınıf, öznel dindarlık ve yaşamda anlam algısının yaşamda anlam varlığını, anlam arayışını ve dindarlığı etkilediğini; ayrıca yaşamda anlam varlığı ile dindarlık boyutları arasında pozitif yönde yüksek düzeyde ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Ok (2016), “Anlam Arayışı Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyine Etkisi” adlı araştırmasında, veri toplama aracı olarak “Öznel İyi Oluş Ölçeği” ve kendisi tarafından geliştirilen “Anlam Arayışı Eğitim Programını” kullanmıştır. Eğitimin amacı öğrencilerin kendi hayatlarına ve içinde yaşadıkları dünyaya yönelik farkındalık sahibi olmaları, insani ihtiyaçlarına yönelik farkındalık kazanmalarını sağlamak ve öznel iyi oluşlarının arttırmaktır. Araştırma sürecinde kontrol grubuna

herhangi bir işlem yapılmamıştır. Eğitim programının bitiminde katılımcı ve kontrol grubu öğrencilerine son test uygulanmıştır. Daha sonra öğrencilerin ön test- son test öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı “Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi” ile analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda katılımcı grubu öğrencilerinin son test puanları arttığı, ancak katılımcı ve kontrol grubu öğrencilerinin son test puanları arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Yüksel (2013), “Genç Yetişkinlerde Aşk Tutumları Yaşamın Anlamı” adlı araştırmasında, genç yetişkinlerin sahip oldukları tutkulu, oyun gibi, arkadaşça, mantıklı, sahiplenici, özgeci aşk tutumları ile sahip oldukları mevcut yaşam anlamı ile aranan yaşam anlamı arasında ilişkinin olup olmadığını ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu amaçla 215 kadın ve 250 erkek olmak üzere toplamda 465 üniversite öğrencisi ile çalışmasını yürütmüştür. Araştırmada ölçme araçları olarak, genç yetişkinlerin cinsiyeti, doğum sırasına göre konumu, algılanan gelir düzeyi, anne baba birlikteliği ve algılanan ebeveyn tutumuna ilişkin bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Yaşamın Anlamı Ölçeği ve Aşka İlişkin Tutumlar Ölçeği: Kısa Formu (LAS) kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda elde edilen verilere göre genç yetişkinlerin sahip olduğu aşk tutumları alt boyutları ile yaşamın anlamı alt boyutları arasında ilişki olduğu görülmüştür. Aşk tutumları ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde, aşk tutumlarının cinsiyete ve ebeveyn birlikte ya da ayrı oluşuna göre farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte aşk tutumlarının algılanan sosyo-ekonomik düzey ve algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamı ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişki de incelenmiştir. Buna göre, yaşamın anlamı cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey ve ebeveyn birlikteliği ya da ayrı oluşuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bunun yanında genç yetişkinlerdeki yaşamın anlamı algılanan ebeveyn tutumu ve doğum sırasındaki konuma göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür.

Baş (2014), “Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki” adlı çalışmasında, değerler ile yaşamda anlam arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya konmayı amaçlamıştır. Araştırmanın çalışma grubu 589“u kız 321“i erkek olmak üzere toplam 910 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. “Yaşamda Anlam Ölçeği” ile

araştırmacılar tarafından geliştirilen bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda mevcut anlam ile toplumsal değerler, maneviyat, insan onuru, özgürlük, fütüvvet, kariyer değerleri, ve entelektüel değerler arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Mevcut anlam ile materyalistik değerler ve romantik değerler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aranan anlam ile toplumsal değerler, materyalistik değerler, romantik değerler, özgürlük, kariyer değerleri ve entelektüel değerler arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aranan anlam ile maneviyat arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aranan anlam ile insan onuru arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Mevcut anlamın önemli yordayıcıları olarak maneviyat, fütüvvet ve materyalistik değerler bulunmuştur. Diğer alt boyutların mevcut anlamı anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Aranan anlamın önemli yordayıcıları olarak romantik değerler, maneviyat ve özgürlük bulunmuştur. Diğer alt boyutların aranan anlamı anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

Güven (2015), “Üniversite Öğrencilerinde Yaşamın Amacı ve Anlamı ile Yaşam Doyumu ve Yakın İlişkiler” adlı çalışmasında, Türkiye'nin 7 bölgesinde üniversite öğrencilerinden 18-27 yaşları arasında olan 1123 kişi örneklem olarak seçilmiştir. Araştırmada Hinton Yaşamın Anlamı ve Amacı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Çok Boyutlu İlişki Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği ve alt boyutlarının puan ortalamalarının çeşitli değişkenlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri ve üniversite öğrencilerinin yaşamlarına verdikleri anlamlar incelenmiştir. Araştırma sonucunda kullanılan ölçeklerin toplam ve alt ölçek puan ortalamalarının araştırmada ele alınan tüm değişkenlere göre anlamlı olarak farklılaştığı ve ölçeklerin toplam ve alt ölçek puanları arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşamda sırasıyla en fazla kişi odaklı bir yaşam anlamına sahip oldukları, anlamsızlık odaklı cevaplar verdikleri, duygu ve ilişki, amaç, nesne, yaşam, din, kişilik, yönetim ve hukuk sistemi ve son olarak anlam odaklı yaşam anlamına sahip oldukları bulunmuştur.

Taş (2011), “Öğretmenlerde Yaşamın Anlamı, Yaşam Doyumu, Sosyal Karşılaştırma İç-Dış Kontrol Odağının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” adlı araştırmada öğretmenlerde yaşamın anlamı, yaşam doyumu, sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağı arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamıştır. Araştırmanın

örneklemine 144 bay, 219 bayan toplam 363 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme araçları olarak Bilgi Toplama Formu, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, Rotter'in İç-dış Kontrol Odağı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda yaşam anlamının mevcut anlam alt boyutu ile yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma arasında pozitif; iç-dış kontrol odağı arasında negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öğretmenlerin yaşam anlamlarının mevcut anlam alt boyutunun cinsiyet, yaş, meslekteki çalışma süresi, eğitim durumu ve medeni durum açısından anlamlı farklılıklar göstermediği bulunmuştur. Öğretmenlerin yaşam anlamlarının aranan anlam alt boyutunun cinsiyet ve medeni durum açısından anlamlı farklılık gösterdiği, yaş, meslekte çalışma süresi ve eğitim durumu açısından anlamlı farklılıklar göstermediği bulunmuştur. Öğretmenlerde yaşam doyumunun cinsiyet açısından anlamlı farklılık gösterdiği, yaş, meslekteki çalışma süresi, eğitim durumu ve medeni durum açısından anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Öğretmenlerde sosyal karşılaştırmanın cinsiyet, eğitim durumu açısından anlamlı farklılık göstermediği, yaş, meslekteki çalışma süresi ve medeni durum açısından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Öğretmenlerin iç-dış kontrol odağı cinsiyet, yaş, meslekteki çalışma süresi açısından anlamlı farklılık gösterdiği, eğitim durumu ve medeni durum açısından anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Elde edilen bulgular ışığında araştırmadan elde edilen sonuçlar tartışılmış ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

1.6.2. Psikolojik Dayanıklılık İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Uçar (2014), "Özel Eğitim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin ve Mesleki Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" adlı çalışmada, özel eğitim okullarında çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerine ve mesleki sosyal destek düzeylerine etki eden değişkenlerin incelenmesini amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemini, 2012–2013 eğitim-öğretim yılında İstanbul Avrupa yakasında resmi özel eğitim okullarında görev yapmakta olan 202 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırma ile ilgili verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği" ve "Öğretmen Mesleki Sosyal Destek Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; Özel Eğitim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik dayanıklılık düzeyleri tüm ölçek puanları incelendiğinde; cinsiyet, medeni durum, mezuniyet alanı ve yaşlarına göre ortalamalar arasındaki fark

istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Özel Eğitim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Sosyal Destek düzeyleri tüm ölçek puanları incelendiğinde; çalıştığı kurum türüne göre ortalamalar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Şahin (2014), “Öğretmelerin Öz Duyarlılıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi” adlı çalışmasında Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı çalışan öğretmenlerin öz duyarlılık, psikolojik sağlık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaya çalışmıştır. Araştırma grubunu, 2012-2013 eğitim öğretim yılında Uşak ili, ilçe ve köylerinde görevli olan 422 öğretmene Kişisel Bilgi Formu, Öz Duyarlılık Ölçeği (Neff, 2003b), Yılmazlık Ölçeği (Gürkan, 2006), Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1983) uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, öz duyarlılık düzeylerinin cinsiyet, medeni durum ve unvan değişkenlerine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öz duyarlılık düzeyleri ile psikolojik sağlık arasındaki ilişki incelendiğinde; öz duyarlılık ve alt boyutları (Öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik, öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme) ile psikolojik sağlık arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Öz duyarlılık ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki incelendiğinde de bu iki değişken arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde psikolojik sağlık ve yaşam doyumunun öz duyarlılık düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu ve anlamlı etkiye sahip oldukları görülmüştür.

Sönmezer (2015), "Öğretmenlerin Tükenmişlik ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi" adlı araştırmasında çeşitli değişkenler açısından öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ile “Maslach Tükenmişlik Ölçeği” ve “Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet ve medeni durum değişkenleri ile öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Özel eğitimde çalışma durumu, (zihinsel engelli öğrencilerle çalışma durumu), mezun olunan branş ve kıdem değişkenleri ile öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Eğitim düzeyi ile öğretmenlerin tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çalışılan kurum ve sınıf mevcudu değişkenleri ile öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir

farklılık olduğu görülmüştür. Öğretmenlerin genel olarak tükenmişlik düzeylerinin orta düzeyde olduğu, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ise yüksek düzeye yakın olduğu saptanmıştır..

Yıldız (2015), "Eğitim Yöneticilerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Ve Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı araştırmasında, Yozgat İli, Sorgun İlçesinde görev yapan 112 eğitim yöneticisine Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Melbourne Karar Verme Stilleri Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre eğitim yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Psikolojik dayanıklılık arttıkça karar verme stillerinden karar vermede öz saygı ve dikkatli karar verme boyutunda pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanırken, karar vermenin alt boyutlarından olan kaçınan, erteleyici ve panik karar verme arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Karakuş (2017), "Özel Eğitim Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılıkları İle Mesleki Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı çalışmasında, özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılıkları ile mesleki sosyal destek düzeylerinin ne düzeyde olduğu, aralarında anlamlı bir ilişki olup olmadığı; mesleki sosyal desteğin psikolojik dayanıklılığı yordayıp yordamadığının incelenmesi amaçlanmıştır. 102 özel eğitim öğretmeni çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve "Öğretmen Mesleki Sosyal Destek Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre; özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık ve mesleki sosyal destek düzeylerinin "yüksek" düzeyde olduğu belirlenmiştir. Özel eğitim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yaş ve kurum türü değişkenlerine göre ortalamalar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Özel eğitim öğretmenlerinin mesleki sosyal destek düzeylerinde cinsiyet, yaş, çalışma süresi, mezun olunan branş ve kurum türü değişkenlerine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Psikolojik dayanıklılık ile mesleki sosyal destek düzeyleri arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mesleki sosyal destek, psikolojik dayanıklılığı anlamlı bir şekilde yordayıp, toplam varyansın %13'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yalçın (2015), "İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Stres, Psikolojik Dayanıklılık Ve Akademik İyimserlik Algıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" adlı çalışmasında, Ankara ili merkez ilçelerinden seçilen 20 ilköğretim okulunda görevli 406 öğretmenden oluşmuştur. Araştırmada "Tükenmişlik Ölçeği", "Algılanan Stres Ölçeği", "Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği III-R" ve "Bireysel Akademik İyimserlik Ölçeği" olmak üzere dört farklı ölçek kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre öğretmenlerin mesleki tükenmişlik, algılanan stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik algıları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Araştırma sonucunda algılanan stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserliğin, mesleki tükenmişliğin anlamlı yordayıcıları olduğu sonucuna varılmıştır. Mesleki tükenmişliğin en güçlü yordayıcıları sırasıyla algılanan stres ve psikolojik dayanıklılıktır. Araştırmada tükenmişliğin yordayıcıları olarak kişisel değişkenler kullanılmıştır. Tükenmişliği yordamada örgütsel değişkenleri ele alacak çalışmaların, öğretmenlerin mesleki tükenmişlik algı düzeylerini anlamada etkili olabileceği düşünülmektedir.

1.6.3.Hayatın Anlamı ve Psikolojik Dayanıklılık İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Parlak (2014), "Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu Yurtlarında Barınan Kız Öğrencilerin Yaşam Anlam Düzeyleri ile Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişki" adlı araştırmasında İstanbul ili Kredi ve Yurtlar Kurumu yurtlarında kalan 455 üniversite öğrencisiyle çalışma yürütülmüştür. Araştırmada, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Yaşamda Anlam Ölçeği ile Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sonunda öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları ile yaşamda anlam seviyeleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki oluştu; yaşamda anlam puanlarının sınıf ve kaç kişilik odada kaldığı değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği saptanmıştır. Psikolojik dayanıklılık puanlarının belirlenen değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık ortaya koymadığı görülmüştür.

Demirbaş (2010), "Yaşamda anlam ve yılmazlık" adlı araştırmasında, Yaşamda Anlam Ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması, üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam düzeyleri ile yılmazlık düzeyleri arasındaki ilişkinin irdelenmesi ve yaşamda anlamın

üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim gördükleri fakülteye göre anlamlı olarak farklı olup olmadığının incelenmesini amaçlamıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Yaşamda Anlam Ölçeği (Demirbaş, 2010), Ego- Yılmazlık Ölçeği (Kararımak, 2007) ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ayrıca Yaşamda Anlam Ölçeğinin ölçüt geçerliliği için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği (Köker, 1991) kullanılmıştır. Analizler sonucunda, Türk kültürüne uyarlanan Yaşamda Anlam Ölçeğinin yeterli düzeyde geçerlilik ve güvenirlikte olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşamda anlam ile yılmazlık arasındaki ilişki değerlendirildiğinde yaşamda anlamın alt boyutları olan yaşamda anlamın varlığı ve aranması, yılmazlığın iki alt boyutu olan toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler ve kendine yönelik olumlu değerlendirmeler ile pozitif yönde düşük düzeyde ilişkili bulunmuştur. Yaşamda anlamın alt boyutları olan yaşamda anlamın varlığı ve aranması ile yılmazlığın alt boyutu olan yeniliklere açık olma arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yaşamda anlam üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaşlarına ve fakültelerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Cheng (2012), psikolojik dayanıklılık faktörlerini, zorluk karşısındaki pozitif tepki ya da sağlam duruş ile ilişkilendirilebilecek değişkenleri tanımlamak için yaptığı araştırmasında, 65 yaş üstü yaşlı bireyler ile çalışmıştır. Yaşlı bireylerde hayatın anlamı, psikolojik dayanıklılık ve intihar riskinin incelendiği çalışmada hayatın anlamı arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığı, intihar riskinin azaldığı sonucuna varılmıştır. Hayatın anlam algısının intihar riskini azaltmakta, intihar girişimine karşı koruyucu rol oynamakta ve psikolojik dayanıklılığı artırmakta önemli unsur olduğunu ortaya koymuştur.

Du ve ark. (2017), ebeveynleri Hiv'den etkilenmiş çocuklar arasında hayatın anlamı, dayanıklılık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışmalarında, psikolojik dayanıklılığı yüksek olan çocukların düşük olanlara kıyasla; hayatın anlamının depresyon ve yalnızlık ihtimalini azalttığı sonucuna varmışlardır.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma tanımlayıcı ve ilişkisel bir araştırmadır. Bu bağlamdaki çalışma, lise öğretmenlerinin hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi olduğu gibi ortaya koymayı amaçladığı için tanımsal, bu kavramların bazı değişkenler tarafından nasıl etkilendiğini göstermesi bakımından da ilişkisel niteliktedir. Araştırmada, lise öğretmenlerinin hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeylerine etki edebileceği düşünülen demografik değişkenler -cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi, inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma derecesi- arasındaki ilişki incelenecektir.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2018 yılının Ocak ayında, İstanbul ili, Üsküdar ilçesinde bulunan resmi liselerde görev yapan öğretmenlerden oluşmaktadır.

Örneklem büyüklüğünün hesaplanmasında oran kestirisine olanak verecek formül kullanılmıştır (Karasar, 2007:123). Ayrıca manidarlık düzeyi olarak 0,5 değeri esas alınmıştır.

Araştırmanın örnekleme; İstanbul ili, Üsküdar ilçesi resmi liselerde görev yapan 1930 öğretmen; Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde görev yapan 185 öğretmen, Anadolu Lisesinde görev yapan 93 öğretmen, İmam Hatip Lisesinde görev yapan 70 öğretmen olmak üzere; \pm %4,76 örnekleme hatası ile toplam 348 öğretmen tesadüfi olarak seçilmiştir (Tablo: 1).

**Tablo: 1. Evren ve Örneklemdeki Öğretmen Sayılarının
Lise Türlerine Göre Dağılımı**

Üsküdar İlçesinde Bulunan Lise Türleri	Evren		Örneklem	
	Öğretmen Sayısı	%	Öğretmen Sayısı	%
Mesleki ve Teknik Anadolu L.	1069	% 55	185	% 55
Anadolu Lisesi	498	% 26	93	% 26
İmam Hatip Lisesi	363	% 19	70	% 19
Toplam:	1930		348	

Araştırmaya katılan öğretmenlerin sosyo demografik özellikleri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo: 2. Örneklem Demografik Özellikleri

Değişkenler	Gruplar	Kişi Sayısı	%	Toplam N
Cinsiyet	Kadın	218	62,6	348
	Erkek	130	37,4	
Yaş	20-29 yaş	53	15,2	348
	30-39 yaş	107	30,7	
	40-49 yaş	142	40,8	
	50-59 yaş	40	11,5	
	60 yaş ve üzeri	6	1,7	
Gelir düzeyi	1000- 2000 TL	5	1,4	348
	2001- 4000 TL	100	28,7	
	4001- 6000 TL	88	25,3	
	6001- 10000 TL	136	39,1	
	10000 TL ve üstü	19	5,5	
Medeni durum	Evli	239	68,7	348
	Bekar	109	31,3	
Çocuk sahibi olma durumu	Çocuğu Var	203	58,3	348
	Çocuğu Yok	144	41,7	
İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi	Önemli değil	41	11,8	348
	Az önemli	49	14,1	
	Önemli	121	34,8	
	Çok önemli	137	39,4	
İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma düzeyi	Yardımcı olmuyor	28	8,0	348
	Kısmen yardımcı oluyor	50	14,4	
	Yardımcı oluyor	127	36,5	
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	41,1	

Tablo 2 'ye göre araştırmaya katılan öğretmenlerin %62,6'sı (218) kadın, %37,4'ü (130) erkek; %15,2'si 20-29 yaş, %30,7'si 30-39 yaş, %40,8'i 40-49 yaş, %11,5'i 50-59 yaş, %1,7'si 60 yaş ve üzeri yaş aralığında değişmektedir. Ankete katılanların gelir düzeyi %1,4'ü 1000-2000TL, %28,7'si 2001-4000TL, %25,3'ü 4001-6000TL, %39,1'i 6001-10000TL, %5,5'i 10000TL ve üzeri gelir aralığında değişmektedir. Ankete katılanların %68,7'si evli, %31,3'ü bekar; %58,3'ü çocuk sahibi, %41,7'si çocuk sahibi değildir. Ankete katılan öğretmenlerin %39,4'ü inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmadaki önem derecesinin çok önemli olduğunu, %34,8'i önemli olduğunu, % 14,1'i az önemli olduğunu, % 11,8'i önemli olmadığını düşünmektedir. Ankete katılan öğretmenlerin %41,1'i inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma düzeyini çok fazla yardımcı olduğunu, %36,5'i yardımcı olduğunu, %14,4'ü kısmen yardımcı olduğunu, %8'i yardımcı olmadığını düşünmektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada verileri toplamak için Demografik Sorular, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği sorularından oluşan, anket formu (Ek:1) kullanılmıştır.

2.3.1. Demografik Sorular

Araştırmada kullanılan demografik sorular, araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Demografik sorular öğretmenlerin; cinsiyet, yaş gelir düzeyi, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi, inancın hayatın anlam ve amacını kavramada önem derecesi düzeyini belirlemeye yönelik sorulara yer verilmiştir.

2.3.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği (HAAÖ)

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği kişinin, kendi yaşamındaki anlam düzeyini belirlemek ve bunu ifade etme tarzlarını ölçmek amacıyla Cüneyd Aydın, Mevlüt Kaya, Hüseyin Peker (2012) tarafından geliştirilmiştir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin güvenilirliği için, test-tekrar test, test-yarı test ve Cronbach Alpha güvenirlik kontrol yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından yapılan güvenirlik sonuçlarına göre ölçeğin, test-tekrar test güvenirlik katsayısı 0,74; test-yarı test güvenirlik katsayısı 0,81; Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı ise 0,91 olarak bulunmuştur.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, (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 ($17 \times 1 = 17$), en yüksek puan ise ($17 \times 5 = 85$)'tir. Yüksek puan, bireylerin hayatındaki yüksek anlam düzeyini, düşük puan ise düşük anlam düzeyini ifade etmektedir.

2.3.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ)

Araştırmada Basım ve Çetin (2010) tarafından geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılan Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Resilience Scale for Adults) Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiş, ülkemizde geçerlilik güvenirlik çalışması Basım ve Çetin (2010) tarafından yapılmıştır. Araştırmacılar tarafından yapılan güvenirlik sonuçlarına göre ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının 0,66 ile 0,81 arasında ve test-tekrar test güvenirliklerinin ise 0,68 ile 0,81 arasında değiştiği bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı 0,86 olarak bulunmuştur. Yapılan faktör analizi sonucunda, özgün ölçekle örtüşen "Kendilik Algısı", "Gelecek Algısı", "Yapısal Stil", "Sosyal Yeterlilik", "Aile Uyumu" ve "Sosyal Kaynaklar" boyutlarını içeren altı faktörlü yapı doğrulanmıştır. Ölçekte 33 soru maddesi bulunmaktadır. Ölçekte, 'Kendilik Algısı' 6 madde, 'Gelecek Algısı' 4 madde, 'Yapısal Stil' 4 madde, 'Sosyal Yeterlilik' 6 madde, 'Aile Uyumu' 6 madde ve 'Sosyal Kaynaklar' 7 madde ile ölçülmektedir. Puanlar arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığı düşüncesiyle cevap kutucuklarını soldan sağa doğru 1,2,3,4,5 olarak değerlendirilmiştir. Bu görüş dikkate alınarak ölçekteki; 1, 3, 4, 8, 11, 12, 13, 14,15, 16, 23, 24, 25, 27, 31, 33 numaralı sorular ters sorular olarak değerlendirilmiştir. Ölçekte puanın yükselmesi bireyin dayanıklılık düzeyinin de yükseldiği şeklinde yorumlanmaktadır.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri; İstanbul ili, Üsküdar ilçesi, resmi liselerde görev yapan öğretmenlere Demografik Sorular, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinden oluşan anket formunun uygulanması yoluyla toplanmıştır. Ölçeklerin söz konusu okullarında uygulanabilmesi için İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden resmi yazışma yolu ile anket uygulama izni alınmıştır. Anket uygulama izni alındıktan sonra anket formları çoğaltılarak okullarda görev yapan psikolojik danışmanların desteğiyle öğretmenlere uygulanmıştır. Çalışma evrenindeki liselerde görev yapan, tesadüfi yöntemle seçilmiş, araştırmaya katılmaya gönüllü 348 öğretmene anket uygulaması yapılmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Veri analizinde SPSS 23.00 istatistik paket programı kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Hayatın anlamı algısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyi verilerini analiz ederken normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov Testi kullanılmıştır.

Tablo: 3. Kolmogorov-Smirnov Testi Sonucu

Test Değişkenleri	N	Ortalama	Standart Sapma	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Toplam HAAÖ	348	65,60	11,92	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Toplam PDÖ	348	122,19	15,76	,000 ^c	Normal dağılmıyor
HAA	348	39,22	6,37	,000 ^c	Normal dağılmıyor
HAA Y	348	21,96	5,91	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Yapısal Stil	348	14,25	2,30	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Gelecek Algısı	348	14,74	2,59	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Aile Uyumu	348	19,71	4,93	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Kendilik Algısı	348	23,13	3,46	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Sosyal Yeterlilik	348	22,43	3,13	,000 ^c	Normal dağılmıyor
Sosyal Kaynaklar	348	26,86	3,65	,000 ^c	Normal dağılmıyor

Tablo 3 incelendiğinde Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre, p değerinin 0,05'ten küçük olduğu görülmüş, puanların normal dağılım göstermediği tespit edildiği için verilerin analizinde non-parametrik (parametrik olmayan) testler Mann Whitney U Testi ile Kruskal Wallis gibi testler kullanılmıştır.

**Tablo 4. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği
Güvenirlilik Değerleri**

Değişkenler	Madde Sayısı	Orijinal Değeri Cronbach's Alpha	Araştırma Değeri Cronbach's Alpha
Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	17	0,91	0,91
Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	33	0,86	0,89

Tablo 4'e göre Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin orijinal güvenirlik değerinin 0,91, araştırma güvenirlik değeri 0,91 olduğu görülmektedir. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin orijinal güvenirlik değerinin 0,86 araştırma güvenirlik değerlerinin ise 0,89 olduğu görülmektedir. Sonuç olarak her iki ölçek de orijinal güvenirlik değerleriyle tutarlı, iç tutarlılık düzeyi oldukça yüksek ve güvenilir olduğu söylenebilir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde "İstanbul İli, Üsküdar İlçesi, Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin, Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı çalışmada, öğretmenlere uygulanan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden elde edilen verilerin, istatistiksel analizi sonucunda ulaşılan bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmada kullanılan tüm değişkenlerin minimum, maksimum, ortalama değerleri ile standart sapmalarını kapsayan tanımlayıcı istatistikler bu bölümde sunulmuştur.

3.1.1. Öğretmenlerin Hayatın Anlamı Algısına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmaya katılan öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile ölçek alt boyutlarından elde edilen sonuçların; minimum, maksimum, ortalama değerleri ile standart sapmalarını kapsayan tanımlayıcı istatistikler Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5: Öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin n, x ve ss Değerleri

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Ölçek Alt Boyutları	N	Min.	Max.	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	348	16	50	39,22	0,34
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	348	6	30	21,96	0,31
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	348	25	85	65,60	0,63

Tablo 5 incelendiğinde, Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutunda en düşük puanın 16 en yüksek puanın 50 bununla birlikte grubun puan ortalamasının 39,22 standart sapmasının ise 0,34 olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin, 55 puan üzerinden 39,22 puan ile orta düzeyde hayatın anlam ve amacı algısına sahip olduğu söylenebilir.

Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt boyutunda en düşük puanın 6, en yüksek puanın 30, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 21,96, standart sapmasının ise 0,31 olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin, 30 puan

üzerinden 21,96 puan ile orta düzeyde hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu algısına sahip olduğu söylenebilir.

Toplam hayatın anlam ve amacı ölçeği en düşük puanın 25, en yüksek puanın 85, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 65,60 standart sapmasının ise 0,63 olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin, 85 puan üzerinden 65,60 puan ile orta düzeyde hayatın anlam ve amacı algısına sahip olduğu söylenebilir.

3.1.2. Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmaya katılan öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile ölçek alt boyutlarından elde edilen sonuçların; minimum, maksimum, ortalama değerleri ile standart sapmalarını kapsayan tanımlayıcı istatistikler Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6: Öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin n, x ve ss Değerleri

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği İle Ölçek Alt Boyutları	N	Min.	Max.	Aritmetik Ortalama	Standart Sapma
Kendilik Algısı	348	6	30	23,13	0,18
Gelecek Algısı	348	4	20	14,74	0,13
Yapısal Stil	348	7	20	14,25	0,12
Sosyal Yeterlilik	348	8	30	22,43	0,16
Aile Uyumu	348	6	30	19,71	0,26
Sosyal Kaynaklar	348	9	35	26,86	0,19
Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	348	41	157	122,19	0,83

Tablo 6. incelendiğinde, Kendilik Algısı Alt Boyutunda en düşük puan 6, en yüksek puanın 30, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 23,13, standart sapmasının ise 0,18 olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin, 30 puan üzerinden 23,13 puan ile orta düzeyde bir kendilik algısına sahip olduğu söylenebilir.

Gelecek Algısı Alt Boyutunda en düşük puanın 4, en yüksek puanın 20, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 14,74, standart sapmasının ise 0,13 olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 20 puan üzerinden 14,74 puan ile orta düzeyde bir gelecek algısına sahip olduğu söylenebilir.

Yapısal Stil Alt Boyutunda en düşük puanın 7, en yüksek puanın 20, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 14,25 standart sapmasının ise 0,12 olduğu görülmektedir. Bu

verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 20 puan üzerinden 14,25 puan ile orta düzeyde bir yapısal stil puanına sahip olduğu söylenebilir.

Sosyal Yeterlilik Alt Boyutunda en düşük puanın 8, en yüksek puanın 30, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 22,43 standart sapmasının ise 0,16 olduğu görölmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 30 puan üzerinden 22,43 puan ile orta düzeyde bir sosyal yeterlik puanına sahip olduğu söylenebilir.

Aile Uyumu Alt Boyutunda en düşük puanın 6, en yüksek puanın 30, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 19,71 standart sapmasının ise 0,26 olduğu görölmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 30 puan üzerinden 19,71 puan ile orta düzeyde bir aile uyumu puanına sahip olduğu söylenebilir.

Sosyal Kaynaklar Alt Boyutunda en düşük puanın 9, en yüksek puanın 35, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 26,86 standart sapmasının ise 0,19 olduğu görölmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 35 puan üzerinden 26,86 puan ile orta düzeyde bir sosyal kaynak algısına sahip olduğu söylenebilir.

Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği en düşük puanın 41, en yüksek puanın 157, bununla birlikte grubun puan ortalamasının 122,19 standart sapmasının ise 0,83 olduğu görölmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan öğretmenlerin; 165 puan üzerinden 122,19 puan ile orta düzeyde psikolojik dayanıklılık algısına sahip olduğu söylenebilir.

3.2. Değişkenler Arası Korelasyon Analizi

Araştırmaya katılan öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile ölçek alt boyutlarından elde edilen sonuçların; değişkenler arası korelasyon analizi Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7: Korelasyon Analizi

Değişkenler		THAAÖ	TPDÖ	HAA	HAAY	YSTS	GATS	AUTS	KATS	SYTS	SKTS
THAAÖ	Korelasyon Katsayısı	1	,794**	,951**	,934**	,541**	,752**	,697**	,704**	,391**	,631**
	P		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
TPDÖ	Korelasyon Katsayısı		1	,766**	,736**	,715**	,842**	,778**	,850**	,680**	,849**
	P			,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
HAA	Korelasyon Katsayısı			1	,785**	,530**	,726**	,653**	,685**	,385**	,617**
	P				,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
HAAY	Korelasyon Katsayısı				1	,494**	,699**	,682**	,644**	,349**	,570**
	P					,000	,000	,000	,000	,000	,000
YSTS	Korelasyon Katsayısı					1	,585**	,481**	,562**	,517**	,539**
	P						,000	,000	,000	,000	,000
GATS	Korelasyon Katsayısı						1	,594**	,764**	,487**	,601**
	P							,000	,000	,000	,000
AUTS	Korelasyon Katsayısı							1	,528**	,331**	,595**
	P								,000	,000	,000
KATS	Korelasyon Katsayısı								1	,485**	,664**
	P									,000	,000
SYTS	Korelasyon Katsayısı									1	,555**
	P										,000
SKTS	Korelasyon Katsayısı										1
	P										

** $\alpha=0,01$ düzeyinde anlamlı bir korelasyon (ilişki) vardır.

THAAÖ ile TPDÖ arasında 0,79 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, ve istatistiksel olarak güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu ilişki doğrultusunda Hayatın anlam ve amacı puanı arttıkça, öğretmenlerin Psikolojik dayanıklılık puanı da pozitif yönlü artmaktadır.

THAAÖ ile THAAÖ alt boyutları arasında HAA 0,95, HAAY 0,93 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak çok güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Hayatın anlamı ve amacı puanı arttıkça öğretmenlerin Hayatın Anlamı ve Amacı Alt Boyutu ile Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu puanı da pozitif yönlü artmaktadır.

THAAÖ ile PDÖ alt boyutları arasında GATS 0,75, KATS 0,70 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. THAAÖ ile PDÖ alt boyutları arasında YSTS 0,54, AUTS 0,69, SKTS 0,63 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. THAAÖ ile PDÖ alt boyutları arasında SYTS 0,39 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Hayatın anlam amacı puanı arttıkça öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutu puanları da pozitif yönlü artmaktadır. Öğretmenlerin Hayatın Anlamı Algısı ile Gelecek Algısı ve Kendilik Algısı Alt Boyutları arasında en güçlü ilişki olduğu, sosyal yeterlilik alt boyutu arasında ise en zayıf ilişki olduğu saptanmıştır.

TPDÖ ile HAAÖ alt boyutları arasında HAA 0,76, HAAY 0,73 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Psikolojik dayanıklılık düzeyi puanı arttıkça öğretmenlerin Hayatın anlamı ve amacı alt boyutu ile Hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğu alt puanı da pozitif yönlü artmaktadır.

TPDÖ ile PDÖ alt boyutları arasında KATS 0,85, SKTS 0,84, GATS 0,84, AUTS 0,77, YSTS 0,71 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, güçlü ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. TPDÖ ile PDÖ alt boyutları arasında SYTS 0,68 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile gelecek algısı ve kendilik algısı, yapısal stil, aile uyumu, sosyal kaynaklar alt boyutu arasında güçlü

ilişki olduğu, sosyal yeterlilik alt boyutu arasında ise orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Yapısal Stil alt boyutu ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği alt boyutları arasında; Gelecek Algısı 0,58, Kendilik Algısı 0,56, Sosyal Yeterlilik 0,51, Sosyal Kaynaklar 0,53 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yapısal Stil alt boyutu ile Aile Uyumu alt boyutu arasında 0,48 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Gelecek Algısı alt boyutu ile Kendilik Algısı alt boyutu arasında 0,76 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Gelecek Algısı alt boyutu ile Sosyal Kaynaklar ve Aile Uyumu alt boyutları arasında Sosyal Kaynaklar 0,60, Aile Uyumu 0,59 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Gelecek Algısı alt boyutu ile Sosyal Yeterlilik alt boyutu arasında 0,48 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Aile Uyumu alt boyutu ile Kendilik Algısı ve Sosyal Kaynaklar alt boyutları arasında; Kendilik Algısı 0,52, Sosyal Kaynaklar 0,59 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, ve istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Aile Uyumu alt boyutu ile Sosyal Yeterlilik alt boyutu arasında 0,33 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Kendilik Algısı alt boyutu ile Sosyal Kaynaklar alt boyutu arasında 0,66 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kendilik Algısı alt boyutu ile Sosyal Yeterlilik alt boyutu arasında 0,48 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, istatistiksel olarak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Sosyal Yeterlilik alt boyutu ile Sosyal Kaynaklar alt boyutu arasında 0,55 büyüklüğünde pozitif yönlü doğrusal, ve istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

3.3. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın alt problemlerine ilişkin istatistiksel bulgular bu bölümde sırasıyla yer almaktadır.

3.3.1. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği alt boyut puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonuçları Tablo 8'de ve Tablo 9'da yer almaktadır.

Tablo 8: Cinsiyete Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Cinsiyet)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Kadın	218	170,13	13216,500	-1,05	0,29	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	181,83				
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Kadın	218	171,89	13601,500	-0,62	0,53	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	178,87				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu	Kadın	218	165,13	12126,500	-2,25	0,02	Anlamlı bir fark vardır.
	Erkek	130	190,22				

Tablo 8 incelendiğinde, lise öğretmenlerinin toplam hayatın anlam ve amacı düzeyi puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre; istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Hayatın anlam ve amacı ölçeğinin alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçları incelendiğinde; Hayatın anlamı ve amacı alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Hayatın anlamsızlığı amaç yoksunluğu alt boyutunda ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0,05$). Erkeklerin sıra ortalaması değeri 190,22, kadınların ise 165,13 'dür. Bu sonuca göre

kadınların erkeklere göre hayatta daha az anlam bulduğu ve daha az amaca sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo 9: Cinsiyete Göre Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Cinsiyet)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	Kadın	218	175,57	13936,000	-0,26	0,79	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	172,70				
Gelecek Algısı	Kadın	218	171,33	13479,500	-0,76	0,44	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	179,81				
Aile Uyumu	Kadın	218	171,55	13527,500	-7,09	0,478	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	179,44				
Kendilik Algısı	Kadın	218	169,72	13128,000	-1,15	0,249	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	182,52				
Sosyal Yeterlilik	Kadın	218	181,34	12678,500	-1,65	0,98	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	163,03				
Sosyal Kaynaklar	Kadın	218	178,66	13264,000	-1,003	0,316	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	167,53				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	Kadın	218	175,08	14043,500	-0,140	0,889	Anlamlı bir fark yoktur.
	Erkek	130	173,52				

Tablo 9 incelendiğinde; lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi puanlarının ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin alt boyut (Yapısal Stil, Gelecek Algısı, Aile Uyumu, Kendilik Algısı, Sosyal Kaynaklar) puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçları göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

3.3.2. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Yaş Gruplarına Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları.

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği skorlarının yaş gruplarına göre (20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 50 ve üzeri) farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 10'da ve Tablo 11'de yer almaktadır.

Tablo 10: Yaş Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Yaş)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	20-29 yaş	53	175,78	4,726	4	0,317	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	155,07				
	40-49 yaş	142	186,19				
	50-59 yaş	40	183,33				
	60 ve üzeri	6	174,33				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	20-29 yaş	53	177,20	2,987	4	0,561	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	162,78				
	40-49 yaş	142	180,06				
	50-59 yaş	40	176,28				
	60 ve üzeri	6	216,17				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı	20-29 yaş	53	177,57	4,726	4	0,317	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	157,25				
	40-49 yaş	142	183,99				
	50-59 yaş	40	181,01				
	60 ve üzeri	6	187,08				

Tablo 10 incelendiğinde; lise öğretmenlerinin toplam hayatın anlam ve amacı düzeyi ile Hayatın anlam ve amacı ölçeğinin alt boyut puanlarının yaş gruplarına (20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 50 ve üzeri) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Tablo 11: Yaş Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Yaş)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	20-29 yaş	53	175,78	3,325	4	0,50	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	155,07				
	40-49 yaş	142	186,19				
	50-59 yaş	40	183,33				
	60 yaş ve üzeri	6	174,33				
Gelecek Algısı	20-29 yaş	53	177,20	1,071	4	0,89	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	162,78				
	40-49 yaş	142	180,06				
	50-59 yaş	40	176,28				
	60 yaş ve üzeri	6	216,17				
Aile Uyumu	20-29 yaş	53	177,57	2,77	4	0,59	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	157,25				
	40-49 yaş	142	183,99				
	50-59 yaş	40	181,01				
	60 yaş ve üzeri	6	187,08				
Kendilik Algısı	20-29 yaş	53	161,60	4,87	4	0,30	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	163,78				
	40-49 yaş	142	182,00				
	50-59 yaş	40	195,94				
	60 yaş ve üzeri	6	159,17				
Sosyal Yeterlilik	20-29 yaş	53	180,24	2,05	4	0,72	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	176,37				
	40-49 yaş	142	177,13				
	50-59 yaş	40	156,95				
	60 yaş ve üzeri	6	145,17				
Sosyal Kaynaklar	20-29 yaş	53	187,55	1,57	4	0,81	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	168,08				
	40-49 yaş	142	174,19				
	50-59 yaş	40	178,08				
	60 yaş ve üzeri	6	157,33				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	20-29 yaş	53	172,48	0,99	4	0,91	Anlamlı bir fark yoktur.
	30-39 yaş	107	167,24				
	40-49 yaş	142	179,29				
	50-59 yaş	40	179,23				
	60 yaş ve üzeri	6	177,00				

Tablo 11 incelendiğinde; lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin alt boyut puanlarının yaş gruplarına (20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 50 ve üzeri) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

3.3.3. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Gelir Durumlarına Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları.

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği skorlarının; gelir gruplarına göre (1000- 2000 TL arası, 2001- 4000 TL arası, 6001- 10000 TL arası, 10000 TL ve üzeri) farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 12'de ve Tablo 13'de yer almaktadır.

Tablo 12: Gelir Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Gelir)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	1000- 2000 TL	5	217,80	9,674	4	0,04	Anlamlı bir fark vardır.
	2001- 4000 TL	100	196,69				
	4001- 6000TL	88	165,54				
	6001- 10000 TL	136	167,49				
	10000 TL ve üzeri	19	138,03				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	1000-2000 TL	5	220,80	7,959	4	0,09	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	187,08				
	4001-6000 TL	88	172,85				
	6001-10000 TL	136	171,97				
	10000 TL üzeri	19	121,89				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı	1000-2000 TL	5	230,30	8,809	4	0,06	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	191,62				
	4001-6000 TL	88	167,87				
	6001-10000 TL	136	170,40				
	10000 TL üzeri	19	129,76				

Tablo 12 incelendiğinde; lise öğretmenlerinin Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği skorları ile Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu alt boyut skorlarının gelir gruplarına (1000- 2000 TL arası, 2001- 4000 TL arası, 6001- 10000 TL arası, 10000 TL ve üzeri) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Lise öğretmenlerinin Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut skorlarının gelir gruplarına (1000- 2000 TL arası, 2001- 4000 TL arası, 6001- 10000 TL arası, 10000 TL ve üzeri) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu saptanmıştır. Tablo 12 incelendiğinde gelir düzeyi 1000- 2000 TL arası olan öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu düzeyinin en yüksek derece olduğu, gelir düzeyi 10000 TL ve üzeri olan öğretmenlerin ise en düşük derecede Hayatın Anlam ve Amacı alt boyut düzeyine sahip olduğu saptanmıştır. Bir başka ifadeyle lise öğretmenlerinin gelir düzeyi arttıkça Hayatın Anlam Algısı düzeyinin düştüğü saptanmıştır, lise öğretmenlerinin gelir düzeyleri düştükçe Hayatın Anlam Algısı düzeyinin arttığı saptanmıştır.

Tablo 13: Gelir Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Gelir)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	1000- 2000 TL	5	90,10	8,82	4	0,06	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001- 4000 TL	100	191,47				
	4001- 6000 TL	88	159,93				
	6001- 10000 TL	136	176,58				
	10000 TL ve üzeri	19	59,97				
Gelecek Algısı	1000-2000 TL	5	198,70	5,56	4	0,23	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	189,38				
	4001-6000 TL	88	165,45				
	6001-10000 TL	136	173,36				
	10000 TL üzeri	19	139,87				
Aile Uyumu	1000-2000 TL	5	234,20	8,59	4	0,07	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	175,40				
	4001-6000 TL	88	185,95				
	6001-10000 TL	136	171,83				
	10000 TL üzeri	19	120,13				
Kendilik Algısı	1000-2000 TL	5	229,70	4,25	4	0,37	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	187,51				
	4001-6000 TL	88	166,64				
	6001-10000 TL	136	168,63				
	10000 TL üzeri	19	169,97				
Sosyal Yeterlilik	1000-2000 TL	5	160,80	2,47	4	0,65	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	185,98				
	4001-6000 TL	88	170,69				
	6001-10000 TL	136	171,97				
	10000 TL üzeri	19	153,42				
Sosyal Kaynaklar	1000-2000 TL	5	218,00	4,78	4	0,31	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	187,30				
	4001-6000 TL	88	174,96				
	6001-10000 TL	136	167,06				
	10000 TL üzeri	19	146,84				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi	1000-2000 TL	5	217,80	4,48	4	0,34	Anlamlı bir fark yoktur.
	2001-4000 TL	100	186,85				
	4001-6000 TL	88	172,14				
	6001-10000 TL	136	169,51				
	10000 TL üzeri	19	144,71				

Tablo 13 incelendiğinde; lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi ile Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyut puanlarının gelir gruplarına (1000- 2000 TL arası, 2001- 4000 TL arası, 6001- 10000 TL arası, 10000 TL ve üzeri) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

3.3.4. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları.

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği skorlarının medeni durum gruplarına göre (evli, bekar) farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonuçları Tablo 14'de ve Tablo 15'de yer almaktadır.

Tablo 14: Medeni Durum Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Medeni durum)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Evli	239	171,17	12229,000	-0,91	0,35	Anlamlı bir fark yoktur.
	Bekar	109	181,81				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	Evli	239	177,65	12273,500	-0,86	0,38	Anlamlı bir fark yoktur.
	Bekar	109	167,60				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Evli	239	174,03	12014,000	-0,12	0,89	Anlamlı bir fark yoktur.
	Bekar	109	175,52				

Tablo 14 incelendiğinde Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeğinin ve Ölçek Alt Boyutları puanlarının medeni duruma göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Başka bir ifadeyle lise öğretmenlerinin evli ve bekarlar olma durumlarının Hayatın Anlam Algısı üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı saptanmıştır.

Tablo 15: Medeni Durum Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Medeni durum)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	Evli	239	178,27	12125,500	-1,04	0,29	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	166,24				
Gelecek Algısı	Evli	239	176,87	12458,500	-0,65	0,51	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	169,30				
Aile Uyumu	Evli	239	179,11	11923,00	-1,27	0,20	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	164,39				
Kendilik Algısı	Evli	239	178,58	12051,00	-1,12	0,26	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	165,56				
Sosyal Yeterlilik	Evli	239	175,12	12876,50	-0,17	0,86	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	173,13				
Sosyal Kaynaklar	Evli	239	176,36	12876,50	-0,51	0,60	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	170,42				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık	Evli	239	178,63	12037,50	-1,13	0,25	Anlamli bir fark yoktur.
	Bekar	109	165,44				

Tablo 15 incelendiğinde Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin ve Ölçek Alt Boyutları puanlarının medeni duruma göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçlarına göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Başka bir ifadeyle lise öğretmenlerinin evli ve bekarlar olma durumlarının Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı saptanmıştır.

3.3.5. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları.

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği puanlarının çocuk sahibi olma durumuna göre (çocuğu var, çocuğu yok) farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonuçları Tablo 16'de ve Tablo 17'de yer almaktadır.

Tablo 16: Çocuk Sahibi Olma Durumu Grup Değişkenlerine Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Çocuk Sahibi Olma durumu)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Çocuğu Var	203	173,92	14599,500	-0,01	0,98	Anlamli bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	174,11				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	Çocuğu Var	203	174,17	14581,500	-0,03	0,97	Anlamli bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	173,76				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Çocuğu Var	203	174,65	14484,000	-0,14	0,88	Anlamli bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	173,08				

Tablo 16 incelendiğinde Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeğinin ve Ölçek Alt Boyutları puanlarının çocuk sahibi olma durumuna göre (çocuğu var, çocuğu yok) farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan ve çocuk sahibi olan öğretmenler ile çocuk sahibi olmayanlar öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.

Tablo 17: Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Mann-Whitney U Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (Çocuk sahibi olma durumu)	N	Sıra Ortalaması	Mann-Whitney U	Z	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	Çocuğu Var	203	176,20	14168,500	-0,49	0,62	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	170,89				
Gelecek Algısı	Çocuğu Var	203	176,20	14194,500	-0,24	0,80	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	171,07				
Aile Uyumu	Çocuğu Var	203	175,11	14390,500	-0,24	0,80	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	172,43				
Kendilik Algısı	Çocuğu Var	203	180,49	13298,000	-1,439	0,15	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	164,85				
Sosyal Yeterlilik	Çocuğu Var	203	177,79	13846,000	-8,41	0,40	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	168,65				
Sosyal Kaynaklar	Çocuğu Var	203	172,90	14392,500	-0,244	0,80	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	175,55				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık	Çocuğu Var	203	178,55	13691,500	-1,00	0,31	Anlamlı bir fark yoktur.
	Çocuğu Yok	144	167,58				

Tablo 17 incelendiğinde Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin ve ölçek alt boyutları puanlarının çocuk sahibi olma durumu gruplarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann-Whitney U testi analiz sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan ve çocuk sahibi olan öğretmenler ile çocuk sahibi olmayanlar öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi arasında, anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır.

3.3.6. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği puanlarının; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına (önemli değil, az önemli, önemli, çok önemli) göre farklılık gösterip göstermediğini

saptamak amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 18'de ve Tablo 19'de yer almaktadır.

Tablo 18: İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ve Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Önemli değil	41	101,32	82,67	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	96,53				
	Önemli	121	176,47				
	Çok önemli	137	222,55				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	Önemli değil	41	103,29	80,38	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	88,54				
	Önemli	121	188,38				
	Çok önemli	137	214,30				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Önemli değil	41	101,88	82,51	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	92,90				
	Önemli	121	180,28				
	Çok önemli	137	220,32				

Tablo 18 incelendiğinde Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeğinin ve ölçek alt boyutları puanlarının inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Hayatın Anlam ve Amacı Toplam Puanlarına göre; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada çok önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı düzeyinin en yüksek birinci sırada olduğu (sıra ortalaması 220,32), İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı düzeyinin ikinci yüksek sırada olduğu (sıra ortalaması 180,28), İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önemli olmadığını düşünen öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı düzeyinin üçüncü sırada olduğu (sıra ortalaması 101,88), İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada az önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı düzeyinin en düşük olduğu (sıra ortalaması 92,090) saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi algı düzeyi arttıkça, Hayatın Anlam Algısı düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Tablo 19: İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	Önemli değil	41	103,74	82,67	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	117,99				
	Önemli	121	185,92				
	Çok önemli	137	205,80				
Gelecek Algısı	Önemli değil	41	113,95	80,38	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	102,91				
	Önemli	121	183,73				
	Çok önemli	137	210,08				
Aile Uyumu	Önemli değil	41	89,77	82,51	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	100,91				
	Önemli	121	189,70				
	Çok önemli	137	212,95				
Kendilik Algısı	Önemli değil	41	112,32	45,03	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	117,08				
	Önemli	121	185,96				
	Çok önemli	137	203,52				
Sosyal Yeterlilik	Önemli değil	41	143,84	10,81	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	146,34				
	Önemli	121	180,61				
	Çok önemli	137	188,35				
Sosyal Kaynaklar	Önemli değil	41	111,77	47,47	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	114,94				
	Önemli	121	185,60				
	Çok önemli	137	204,77				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık	Önemli değil	41	96,90	71,22	3	0,00	Anlamlı bir fark vardır.
	Az önemli	49	102,22				
	Önemli	121	186,93				
	Çok önemli	137	212,60				

Tablo 19 incelendiğinde, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin ve Ölçek Alt Boyutları puanlarının, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre; istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam Puanlarına göre; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "çok önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık

Düzeşinin en yüksek birinci sırada olduğu (sıra ortalaması 212,60), inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeşinin ikinci yüksek sırada olduğu (sıra ortalaması 186,93), inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "az önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeşinin üçüncü sırada olduğu (sıra ortalaması 102,22), inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "önemli olmadığını" düşünen öğretmenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeşinin en düşük olduğu (sıra ortalaması 96,90) saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi düzeyi artıkça, Psikolojik Dayanıklılık Düzeşilerinin de arttığı saptanmıştır.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyut Puanları incelendiğinde, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre; "çok önemli" olduğunu düşünen lise öğretmenlerinin Yapısal Stil (sıra ortalaması 205,80), Gelecek Algısı (sıra ortalaması 212,95), Kendilik Algısı (sıra ortalaması 203,52), Sosyal Yeterlilik (sıra ortalaması 188,35), Sosyal Kaynaklar (sıra ortalaması 204,77) alt boyut puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi düzeyi artıkça, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyut Puanları Düzeşinin de arttığı saptanmıştır.

3.3.7. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin İnancın Hayatın Anlam Ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumuna Göre Hayatın Anlamı Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta Mıdır?" Alt Problemine İlişkin Bulguları

Araştırmada kullanılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği puanlarının; inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumu gruplarına (yardımcı olduğu söylenemez, kısmen yardımcı oluyor, yardımcı oluyor, çok fazla yardımcı oluyor) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 20'de ve Tablo 21'de yer almaktadır.

Tablo 20: İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumuna Göre Toplam Hayatın Anlam ve Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (İ.H.A.A.K. Yardımcı Olma Durumu)	N	Sıra Orta-Laması	Ki-kare	S d	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu	Yardımcı olduğu söylenemez	28	147,55	7,78	3	0,04	Anlamlı bir fark vardır.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	174,72				
	Yardımcı oluyor	127	161,82				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	190,96				
Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu	Yardımcı olduğu söylenemez	28	159,30	2,85	3	0,41	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	157,19				
	Yardımcı oluyor	127	177,05				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	181,27				
Toplam Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği	Yardımcı olduğu söylenemez	28	154,38	4,8	3	0,18	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	163,97				
	Yardımcı oluyor	127	167,71				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	188,15				

Tablo 20 incelendiğinde inancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna (yardımcı olduğu söylenemez, kısmen yardımcı oluyor, yardımcı oluyor, çok fazla yardımcı oluyor) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Toplam puanları ile Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu Alt Boyutu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0,05$).

İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna (yardımcı olduğu söylenemez, kısmen yardımcı oluyor, yardımcı oluyor, çok fazla yardımcı oluyor) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre; Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutu skorlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p<0,05$).

Buna göre inancın hayatın anlam ve amacını kavramada "çok fazla yardımcı olduğunu" düşünen öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Alt boyutu skorlarının en yüksek birinci sırada olduğu (sıra ortalaması 190,96), "yardımcı olduğu söylenemez" diyen öğretmenlerin Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyut Skorlarının ise en düşük sonuncu sırada (sıra ortalaması 147,55) olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya

katılan lise öğretmenlerinin; İnancın hayatın anlam ve amacını kavramada katkı derecesi düzeyi artıkça, Hayatın Anlam ve Amacı Düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Tablo 21: İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumuna Göre Toplam Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Ölçek Alt Boyutları Arasında Fark Olup Olmadığına İlişkin Kruskal-Wallis Testi

Test Değişkenleri	Grup Değişkeni (İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumu)	N	Sıra Ortalaması	Ki-kare	Sd	P	Önem ($\alpha=0,05$) düzeyi
Yapısal Stil	Yardımcı olduğu söylenemez	28	158,93	2,61	3	0,45	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	190,77				
	Yardımcı oluyor	127	177,85				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	168,88				
Gelecek Algısı	Yardımcı olduğu söylenemez	28	172,18	1,22	3	0,74	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	179,12				
	Yardımcı oluyor	127	167,17				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	179,85				
Aile Uyumu	Yardımcı olduğu söylenemez	28	117,09	10,36	3	0,16	Anlamlı bir fark vardır.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	175,57				
	Yardımcı oluyor	127	183,87				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	177,05				
Kendilik Algısı	Yardımcı olduğu söylenemez	28	175,21	2,13	3	0,54	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	191,36				
	Yardımcı oluyor	127	166,99				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	175,13				
Sosyal Yeterlilik	Yardımcı olduğu söylenemez	28	180,11	0,59	3	0,89	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	183,11				
	Yardımcı oluyor	127	171,73				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	172,85				
Sosyal Kaynaklar	Yardımcı olduğu söylenemez	28	155,46	1,71	3	0,63	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	180,38				
	Yardımcı oluyor	127	180,01				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	171,28				
Toplam Psikolojik Dayanıklılık	Yardımcı olduğu söylenemez	28	151,66	1,73	3	0,63	Anlamlı bir fark yoktur.
	Kısmen yardımcı oluyor	50	180,96				
	Yardımcı oluyor	127	174,28				
	Çok fazla yardımcı oluyor	143	176,91				

Tablo 21 incelendiğinde inancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna (yardımcı olduğu söylenemez, kısmen yardımcı oluyor, yardımcı oluyor, çok fazla yardımcı oluyor) göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre; Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam skorları ile Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarından Yapısal Stil, Gelecek Algısı, Kendilik Algısı, Sosyal Yeterlilik, Sosyal Kaynaklar alt test puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0,05$).

İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre; Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutlarından "Aile Uyumu" alt test puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p<0,05$). Buna göre inancın hayatın anlam ve amacını kavramada "yardımcı olduğunu" düşünen öğretmenlerin Aile Uyumu alt testi skorunun en yüksek birinci sırada olduğu (sıra ortalaması 183,87), "yardımcı olduğu söylenemez" diyen öğretmenlerin Aile Uyumu Alt Test Skorunun ise en düşük sonuncu sırada (sıra ortalaması 117,09) olduğu saptanmıştır. Farklı bir ifadeyle "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma derecesinin" yüksek olduğunu düşünen öğretmenlerin, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutu olan "Aile Uyumu" düzeyinin de yüksek olduğu saptanmıştır.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, İstanbul ili, Üsküdar ilçesi resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin, "Hayatın Anlamı Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı araştırmadan elde edilen bulgulara ilişkin yorum ve tartışmalara yer verilmiştir.

5.1. Öğretmenlerin Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Tanımlayıcı ve Kolerasyon Analizine Ait Yorum ve Tartışmalar

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin orta düzeyde hayatın anlam ve amacı algısına ve psikolojik dayanıklılık düzeyine sahip olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam amacı algısı arttıkça, öğretmenlerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan korunma potansiyeli de artmaktadır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam ve amacı algıları arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve alt boyutları (gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal yeterlilik, yapısal stil, sosyal kaynaklar, aile uyumu) pozitif yönlü artmaktadır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyi alt boyutları arasından en güçlü ilişkinin "Gelecek Algısı" ve "Kendilik Algısı" arasında olduğu, en zayıf ilişkinin de "Sosyal Yeterlilik" alt boyutu arasındadır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeyi arttıkça, öğretmenlerin hayatın anlam ve amacı algısı ile hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan korunma potansiyeli de artmaktadır.

Genel olarak yukarıdaki bulgulara ait sonuçların literatürle (Sönmezer, 2015; Taş, 2011; Güven, 2015; Uçar, 2014; Karakuş, Parlak, 2014; Demirbaş, 2010; 2017 ve Yalçın, 2013) tutarlı ve beklentiye uygun olduğu sonucuna varılmıştır.

Parlak (2014), kredi yurtlar kurumunda kalan 455 kız öğrenciyle yaptığı çalışmada; öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile yaşamda anlam seviyeleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Demirbaş (2010) 565 lisans öğrencisiyle yaptığı çalışmada yaşamda anlamın varlığı ve yılmazlık arasında pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerden elde edilen bulgulara göre, toplam psikolojik dayanıklılık düzeylerinin orta seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Konu ile ilgili literatür çalışmaları incelendiğinde, Sönmezer'in (2015) öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmasında, öğretmenlerin orta düzeyin üzerinde yüksek düzeye yakın bir psikolojik dayanıklılık algısı olduğunu saptamıştır. Uçar (2014), özel eğitim okulu öğretmenleriyle yaptığı araştırmada, özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek puan ortalamasına sahip olduklarını saptamıştır. Aynı şekilde Yalçın (2013), ilköğretim okulu öğretmenlerinde mesleki tükenmişlik ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığa ilişkin algılarının iyi düzeyde olduğunu saptamıştır.

Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılığının orta düzeyde bulunması, olumlu değerlendirilmektedir. Orta düzeydeki psikolojik dayanıklılığa sahip öğretmenlerin, mesleklerini icra ederken karşılaştıkları güçlüklerin üstesinden gelme konusunda başa çıkma becerilerini yeterli düzeyde kullanabilecekleri düşünülmektedir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek olan öğretmenlerin, gelecek algısı, kendilik algısı, yapısal stil, sosyal yeterlilik, aile uyumu ve sosyal kaynaklar alanlarında da potansiyel dayanıklılığa sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu potansiyelin öğretmenlerin gerek kişisel hayatlarında, gerekse mesleki alanlarında pozitif yönde yansımaları ve katkısı olacağı düşünülmektedir.

5.2. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Yorum ve Tartışma.

Araştırmanın alt problemleri doğrultusunda, ilgili literatür ışığında araştırma bulguları yorumlanarak sırası ile tartışılmıştır.

4.2.1. "Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Hayatın Anlam Algısı ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır?" Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin cinsiyetlerine göre Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.1.1. Cinsiyete Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin toplam hayatın anlam ve amacı düzeyi puanlarının cinsiyet göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır.

Ulusal literatürde konuyla ilgili yapılan çalışmalarda, hayatın anlamı toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği (Demirtaş, 2010; Arda, 2011; Çamur, 2014; Taş, 2011; Erpay, 2017 ve Özaydın'ın 2016) sonucuna ulaşılmıştır.

Uluslararası literatürde Brown, Casciani, Murphy, Durlac, Kratochvil, Lunceford, Lukas, Mason, Meier, Popielski, Planova, Richmond, Sallee, Yarnell, Roberts, Young, Ruch, Crumbaugh, Dansart ve Smith adlı bilim insanları, insanın hayatında anlam bulmasına yönelik yaptıkları bilimsel çalışmalarında, cinsiyetin hayatın anlamından bağımsız olduğunu ispat etmişlerdir (Akt. Frankl, 2014:101).

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği alt boyutlarına ait bulgular, toplam ölçek bulgularıyla farklılık göstermektedir. HAAÖ alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre HAA alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamasına karşın, HAAY alt boyutunda ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Erkeklerin HAAY puanları kadınların HAAY puanlarına göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuca göre, erkeklerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan kadınlara oranla daha fazla korundukları, kadınların erkeklere göre anlamsızlık duygusu, bıkkınlık hissi, kötümserlik, umutsuzluk duygusu ve amaç yoksunluğu gibi insan yaşamını anlamsız hale getirebilecek veya ona varoluşsal bir boşluk yaşatabilecek algı durumuna daha yatkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde benzer sonuçları belirten çalışmalar vardır. Akgül'ün (2014) ruh sağlığı çalışanları ve öğrencileri ile yaptığı hayatın anlamı konulu araştırmasında ise erkeklerin hayatın anlamı ve amacı faktörüne verdikleri puanların ortalaması anlamlı olarak kadınlardan daha yüksektir. Bu sonuca göre hayat erkeklere göre daha anlamlıdır ve erkeklere göre hayatın daha fazla bir anlamı vardır. Bahadır (1999), hayatın anlam kazanmasında psikososyal faktörler ve din arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında da erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek bir anlamlılık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Geleneksel toplumlarda yaşamsal işler ve sorumluluklar ailede cinsiyet gözetilerek paylaşılmaktadır. Geleneksel aile çerçevesinde erkekler tamir, bahçe bakımı gibi işleri

yaparken, erkeklerden, güçlü olmaları, ailelerini geçindirmeleri, çevre üzerinde belirli bir etkinlik ve kontrol sağlamaları beklenirken; kadınlardan ise sabırlı, anlayışlı olmaları, evi çekip çevirmeleri, çocuk bakımı ve eğitimi, insan ilişkilerini düzenlemeleri beklenmektedir (İmamoğlu, 1991:832). Kadınların çalışma hayatına katılmasıyla beraber, geleneksel aile düzeninin dayandığı ayrılmış kadın-erkek rolleri, yerini paylaşmaya dayalı cinsiyet rolleri anlayışına bırakmıştır. Ancak ev işlerinin paylaşımında gözlenen değişim, para kazanma rolünün paylaşımındaki değişim kadar etkili olmamış (Çayboylu, 2002: 17-18). Böylece geleneksel kadın rolüne ilişkin iş ve sorumluluklarının üzerine, para kazanma, ev ekonomisine katkıda bulunma, ev geçindirme sorumlulukları eklenince kadınlarda tükenmişlik, bıkkınlık, umutsuzluk ve anlamsızlık duygularının erkeklere göre arttığı düşünülebilir.

Aydın (2015) ise, hayatın anlamı konulu yetişkinler üzerine yaptığı çalışmasında HAAÖ'nün toplam puanı üzerinden yapılan hesaplamalarda kadınların hayattaki anlam düzeyi ortalama puanı erkeklerinkine oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. HAAÖ alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre HAA alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmasına karşın, HAAY alt boyutunda ise cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. HAA alt boyutunda kadınların hayattaki anlam düzeyleri erkeklerin hayattaki anlam düzeylerine oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 2015). Kırac'ın (2007) öğrencilerle yaptığı çalışmasında kız öğrencilerin anlam duygusu puanları erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklerin özellikleriyle (yaş dönemi, meslek grubu, yaşanılan bölge, medeni durum gibi) ilgili olduğu düşünülmektedir. Araştırmaların çoğunda hayatın anlam algısı ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yönündedir. Bu durum "hayatın anlamı nedir?" sorusunun cinsiyet faktöründen bağımsız, -kadın erkek ayırmaksızın- tüm insanlığın ortak meselesi olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

4.2.1.2. Cinsiyete Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi puanlarının ve ölçek alt boyut (Yapısal Stil, Gelecek Algısı, Aile Uyumu, Kendilik Algısı, Sosyal Kaynaklar) puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ($p>0,05$). Başka bir anlatımla, öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri cinsiyete göre değişmemektedir. Sönmezer'in (2015) çeşitli değişkenler açısından öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelendiği araştırmasında, psikolojik dayanıklılık düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sezgin (2012) ilköğretim öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yaptığı çalışmasında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer bulgular Yalçın (2013), Chan (2003), Ülker ve Ergün (2013), ve Sezgin (2012) tarafından yapılan çalışmalarda da görülmektedir.

Ancak alan yazında cinsiyetin, ilgili kavramlar üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır.

Uçar'ın (2014) yaptığı çalışmasında Özel Eğitim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Tüm Ölçek puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuca göre kadınların psikolojik dayanıklılık düzeyleri erkeklere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bozgeyikli ve Şat'ın (2014) özel okullarda çalışan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri konulu araştırmasında benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Kadın öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri erkek öğretmenlere oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Erdoğan'ın (2014) tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisini ele alan araştırmasında; erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklemin özellikleriyle (yaş dönemi, meslek grubu, yaşanılan bölge, medeni durum gibi) ilgili olduğu düşünülmektedir.

Literatürde konuyla ilgili araştırmaların çoğunda psikolojik dayanıklılık ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yönündedir. Çalışmadan elde edilen bulgu literatürün geneliyle uyumlu sonuç vermiştir. Bu sonucun ortaya çıkması, öğretmenlik mesleğinde cinsiyet faktörünün bir önem taşımaması, mesleki rollerin cinsiyete göre değişmemesi ile açıklanabilir.

4.2.2. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Yaş Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısı ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin yaş gruplarına göre Hayatın Anlamı Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.2.1. Yaş Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin HAAÖ toplam puanlarının ve alt boyut puanlarının yaş grupları değişkenlerine göre; istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Ulusal literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Demirtaş (2010), Taş (2011), Arda (2011), Erpay (2017) ve Özaydın'ın (2016) yetişkinlerle hayatın anlamı üzerine yaptığı araştırmalarında; yaşam anlamı toplam puan ortalamaları, yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermemiştir. Çamur'un (2014) ve Parlak'ın (2014) gençler üzerinde yaptığı çalışmasında yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışı ile yaş grupları açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Uluslararası literatürde Brown, Casciani, Murphy, Durlac, Kratochvil, Lunceford, Lukas, Mason, Meier, Popielski, Planova, Richmond, Sallee, Yarnell, Roberts, Young, Ruch, Crumbaugh, Dansart ve Smith adlı bilim insanları, insanın hayatında anlam bulmasına yönelik yaptıkları bilimsel çalışmalarında, yaş değişkeninin hayatın anlamından bağımsız olduğunu ispat etmişlerdir (Akt. Frankl, 2014:101).

Literatürde yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklar gösteren çalışmalar mevcuttur. Aydın (2015) hayatın anlamı konulu yetişkinler üzerine yaptığı çalışmasında, HAAÖ puanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bulgulara göre, yaşın yükselmesiyle bireylerin hayattaki anlam düzeyleri arttığı ve anlamsızlık düzeyleri düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Akgül (2014) ruh sağlığı

çalışanları ve öğrencileri ile yaptığı hayatın anlamı konulu araştırmasında ise hayatın anlamı ölçeğinde en yüksek ortalamaya sahip olan grubun 50 yaş ve üstünde olanlar iken bu grubu sırasıyla 40-49 yaş grubu, 30-39 yaş grubu ve 29 yaş ve altı grup takip etmektedir. Yaş grubu düştükçe katılımcıların hayatın anlamı ölçeğine verdikleri cevapların ortalamasının daha düşük olduğu görülmektedir. Bahadır (1999) hayatın anlam kazanmasında psikososyal faktörler ve din ilişkisini incelediği çalışmasında yaşın yükselmesine bağlı olarak anlamlılık düzeyinin de yükseldiği sonucuna varmıştır. Bu araştırma bulguları bireyin özellikle yetişkinlik döneminde, ilerleyen yaşla birlikte hayatın anlamının daha üst düzeye ulaştığını ortaya koymuştur.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklemin özellikleriyle ilgili olduğu düşünülmektedir. Araştırmaların çoğunda hayatın anlam algısı ve yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yönündedir. Bu durumun insanoğlu çocukluğun ilk günlerinden itibaren "yaşamın anlamını" bulma yönünde bir arayışa girmesinden ve bu arayışın hayatın sonuna kadar devam ettirmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. İnsanoğlu yaşantı ve deneyimlerini anılara dönüştürerek yaşama bir anlam vermeye çalışır. Hayatın anlamını kavramaya yönelik yaşam serüveni insanın doğumuyla başlar, ölümüne kadar devam eder. Bu sebeple insanoğlu hayatının her döneminde hayatın anlamını kendine mesele edinmiştir.

4.2.2.2. Yaş Gruplarına Göre Psikolojik Dayanıklılığa İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi ile Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyut puanlarının yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde bu bulguları destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Sezgin'in (2012) ilköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı demografik değişkenlerle ilişkisinin incelediği araştırmasında, öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği sonucuna varmıştır. Şahin (2014) "Öğretmelerin Öz Duyarlılıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi" adlı çalışmasında da yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ülker ve Ergün (2013) "Üniversite Akademik Personelinin

Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki" adlı çalışmalarında psikolojik dayanıklılık ile yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Literatürde bulgularla çelişen çalışmalar da vardır. Örneğin, Uçar'ın (2014) çalışmasında özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık tüm ölçek puanlarının yaş düzeyine göre fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Buna göre öğretmenlerin yaşı arttıkça psikolojik dayanıklılık ortalama puanlarının da arttığı görülmektedir.

Öğretmenlerin yaş değişkeninin psikolojik dayanıklılık ile ilişkisine yönelik benzer ya da farklı araştırma bulgularının olması, bu konuda net bir düşünceye varmayı zorlaştırmaktadır.

4.2.3. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Gelir Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin gelir gruplarına (1000- 2000 TL arası, 2001- 4000 TL arası, 6001- 10000 TL arası, 10000 TL ve üzeri) göre Hayatın Anlam Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.3.1. Gelir Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin HAAÖ toplam puanları ile HAAY alt boyut puanlarının gelir gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Lise öğretmenlerinin HAA alt boyut puanlarının gelir gruplarına göre karşılaştırıldığında, hayatın anlam ile gelir durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre; gelir düzeyi 1000- 2000 TL arası olan öğretmenlerin HAA Alt boyutu düzeyinin en yüksek derece olduğu, gelir düzeyi 10000 TL ve üzeri olan öğretmenlerin ise en düşük derecede HAA alt boyut düzeyine sahip olduğu saptanmıştır. Bir başka ifadeyle lise öğretmenlerinin gelir düzeyi arttıkça Hayatın anlam algısının azaldığı, gelir düzeyleri düştükçe Hayatın anlam algısının arttığı saptanmıştır. Lise öğretmenleri arasında gelir düzeyi 1000-2000TL arasında olan öğretmen grubu, üniversiteden yeni mezun olmuş, devlet kadrosuna

atanamamış, cüzi ücret karşılığında geçici görev yapan, yaşları ortalama 22- 26 arasında değişen genç bireylerden oluşmaktadır. Bu genç öğretmen adaylarının mesleki alanda attığı ilk adım heyecanı, hayatın anlam ve amacına tutkuyla bağlanmış oldukları düşünülebilir.

Literatürde HAA alt boyutuna ait bulguları destekleyen çalışmalar mevcuttur. Kıraç'ın (2007) dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmasında, ekonomik durumu çok iyi olan öğrencilerin diğer bütün gelir durumu gruplarına göre hayatın anlamı puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Orta ve düşük düzeyde ekonomik duruma sahip olan öğrencilerin hayatın anlamı puanları ise diğer gruplara göre en yüksek olduğu bulunmuştur.

Literatürde Toplam HAAÖ bulgularını destekleyen çalışmalar da mevcuttur. Çamur (2014) ve Parlak'ın (2014) gençler üzerine yaşamda anlam konulu araştırmasında gelir durumuna göre yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışı alt boyutları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığını saptamışlardır. Aydın (2015), Yüksel (2013), hayatın anlamı konulu yetişkinler üzerine yaptığı çalışmasında HAAÖ toplam skorları ile HAA alt boyut skorlarının gelir gruplarına (Yüksek, Orta üstü, Orta, Orta altı, Düşük) göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptamıştır. Akgül'ün (2014), ruh sağlığı çalışanları ve öğrencileri ile yaptığı hayatın anlamı konulu araştırmasında ise ekonomik durum değişkenine göre katılımcıların hayatın anlamı ölçeğine verdikleri cevapların ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Özaydın (2016) öğrenciler üzerine yaptığı araştırmasında; Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puan ortalamaları ile aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Diğer bir ifadeyle, bu çalışmalarda bireyler hayatlarını anlamlandırırken sosyo-ekonomik durumdan etkilenmemektedirler.

Bahadır (1999), hayatın anlamı ile ilgili çalışmasında, anlamlılık düzeyi ile sosyo ekonomik düzey ilişkisi ekseninde hareket edildiğinde, bireylerin sosyo-ekonomik düzeyi yükseldikçe hayattaki anlamlılığın da arttığı sonucuna ulaşmıştır. Bahadır (1999) çalışmasında yüksek anlamlılık düzeyinde en yüksek ortalama puana; orta üstü sosyo-ekonomik düzeyde bulunan bireylerin ulaştığı sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmaların çoğunda hayatın anlamı ve gelir düzeyi değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı yönündedir. Lise öğretmenlerinde hayatın anlamı algısının gelir

düzeyle olan ilişkisinin de araştırıldığı bu çalışma literatürün geneliyle uyumlu sonuç vermiştir. Nietzsche'nin de dediği gibi "Yaşamak için bir nedeni olan kişi, hemen hemen her Nasıl'a dayanabilir", gelir düzeyi her ne olursa olsun; hayat anlam ve amacı olan bireylerin hayattaki zorluklarla mücadele etme, zorluklara katlanma ve yaşama tutunma gücünün olabileceğini düşünebiliriz.

4.2.3.2. Gelir Gruplarına Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinin toplam psikolojik dayanıklılık düzeyi ile Psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt boyut puanlarının gelir gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Bektaş, Mahmut ve Şüheda Özben (2016) "Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi" adlı çalışmasında, evli bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelir durumu algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı ama düşük düzeyde bir farklılaşma olduğu sonucuna varmıştır. Evli bireyler için ekonomik durum algısı artıkça, psikolojik dayanıklılık düzeyinin de arttığı sonucuna varmışlardır.

Güngörmüş ve ark. (2015), "Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler" adlı çalışmalarında, ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklemin özellikleriyle (yaş dönemi, meslek grubu, yaşanılan bölge, medeni durum gibi) ilgili olduğu düşünülmektedir.

4.2.4. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Hayatın Anlam Algısı ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin medeni durumlarına göre Hayatın Anlamı Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.4.1. Medeni Durumlarına Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

HAAÖ ile HAAÖ alt boyut puanlarının medeni durum değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Başka bir ifadeyle lise öğretmenlerinin evli veya bekar olma durumlarının Hayatın anlam algısı üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı saptanmıştır.

Literatürde konuyla ilgili bulguları destekleyen çalışmalar mevcuttur. Çamur (2014), yaşamda anlam konulu gençlerle yaptığı araştırmasında medeni duruma göre, yaşamda anlam varlığı ve anlam arayışı alt boyutları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığını saptamıştır. Arda'nın (2011) "Kanser hastalarında yaşamda anlamın incelenmesi" adlı çalışmasında medeni duruma göre yaşamda anlam düzeyleri ile ilgili bulgulara baktığımızda; kanser hastalarında evliler ve bekarlar arasında toplam yaşamda anlam puanları açısından anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Ancak alt ölçeklerden yaşamın amacı boyutunda evli hastaların, bekar hastalardan anlamlı bir farkla daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Sağlıklı grupta ise evliler ve bekarlar arasında yaşamda anlam düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Literatürde konuyla ilgili bulgularla çelişen çalışmalara da rastlanmıştır. Aydın'ın (2015) hayatın anlamı konulu yetişkinler üzerine yaptığı çalışmasında evli bireylerin bekarlara göre yaşamlarında daha fazla anlam buldukları ve anlamsızlık duygusundan daha fazla korundukları sonucuna ulaşılmıştır. Akgül'e (2014) göre hayatın anlamı ve amacı faktöründe en yüksek ortalamaya sahip olanlar medeni durumları evli olanlar iken bu grubu medeni durumu dul olanlar takip etmektedir. Medeni durumu bekar olanların puan ortalaması diğer gruplara göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklemin özellikleriyle (yaş dönemi, meslek grubu, yaşanılan bölge, eşyle tanışma şekli gibi) ilgili olduğu düşünülmektedir.

4.2.4.2. Medeni Durumlarına Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin ve ölçek alt boyutları puanlarının medeni duruma göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Başka bir ifadeyle lise öğretmenlerinin evli ve bekarlar olma durumlarının psikolojik dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı saptanmıştır.

Literatürde bulgularla uyumlu sonuçları içeren çalışmalar mevcuttur. Şahin (2014) "Öğretmelerin Öz Duyarlılıklarının Psikolojik Sağlık ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi" adlı çalışmada medeni durum değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır. Sönmezer, (2015) "Öğretmenlerin Tükenmişlik ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi" adlı araştırmasında benzer bir sonuca ulaşarak medeni durum değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Literatürde bulgularla uyumlu olmayan sonuçları içeren çalışmalara da rastlanmıştır. Uçar (2014), yaptığı çalışmada Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık tüm ölçek puanlarının medeni durum değişkenine göre farklılık gösterdiğini bulmuştur. Buna göre evli olan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri bekarlara göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ayrıca evli olanların Gelecek Algısı, Yapısal Stil, Aile Uyumu ve Sosyal Kaynaklar alt boyutlarında psikolojik dayanıklılık düzeyleri bekarlara göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bozgeyikli ve Şat (2014) özel okulda görev yapan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri konulu araştırmalarında benzer sonuçlara ulaşarak evli öğretmenlerin bekar öğretmenlere oranla psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Literatürdeki sonuçlara bakıldığında araştırma bulgularını destekleyen ve araştırma bulgularıyla çelişen çalışmaların olduğu görülmektedir. Bu durumun çalışmaların yapıldığı örneklemin özellikleriyle (yaş dönemi, meslek grubu, yaşanılan bölge gibi) ilgili olduğu düşünülmektedir.

4.2.5. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Hayatın Anlam Algısı ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin "çocuk sahibi olma durumlarına" (çocuğu var, çocuğu yok) göre Hayatın Anlam Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.5.1. Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

HAAÖ ve HAAÖ alt boyutları skorlarının çocuk sahibi olma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan ve çocuk sahibi olan öğretmenler ile çocuk sahibi olmayanlar öğretmenlerin hayatın anlam algıları arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin hayatın anlam algıları, çocuk sahibi olma durumundan bağımsız olduğu söylenebilir.

4.2.5.2. Çocuk Sahibi Olma Durumlarına Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin ve ölçek alt boyutları puanlarının çocuk sahibi olma durumu gruplarına göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan ve çocuk sahibi olan öğretmenler ile çocuk sahibi olmayanlar öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında, anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, çocuk sahibi olma durumundan bağımsız olduğu söylenebilir.

4.2.6. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısı İle Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına" göre (önemli değil, az önemli, önemli, çok önemli) Hayatın

Anlamı Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.6.1. İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

HAAÖ ve HAAÖ alt boyutları puanlarının inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. HAAÖ Toplam Puanlarına göre; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada çok önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin hayatın anlam algısı düzeyinin en yüksek birinci sırada inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada az önemli olduğunu düşünen öğretmenlerin hayatın anlam algısı düzeyinin en düşük sonuncu sırada olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi düzeyi arttıkça, hayatın anlam algısı düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Literatürde bu bulguyu destekler nitelikte çalışmalara rastlanmıştır. Kıracı (2007), "Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık" adlı çalışmasında dindarlık eğilimi ile varoluşsal anlam duygusu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu bulmuştur. Bu sonuca göre, yüksek anlam duygusuna sahip grubun dindarlık eğilimi ölçeğinden aldıkları ortalama puan, düşük anlam duygusu grubuna göre daha fazladır. Başka bir deyişle, yüksek anlam grubunun dindarlık eğilimi, düşük anlam duygusu grubuna göre daha iç güdümlüdür.

Din insanlara hayatta anlam ve amaç bulmasında yardımcı, gelecek için iyimserlik ve umut bulmalarını sağlayan, tutarlı ve disiplinli bir inanç sistemi sunar. Kuzey Amerika'da yapılan çalışmalarda dindarlık ve akıl sağlığı ile yaşamdaki sorunlarla baş etmede dinin pozitif etkilerinden faydalanma, tinsellik ve yaşam kalitesi, pozitif psikolojik adaptasyon arasında olumlu korelasyon saptandığı görülmüştür (Myers ve ark. 2008: 323-343). Dini inanç sistemleri insanların, evreni anlamalarına, dünyada kendi varoluşlarının anlamını algılamalarına, yaşam döngüsü içinde meydana gelen kaçınılmaz kayıplara (yok oluşlara) anlam vermelerine ve öbür dünya için iyimser olmalarına yardımcı olur (Carr, 2016: 34). Sonuç olarak araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önemli derecesinin" çok fazla olduğunu düşünen grupta yer alan bireylerin, hayat anlam algılarının yüksek

çıkması literatürle uyumluluk göstermekte ve toplum ruh sağlığı açısından umut vadetmektedir.

4.2.6.2. İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi Gruplarına Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Araştırma sonuçlarına göre lise öğretmenlerinin "İnancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi" gruplarına göre; istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Toplam Puanlarına göre; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "çok önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin en yüksek birinci sırada olduğu , inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin ikinci yüksek sırada olduğu , inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "az önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin üçüncü sırada olduğu, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "önemli olmadığını" düşünen öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyinin en düşük sonuncu sırada olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi düzeyi arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Alt Boyut Puanları incelendiğinde, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi gruplarına göre; "çok önemli" olduğunu düşünen lise öğretmenlerinin Yapısal Stil, Gelecek Algısı, Kendilik Algısı, Sosyal Yeterlilik, Sosyal Kaynaklar alt boyut puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; İnancın Psikolojik Dayanıklılığı Arttırmada Önem Derecesi düzeyi arttıkça, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyut Puanlarının da arttığı saptanmıştır.

Literatürde araştırma bulgularını destekleyen çalışmalara rastlanmıştır. Erdoğan'ın (2014) tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisini ele alan araştırmasında; öğrencilerin öznel dindarlık düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeylerinin arttığı sonucuna varılmıştır. Yani kendini dindar olarak değerlendiren öğrencilerin az dindar olarak değerlendiren öğrencilere göre psikolojik olarak daha dayanıklı olduğu sonucuna varılmıştır. Öziş (2016) Evlilik Yaşam

Doyumunun Algılanan Ebeveyn İlişkisi, Psikolojik Dayanıklılık Ve Dinsel İnanç Gücü Açısından İncelenmesi adlı çalışmada, dinsel inanç gücü ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Psikoloji ve psikiyatri uzun yıllar dini öğeleri görmezlikten gelip, dine şüpheyle yaklaşmıştır. Ancak yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular dinin birçok psikolojik alanda faydalı olduğu görüşünü kanıtlamaktadır. İçselleştirilmiş dini inançlar bireyin hayatta anlam bulmasına, yaşam içindeki sorunlarla baş etmesine, fiziksel ve ruhsal hastalıklardan korunmasına yardımcı olabilir. Dindarlık, uzun ömürlülük, mutluluk, huzur, doyum gibi iyi yaşamın göstergeleriyle yakından ilişkilidir (Sadock James, Sadock Alcott ve Ruiz, 2016: 188).

Birçok tek tanrılı dinin ortak konusu olan kader inancı, her şeyin önceden belirlenmiş bir plan dahilinde gerçekleştiği, yaşanan her olayın kişinin bilmediği, göremediği bir hayra vesile olabileceği, yaşanan zorlukların Allah'tan geldiği ve bunlara sabredip isyan etmemek gerektiği fikirleriyle bireyi yaşanan zorluktan sonra psikolojik olarak destekleyecek niteliktedir (Erdoğan, 2015). Dolayısıyla kader inancının, inançlı bireyler tarafından benimsenip içselleştirilme ihtimalinin daha yüksek olduğunu da göz önüne alırsak inancın psikolojik dayanıklılığı arttırabileceği düşünülebilir.

Sonuç olarak araştırmaya katılan lise öğretmenlerinden "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesinin" çok fazla olduğunu düşünen grupta yer alanların, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin yüksek çıkması, inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada etkin ve önemli bir faktör olduğu sonucunu ortaya koymakta, literatürle uyumluluk göstermekte ve toplum ruh sağlığı açısından umut vadetmektedir.

4.2.7. Resmi Liselerde Görev Yapan Öğretmenlerin İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumu Gruplarına Göre Hayatın Anlam Algısı ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklılaşmakta mıdır? Alt Problemine İlişkin Yorum ve Tartışma

Resmi liselerde görev yapan öğretmenlerin "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna" (yardımcı olduğu söylenemez, kısmen yardımcı oluyor, yardımcı oluyor, çok fazla yardımcı oluyor) göre, Hayatın Anlam Algısına ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerine ilişkin yorum ve tartışmaya ayrı başlıklar halinde yer verilmiştir.

4.2.7.1. İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumu Gruplarına Göre Hayatın Anlamı Algısına İlişkin Yorum ve Tartışma

İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumu gruplarına göre HAAÖ toplam puanları ile HAAY Alt Boyutu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Uluslararası literatürde Brown, Casciani, Murphy, Durlac, Kratochvil, Lunceford, Lukas, Mason, Meier, Popielski, Planova, Richmond, Sallee, Yarnell, Roberts, Young, Ruch, Crumbaugh, Dansart ve Smith adlı bilim insanları, insanın hayatta anlam bulmasına yönelik yaptıkları bilimsel çalışmalarında, bireyin inançlı olup olmaması, inançlı ise hangi dine ve mezhebe bağlı olduğu ile hayatın anlamı algılarının arasında bir farklılık olmadığı sonucunu ispat etmişlerdir (Akt. Frankl, 2014:101).

İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada yardımcı olma durumu gruplarına göre HAAÖ Alt Boyutu puanlarının ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Buna göre; inancın hayatın anlam ve amacını kavramada "çok fazla yardımcı olduğunu" düşünen öğretmenlerin HAA Alt Boyutu Puanlarının en yüksek birinci sırada olduğu, "yardımcı olduğu söylenemez" diyen öğretmenlerin HAA Alt Boyut Puanlarının ise en düşük sonuncu sırada olduğu saptanmıştır. Başka bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; "İnancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma derecesi" artıkça, "Hayatın Anlam ve Amacı Düzeylerinin" de arttığı saptanmıştır.

İlgili literatür incelendiğinde araştırma bulgusunu destekler çalışmalar mevcuttur. Çamur'un (2014) dindarlık ile yaşamda anlam arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında öğrencilerin kendilerini dindar olarak tanımlama düzeyi arttıkça anlam varlığı puanlarının da arttığını ortaya koymuştur. Çamur inancı dindarlık eğiliminin alt boyutu olarak ele almıştır, Yaşamda anlamın varlığı puanları ile dindarlık ölçeğinin inanç boyutunun puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Çamur'a göre inanç arttıkça, yaşam daha anlamlı hale gelmektedir.

Bahadır (1999) araştırmaya katılanların % 74,4'ü hayatın anlamına ulaşmakta inançtan büyük fayda gördüğünü ifade etmişlerdir. Araştırma sonucunda dindarlık düzeyi ile

anamlılık düzeyi arasında karşılık ve tutarlı bir ilişki olduğu, yüksek dindarlık düzeyine sahip bireylerin yüksek anlamlılık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akgül'ün (2014) "Hayatı anlamlandırmada inancın ve kişisel değerlerin rolü" adlı araştırmasında elde ettiği bulgulara göre iç güdümlü inanca ulaşmış bireylerin varoluşsal olarak hayatı anlamlandırma sürecindeki farkındalıklarının daha güçlü olduğu görülmektedir. Bu bulgu, inancın hayatı anlamlandırmadaki etkisini gösterir niteliktedir. Hayatın anlamı ve amacı faktörü ile iç güdümlü, dünyevi amaçlı ve sosyal amaçlı inanç arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.

Pozitif Psikolojinin öncülerinden Martin Seligman, inancın ve dini pratiklerin insan yaşamına anlam katarak mutluluk ve olumlu bir ruh hali sağladığına dair araştırma bulgularına ulaşmıştır (Seligman, 2002). Leslie J. Francis dindarlık özelliklerinin bireylerin yaşama verdiği anlamı güçlendirdiğini, özellikle daha sık dua edenlerin yaşamlarında daha fazla anlam bulduğu sonucunu ortaya koymuştur (Francis ve Robbins, 2000).

Yalom'a göre biz insanlar, anlamdan yoksun olan bir dünyaya fırlatılma talihsizliği yaşayan, anlam arayışı içinde olan varlıklarız. Hayattaki en önemli görevimiz, yaşamımızı destekleyecek sağlam bir amaç icat etmemiz. Sonrasında da bu amacı bizzat kendimizin yazmış olduğu gerçeğini inkar etmeliyiz ki onu "keşfettiğimiz" sonucuna varabilelim. İnsanoğlu var olduğu günden beri, ölüm, anlamsızlık, özgürlük (yani varoluşun temelindeki yapı eksikliği) ve soyutlanma gibi nihai kaygılarla baş etmeye çalışmaktadır. Yalom, dinin insanın varoluşsal kaygısını yatıştırmakta etkin bir teselli aracı olduğunu ifade etmiştir. Yalom'a göre inanç, bireylere kendisini gözleyen, koruyan ve seven bir Tanrı ve evrensel yaşam gücüyle birleşme imkanı sunan güçlü bir teselli kaynağıdır (Yalom, 2017: 33-51). Jaspers'e göre inanç, insanın kendi ötesine çıkıp, varoluşun kaynağı ile bağlantı kurduğu benliğidir; kendi iç derinliğinde onu harekete geçirici ve doyurucudur. Pascal'a göre ise inanç: "Kainatın aydınlatıcısı ebedi ve ölümsüz bir lamba"dır. Tüm bu tanımları bir arada düşündüğümüzde ve araştırma sonuçlarını göz önüne aldığımızda inancın; öğretmenlerin hayatın anlam ve amacını bulmalarına yardımcı, yol gösterici bir kılavuz; pozitif bir güç olarak değerlendirilebilir.

4.2.7.2. İnancın Hayatın Anlam ve Amacını Kavramada Yardımcı Olma Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık Düzeyine İlişkin Yorum ve Tartışma

Lise öğretmenlerinde "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna" göre PDÖ Toplam Puanları ile PDÖ Alt Boyutlarından "Yapısal Stil", "Gelecek Algısı", "Kendilik Algısı", "Sosyal Yeterlilik", "Sosyal Kaynaklar" Alt Test Puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatür çalışmalarıyla, araştırma sonuçları birbiriyle tutarlı ve beklentiye uygundur.

Lise öğretmenlerinin "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumuna" göre PDÖ Alt Boyutlarından "Aile Uyumu" alt test puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Buna göre inancın hayatın anlam ve amacını kavramada "yardımcı olduğunu" düşünen öğretmenlerin Aile Uyumu alt testi skorunun en yüksek birinci sırada olduğu, "yardımcı olduğu söylenemez" diyen öğretmenlerin "Aile Uyumu" Alt Test Skorunun ise en düşük sonuncu sırada olduğu saptanmıştır. Farklı bir ifadeyle araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada katkı derecesi düzeyi artıkça, PDÖ Alt Boyutu puanlarından "Aile Uyumu" düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

Öziş'in (2016), evli bireylerin evlilik yaşam doyumu, algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, psikolojik dayanıklılık ile dinsel inanç arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Pozitif Psikolojiyi "mutluluğun ve insanın güçlü yönlerini açığa çıkaran bilim" olarak ele alan Prof. Dr. Alan Carr: Dini inanç sistemlerinin insanların yaşam döngüsü içinde meydana gelen kaçınılmaz kayıplara (yok oluşlara) anlam vermelerine, bu kayıpların yarattığı stres ve kaygıyla baş edebilmelerine, yaşamsal güçlükler karşısında psikolojik açıdan sağlıklı ve dayanıklı ilişkiler geliştirmelerine, tüm bu zorlukların çözüme ulaşacağı bir öbür dünya için iyimser olmalarına yardımcı olan bir öge olduğunu ifade etmektedir (Carr, 2016: 34). Araştırma sonuçları göz önüne alındığında inancın; öğretmenlerin hayatın anlam ve amacını bulmalarında yol gösterici bir kılavuz; aynı zamanda hayatın içindeki nihai kaygılarıyla baş etmelerinde yardımcı pozitif bir güç olduğu düşünülebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Liselerde görev yapan öğretmenlerin hayatın anlam algıları ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesini konu alan araştırma sonucunda; hayatın anlamı algısı ile psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada kullanılan her iki ölçeğin de kendi alt boyutları ile kendi içinde anlamlı, diğer ölçek ve ölçek alt boyutları ile de karşılıklı olarak anlamlı ilişkilerin olduğu sonucuna varılmıştır.

Analizler sonucunda elde edilen bulgulara ait temel sonuçlar aşağıda sıralanmıştır:

- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin orta düzeyde hayatın anlam algısına ve orta düzeyde psikolojik dayanıklılık düzeyine sahip olduğu saptanmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam amacı algısı arttıkça, öğretmenlerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan korunma potansiyeli de artmaktadır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam algısı ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında pozitif yönlü doğrusal, ve istatistiksel olarak güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam algısı düzeyi arttıkça gelecek algısı, kendilik algısı, sosyal yeterlilik, yapısal stil, sosyal kaynaklar, aile uyumu düzeyinin de pozitif yönlü arttığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Araştırmaya katılan erkek öğretmenlerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan kadınlara oranla daha fazla korundukları, kadınların erkeklere göre anlamsızlık duygusu, bıkkınlık hissi, kötümserlik, umutsuzluk duygusu ve amaç yoksunluğu gibi insan yaşamını anlamsız hale getirebilecek veya ona varoluşsal bir boşluk yaşatabilecek algı durumuna daha yatkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin cinsiyet gruplarına göre toplam hayatın anlam ve amacı algı düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin yaş gruplarına göre toplam hayatın anlam ve amacı algı düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin gelir durumu gruplarına göre toplam hayatın anlamı ve amacı algı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılrken, ölçek alt boyutunda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Hayatın Anlam ve Amacı Alt Boyutuna göre lise öğretmenlerinin gelir düzeyi arttıkça, hayatın anlamı algıları düzeyinin düştüğü, lise öğretmenlerinin gelir düzeyleri azaldıkça hayatın anlam algıları düzeyinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin gelir durumu gruplarına göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin medeni durum gruplarına göre toplam hayatın anlamı ve amacı algı düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin çocuk sahibi olma durumu gruplarına göre toplam hayatın anlamı ve amacı algı düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi" gruplarına göre, "toplam hayatın anlamı ve amacı algı düzeyleri" arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Araştırma sonucuna göre inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "çok önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin hayatın anlam algısı düzeyinin "en yüksek birinci sırada", İncanın psikolojik dayanıklılığı arttırmada "az önemli" olduğunu düşünen öğretmenlerin hayatın anlamı algısı düzeyinin "en düşük sonuncu sırada" olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin; inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi algı düzeyi artıkça, hayatın anlam algısı düzeyinin de arttığı saptanmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi" gruplarına göre "psikolojik dayanıklılık düzeyleri" arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Araştırma sonucuna göre lise öğretmenlerinin; "inancın psikolojik dayanıklılığı arttırmada önem derecesi" algı düzeyi artıkça, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumu" algısı arttıkça "hayatın anlamı algısı" düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin "inancın hayatın anlam ve amacını kavramada yardımcı olma durumu algısı arttıkça, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Alt Boyutu puanlarından "Aile Uyumunu" düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

Bundan sonra yapılacak çalışmalarda, araştırmacıların aşağıdaki hususlara dikkat etmeleri önerilmektedir.

- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin hayatın anlam ve amacı algıları arttıkça, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin de pozitif yönlü arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Hayatın anlam ve amacına sahip, psikolojik olarak dayanıklı olan öğretmenlerin, eğitim-öğretim sürecinde öğrencileri üzerinde aktif, dinamik ve pozitif etki yaratacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda öğretmenlere hayatın anlam ve amacını kavramalarında yardımcı olacak, psikolojik dayanıklılığını güçlendirecek, kişisel ve mesleki gelişimi sağlayacak, hizmet içi eğitim ve seminer programları düzenlenmesi önerilir.
- Araştırmaya katılan lise öğretmenlerinin, hayatın anlam algısı arttıkça, öğretmenlerin hayatın anlamsızlığı ve amaç yoksunluğundan korunma potansiyeli de artmaktadır. Anlamsızlık duygusu, bıkkınlık hissi, kötümserlik, umutsuzluk ve amaç yoksunluğu gibi insan yaşamını anlamsızlaştıracak; varoluşsal bir boşluğa sürükleyecek bir algı durumundan öğretmenleri korumak amacıyla, kişisel, sosyal ve mesleki gelişimlerini destekleyecek, mesleki motivasyona yönelik, girişimci ve yenilikçi dayanışma etkinliklerinin düzenlenmesi önerilir.
- Ülkemizde psikolojik dayanıklılık ilgili çalışmalar 2010 yılından itibaren oldukça yaygınlaşmasına rağmen hayatın anlamı ile ilgili çalışmalar literatür alanındaki ihtiyacı henüz karşılayamamaktadır. Hayatın anlamı ile ilgili yapılacak yeni çalışmalar alana katkı sağlayacaktır.
- Bu araştırmanın örneklemini İstanbul İli, Üsküdar İlçesi resmi liselerde görev yapan öğretmenlerle sınırlıdır. Dolayısıyla elde edilen bulguların diğer yaş gruplarına ve meslek gruplarına genellemek mümkün değildir. Benzer çalışmaların diğer yaş grupları ve meslek gruplarında yapılması konuyla ilgili kapsamlı bilgi sahibi olunmasına katkı sağlayacaktır.

- Literatürde psikolojik dayanıklılık ve hayatın anlamı konularında çeşitli değişkenlerle ilgili mevcut çalışmalar bulunmasına rağmen hayatın anlamının psikolojik dayanıklılık üzerine etkilerini incelen araştırmalar oldukça sınırlı sayıdadır. Bu çalışmada psikolojik dayanıklılık ve hayatın anlamı arasındaki ilişki cinsiyet, yaş, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu ve inanç değişkeni açısından incelenmiştir. Başka çalışmalarda yaşanan yer, eğitim durumu, farklı meslek grubu, mesleki branş türleri, meslekteki kıdem yılı, vb. değişkenler açısından incelenirse alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



KAYNAKÇA

- Adler, A. (2004). *İnsanın doğası* (A. Tekşen Kapkın Çev.). İstanbul: Payel Yayınları.
- Adler, A. (2017). *Modern psikoloji*. Köksal T. (Çev. Ed.). Ankara: Yason Yayınları.
- Agabi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience. *Trauma, Violence, and Abuse*, 6(3), 195-216.
- Akgül, Ö. (2014). *Hayatı anlamlandırmada inancın ve kişisel değerlerin rolü* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Akış, Y. (2015). Varoluş başlangıcı: Soren Kierlegard. A. K. Cücen (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 73-108). 2015: Sentez Yayıncılık.
- Allport, W. G. (2017). Önsöz. V. E. Frankl (Ed.), *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak Çev.). (39. Basım, s. 7-11). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Arda, Ş. (2011). *Kanser hastalarında yaşamda anlamın incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Aydın, C. (2015). *İnsanın anlam arayışı ve yeniçağ inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Aydın, C., Kaya, M., & Peker, H. (2015). Hayatın anlam ve amacı ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 38, 39-55.
- Bahadır, A. (1999). *Hayatın anlam kazanmasında psikososyal faktörler ve din* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Baş, V. (2014). *Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Basım, N., & Çetin, F. (2011). Psikolojik dayanıklılığın iş tatmini ve örgütsel bağlılık tutumlarındaki rolü. *İş Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 13(3), 79-94.

- Basım, N., & Fatih, Ç. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Batan, S. N. (2016). *Yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve dini başa çıkmanın yaşam doyumuna etkileri* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi.
- Bektaş, M., & Şüheda, Ö. (2016). Evli bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 216-240.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. W. A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect and social relations: The Minnesota symposia on child psychology* (Vol. 13, s. 39-101). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bozgeyikli, H., & Şat, A. (2014). Öğretmenlerde psikolojik dayanıklılık ve örgütsel vatandaşlık davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi: Özel okul örneği. *HAK-İŞ Uluslararası Emek Ve Toplum Dergisi*, 3(5), 173-191.
- Bradley, R. H., Whiteside, L., Munford, D. J., Casey, P. H., Kelleher, K. J., & Pope, S. K. (1994). Early indications of resilience and their relation to experiences in the home environments of low birthweight, premature children living in poverty. *Child Development*, 65(2), 346-360.
- Çamur, Z.(2014). *Yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi (genç ergenlik dönemi)*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanında alındı.
- Carr, A. (2016). *Pozitif psikoloji* (Ü. Şendilek Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Çayboylu, İ. (2002). *2001 yılı aile raporu*. (No.975-19-3235-1). Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları.
- Chan, D. W. (2010). Teacher burnout revisited: Introducing positive intervention approaches based on gratitude and Forgiveness. *Educational Research Journal*, 25(2), 165-189.

- Cooper, M. (2017). Terapinin altyapısı. E. Van Deurzen, & C. Arnold-Baker (Ed.), *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar* (G. Oğuz Çev.). (s. 49-61). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Criss, M. M., Pettit, G. S., Bates, J. E., Dodge, K. A., & Lapp, A. L. (2002). Family adversity, positive peer relationship, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development*, 73, 1220-1237.
- Çüçen, A. K. (2015). Varoluş felsefesi ya da varoluşçuluk nedir?. *Varoluş filozofları* (s. 16-47). İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Demir, R., & Murat, M. (2017). Öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 339-378.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Deurzen, E. V. (2017). Felsefi alt yapı. E. Van Deurzen, & C. Arnold-Baker (Ed.), *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar* (F. J. İçöz Çev.). (s. 33-48). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Du, H., Li, X., Chi, P., Zhao, P., & Zhao, G. (2017). Meaning in life, resilience, and psychological well-being among children affected by parental HIV. *AIDS Care*, 29(5), 1-7.
- Eagleton, T. (2015). *Hayatın anlamı* (K. Tunca Trans.). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Elmas, F. M. (2015). Gabriel Marcel. A. K. Çüçen (Ed.), *Varoluş filozofları*. (s. 202-220). İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Erdem, H. (2015). Albert Camus. A. K. Çüçen (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 184-199). İstanbul: Sentez Yayınları.
- Erdem, H. (2015). Karl Jaspers. A. Çüçen K. (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 165-182). İstanbul: Sentez Yayınları.

- Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri, öznel dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi: Üniversite örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi S.B.E. Dergisi*, 12(29), 223-246.
- Erpay, T. (2017). *Tek başına olma ve tek başına olmayı tercih etmenin yalnızlık, yaşamda anlam ve utangaçlıkla ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Esenyel, A. (2015). Varoluş istemi: Friedrich Nietzsche. A. K. Çüçen (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 109-134). İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Esenyel, A. (2015). Fenomenolojiden varoluşa: Edmund Husserl ve Martin Heidegger. A. K. Çüçen (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 135-163)
- Francis, L. J., & Robbins, M. (2000). Religion and happiness: A study in empirical theology. *Transpersonal Psychology Review*, 4(2), 17-22.
- Frankl, E. V. (2014). *Psikoterapi ve din* (Z. Taşkın Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Frankl, E. V. (2016). *Hayatın anlamı ve psikoterapi* (V. Atayman Çev.). Say Yayınları: İstanbul.
- Frankl, E. V. (2017). *İnsanın anlam arayışı* (S. Budak Çev.). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Fromm, E. (1997). *Özgürlükten kaçış* (S. Budak Çev.). Ankara: Öteki Psikoloji.
- Geçtan, E. (1988). *İnsan olmak* (19. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Goodman, J. H. (2004). Coping with trauma and hardship among unaccompanied refugee youths from sudan. *Qualitative Health Research*, 14(9), 1177-1196.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Gürdal, G. (2015). Varoluşçuluğun kökleri: Sokrates, Aziz Augustinus, Pascal. A. Kadir Çüçen. (Ed.), *Varoluş filozofları*. (s. 49-70). İstanbul:

- Güven, P. (2015). *Üniversite öğrencilerde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Heery, M., & Bugental, J. F. T. (2017). Anlam ve dönüşüm. E. Van Deurzen, & C. Arnold-Baker (Ed.), *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar*. (F. J. İçöz Çev.). (s. 359-373). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de kendini toparlama gücü konusunda yapılmış araştırmaların incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Derneği*, 6(45), 65-76.
- İmamoğlu, E. O. (1991). "Aile İçinde Kadın-Erkek Rollerini." Türk Aile Ansiklopedisi. Ankara: Cilt 3, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu. Ankara Türkiye Yazarlar Birliği Vakfı.
- İnam, A. (1995). *Edmund Husserl felsefesinde mantık*. Ankara: Vadi Yayınları.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar - ilkeler - teknikler* (17. Basım). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kaufmann, W. (2001). *Dostoyevski'den Sartre'a varoluşçuluk* (A. Göktürk Çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Kelly, J., & Emery, R. (2003). Children's adjustment following divorce: Risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52, 352-362.
- Kıraç, F. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1067-1079.
- Köse, A., & Ayten, A. (2012). *Din psikolojisi* (2. Basım). İstanbul: Timaş.
- Kuçuradi, İ. (1995). *Nietzsche ve insan* (2. Basım). Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu.
- Luthar, S. S. (1993). Annotation: Methodological and conceptual issues in research on childhood resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 34, 441-454.

- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Masten, A. S., & Douglas, C. (1998). *The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children*. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- May, R. (2017). *Varoluşun keşfi* (A. Babacan Çev.). İstanbul: Okyanus.
- May, R. (2017). *Kendini arayan insan* (K. Işık Çev.). İstanbul: Okyanus.
- Mehta, M., Whyte, E., Lenze, E., Hardy, S., Roumani, Y., Subashan, P., . . . Studenski, S. (2008). Depressive symptoms in late life: Associations with apathy, resilience and disability vary between young-old and old-old. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23(3), 238-243.
- Myers, D. G. (2008). Religion and human flourishing. M. Eid & R. J. Larsen (Ed.), *The science of subjective well-being* (s. 323-343). New York, NY, US: Guilford Press.
- Nietzsche, F. (2003). *Şen bilim* (L. Özşar Çev.). Bursa: Asa Kitapevi.
- Nietzsche, F. (2004). *Ahlakın soykütüğü üstüne* (A. İnam Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Nietzsche, F. (2011). *Böyle buyurdu Zerdüşt* (M. Tüzel Çev.). İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ok, E. (2006). *Anlam arayışı eğitim programının lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Özaydın, H. M. (2016). *Varoluşsal boşluğu tahmin eden etkenler: İlişki doyumu, günlük uğraşlarda bulunan anlam ve değer, sağlık ve sosyodemografik faktörler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Öziş, G. (2016). *Evlilik yaşam doyumunun algılanan ebeveyn ilişkisi, psikolojik dayanıklılık ve dinsel inanç gücü açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.

- Parlak, S. (2014). *Yüksek öğrenim kredi yurtlar kurumunda barınan kız öğrencilerin yaşam anlam düzeyleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki (İstanbul örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Peseschkian, N. (2015). *Pozitif Psikoterapiye Giriş: Kuram ve uygulama* (T. Sarı Çev.). Ankara: Anı Yayınları.
- Runzo, J., M. Martin. (2012). *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı* (G. Varım Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Sadock, B. J., Alcott Sadock, V., & Ruiz, P. (2016). Bozkurt A. (Ed.), *Kaplan & Sadock psikiyatri davranış bilimleri/ klinik psikiyatri*. Ankara: Güneş Tıp Kitapevleri.
- Sağ, B. (2006). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve pozitif algının, psikolojik dayanıklılık, depresyon ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Şahin, D. (2014). *Öğretmelerin öz duyarlıklarının psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Sartre, J. P. (2018). *Varoluşçuluk* (A. Bezirci Çev.). İstanbul: Say Yayınları.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Sezgin, F. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(2), 489-502.
- Sönmezer, B. (2015). *Öğretmenlerin tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Steiner, G. (1996). *Hiddegger* (S. Kalkan Çev.). Ankara: Vadi Yayınları.
- Stout, C. E. (2008). Resiliency. Retrieved from www.encyclopedia.com/social-sciences/applied-and-social-sciences-magazines/resiliency
- Strathern, P. (1998). *90 dakikada Sartre* (A. Özer Çev.). İstanbul: Gendaş A. Ş.

- Tarhan, N. (2017). *10 adımda Pozitif Psikoloji* (8. Basım). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve İç-Dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Taşdelen, V. (2004). *Soren kierkegaard'in varoluş alanlarında benliğin oluşmaması sorunu ve bir çözüm önerisi olarak sevgi alanı* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Tillich, P. (2014). *Olmak Cesareti* (F. C. Dansur Çev.). İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Tümlü Ülker, G., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yüksek Öğretim Ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Uçar, T. (2014). *Özel eğitim okulu öğretmenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve mesleki sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi (İstanbul İli Avrupa Yakası örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.
- Uysal, H. (2017). *Özden Öze* (2. Basım). İstanbul: Okumuşlar Yayıncılık.
- Van Deurzen, E., & Arnold-Baker, C. (2017). Anlam ve dönüşüm. F. J. İçöz (Ed.), *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar* (N. Afyonkale Talay Çev.). (s. 359-373). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Van Deurzen, E., & Arnold-Baker, C. (2017). İnsan gelişimi. *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar* (S. Çağlı Çev.). (s. 81-91). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Weixel-Dixon, K., & Strasser, F. (2016). Zaman ve amaç. In E. Van Deurzen, & C. Arnold-Baker (Ed.), *İnsan meselesine varoluşçu bakışlar* (H. Kumcağız Çev.). (s. 325-336). İstanbul: Aletheia Kitap.
- Werner, E. (2005). Resilience research: Past, present and future. R. D. Peters, B. Leadbeater & R. R. McMahon (Ed.), *Resilience in children, families and*

communities, linking context to practice and policy (s. 3-12). New York: Kluwer Academic/Plenum Publisher.

Wilson, E. O. (2017). *İnsan varlığının anlamı* (Z. Sezer Çev.). İstanbul: Olvida Kitap.

Yalçın, S. (2013). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile stres, psikolojik dayanıklılık ve akademik iyimserlik arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.

Yalom, D. I. (2011). *Varoluşçu psikoterapi* (Z. İyidoğan Babayiğit Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayınları.

Yalom, D. I. (2017). *Din ve psikiyatri* (Z. Babayiğit Çev.). İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yıldız, S. (2015). *Eğitim yöneticilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.

Yüksel, R. (2013). *Genç yetişkinlerde aşk tutumları ve yaşamın anlamı* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından alınmıştır.

Zafer Esenyel, Z. (2015). Maurice Merleau-Ponty. A. K. Çüçen (Ed.), *Varoluş filozofları* (s. 259-294)

EKLER

1. Anket Formu

1.1. Kişisel Bilgi Formu (Demografik Sorular)

1.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği

1.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

2. Anket izin onay belgesi.



EK 1. **Anket Formu**

Sayın Meslektaşım,

Bu çalışma, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda yürütmekte olduğum "Hayatın Anlam Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişki" konulu tez çalışmam kapsamında kullanılmak üzere hazırlanmıştır. Araştırmanın evreni 2017-2018 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili, Üsküdar ilçesi devlete bağlı resmi liselerde görev yapan öğretmenlerden oluşmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler tamamen bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Anketin uygulanması hususunda İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden ve İstanbul Valiliğinden gerekli izinler alınmıştır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyup ve seçeneklerden kendi durumunuza en uygun olanı cevaplayınız. Vereceğiniz içten ve doğru cevaplar, bu araştırmaya önemli katkı sağlayacaktır. Lütfen cevaplanmamış soru bırakmayınız. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim. Saygılarımla.

Esen YILDIRIM USTA Rehber Öğretmen / Psikolojik Danışman
Hacı Rahime Ulusoy Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
esenyildirimusta@gmail.com

Mail adresi:

SORULAR

1.1. Demografik Sorular

1- Cinsiyetiniz nedir?

() Kadın () Erkek

2- Yaşınız:

3- Ailenizin ortalama aylık gelir düzeyi kaç TL'dir?

4-Medeni durumunuz nedir? () Evli () Bekar

5- Çocuğunuz var mı? () Var () Yok

6- Görev yapmakta olduğunuz okul türü hangisidir?

() Anadolu Lisesi () İmam Hatip Lisesi

() Mesleki ve Teknik Anadolu Lise () Diğer

7- İnancın psikolojik dayanıklılığı artırmada ne derece önemli olduğunu düşünüyorsunuz?

() Önemli değil

() Az önemli

() Önemli

() Çok önemli

8- İnancın hayatın anlamını ve amacını kavramada ne derecede yardımcı olduğunuzu düşünüyorsunuz?

() Yardımcı olduğu söylenemez

() Kısmen yardımcı oluyor

() Yardımcı oluyor

() Çok fazla yardımcı oluyor

1.2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği Soruları

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

1.3. Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Soruları

1	Beklenmedik bir olay olduğunda...						
	Her zaman bir çözüm bulurum						Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2	Gelecek için yaptığım planların.....						
	Başarılması zordur						Başarılması mümkündür
3	En iyi olduğum durumlar şu durumlardır.....						
	Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda						Tam bir günlük boş bir vaktim olduğunda
4olmaktan hoşlanıyorum						
	Diğer kişilerle birlikte						Kendi başıma
5	Ailemin, hayatta neyin önemli olduğu konusundaki anlayışı...						
	Benimkinden farklıdır						Benimkiyle aynıdır
6	Kişisel konuları ...						
	Hiç kimseyle tartışmam						Arkadaşlarımla/Aile-üleriyle tartışabilirim
7	Kişisel problemlerimi...						
	Çözmem						Nasıl çözebileceğimi bilirim
8	Gelecekteki hedeflerimi...						
	Nasıl başaracağımı bilirim						Nasıl başaracağımdan emin değilim
9	Yeni bir işe/projeye başladığımda ...						
	İleriye dönük planlama yapmam, derhal işe başlarım						Ayrıntılı bir plan yapmayı tercih ederim
10	Benim için sosyal ortamlarda rahat/esnek olmak						
	Önemli değildir						Çok önemlidir
11	Ailemle birlikteyken kendimi ... hissedirim						
	Çok mutlu						Çok mutsuz
12	Beni ...						
	Bazı yakın arkadaşlarım/aile üyelerim cesaretlendirebilir						Hiç kimse cesaretlendiremez

13	Yeteneklerim...						
	Olduğuna çok inanırım						Konusunda emin değilim
14	Geleceğimin ... olduğunu hissediyorum						
	Ümit verici						Belirsiz
15	Şu konuda iyiyimdir...						
	Zamanımı planlama						Zamanımı harcama
16	Yeni arkadaşlık konusu ... bir şeydir						
	Kolayca yapabildiğim						Yapmakta zorlandığım
17	Ailem şöyle tanımlanabilir ...						
	Birbirinden bağımsız						Birbirine sıkı biçimde kenetlenmiş
18	Arkadaşlarımın arasındaki ilişkiler ...						
	Zayıftır						Güçlüdür
19	Yargılarıma ve kararlarıma ...						
	Çok fazla güvenmem						Tamamen güvenirim
20	Geleceğe dönük amaçlarım ...						
	Belirsizdir						İyi düşünölmüştür
21	Kurallar ve düzenli alışkanlıklar ...						
	Günlük yaşamımda yoktur						Günlük yaşamımı kolaylaştırır
22	Yeni insanlarla tanışmak ...						
	Benim için zordur						Benim iyi olduğum bir konudur
23	Zor zamanlarda, ailem ...						
	Geleceğe pozitif bakar						Geleceği umutsuz görür
24	Ailemden birisi acil bir durumla karşılaştığında...						
	Bana hemen haber verilir						Bana söylenmesi bir hayli zaman alır
25	Diğerleriyle beraberken						
	Kolayca gülerim						Nadiren gülerim
26	Başka kişiler söz konusu olduğunda, ailem şöyle davranır:						

	Birbirlerini desteklemez biçimde						Birbirlerine bağlı biçimde
27	Destek alırım						
	Arkadaşımdan/aile üyelerinden						Hiç kimseden
28	Zor zamanlarda ... eğilimim vardır						
	Her şeyi umutsuzca gören bir						Beni başarıya götürebilecek iyi bir şey bulma
29	Karşılıklı konuşma için güzel konuların düşünülmesi, benim için ...						
	Zordur						Kolaydır
30	İhtiyacım olduğunda ...						
	Bana yardım edebilecek kimse yoktur						Her zaman bana yardım edebilen birisi vardır
31	Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ...						
	Başa çıkmaya çalışırım						Sürekli bir endişe/kaygı kaynağıdır
32	Ailemde şunu severiz ...						
	İşleri bağımsız olarak yapmayı						İşleri hep beraber yapmayı
33	Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ...						
	Yeteneklerimi beğenirler						Yeteneklerimi beğenmezler



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

EK 2

Sayı : 59090411-44-E.1011526
Konu: Anket Araştırma İzni

15.01.2018

NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİNE
(Sosyal Bilimler Enstitüsü)

- İlgi: a) 21.12.2017 tarih ve 1322 sayılı yazımız.
b) Valilik Makamının 12.01.2018 tarih ve 909027 sayılı oluru.

Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Esen YILDIRIM USTA'nın "**Hayatın Anlamı Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin Analizi**" konulu tezi hakkındaki ilgi (a) yazımız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

M. Nurettin ARAS
Müdür a.
Müdür Yardımcısı

EK:1- Valilik Onayı
2- Ölçekler



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

EK 2

Sayı : 59090411-20-E.909027

12/01/2018

Konu: Anket ve Araştırma İzin Talebi

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi: a) Nişantaşı Üniversitesinin 21.12.2017 tarih ve 1322 sayılı yazısı.
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tk. Gn. Md. 22.08.2017 tarih ve 12607291/ 2017/25 No'lu Gen.
c) Millî Eğitim Araştırma ve Anket Komisyonunun 11.01.2018 tarihli tutanağı.

Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Esen YILDIRIM USTA'nın "**Hayatın Anlamı Algısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin Analizi**" konulu tezi kapsamında, ilimiz Üsküdar ilçesinde bulunan liselerde görev yapan öğretmenlere; hayatın anlam ve amacı ölçeği ile yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğini uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) yazı ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanılmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Bakanlık emri esasları dâhilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüze rapor halinde (CD formatında) bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde Olur'larınıza arz ederim.

Ömer Faruk YELKENCİ
Millî Eğitim Müdürü

OLUR
12/01/2018

Ahmet Hamdi USTA
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:1- Genelge
2- Komisyon Tutanağı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ
Tel: (0 212) 455 04 00-239
Faks: (0 212)455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 7307-cc31-33d4-b91d-5167 koda ile teyit edilebilir.

ÖZGEÇMİŞ

1. **Adı Soyadı** : Esen YILDIRIM USTA
2. **Doğum Tarihi** : 07.03.1978
3. **Unvanı** : Psikolojik Danışman

4. Öğrenim Durumu:

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	18 Mart Üniversitesi Üniversitesi	2000
Y.Lisans	Psikoloji	Nişantaşı Üniversitesi	2018

5. İş Deneyimi:

- 2000-2002 Kuşadası Adabaşarı Dershanesi
2002-2008 Beykoz Rehberlik ve Araştırma Merkezi
2008-2012 Halide Edip Adıvar Anadolu Lisesi
2012-2017 Sultantepe Ortaokulu
2017-20...Hacı Rahime Ulusoy Mesleki Teknik Anadolu Lisesi

6. Eğitim ve Sertifikalar:

TıbbiHipnoz Uygulama Sertifikası	Wisc-r Zeka Ölçeği Uygulama Sertifikası	Problem Odaklı Grup Çalışması Eğitimi
Katatimi Eğitimi	Tıbbi Hipnoz Eğitimi	Transaksiyonel Analiz Eğitimi
Psikodrama Eğitimi	Yaratıcı Drama Eğitimi	Madde Bağımlılığı Eğitimi
Emdr Eğitimi	Terapötik Kartlar Eğitimi	Denver Uygulama Sertifikası
Leiter Zeka ölçeği Uygulama Sertifikası	St. Binet Zeka Ölçeği Uygulama Sertifikası	AGDE Uygulama Sertifikası

7. İletişim: radi_es@hotmail.com