

**T.C.**  
**NIŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ**  
**İKTİSADİ, İDARİ VE SOSYAL BİLİMLER FAKÜLTESİ**  
**PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**VAROLUŞSAL BOŞLUĞU TAHMİN EDEN**  
**ETKENLER:İLİŞKİ DOYUMU, GÜNLÜK UĞRAŞLARDA**  
**BULUNAN ANLAM VE DEĞER, SAĞLIK VE**  
**SOSYODEMOGRAFİK FAKTÖRLER**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hüsamettin Mert ÖZAYDIN**

**Enstitü Anabilim Dalı :Sosyal Bilimler Enstitüsü**  
**Enstitü Bilim Dalı :Genel Psikoloji**

**Tez Danışmanı:Yrd. Doç. Dr. Eyyüb Ensari CİCERALI**

**HAZİRAN – 2016**

T.C.  
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ  
İKTİSADİ, İDARİ VE SOSYAL BİLİMLER FAKÜLTESİ  
PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

VAROLUŞSAL BOŞLUĞU TAHMİN EDEN  
ETKENLER: İLİŞKİ DOYUMU, GÜNLÜK UĞRAŞLARDA  
BULUNAN ANLAM VE DEĞER, SAĞLIK VE  
SOSYODEMOGRAFİK FAKTÖRLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hüsamettin Mert ÖZAYDIN

Enstitü Anabilim Dalı :Sosyal Bilimler Enstitüsü

Enstitü Bilim Dalı :Genel Psikoloji

“Bu tez \_\_\_/\_\_\_/20\_\_\_ tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Yrd. Doc. Dr. F. Ensanî Cicereli		Basarılı
Yrd. Doc. Dr. Lütfiye Kaya Cicereli		Basarılı
Doc. Dr. Selma Arıkan		Basarılı

## **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.

**Hüsamettin Mert ÖZAYDIN**

**08.06.2016**

## ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden danışmanım Yrd. Doç. Dr. Eyyüb Ensari CİCERALİ'ye değerli katkı ve emekleri için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Sayın Yrd. Doç. Dr. Lutfiye Kaya CİCERALİ bütün süreç boyunca her anlamda yanımda olmuş, desteğini ve katkılarını esirgememiştir. Savunma sınavı sırasında jüri üyeleri çalışmamın son haline gelmesine değerli katkılar yapmışlardır. Bu vesileyle tüm hocalarıma teşekkürlerimi borç bilirim.

**Hüsamettin Mert ÖZAYDIN**

**08.06.2016**

## İÇİNDEKİLER

TABLO LİSTESİ .....	iii
ÖZET.....	iv
SUMMARY .....	v
GİRİŞ .....	1
<b>BÖLÜM 1:YAŞAM DOYUMU .....</b>	<b>4</b>
1.1. YAŞAM DOYUMU VE ROMANTİK İLİŞKİ İLİŞKİSİ.....	5
1.2. YAŞAM DOYUMU VE SOSYODEMOGRAFİK FAKTÖRLER İLİŞKİSİ.....	6
1.3. YAŞAM DOYUMU VE GÜNDELİK UĞRAŞLAR İLİŞKİSİ.....	9
1.4. YAŞAM DOYUMU VE FİZYOLOJİK SAĞLIK İLİŞKİSİ .....	10
1.5. YAŞAM DOYUMU VE PSİKOLOJİK SAĞLIK İLİŞKİSİ.....	11
<b>BÖLÜM 2: İLİŞKİ DOYUMU VE YAŞAMIN ANLAMI.....</b>	<b>13</b>
2.1. ROMANTİK İLİŞKİNİN KAVRAMSAL TANIMI.....	14
2.2. YAŞAMIN ANLAMI .....	15
2.2.1. Anlam İstemi .....	16
2.2.2. Varoluşsal Engellenme.....	17
2.2.3. Varoluşsal Boşluk .....	18
<b>BÖLÜM 3: İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....</b>	<b>19</b>
3.1. İLİŞKİ DOYUMU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR .....	19
3.2. YAŞAMIN ANLAMI & DOYUMU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR .....	20
<b>BÖLÜM 4: YÖNTEM .....</b>	<b>22</b>
4.1. ÖRNEKLEM .....	22
4.2. VERİ TOPLAMA ÖLÇEK VE ARAÇLARI .....	22
4.2.1. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU .....	22
4.2.2. YAŞAM ANLAMI ÖLÇEĞİ .....	23
4.2.3. GÜNLÜK UĞRAŞ ANLAM&DEĞERİ ANKETİ .....	23
4.2.4. İLİŞKİ İSTİKRARI ÖLÇEĞİ - İLİŞKİ DOYUMU ALT ÖLÇEĞİ .....	23
4.3. UYGULAMA .....	24
4.4. VERİ ANALİZİ .....	24
<b>BÖLÜM 5: BULGULAR.....</b>	<b>26</b>
5.1. PROBLEM CÜMLESİ .....	26
5.2. ALT PROBLEMLER .....	26
5.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	26
5.4. VARSAYIMLAR .....	28
5.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	28
5.6. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ.....	28
5.7. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZ SONUÇLARI .....	29

5.7.1. Sosyodemografik Özellikler .....	29
5.7.2. Memnuniyet Düzeyi Bulguları.....	33
5.7.3. Memnuniyet Ortalamaları Bulguları .....	35
5.7.4. Ölçek Ortalamaları Bulguları .....	35
5.7.5. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı.....	36
5.7.6. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Yaş Grubu Değişkenine Göre Dağılımı .....	38
5.7.7. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Birlikte Yaşam Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	44
5.7.8. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin İlişki Bağlamında Uygun İfade Değişkenine Göre Dağılımı .....	48
5.7.9. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Sosyal Çevrede Yakın Arkadaş Sayısı Değişkenine Göre Dağılımı .....	52
5.7.10. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Aylık Net Gelir Değişkenine Göre Dağılımı .....	54
5.7.11. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Genel Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	57
5.7.12. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Psikolojik Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	60
5.7.13. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Memnuniyet Düzeyleri İle İlişkinine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi .....	65
5.7.14. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçekleri İlişkinine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi.....	70
5.7.15. Oval Ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Alt Boyutlar İle).....	77
5.7.16. Oval ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Toplam Puan İle).....	80
<b>BÖLÜM 6: TARTIŞMA.....</b>	<b>82</b>
<b>BÖLÜM 7: SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>86</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>89</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>96</b>

## TABLO LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Sosyodemografik Özellikler .....	29
<b>Tablo 2:</b> Memnuniyet Düzeyi Bulguları .....	33
<b>Tablo 3:</b> Memnuniyet Ortalamaları Bulguları.....	35
<b>Tablo 4:</b> Ölçek Ortalamaları Bulguları.....	35
<b>Tablo 5:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı.....	36
<b>Tablo 6:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Yaş Grubu Değişkenine Göre Dağılımı.....	38
<b>Tablo 7:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Birlikte Yaşam Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	44
<b>Tablo 8:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin İlişki Bağlamında Uygun İfade Değişkenine Göre Dağılımı .....	48
<b>Tablo 9:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Sosyal Çevrede Yakın Arkadaş Sayısı Değişkenine Göre Dağılımı .....	52
<b>Tablo 10:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Aylık Net Gelir Değişkenine Göre Dağılımı .....	54
<b>Tablo 11:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Genel Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	57
<b>Tablo 12:</b> Yaşam Anlamı Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Psikolojik Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı .....	60
<b>Tablo 13:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Memnuniyet Düzeyleri İle İlişkisine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi.....	65
<b>Tablo 14:</b> Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçekleri İlişkisine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi.....	70
<b>Tablo 15:</b> Oval Ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Alt Boyutlar İle).....	77
<b>Tablo 16:</b> Oval Ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Toplam Puan İle) .....	80

<b>Tezin Başlığı:</b> Varoluşsal Boşluğu Tahmin Eden Etkenler: İlişki Doyumu, Günlük Uğraşlarda Bulunan Anlam ve Değer, Sağlık ve Sosyodemografik Faktörler
<b>Tezin Yazarı:</b> H. Mert ÖZAYDIN <b>Danışman:</b> E. Ensari CİCERALI
<b>Kabul Tarihi:</b> 08.06.2016 <b>Sayfa Sayısı:</b> v (ön kısım) + 94 (tez)
<b>Anabilimdalı:</b> Sosyal Bilimler Enstitüsü <b>Bilimdalı:</b> Genel Psikoloji
<p>Üniversite öğrencilerinin varoluşsal boşluk düzeyleri ile günlük uğraşlarında buldukları anlam ve değer, romantik ilişkilerinden aldıkları doyum, sosyal çevrelerinin genişliği, sosyoekonomik durumları, psikolojik ve genel sağlıkla ilgili algıları arasındaki ilişkiler bir regresyon çalışması dahilinde incelenmiştir. Araştırma katılımcılarını 77'si kadın, 121'i erkek toplam 198 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmada veri toplama aracı olarak, Sosyodemografik Bilgi Formu, İlişki İstikrarı Ölçeği'nin İlişki Doyumu alt skalası, Günlük Uğraş Anlam &amp; Değeri Anketi (Oval-pd) ve Yaşam Anlamı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçların, istatistiksel raporlaması için SPSS 21.0 paket programı tercih edildi. Çalışma verileri ele alınırken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin yanı sıra normal dağılımın incelenmesi için Kolmogorov - Smirnov dağılım testi kullanıldı. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi tercih edildi. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki gruptan fazla grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis testi tercih edildi ve ortaya çıkan farkın hangi gruptan kaynaklandığının ölçülmesinde ise Mann Whitney U testi tercih edildi. Ölçeklerin kendi arasındaki karşılaştırmaları Pearson Korelasyon Analizi ile yapıldı. Bağımsız değişkenlerin Bağımlı değişkene etkisi ise Lineer Regresyon analizi ile incelendi. Elde edilen bulgular % 95 güven aralığında ve <math>p &lt; 0,05</math> anlamlılık düzeyinde değerlendirildi. Bulgular dahilinde; günlük uğraşlardan alınan doyum, yaşam anlamına olumlu yönde etki etmektedir. Ayrıca psikolojik sağlığın iyi olması yaşamdaki anlama olumlu etki etmektedir. Romantik ilişkilerden elde edilen doyum, yaşam anlamı puanına etki etmemektedir. Sosyal açıdan aktif olmak ile yaşam anlamı puanı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaşam anlamı, romantik ilişkilerde doyum, günlük uğraşlardan edinilen doyum gibi faktörleri içeren çalışmalar azınlıktadır. Bu konuları araştıran çalışmalar yapılması yeni bakış açıları geliştirilmesine öncülük edecektir.</p>
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Yaşam Anlamı, İlişki Doyumu, Günlük Uğraşlar



**Title of the Thesis: Satisfactory Factors to Existential Vacuum: Relationship Satisfaction, the Sense and the Value in Daily Occupation, Health and Sociodemographic Factors**

**Author: Husamettin Mert OZAYDIN Supervisor: Eyyub Ensari CICERALI**

**Date: 08.06.2016 Nu. of pages: v (pre text) + 94 (main body)**

**Department: Social Sciences Institute Subfield: General Psychology**

The relationship between the university students' existential vacuum levels and the sense and value that they found in their daily occupation, satiation in their romantic relationships, wideness of social circle, socioeconomic status, and psychological and general health senses were examined within a regression working. The research participants were formed by 198 university students and 77 of them are women and 121 are men. As data collection tool, Sociodemographic Verse Form, Relationship Satisfaction base dial of The Relationship Stability Scale, The Daily Occupation Sense & Value Survey (Oval-pd) and The Meaning of Life Scale were used. When the findings of the working is evaluated, SPSS version 21.0 was used for statistical analyses. When the workings' datas were evaluated, statistical methods were used (Frequency, Percentage, Standard deviation) as well as for evaluating the normal distribution, Kolmogorov – Smirnov distribution test was used. In case of two groups in comparison of quantitative data, Mann Whitney U test was used for intergroup comparison of parameters. In case of more than two groups in comparison of quantitative data, Kruskal Wallis test was used for intergroup comparison of parameters and Mann Whitney U test was used in the group determination that causes discrepancy. In the comparison between scales, Pearson Correlation Analysis was used. For examining the effect of independent variable to dependent variable, Linear Regression Analyses was used. The results were evaluated between 95% of confidence interval and  $p < 0,05$  of significance level. Within the findings, the satisfaction of daily occupations affect the life meaning positively. Also, well psychological health affect the life meaning positively. The satisfaction in romantic relationships doesn't affect life meaning score. The meaningful relationship was found between being active in terms of social and life meaning score. The workings that involve the factors of the life meaning, the satisfaction in romantic relationships, the satisfaction in daily occupation are less. Doing the workings that search these issues will lead developing new perspectives.

**Keywords:**Life Meaning, Relationship Satisfaction, Daily Occupation

## GİRİŞ

İnsan, güncel formu ile ırkının düşünsel ve duygusal anlamda en gelişmiş hali olarak neslini sürdürmektedir. İnsan; geçirdiği evrim süresince fiziksel, düşünsel ve duygusal becerilerinde ilerleme kaydetmiştir. Bireyi öncelikle en basit düzeyde inceleyecek olursak; doğduğunda yiyecek ve güvenlik konularında muhtaç, tek başına yaşamını idame ettiremeyecek kadar savunmasız bir konumdadır. Dünyaya yeni gözlerini açan kişi kendi ihtiyaçlarını karşıladığı için öncelikle anne olmak üzere, ebeveynlerine itaat eder ve yaratıcı olarak onları kabul eder. Düşünce kabiliyeti ilerledikçe yavaş yavaş kendini, yakın çevresini, farklı insanları, sonraları ise varoluşunu ve evreni tanımlamaya çalışır.

İnsan biyopsikososyal bir canlıdır. Yapısı itibari ile soyut düşünce gücüne, deneyimleri doğrultusunda tercih ve karar verme yeteneğine sahiptir. Karar verme sürecinde; deneyimleri, ait olduğu sosyal tabaka, edindiği bilgiler gibi bir çok faktör etkin rol oynamaktadır.

Birey mekanik bir canlı değildir ve duygulara sahiptir. Üzüntü, korku, sevinç, heyecan gibi bir çok duyguyu hissedebilmektedir. Varoluşu gereği kendi ile ve etrafı ile iletişim ve paylaşım halindedir. Paylaşımında bulunacağı etkileşimleri belirlerken çeşitli kriterlere göre hareket eder ki bu noktada insanın bireysel ihtiyaçları ve tercihleri devreye girer.

Freudyen görüş insanın id, ego ve superego olmak üzere üç ayrı sürece sahip olduğunu betimlemiştir. Burada her üç süreç de ayrı ayrı ve bir bütün olarak önem arz etmekte ve insanın bilişsel ve davranışsal süreçlerini belirlemede etkin rol oynamaktadır. İnsan ihtiyaçları doğrultusunda tercihler yapar ve tercihleri doğrultusunda harekete geçer. Burada Maslow'un tanımladığı ihtiyaçlar hiyerarşisinden bahsetmek mümkün. Bunların başında dünyaya gelen insanın fiziksel anlamda doyurulma ve korunma ihtiyacı yer almaktadır ki en temel gereksinimleri ifade etmektedir. Birey organizma olarak büyüyüp geliştikçe ait olma ve sevgi ihtiyaçları devreye girer. Ait olma ihtiyacı bireyin kendini var edebilmesi, kendi varlığını hissedebilmesi açısından değerlidir. Dünyaya gelen insan, kendini başta ebeveynlerine ait hisseder ve o sıcaklık sayesinde kendini güvende hisseder. Geliştikçe aidiyet duygusu farklı odaklara doğru ilerler. Ait olmak ya da ait hissetmek bir bireye ve/veya bir gruba atfedilebilir.

Ait olmak kavramı bireye bir yaşam anlamı ifade etmesi açısından çok değerlidir. İnsan kendi egosal varlığını hissedebilmek ve doyurabilmek adına onaylanmayı, kabul görmeyi talep eden bir canlıdır. Nefes almaya başladığı andan itibaren etrafında ona çeşitli beklentiler yükleyen otoriteler ile karşı karşıyadır. Başta ebeveynlerine olmak üzere, mevcut olan acizliği itibari ile itaat etmek zorundadır. Bu sistem ilerledikçe onaylanma ihtiyacı da artmaktadır. İnsan anlaşıldığı ve onaylandığı bireye/gruba kendini ait hissetmektedir ve gelişim gösterdikçe, yetişkinliğe geçiş ile birlikte artık onay arayışını sosyal ortamlara yöneltmektedir. Onaylanan ve paylaşan birey kendi varlığını bu şekilde ispat edebildiği için egosal anlamda da doyum yaşamaktadır.

İnsan egosu her daim doyurulmayı ve var olduğu müddetçe en yüksek dozda sahip olmayı talep etmektedir. Evrimsel açıdan da bakıldığında, doğada korunabilmek, varlığını sürdürebilmek için her canlı güçlü olmak ve savaşmak zorundadır. Tek başına iken sahip olduğu gücü bir arada olarak ve çoğalarak arttırabileceğinin kollektif bilinçdışı sayesinde farkında olan canlı, hem fiziksel savunma gücü anlamında hem de kaynaklara erişebilme yetisi anlamında çoğalmayı tercih etmektedir. Aynı sistem insan formu için de geçerlidir. İnsanın üremesi hem fiziksel güç hem de kaynaklara erişim konularında etkin olduğu gibi, egonun kalıcı olma arzusuna da hizmet ettiği için neredeyse hemen her bireyin hayatında gerçekleştirdiği ya da gerçekleştirmek istediği varoluşsal bir istektir. Bu noktada üremek için bir partnere ihtiyaç doğmaktadır.

Yetişkinliğe geçiş ile birlikte insanın doğal gereksinimlerinden olan sevgi ihtiyacı gündeme gelmektedir. Çeşitli kriterler doğrultusunda yapılan partner seçimi ile insan romantik ilişki deneyimi içine girmektedir. Romantik ilişki; karşılıklı sevgiyi, koruma içgüdüsünü, saygıyı ve diğer bir çok insani ve derin duyguyu içermektedir. Bir yakın ilişki deneyimi, bireyin kendisini gerçekleştirmek ve de kendi benliğini aynalayabilmek için en uygun ortamı hazırlamaktadır. Romantik ilişki içerisindeki bireylerin ait oldukları sosyal tabaka, maddi gelir kaynakları, hayata yükledikleri anlam/anlamlar, dünya görüşü gibi bir çok değişken ilişki adına etkilidir.

İnsan, varoluşundan bu yana içine doğduğu sisteme, evrene anlam yükleme konusunda sorular sormuş ve çeşitli cevaplar aramıştır. Soyut düşünce gücüne sahip olan birey, diğer canlılardan bu yeteneği sayesinde üstün kılınmaktadır. Çeşitli inanç sistemleri ve motivasyonlar sayesinde yaşam enerjisi sağlamakta ve varlığını idame ettirmekte olan

insan, varoluşuna bir anlam ya da bir hedef belirleyemediği noktada büyük bir boşluk hissine kapılmaktadır. Bu boşluk hissi bireyin yaşamaya dair motivasyonunda ciddi yıkım ortaya çıkartmakta ve çeşitli sorgulamalar yapmasına sebep olmaktadır. Bu sorgulamalar “Ben kimim?, Neye hizmet ediyorum?, Varolmamın sebebi nedir?, Neden yaşıyorum? , Yaşamımın bir anlamı var mı?” şeklinde ortaya çıkmaktadır. Birey bu sorgulama karşısında tutarlı ve gerçek cevaplar bulamaz ise psikolojik ve fizyolojik problemler ile karşı karşıya kalabilmekte ve varoluşsal boşluk yaşayabilmektedir.



## BÖLÜM 1:YAŞAM DOYUMU

Doyum kavramı; insanın sürdürmekte olduğu hayatının tüm alanlarında tatmin olma halini ifade etmektedir. Sahip olunan meslek, mevcut olan/olmayan romantik ilişki, sosyal ilişkiler, psikolojik ve fizyolojik açıdan sağlıklı olmak, bireyin hayatta elde etmek istediği maddi ve manevi tatmin sağlayıcı faktörler gibi insanın ideallerini içinde barındıran her biri ayrı öneme sahip farklı yaşam doyum kaynakları oluşturmaktadır.

Özer ve Karabulut (2003)'a göre yaşam doyumunun artması bireyin yaşamdaki maddi ve manevi beklentilerinin tamamlanmasına bağlıdır. Doyum kavramı; bireyin sadece yaşamında elde ettiği tatminleri değil, bunların dışında kalan hayata dair beklentilerini de içermektedir. Yaşam doyumunu; sadece bir duruma yönelik elde edilen tatmin değil, kişinin yaşamının tümünden elde ettiği doyum incelenir (Sarıdemir, 2015:36).

Arasan (2010)'a göre; fiziksel ve psikolojik ihtiyaçların giderilmesi kişinin yaşamını sağlıklı idame ettirebilmesi açısından bir ihtiyaçtır. Fakat insanın, kendini gerçekleştirmeye yönelik aktivitelerden aldığı doyum, fiziksel ihtiyaçların sağladığı doyumdan çok daha yüksektir.

Veenhoven (1996)' a göre; yaşam doyumunu, hayatın tüm alanlarındaki toplam kaliteyi ve pozitif gelişimlerin bütünü olarak tanımlamaktadır. Bunun yanı sıra yaşam doyumunun ise yaşamdaki değişim ve gelişimler, tecrübe edinmek ve tecrübeyi işlevsel olarak kullanabilmek, yaşam doyumunu ile doyum alanı arasındaki ilişki gibi faktörlerin oluşturduğunu ifade etmiştir (Sarıdemir, 2015:37).

Şahin (2008:18-19)' e göre, mevcut günlük rutininin keyif alabilmek, hayatının anlamlı olduğuna inanmak, fiziksel açıdan bireyin kendisini sağlıklı hissetmesi, maddi durum, arkadaşlar ve aile ile olan iletişim, meslek sahibi olmak ve hobi edinmek gibi öğeler yaşam doyumunu artırıcı özelliğe sahiptir (Aydın, 2011:1).

Sonuç olarak yaşam doyumunu kavramını sadece hayattaki spesifik bir alanda edinilen başarı ile ifade etmek mümkün olmayacaktır. Bireyin yaşamda var olduğu alanların tümünden aldığı duygusal ve fiziksel doyum o kişinin yaşam doyumunu ifade etmektedir.

## 1.1. YAŞAM DOYUMU VE ROMANTİK İLİŞKİ İLİŞKİSİ

Romantik ilişki insanın hayatında kritik önem taşımaktadır. Ancak kendini bir başka gözde var edebildiğinde kendi varoluşunu pekiştirebilen insan, yaşamında onaylanmayı ve aynalanmayı talep etmektedir. Çocukluk döneminde olduğu gibi, yaptığı davranışın doğru veya yanlış olduğuyla ilgili herhangi bir geribildirim almayan kişi doğruyu ve yanlış ayırt edemez. Dolayısıyla ait olmak için hangi davranışın tercih edilmesi gerektiği ile ilgili bir fikir sahibi olamaz. Onay görmek, ait hissetmek varoluşun temellerini oluşturmaktadır. Birey varolduğunu ilk olarak annesinin gözlerinde edindiği aynalama sonrasında hisseder. Gelişip evrildikçe, yetişkinlik sürecinde de varoluşunu doğrulayacak olan gözleri romantik ilişki sayesinde görebilecektir. Bundan dolayı romantik ilişki, yaşam doyumunun sağlanması açısından hayati önem taşımaktadır. Bahsettiğimiz diğer tüm alanlar da yaşam doyumunu etkileyen önemli öğelerdir fakat romantik ilişki; yaşam doyumunu etkileyen diğer tüm kaynakları besleyen temel bir kaynak konumunda olabilir.

Kişinin yaşamdan beklentileri ve gerçekte edindiği deneyim arasındaki karşılaştırma sonrasında elde edilen sonuç kişinin yaşam doyumu oranını temsil etmektedir. Yaşam doyumu, sadece romantik ilişki boyutundan elde edilen doyum ile ölçülemeyeceği gibi diğer tüm alanların da tek başına değerlendirilmesi ile elde edilen sonuçlar ile belirlenmemektedir. Kişinin genel olarak yaşantısı içerisinde deneyimlediği tüm eylemlerin sonucu elde ettiği mutluluk, moral gibi açılardan iyi olma hali yaşam doyumunu ifade etmektedir (Vara 1999:101).

Bir başka insanı, kişiliğinin en derindeki çekirdeğinden kavramanın tek yolu sevgidir. Sevmediği sürece hiç kimse, bir başka insanın özünün tam olarak farkına varamaz. Sevgisi yoluyla insan, sevilen kişideki temel kişilik özelliklerini ve eğilimlerini görebilecek duruma gelir ve dahası, ondaki gerçekleşmemiş olan ancak gerçekleştirilmesi gereken potansiyelleri görür. Ayrıca sevgisi yoluyla kişi, sevdiği insanın bu potansiyelleri gerçekleştirmesini sağlar. Sevdiği insanın, ne olabileceğinin ve ne olması gerektiğinin farkına varmasını sağlayarak, potansiyellerini gerçekleştirmesini sağlar (Frankl, 2009:126).

Yaşam içerisinde biri ile birlikte olabilmek, yaşamdan alınan tatmini olumlu yönde etkilemektedir. Yalnız yaşayan kişilerin yaşam tatmini, romantik ilişki içerisinde olan ve duygu paylaşan kişilerin yaşam tatminine göre çok daha düşüktür. Aynı şekilde sosyal ortamda da bir birliktelikten söz edilebilir. Sosyal açıdan aktif olan bireylerin yaşam doyumu, asosyal olan ya da sosyal açıdan daha az aktif olan bireylerin yaşam doyumuna göre çok daha yüksektir (Vara 1999:101).

Romantik ilişkiden edinilen doyum sayesinde birey kendi yaşamında onu tatmin edeceğini düşündüğü ideallerini daha net adımlar ile belirleyebilir. Başka bir deyişle insan, sevdiği ve sevildiği zaman en temel ihtiyaçları içeren önemli bir basamağı daha tırmanmış olur. Bu adım ile birlikte kişi kendini güvende ve varolmuş hissetmektedir. Sorasında ise yaşam doyumunu destekleyecek diğer basamaklara geçiş yapabilecektir. Artık kişi güvencedir, seviyor ve de sevilirdir. Tüm bunlar ile birlikte yaşamdaki doyum sağlayıcı sahaları keşfetmeye daha cesaretli ve istekli bir birey ortaya çıkartacaktır.

## **1.2. YAŞAM DOYUMU VE SOSYODEMOGRAFİK FAKTÖRLER İLİŞKİSİ**

Yapılan araştırmalarda yaş, gelir düzeyi, cinsiyet, eğitim durumu, kişilik özellikleri gibi sosyodemografik etmenlerin de yaşam doyumu ile arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Yaşam doyumuna etki eden faktörler arasında eğitim, statü ve gelir düzeyi de yer almaktadır. Bu faktörlerin yaşam doyumuna olan etkisine değinen Keser (2003:185), eğitim seviyesinin yaşam doyumu üzerinde etkili olduğunu, genel gelir düzeyi ile yaşam doyumu arasında olumlu bir ilişki olduğunu, gelir düzeyi yüksek olan bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun da yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Hayatta en azından temel ihtiyaçlardan olan beslenme ve güvenliğimiz için belirli miktarda gelire ihtiyaç duyulduğu inkar edilemez bir gerçek. Fakat yaşamı anlamlı kılan faktörlerden birinin de maddi gelir olduğunu söylemek mantığa uygun değildir. Temel ihtiyaçlar dışında, kişi elde ettiği maddi gücü yaşamını anlamlı kılacak noktalar için sarfetmiyorsa burada maddi gelirin yaşam doyumu açısından bir fonksiyonu olmayacaktır. Maddi gelir tek başına bir yaşam doyumu değişkeni olmayabilir fakat bir kaç değişken birleştiğinde maddi gelir de yaşam doyumunu arttırıcı bir fonksiyona sahip olabilir. Yaşamdan nasıl doyum alacağını bilmeyen insan elde ettiği maddi ve manevi

kaynakları da doğru işleyemeyecektir. Bundan dolayı öncelikle birey yaşamında kendini nelerin tatmin edeceğinin farkına varmalıdır.

Yaşam doyumunu etkileyen bir başka sosyodemografik faktör ise yaşdır. Yapılan araştırmalarda yaş ve yaşam doyumunu ilişkisi konusunda farklı sonuçlar elde edilmiştir. Bazı çalışmaların sonuçlarına göre yaş ile birlikte genel yaşam memnuniyetinin arttığı gözlemlenmiştir. Farklı bir araştırma sonucuna göre de yetişkinlik döneminde olan bireylerin genel yaşam memnuniyet puanlarının ergenlik ve ileri yetişkinlik yaş gruplarındaki bireylerin genel yaşam memnuniyeti puanlarından daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Eryılmaz, ve Ercan, 2011:139-151).

Hergün birçok farklı deneyim daha ekleniyor hayatımıza ve edindiğimiz deneyimler bizim sonraki hamlelerimizi olumlu ya da olumsuz şekilde değiştirebiliyor. Bundan dolayı yaş arttıkça edinilen tecrübeler de artıyor ve burada yaştan ziyade edinilen tecrübelerin kişinin hayatındaki etkisi daha çok ön plana çıkıyor. Burada tabii ki bahsettiğimiz olumsuz deneyimler olacaktır. İnsanın kendi hayat görüşünü destekleyen, güvenli alanını işgal etmeyen, varoluşunu pekiştiren deneyimlerin hiçbiri hayatında olumsuz bir durum oluşturmayacaktır. Travmatik dediğimiz yaşantılar kişinin bir anda varoluş zemininin sarsılmasına sebep olabilir. Bu gibi olumsuz deneyimler hayatta vardı ve var olmaya devam edecek. Bundan dolayı bu durumlarda kişinin, stres ile ya da acı ile nasıl baş ettiği büyük önem arz etmektedir. Yaşanılan acı tecrübelerin psikolojik ve fizyolojik bütünlüğü bozmaması ve herhangi kalıcı etki bırakmaması için bu gibi dönemlerde profesyonellerden alınacak destek sağaltıcı etki yaratacaktır.

Yetim (1991)'e göre, kadınlar erkeklerden daha fazla yaşam doyumunu hissetmektedirler (Sarıdemir,2015:48). Bu görüşe karşın, yapılan birçok araştırmanın sonucuna göre yaşamdan elde edilen doyumun cinsiyet ile arasında çok az bir ilişki olduğunu gözlenmiştir. Tabuk (2009)'a göre ise Türkiye' de bulunan 156 üniversite çalışanı ile yapılan araştırmada, kadınların genel doyum düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sarıdemir, 2015:49).

Yaşam doyumunu etkileyen değişkenlerden bir diğerinin de eğitim düzeyi olduğunu ifade eden Yetim (1991)' i, Campbell (1981)' in ABD'de 1957-1978 yılları arasında yaptığı çalışmada eğitimin yaşam doyumunu üzerinde etkisi olduğu sonucu desteklemiştir. Eğitim değişkeninin tek başına yaşam doyumuna anlamlı etki yaratmadığı, gelir düzeyi,



statü vb diğer değişkenler ile birlikte araştırıldığında etkili bir faktör olduğu da yapılan farklı araştırmalarca ortaya konmuştur (Sarıdemir, 2015:49).

Hayatın anlamlılığı ile ilgili sorgulamalar yapmak, yaşamının hangi eylemler sonrasında daha fazla doyum sağlayacağına ilişkin tahminler yürütüp kararlar vermek biraz daha fazla sorgulama gerektiren süreçlerdir. Burada eğitim-öğretim büyük önem taşımaktadır. Gördüğü ya da duyduğu bir algıyı direk olarak içselleştiren bir kimse için yaşam doyumunu, etrafında ona gösterilen ya da işittirilenlerden başka bir şey olamayacaktır. Sorgulamak, daha ayrıntılı bakabilmek ancak eğitim ile sağlanabilir. Eğitim tabii ki okullarda gerçekleşiyor fakat burada aile eğitimi de büyük önem taşımaktadır. Aile eğitimi ile erken çocukluk döneminde ailenin çocuğuna karşı olan tutumları ifade edilmektedir. İki eğitimin de sistematığında bireye sorgulamayı öğretmek, merak etmesine ve araştırmasına izin vermek yatmalıdır. Ancak bu şekilde kişiler sorgulama yaparak kendi hayatlarındaki misyonlarına ulaşmak için merak etmeye ve araştırmaya cesaret edebileceklerdir.

Yaşamın anlamına ilişkin diğer bir çalışma, Taş (2011:59) tarafından öğretmenler üzerinde yapılmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından, erkek ve kadın öğretmenler arasında mevcut yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bunun yanında aranan yaşam anlamının cinsiyete göre farklılaştığı ve erkek öğretmenlerin aranan yaşam anlamı düzeylerinin bayan öğretmenlere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yaş değişkeni açısından ise öğretmenlerde aranan yaşam anlamının yaşa göre farklılaşmadığı sonucu elde edilmiştir. Yaşamın anlamının meslekte çalışma süresiyle ilgili olup olmadığı da araştırılmıştır. Eğitim durumu açısından ise öğretmenlerde mevcut yaşam anlamının eğitim derecelerine göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Medeni duruma göre de inceleme yapılmıştır. Bekar öğretmenlerin evli öğretmenlere göre aranan yaşam anlamı düzeylerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

### 1.3. YAŞAM DOYUMU VE GÜNDELİK UĞRAŞLAR İLİŞKİSİ

Günlük rutinde bir çaba ya da bir uğraş içerisinde olmanın yaşam anlamı ile ilgisi olup olmadığı araştırılmıştır. James (2010), uğraşlar yaşamı anlamlı kılacak yardımcı faktörler olduğunu ifade etmiştir fakat bu algının anlamlı bir yaşam için anlamlı bir aktiviteye sahip olunmalı gibi bir kalıp yargı oluşturmaması gerektiğini de savunmuştur.

Bireyin yaşamını anlamlı kılması açısından önem taşıyan günlük uğraşların içerisinde, insanlar ile etkileşim halinde olmak, inanış şekline göre dini ritüellerini yerine getirmek, fiziksel isteklerini doyumak, düzenlenen bir partiye katılmak gibi etkinlikler de girmektedir. Bu ve buna benzer amaçlı şekilde uygulanan aktivitelerin öznel iyi oluşun %40'ını açıkladığı bulunmuştur (Aydemir, 2013:24-25).

Yaşam doyumunu etkileyen önemli faktörlerden biri de inanış olgusu olabilir. İnanç sistemlerinde bir yaratıcının varlığından söz edilmektedir. Bu da en başından beri savunduğumuz aynalanma, onaylanma, güvenlik gibi ihtiyaçları doyurabilecek alternatif bir sistem olarak kabul edilebilir. Çünkü insan yaratıcısının her zaman onu gözlemleyebildiğine inanır ve yaratıcısının doğrularına itaat ederek onaylanma arzusunu telafi eder. Bu açılardan düşünüldüğü zaman ise yaşam tatmini olgusunun büyük kısmını oluşturan varoluş probleminin de bir zemine oturtulmuş olması, kişinin yaşamı boyunca karşılaştığı olumsuz deneyimleri ile baş etmesi noktasında yardımcı etken olabilecektir.

Keser (2003:200)'e göre, yaşam doyumunu kavramı iş yaşamından bağımsız ele almak mümkün olmayacaktır. Çünkü yaşam doyumuna etki eden faktörlerin başında bireyin genel yaşamında oldukça önemli yer tutan iş yaşamı gelmektedir. Bunun için iş yaşamından elde edilen doyum ile yaşam doyumunu arasında bir etkileşim olduğu yerleşmiş bir kanıdır. Bu grupta iş doyumuna etki eden faktörlerde olduğu gibi otonomi, çalışma ortamının kişi üzerindeki etkisi, yüklenilen iş, işin rutinleşme derecesi, ücret, rol belirsizliği, iş güvenliği ve ödüllendirme imkanları bulunmaktadır. Yaşam doyumunu ile gelir arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yüksek gelire sahip kişiler daha kaliteli bir yaşama ve buda yaşam doyumuna pozitif etki etmesine neden olmaktadır (Kaplan, 2014:56).

Günlük olarak fiziksel eksersiz yapan, sporla, bahçe işleriyle, rutin dini toplantılara katılan, gönüllü işlerde görev alan kişilerin yaşam doyum düzeyleri daha yüksektir.

Amerika da yapılan bir araştırmaya göre, her hafta düzenli olarak kiliseye giden, gönüllü işlerde görev alan ve aylık eğlenceye katılanların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuş (Vara, 1999:101).

#### **1.4. YAşAM DOYUMU VE FİZYOLOJİK SAğLIK İLİşKİSİ**

Yaşam doyumunu pekiştiren diğer tüm faktörler gibi fizyolojik sağlık da büyük önem taşımaktadır. Kendi yaşamının sırlarını araştıran birey herşeyden önce sağlıklı bir vücuda sahip olmalıdır.

Taylor (2000)'e göre, hayatın anlamı ağırlıklı olarak psikoloji bilim dalında araştırma konusu olmasına karşın fiziksel rahatsızlıklar ile olan ilişkisi konusunda da çalışmalar yapılmıştır. Bireylerin yaşamlarındaki anlamı araştırması ve araştırması sonrasında tutarlı anlamlar bulabilmesi hem psikolojik hem de fizyolojik sağlık açısından pozitif bir etki yaratmaktadır (Yüksel, 2013:71).

nemli bazı hastalıkların oluşması ile birlikte insanın sorgulama sürecinde hızlanma ortaya çıkabilmektedir. Yaşamsal fonksiyonların zarar görme ihtimali olan sağlık problemlerinde, yaşamın son bulabileceği gerçeği biraz daha gözler önünde olduğundan dolayı insan, mevcut yaşantısının ne kadar anlamlı olduğu konusunda sorgulamalara başlayabilir. Fakat bu süreçteki sorgulama biraz daha kırmızı alarm anında ortaya çıktığı için genellikle karamsarlıkla birlikte olumsuz yönde ivme kazanabilir. Bu süreçte de doğru rehabilitasyon destekleri büyük önem arz etmektedir. Psikolojik sağlık, fizyolojik sağlık ve yaşam doyumunu birbirini takip eden ve birbirini direkt olarak etkileyen faktörlerdir. Herhangi birinde problem saptanın ise diğer faktörlerin işlevselliğinde de düşüş yaşanabilmektedir. Bundan dolayı fizyolojik sağlığın, yaşam doyumunu açısından öneminin büyük olduğunu vurgulamak gerekir.

Taylor (2000) ın yaptığı çalışma bulguların göre; kanser , içerisinde taşıdığı ciddi risk dolayısıyla çoğunlukla yaşamın anlamına dair sorgulamayı doğuran bir özelliğe sahiptir. Taylor'un yaptığı araştırmanın bulgularına göre, hastaların bir kısmı yaşamlarını yeniden gözden geçirmeye karar verdiklerini ifade etmiştir. Yine aynı çalışma bulgularına göre insanlar kendileri ile ilgilenen insanları artık fark ettiklerinden ya da etraflarında bulunan ve gerek olmadığını düşündükleri insanları kendilerinden uzaklaştırdıklarından bahsetmişlerdir.

Park ve diğeri (2008)'ne göre, fizyolojik sağlık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka çalışma ise göğüs kanserinden kurtulan bireyler ile yürütülmüştür. Kanseri yenenlerin yaşam anlamı duygusunun hastalıkla mücadele ettikleri dönemdeki stratejilerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bu stratejiler arasında özellikle pozitif yeniden değerlendirmeyi, kabul, sosyal desteği, dini ve aktif baş etmeyi daha çok kullanan kadınlar iki yıl sonra daha yüksek bir yaşam anlamı seviyesini algılamıştır (Yüksel, 2013, 71).

### **1.5. YAŞAM DOYUMU VE PSİKOLOJİK SAĞLIK İLİŞKİSİ**

Psikolojik olarak sağlıklı olmak, kişinin etrafında olup biten tüm yaşantıları olduğu gibi salt gerçeklik ile algılayabilme yetisine sahip olmak, günlük işlerini yerine getirebilmek adına gerekli olan motivasyonu üretebilecek aktivitelere sahip olması ve bu motivasyonu sabit tutabilmek olarak tanımlanabilir. Burada önemli olan en önemli faktör kendi zihinsel süreçlerimiz ve bireysel bakış aımızın etkileri ile var olan gerçekliği kendi psikolojik sağlık durumumuza göre daha farklı algılamamak ve yorumlamamaktır. İnsan biyopsikososyal bir varlıktır ve psikolojik süreçleri diğer tüm süreçlerini etkileyebilecek güce sahiptir. Bundan dolayı bireyin psikolojik açıdan sağlıklı olması demek hayatın getirdiği deneyimler ile baş edebilecek bir yapıya sahip olmak demektir.

Mascaro ve Rosen (2005), Scannell ve diğeri (2002), Zika ve Chamberlain (1992)'ye göre, psikolojik olarak sağlıklı olmanın yaşam doyumunu puanına etkisini araştıran çalışmalar yapılmıştır. Varoluşçu psikoloji alanındaki araştırmalara bakıldığında, yaşamdan alınan anlamın ve doyumun intihar düşüncesini engellediği görülmektedir.

Jaarsma ve arkadaşlarının (2007) alışma sonuçlarına göre, psikolojik açıdan sağlıklı olmak ve yaşamın anlamı arasında anlamlı ilişki olduğu vurgulanmıştır Ruhsal iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramlarının birbirinden ayrı olduğunu ifade eden De Klerk ve arkadaşları (2009) yaşam anlamının psikolojik iyi oluş ile ilişkisi olduğunu ifade etmiştir (Yüksel, 2013:65-67).

Yaşam anlamı ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka çalışma da Ryff (1989) tarafından ortaya konmuştur. Ryff (1989)' in çalışmasında yaşam anlamı ve iyi oluş göstergeleri ve hayatın anlamı ilişkisi incelenmiştir. Diğer yandan da yaşam

anlamı ile depresyon arasındaki ilişki de incelenmiş olup aralarında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaşamdaki anlamsızlık ve tatminsizlik hissi ile ortaya çıkan varoluşsal nevrozların da depresyonun farklı bir alt tipi olduğu söylenebilir. Geleceğe dair bir umuda sahip olmanın varoluşsal anlamı tanımladığını belirten Mascaró ve Rosen (2005), psikolojik sağlığın bu açıdan yaşam anlamı ile ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Thakur ve Basu (2010)'ya göre, yaşam anlamını kaybetmiş olan bireyler, psikolojik olarak hasar almakta ve depresif belirtiler sonrasında intihar girişiminde bulunabilirler. (Yüksel, 2013:67-72).

Bireyin kendi yaşam doyumu alanlarını araştırması bilişsel beceri gerektirmektedir. Bu becerilerin yanı sıra kişinin psikolojik açıdan da sağlıklı olması beklenmektedir. Çünkü bu süreçte psikolojik olarak patolojiye sahip ya da herhangi bir patolojiye eğilimi olan birey, bir stresör ile karşı karşıya kaldığında baş edemeyebilir ve bu durum onu depresif kılabilir. Psikolojik sağlık durumu bilişsel süreçleri doğrudan etkiler ve algının gerçeklikten kaymasına sebep olabilir. Bu gibi durumlarda da gerçeklik algısını kaybeden bireyin, karar verme mekanizmasının doğru çalışmamasına ve çeşitli depresif belirtilerin ortaya çıkmasına sebep olabilir.

## BÖLÜM 2: İLİŞKİ DOYUMU VE YAŞAMIN ANLAMI

Romantik ilişkinin varlığının yaşamın anlamı açısından ne kadar önemli olduğu konusunu daha önceki başlıklarda tartışmıştık. Bu bölümde ise mevcut olan ilişkinin ne olduğu ve hangi faktörler sayesinde daha tatmin edici olabileceği konularını tartışacağız.

Romantik ilişkiler yakın ilişkilerin bir çeşitidir ve karşılıklı bağlılığa dayalı olarak iki kişi arasındaki bağı ve aşkı ifade eder (Heath, 1976). İlişki içinde olan bireyler ilişkilerini değerlendirme eğiliminde olmaları çiftlerin iyilik hallerini, ilişkilerinden aldıkları doyum ve ilişkilerinin sürekliliğini etkilemektedir (Hinde, 1997). Literatürde ilişki doyum; devamlılık, kalite ve uyum gibi sözcükler ile ifade edilmektedir (Sabatelli, 1988). Bir başka yaklaşıma göre ilişki doyumunu belirleyicisi, ilişkiye yönelik hissedilen olumlu duygulardır (Lin ve Rusbult 1995).

Bir romantik ilişkinin varlığı tek başına kişinin yaşam doyum puanını arttıramaz. Bu ilişkinin aynı zamanda kendi içinde de tatmin edici bir ilişki olması gerekmektedir. Bir ilişkinin tatmin edici olması için ise karşılıklı sevgi, saygı ve güven ilişkisini barındırıyor ve koruyabiliyor olması gerekmektedir. Bunların dışında iyi bir iletişim sadece romantik ilişkilerimizde değil kurduğumuz tüm ilişkilerimizde önem arz etmektedir. Fakat diğer tüm ilişkilerimize kıyasla biraz daha yoğun temas halinde olduğumuz bir alan olan romantik ilişkimiz içerisinde aktif ve etkili bir iletişim, o ilişkinin sağlamlığı açısından büyük bir destek olabilir. Aynı zamanda ilişkinin diğer bir temeli ise partnerlerin paylaştıkları cinsel hayatlarıdır. İyi bir iletişim mutlu bir cinsel hayatı, mutlu bir cinsel hayat ise iyi bir iletişimi doğurmaktadır.

Yapılan bir başka çalışmada ise ilişki doyumunun, ilişki içerisinde herhangi bir noktada doyumsuzluk hissinin olmayışı olarak tanımlanmıştır (Renaud, Byers ve Pan, 1997). Kişisel iyilik hali ile evlilik sahibi olmak ya da yakın bir ilişki içerisinde olmak arasında doğrudan bir bağlantı mevcuttur (Diener ve ark., 1999) ve ilişkinin devamı için gereken faktörlerin en başında da ilişki doyumunu gelmektedir (Hendrick, 1988; Hendrick ve ark, 1988).

## 2.1. ROMANTİK İLİŞKİNİN KAVRAMSAL TANIMI

Romantik ilişki iki insanın birbirileri arasında oluşan çeşitli fiziksel ve duygusal yakınlıkları içeren, heyecanlı ve hoş duyguları barındıran bir ilişki çeşitidir. Zamanından beri romantik ilişkiyi ve aşkı anlatmaya çalışan bir çok sanat eseri oluşturulmuştur.

Aşk bütün toplumlarda, her kültürde ve tüm zamanlarda var olmuştur ve hemen hemen her insanın yaşamının bir döneminde en az bir kez yaşadığı ya da yaşamayı umut ettiği bir duygusal durumdur. Son 30 yılda psikolojinin çalışma alanı içinde yer alan aşk kavramı, çok daha uzun bir süreden beri başta edebiyat ve güzel sanatlar olmak üzere sanatın tüm dallarında en çok işlenen temalardan biri olmuştur. Moss ve Schewebel'in aktardığına göre, Freud aşkı, cinselliğin yüceltilmesi olarak, Harlow bağlanma davranışı olarak ve Fromm ilgi, sorumluluk, saygı ve anlayış olarak tanımlamıştır. Maslow ise aşkı ikiye ayırmıştır. Birincisi, kişinin güvensizliğiyle gelişen ve düşük düzeydeki duygusal ihtiyaçları ifade eden 'yetersizlik aşkı', ikincisi ise, yüksek düzeyde duygusal ihtiyaçları içeren ve özellikle kendini ve diğerini gerçekleştirme isteğini ifade eden 'aşık olmak' tır (Taştan, 2012:521-523).

Romantik ilişkiden bahsederken kişilerin bağlanma stillerini göz ardı etmek olmaz. Burada kişiler aslında en başta aileleri içerisinde kurdukları ilişki biçimlerini yetişkinlik zamanlarına taşımaktadırlar ve yetişkinlik çağlarında kurdukları iletişimlerin ve ilişkilerin temelleri psikososyal gelişim evrelerinde aile ilişkilerindeki özellikler ile yakından ilişkilidir. Buradan yola çıkarak, çocukluk döneminde sağlıklı bağlanma kurabilen çocuklar yetişkinliklerinde de daha sağlıklı ilişkiler kurabileceklerdir.

Collins (2003)'e göre, romantik ilişkilerin ayırt edici beş özelliği bulunmaktadır. Bu özellikler, her iki partnerin de gönüllü katılımı ile gerçekleşen bir yapı olması açısından, romantik ilişkinin ayırt edici beş özelliği olduğunu öne sürülmüştür. Bu özelliklerden birincisi "katılım" dır. Katılım özelliği, partnerlerin flörtlerinin ne zaman başladığını ifade eder. Diğer bir özellik ise "eş seçimi" dir ve bireylerin romantik ilişki paylaşımı için kimleri tercih ettiğini belirtir (Saraç, A., Hamamcı, Z., Güçray, S., 2015:69).

Romantik ilişki deneyimleri aynı zamanda kişiler üzerinde üç önemli temel gelişim görevini de yerine getirebilmektedir. Bu görevler, biricik bir kimlik oluşturma, ikinci becerilerini geliştirmek ve karşı cinsle yakınlık kurmak, cinsel istek ve dürtülerle

sağlıklı bir şekilde baş etmek olarak ifade edilmektedir (Erikson, 1968; Feldman ve Gowen, 1998). Bir ilişkinin sağlıklı olabilmesi açısından partnerlerin paylaştıkları ilişkinin doyum düzeyinin yüksek olması öngörülür. İlişkinin karşılıklı olarak tatmin edici olması ilişkinin devamlılığı açısından önemlidir (Metts ve Cupach, 1990; Sullivan ve Schwebel, 1995; Stackert ve Bursik, 2003). Bu açılarından bakıldığında ilişkinin en temel değerleri o ilişkiyi doyum sağlayıcı kılan faktörlerdir (Saraç, A., Hamamcı, Z., Güçray, S., 2015:70).

Bowlby (1973, 1979)' e göre bireyin kendi tercih ettiği kişinin yanında olması ve o kişi ile birlikteyken kendisini güvende hissetmesini bağlanma olarak tanımlamıştır. Erken çocukluk döneminde anne ile başlayan bağlanma ilişkisi daha sonraları yetişkinlik yaşamında da diğer yetişkinlerle kurulan iletişimde ortaya çıkmaktadır. Hazan ve Shaver (1987)'a göre güvenli, kaygılı-kararsız ve kaçınan olmak üzere üç bağlanma türü tanımlanmıştır. Bartholomew ve Horowitz (1991)' e göre ise güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma sınıfı ifade edilmiştir (Özer, A., Güngör, H. C., 2012:12).

## **2.2. YAŞAMIN ANLAMAMI**

Yaşam anlamı, insanların yaşamlarını daha keyifli ve tatmin edici geçirmeleri adına büyük önem taşımaktadır. Yaşamda anlam bulan kişinin yaşam motivasyonu, yaşamını anlamsız bulan kişilere göre çok daha yüksek olacaktır.

Irvin Yalom (1980)' a göre, “Varoluşçu yaklaşım, bireyin var olmanın getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan çatışma üzerinde durmaktadır.” Burada Yalom, bahsettiği var olmanın getirileri kavramı ile insanın yaratılışından itibaren taşıdığı hayati kaygıları ifade etmiştir. Yalom bu yaşamsal kaygıları; ölüm, özgürlük, varoluşsal yalıtım ve anlamsızlık olarak açıklamıştır. Bu çalışmada üzerinde durulacak olan kavram, Yalom'un dördüncü olarak tanımladığı, insanın anlam arayışıdır.

Araştırmaların çoğuna sebep olan yaşam anlamı olgusunu Yalom (1980), kozmik ve dünyevi anlam olarak iki farklı boyutta ele almıştır. Kozmik anlam, bireyden çok daha üstün olan bir düzenden bahseder ve bu kısım insanın dinsel inancı ile ilgili olduğunu söyler. Dünyevi anlam ise din inancının dışında kalan kaynakları ifade etmektedir (Bektaş, 2012:15).



Frankl, kişinin yaşamda bir anlama ulaşmasının üç temel yolu olduğunu söyler. Bunlardan ilki, kişinin kendi yaratıcılığı ile dünyaya verdikleri, bir eser yaratması; ikincisi diğerleri ile etkileşime girmesi (sadece işte değil sevgide de anlam bulunabilir); üçüncü olarak da kişinin değiştiremeyeceği durumuna (değişmez kadere) karşı aldığı tutum sonucu kendini aşması ve değiştirmesidir (Frankl, 2009).

Yaşamın anlamı ile ilgili yaptığı çalışmalarla öne çıkan bir başka isim olan Baumeister (1991)'e göre ise yaşam atfedilen anlamın bireyin bir gereksinimi olduğunu ifade etmiş ve insanın amaç, değerler, etkililik ve benlik olarak sıraladığı dört önemli ihtiyacının karşılandığı zaman yaşam anlamının varlığından söz edilebileceğini söylemiştir. Baumeister'in bu görüşüne destek olarak Aunagen (2000)' de Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi'nin de aynı doğrultuda yorumlanabileceğini ifade etmiştir. Steger, Kashdan, Sullivan, ve Lorentz'e (2008) göre anlam arayışı, yaşamın doğal ve sağlıklı bir kısmıdır; insanları yeni uğraşlar aramaya teşvik etmeli ve bireylerin kendi tecrübelerini anlama ve düzenleme isteklerini körüklemelidir (Bektaş, 2012:17).

İnsan yaşamak için, varlığını devam ettirmek için çeşitli sebeplere ihtiyaç duymaktadır. Bu sebepler direkt olarak bilinç düzeyinde aklımızda olmayabilir. Fakat sorgulamalar ile birlikte kolayca ortaya çıkabilir konumdadırlar. Bireyin sürekli kendisine 'Hayattan ne bekliyorum?' ya da 'Hayatımda neyi elde etmek istiyorum?' gibi sorular sorması yerine 'Hayat benden ne bekliyor?' gibi sorular yönelttiği zaman, yaşamda kapladığı alanın ne anlama geldiği konusunda bir nebze fikir sahibi olma kapısını aralayabilmektedir. Yaşamdaki amacımız aynı zamanda yaşamdaki anlamımız da olabilir. Bundan dolayı yaşam anlamı sorgulaması yaparken hayattaki misyonun sorgulanması, insanın hayata ne katabildiğini düşünmesi çoğu zaman cevaplara yaklaşması adına yardımcı bir faktör olabilmektedir.

Frankl, "Hayatımın anlamı, başkalarına hayatlarının anlamını bulmalarını yardımcı olmaktır." ifadesi ile kendisine sıklıkla sorulan "Hayatınızın anlamı nedir?" sorusuna cevap vermiştir (Çolak, 2010:39).

### **2.2.1. Anlam İstemi**

Frankl, insanın yaşamdaki anlam arayışı görevinin sadece ve sadece insanın kendisi tarafından gerçekleştirilebileceğini ve bu özelliği ile de çok özel bir yapı olduğunu ifade

etmiştir. Kişinin kendi yaşam anlamı tatminini yaşaması için kendi hayatının anlamını kendisi keşfetmesi büyük önem taşımaktadır. İnsanların çoğunlukla savunma mekanizmalarından ibaret bir hayat geçirme eğiliminde olduklarını söyleyen Frankl, kendisinin asla böyle bir hayat tercih etmediğini, aynı şekilde tepki oluşumlarının uğruna da bir hayat tercih etmediğini söylemiştir. İnsanlar kendi idealleri ve değerleri uğruna yaşamak ve bu uğurda yaşamlarını geçirmek haklarına da sahiptirler.

Johns Hopkins Üniversitesi'nden sosyal bilimciler tarafından 7948 öğrenci ile yürütülen çalışmada öğrencilere kendileri için neyin çok önemli olduğu sorulmuştur. Bu soru karşısında öğrencilerin %16' sını çok para kazanmak yanıtını, %78' i ise yaşamlarında bir anlam ve amaç bulmak yanıtını vermişlerdir (Frankl, 2009:113-127).

Frankl (2005), insanın anlam isteminin karşılık bulması ile birlikte o kişinin mutlu olacağını ve aynı zamanda karşısına çıkabilecek zorluklarla ve acılarla mücadele edebileceğini ifade etmiştir. Bu durumun tam tersi olarak, kişinin anlam isteminin engellenmesi durumunda kendi hayatlarını bitirmeye yönelebileceklerini de belirtmiştir. Yalom (2008:179)'a göre, Carl Jung ve Frankl, insanların çoğunun terapiye başvurma sebeplerinin yaşamlarındaki anlamları kaybetmeleri olduğunu ifade etmişlerdir (Bayraktar, 2010:28).

### **2.2.2. Varoluşsal Engellenme**

İnsanın yaşamında büyük bir öneme sahip olan yaşamın anlamını bulmaya yönelik olan çabayı ve isteği ifade ederken ifade edilen anlam istemi de zaman zaman engellenebilir. Bu engellenmeye Logoterapi “varoluşsal engellenme” demektedir (Frankl, 2009:114-115).

Frankl' e göre varoluşsal engellenme, kişinin kendi hayatını devam ettirmesi için bir neden bulamaması ile ortaya çıkan bir süreçtir (Çolak, 2010:36).

Yaşamındaki anlamı sorgulayan ve devamında kendine yakın gelen bir cevap bulamayan kişi varoluşsal engellenme yaşamış hissedebilir. Bu noktada birey ile ilgili sosyal çevresi hakkında, psikolojik ve fizyolojik sağlığı hakkında, romantik ilişki deneyimleri konularında bilgiler alınmalı ve bu alanlarda herhangi olumsuz yaşantı olup olmadığı incelenmelidir. Yukarıdaki konularda belirtildiği gibi yaşamın anlamı olgusu

tek bir değişkene ait bir sonuç olmamakla birlikte bir çok faktörün sonucu olarak değerlendirilmelidir.

### **2.2.3. Varoluşsal Boşluk**

Viktor Frankl'e göre, insanın kendi hayatından doyum alabilmesi için yaşamında bir anlama ihtiyaı vardır. Eğer ki bu ihtiyaç karşılanamıyorsa yani kişi yaşamında bir anlam bulamıyorsa bu noktada varoluşsal engellenmeden söz edebiliriz. Frankl, tüm bu süreç tamamlandıktan sonrasında ise bireyin içinde bulunduğu durumu da varoluşsal boşluk olarak tanımlamaktadır.

Viktor Frankl'a göre varoluşsal boşluk olgusu, yirminci yüzyıl ve sonrasında gelişen teknoloji ile birlikte insanların eskiye nazaran daha fazla boş vakitlerinin oluşması ile ortaya çıkmıştır. İnsanlar teknoloji sayesinde boşta kalan vakitlerini nasıl değerlendireceklerini bilememektedirler. Frankl bu konuyu "Pazar günü nevrozu" örneği ile açıklamaktadır. Karahan ve Sardoğan (2004:144-145)'a göre, sürekli yoğun iş temposu ile hafta içindeki günleri otomatikleşen davranışlar sonrasında izinli oldukları günlerdeki boşluk hissi, aslında bireylerin ilerinde mevcut olan varoluşsal boşluk ile tanışmalarına olanak sağlamıştır (olak, 2010:37). Bu noktadan sonrasında ise varoluş ile ilgili sorgulamalar ve anlam istemi reaksiyonları gelişmiştir.

## BÖLÜM 3: İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

### 3.1. İLİŞKİ DOYUMU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde ilişki doyumu ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmaların bazılarına yer verilmiştir.

Mizah kullanımının romantik ilişkilerdeki doyuma etkisini araştıran Butzer ve Kuiper (2008)'in yaptıkları çalışma sonucunda mizah kullanımı yüksek olan bireylerin romantik ilişkilerinden aldıkları doyum düzeyinin yüksek olduğu ifade edilmiştir (Özbiçer, 2013:23).

Aşk tutumları, heyecan arama ve ilişki doyumu arasındaki ilişki Richardson, Medvin ve Hommock (1988) tarafından araştırılmıştır. İlişki deneyimleri fazla olan bireylerin “oyun gibi aşk” puanları yüksek çıkmıştır. Aynı zamanda bu bireylerin ilişki doyum puanlarının da düşük olduğu ifade edilmiştir. Sahiplenici aşk puanı yüksek olan bireylerde ise ilişki doyumları daha az bulunmuştur. Arkadaşça aşk ile diğer değişkenler arasında anlamlı bir ilişki kurulamamıştır (Budak, 2011:34).

Jose ve Alfons (2007), romantik ilişki doyumu ile yaş, evlilik süresi, evlilik sayısı ve eğitim durumu gibi birçok değişkenin dahil edildiği kapsamlı bir çalışma yapmışlardır. Yapılan bu araştırmanın sonucuna göre yaş ve eğitim düzeyi değişkenleri ile ilişki doyumu değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Budak, 2011:37).

Yalçın (2010), yaptığı araştırmada İlişki Geliştirme Programı'nın üniversite öğrencilerinin ve partnerlerinin ilişki doyumu üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmacı, katılımcılara yedi oturumluk bir eğitim programı uygulamıştır. Bu eğitimin uygulandığı grubun, kontrol grubuna kıyasla ilişki doyumunun arttığı fakat bu sonucun kalıcılığının uzun vadeli olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Budak, 2011:39).

Özenç (2002), kişilerin ve eşlerin bağlanma stillerine bağlı olarak eşlerin evliliğin farklı aşamalarındaki evlilik doyumlarını incelemiştir. Her iki eşin de güvensiz bağlandığı çiftlerin duygusal ifadeleri evliliğin kritik olan ve olmayan aşamalarında farklılık göstermiştir. Kadınların güvenli bağlanma stiline sahip olduğu durumda, evlilikte karşılıklı doyumun olumlu yönde etkilediğini bulmuştur. Eşlerden her ikisi de güvenli bağlanma stiline sahip ise çiftlerin evlilik uyumu yüksek derecede bulunmuştur (Budak, 2011:40).

### 3.2. YAŞAMIN ANLAMİ&DOYUMU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Yaşam doyumu ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemek için de çalışmalar yürütülmüştür. Yetim (1991) kadınların yaşamdan aldıkları doyumun erkeklere oranla daha yüksek olduğunu vurgulamıştır. Wood, Rhodes ve Whelan (1989), cinsiyet değişkeninin yaşam doyumuna olan etkisini incelemek için 93 çalışmayı ele almıştır. Yaptıkları araştırma sonucuna göre kadınların yaşam doyum puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu vurgulamışlardır. Avşaroğlu ve diğer araştırmacılar (2005)' a göre bulguların aksine erkeklerin yaşamdan aldıkları doyum puanının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Güler, 2014:39-40).

Vinson ve Ericson (2012) araştırmalarında, yaşam memnuniyeti ve mutluluk araştırmalarında yaşam doyumunu ve mutluluğu etkileyen faktörleri incelemiştir. Yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılık göstermediğini; ancak yaşa göre farklılık gösterdiğini bulmuşlardır. Ayrıca, evli insanların evli olmayan insanlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Sarıdemir, 2015:59).

Arıcı (2011)'ya göre, yapılan spor faaliyeti, bireylerin yaşam anlamı olgularına olumlu etki yapmaktadır. Araştırmasında spor etkinliği olan öğretmenlerin daha yüksek yaşam anlamına sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır (Güler, 2014:43).

Gilman ve Huebner (2006), araştırmalarında yaşam doyumunu ile başarı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri, okula ve öğretmenlere karşı tutum değişkenleri arasında olumlu ilişki saptamışlardır. Çok yüksek yaşam doyumuna sahip ergenler, daha düşük yaşam doyumuna sahip ergenlerden tüm ölçümlerde, umut, benlik saygısı ve iç denetim odağında daha yüksek puanlar almışlardır ( Sarıdemir, 2015:59).

Tümkiye ve diğer araştırmacılar (2008), yaptıkları çalışmada profesörlerin diğer öğretim personeline göre daha ileri seviyede yaşam anlamı puanlarına sahip oldukları sonucuna varılmıştır. Yine aynı sonuca ulaşılan bir başka araştırma da Doğan ve Morali (1999) tarafından yapılmıştır. Araştırma sonucunda öğretim üyelerinin pozisyonları yükseldikçe yaşam anlamlarının arttığı gözlemlenmiştir (Güler, 2014:41).

Şener(2009) yaşlılık ve yaşam doyumunu üzerine bir çalışma yürütmüş ve çalışmanın sonuçlarına göre boş zaman aktivitelerinin yaşlılık zamanlarında yaşam doyumunu etkileyen faktörlerden biri olduğu belirlenmiştir. Boş zamanlarda gerçekleştirilen

aktivitelerin; yaşlılıkta ortaya çıkan bazı değişiklikler ile mücadele etme konusunda bireylerin motivasyonunu olumlu yönde etkilediği ve yaşam kalitelerinin artmasında da aktif rol oynadığı sonucuna varmıştır (Gülcan, 2014, 36).



## **BÖLÜM 4: YÖNTEM**

Bu bölümde araştırma kapsamına alınan bireyler, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplama aşamasında izlenen yol ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklere yer verilmiştir.

### **4.1. ÖRNEKLEM**

Araştırma İstanbul’ da bulunan Aydın Üniversitesi, Maltepe Üniversitesi, Nişantaşı Üniversitesi ve Marmara Üniversitesi öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 77’ si kadın, 121’ i erkek olmak üzere toplam 198 üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aşamasında kullanılan anketler, yüzyüze yapılan ortak çalışmalar ile elde edilmiştir. Üniversitelere bizzat gidilerek öğrencilerin kendi sınıf ortamlarında anketleri doldurması istenmiştir. Verilerin eksik ya da gerçekçi olmaması sebeplerinden dolayı veri toplama aşamasında internet ortamı üzerinden anket doldurtulmamıştır, bizzat öğrencilerin kendi el yazıları ile anketleri doldurması uygun görülmüştür. Katılımcılara ait sosyodemografik özellikler Tablo 1’ de ayrıntılı olarak gösterilmiştir.

### **4.2. VERİ TOPLAMA ÖLÇEK VE ARAÇLARI**

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma sırasında kullanılan veri toplama araçları tanıtılmıştır.

#### **4.2.1. SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

Bu bölümde, araştırmada yer alan katılımcılara, cinsiyet, yaş, eğitim durumu, ilişki durumu, birlikte yaşam durumu, aylık maddi gelirleri gibi kişisel bilgileri hakkında sorular yer almaktadır. Bu soruların haricinde katılımcılara, genel yaşam memnuniyet düzeyleri, günlük uğraşları ile ilgili memnuniyet düzeyleri, fizyolojik sağlıkları ve psikolojik sağlıkları ile ilgili soruları cevaplamaları da istenmiştir.

#### **4.2.2. YAŞAM ANLAMI ÖLÇEĞİ**

Yaşam Anlamı Ölçeği; Steger, Frazier, Oishi ve Kaler tarafından 2006 yılında geliştirilmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Ahmet Akın ve İbrahim Taş tarafından 356 üniversite öğrencisi ile ypatıkları çalışma ile gerçekleştirilmiştir.

Yaşam Anlamı Ölçeği, bireyin kendi yaşamını ne kadar anlamlı bulduğu sorusuna cevap aramaktadır.

Yaşam Anlamı Ölçeği' nin Türkçe ve orijinal formlarında bulunan maddeler arasındaki korelasyon katsayıları .65 ile .91 arasında bulunmuştur. Açıklayıcı faktör analizinde 10 maddenin toplam varyansın %57' sini açıkladığı ve maddelerin mevcut anlam ve aranan anlam şeklinde iki alt boyutta toplandığı görülmüştür.

Yaşam Anlamı Ölçeği, 7'li Likert türü bir ölçme aracıdır ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek mevcut anlam, aranan ve aranan anlam şeklinde iki alt boyuttan oluşmaktadır.

Ölçek; 'Yaşamımın anlamını biliyorum' , 'Yaşamımda anlam arıyorum' gibi katılımcının yaşam anlamına dair görüşlerini anlamaya yönelik ifadeler içermektedir.

#### **4.2.3. GÜNLÜK UĞRAŞ ANLAM&DEĞERİ ANKETİ**

Ölçek, katılımcının gündelik hayatta gerçekleştirdiği aktivitelerin kendisi için ne kadar anlamlı olduğunu araştırmaktadır ve 4' lü Likert türü bir ölçme aracıdır.

Günlük Uğraş Anlam ve Değeri Ölçeği, 'Geçen ay boyunca yeni birşey öğrendiğim şeyler yaptım.' ve 'Geçen ay boyunca kadınlık/erkeklik kimliğimi güçlendiren şeyler yaptım.' gibi ifadeler yer almaktadır.

Günlük Uğraş Anlam ve Değeri Ölçeği' nin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Lütfiye Kaya Ciceralli, Ensari Ciceralli ve Mona Eklund tarafından gerçekleştirilmiştir ve Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .86 olarak saptanmıştır.

#### **4.2.4. İLİŞKİ İSTİKRARI ÖLÇEĞİ - İLİŞKİ DOYUMU ALT ÖLÇEĞİ**

Araştırmanın bu bölümünde İlişki İstikrarı Ölçeği' nin, İlişki Doyumunu alt ölçeği kullanılmıştır.

İlişki İstikrarı Ölçeği ilk olarak 1998 yılında Rusbult, Martz ve Agnew tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Ayda Büyüksahin, Derya



Hasta ve Selim Hovardaoğlu gerçekleştirmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları .84 ile .90 arasında bulunmuştur.

Ölçek, 'Birlikte olduğum kişi, kişisel düşünceleri, sırları paylaşma gibi yakınlık gereksinimlerimi karşılıyor.' ve 'İlişkimiz yakınlık, arkadaşlık vb. gereksinimlerimi karşılama açısından oldukça başarılı.' gibi ifadeler içermektedir.

### **4.3. UYGULAMA**

Veri toplama aşamasında kullanılan anketler bilgileri yüzyüze yapılan ortak çalışmalar ile elde edilmiştir. Üniversitelere bizzat gidilerek öğrencilerin kendi sınıf ortamlarında anketleri doldurması istenmiştir. Verilerin eksik ya da gerçekçi olmaması sebeplerinden dolayı veri toplama aşamasında internet ortamı üzerinden anket doldurtulmamıştır, bizzat öğrencilerin kendi el yazıları ile anketleri doldurması uygun görülmüştür.

Yapılan araştırmada ölçekler doldurulurken katılımcıların kimlik bilgilerini isteğe bağlı olarak paylaşmaları istenmiştir. Ölçekler uygulanmadan önce çalışmanın amacına dair ve ölçeklerin nasıl doldurulması gerektiğine dair bilgilendirmeler yapılmıştır.

Uygulanan Sosyodemografik Bilgi Formu, İlişki İstikrarı Ölçeği' nin İlişki Doyumu Alt Skalası, Günlük Uğraş Anlam&Değeri Anketi ve Yaşam Anlamı anketlerinin tamamlanması için ortalama 15-20 dakika süre verilmiştir.

### **4.4. VERİ ANALİZİ**

Üniversite öğrencilerinin varoluşsal boşluk düzeyleri ile günlük uğraşlarında buldukları anlam ve değer, romantik ilişkilerinden aldıkları doyum, sosyal çevrelerinin genişliği, sosyoekonomik durumları, psikolojik ve genel sağlıkla ilgili algıları arasındaki ilişkiler bir regresyon çalışması dahilinde incelenmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçların, istatistiksel raporlaması için SPSS 21.0 paket programı tercih edilmiştir. Çalışma verileri ele alınırken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin yanı sıra normal dağılımın incelenmesi için Kolmogorov - Smirnov dağılım testi kullanılmıştır. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi tercih edilmiştir. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki gruptan fazla grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis testi tercih edilmiş ve

ortaya çıkan farkın hangi gruptan kaynaklandığının ölçülmesinde ise Mann Whitney U testi tercih edilmiştir. Ölçeklerin kendi arasındaki karşılaştırmaları Pearson Korelasyon Analizi ile yapılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkene etkisi ise Lineer Regresyon analizi ile incelenmiş olup elde edilen bulgular % 95 güven aralığında ve  $p < 0,05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.



## **BÖLÜM 5: BULGULAR**

### **5.1. PROBLEM CÜMLESİ**

Genç yetişkinlerin yaşadıkları romantik ilişkiler ve sahip oldukları günlük uğraşları ile yaşamlarında buldukları ya da bulmaya çalıştıkları anlam arasında bir ilişki var mıdır? Ayrıca genç yetişkinlerin sahip olduğu yaşam anlamı tutumu, sahip oldukları maddi gelir durumu, kendilerine ait psikolojik ve fizyolojik sağlık algıları, eğitim durumu, sosyal ortamlarındaki yakın arkadaş sayısı ve birlikte yaşam durumları değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?

### **5.2. ALT PROBLEMLER**

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerin sahip oldukları gündelik uğraşları ve romantik ilişkileri ile yaşamdaki anlam arayışları arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını belirlemektir.

Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemler belirlenmiştir ve sorulara yanıt aranmıştır:

1. Genç yetişkinlerin sahip oldukları gündelik uğraşları ile yaşamdaki anlam arayışları arasında ilişki var mıdır?
2. Genç yetişkinlerin sahip oldukları romantik ilişkileri ve bu ilişkiden aldıkları doyum ile yaşamdaki anlam arayışları arasında ilişki var mıdır?
3. Yaşamdaki anlam arayışları ile sosyal ortamlarında sahip oldukları yakın arkadaşları, maddi gelir durumları, birlikte yaşam durumları, eğitim durumları, kendilerine ait psikolojik ve fizyolojik sağlık algıları arasında ilişki var mıdır?

### **5.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ**

İnsan tarih boyunca romantik ilişkiyi ve romantik ilişki yaşamayı merak etmiş ve deneyimlemiştir. İnsanın kendi varlığını ortaya koymak adına yaşadığı bu eşsiz deneyim, bireyin yaşamına yüklediği anlamı direkt olarak etkilemektedir. Hemen her insanın hayatında romantik ilişki deneyimi bulunmaktadır ve bu deneyime atfedilen anlam ve önem, bireyin psikolojik ve fizyolojik sağlığını ilişkinin gidişatına göre olumlu ya da olumsuz yönde etkileyecek kadar büyüktür. Bu durumu en yaygın biçimde

aşka ve aşık olunan kişiye itafen ortaya çıkartılan yazınsal ve görsel eserlerde görebiliriz. İnsan sevmeye ve sevlmeye muhtaçtır çünkü sevgi insan için varoluşsal bir istem halindedir. Sevgi bir bakıma insanın var olduğunun ispatıdır. Hem seven kişi hem de sevilen kişi, karşısındaki partnerinden aldığı duygusal ve fiziksel geribildirimler sayesinde varlığının ne kadar eşsiz olduğunun ve de buradan yola çıkarak yaşamasının bir anlamı olduğunun farkına varabilmektedir.

İnsanın varoluşunu motive eden en büyük faktörlerden biri olarak sevgiden söz etmiş bulunduk. Bunun dışında varoluşu motive eden, insanın var olduğuna dair kanıtlar ortaya çıkartan diğer unsur ise gündelik uğraşlarımızdır. Aldığımız eğitim, icra etmekte olduğumuz meslek, ailesel ve sosyal çevremiz ile ilişkilerimiz, bireysel zevklerimiz/hobilerimiz gibi faktörler de insanın varlığına yüklediği anlamı pekiştirir niteliktedir. İnsan doğduğunda acizdi, sevgiye ve ilgiye muhtaçtı fakat gelişen toplumda insanın hayatta kalması için sevgi tek başına yeterli bir faktör değildir. Yaşamını idame ettirebilmek, aile ve sosyal yaşantısında onay görmek ve ait olmak adına yaşamı boyunca çeşitli öğrenilmiş davranışlarda bulunmaktadır. Bu davranışlar belirli seviyede eğitim almak, meslek sahibi olmak, arkadaş edinmek ve arkadaşlık ilişkilerini sürdürebilmek olarak sıralanabilir.

İnsan tarih boyunca varoluşu ile ilgili sorulara yanıt aramıştır. Ben kimim? Varlığımın amacı nedir? Yaşadığım hayat neye hizmet ediyor? Ben öldükten sonra ne olacak? gibi sorular insanın yaşamındaki anlam arayışını ifade eden açık seçik ifadelerdir. İnsan yaşamının bir anlama sahip olmasını talep eder. Yaşamının hiçbir amaca hizmet etmediğini, varoluşunun kimse için değerli olmadığını düşünen birey varoluşsal boşluğa düşmekte ve yukarıda ifade ettiğimiz anlamı arayan sorulara yönelmektedir.

#### **5.4. VARSAYIMLAR**

Araştırmacılar genellikle çalışmalarına ilişkin bazı varsayımlarda bulunurlar. Bu çalışmanın kavramsallaştırılması ve uygulanmasıyla ilişkili temel varsayımlar aşağıda belirtilmektedir:

1. Araştırma örnekleminin evreni temsil ettiği kabul edilmektedir.
2. Kullanılan veri toplama araçlarının istenilen bilgiyi elde etmede geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
3. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kullanılan veri toplama araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.

## **5.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmıştır:

1. Romantik ilişki, günlük uğraşlar ve yaşamın anlamına yönelik bulgular; Oval, İlişki Doyumu Ölçeği ve Yaşamın Anlamı Ölçeği'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Araştırma Nişantaşı Üniversitesi, Marmara Üniversitesi, Aydın Üniversitesi ve Maltepe Üniversitesi'nde öğrenimini sürdüren öğrenciler üzerinde yapılmıştır ve elde edilen sonuçlar benzer özelliklere sahip bireylere genellenebilir.
3. Bu araştırmada bireylerin kişisel ve ailesel niteliklerine ilişkin bilgiler kendilerine verilen bilgi toplama formlarına verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.
4. Araştırma; cinsiyet, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan psikolojik ve fizyolojik sağlık, birlikte yaşam durumu, yakın arkadaş sayısı değişkenleri ile sınırlı tutulmaktadır.

## **5.6. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ**

Araştırmadan elde edilen sonuçların, istatistiksel raporlaması için SPSS 21.0 paket programı tercih edildi. Çalışma verileri ele alınırken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin yanı sıra normal dağılımın incelenmesi için Kolmogorov - Smirnov dağılım testi kullanıldı.

Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi tercih edildi. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki gruptan fazla grup olması halinde, parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Kruskal Wallis testi tercih edildi ve ortaya çıkan farkın hangi gruptan kaynaklandığının ölçülmesinde ise Mann Whitney U testi tercih edildi. Ölçeklerin kendi arasındaki karşılaştırmaları Pearson Korelasyon Analizi ile yapıldı. Bağımsız değişkenlerin Bağımlı değişkene etkisi ise Lineer Regresyon analizi ile

incelendi. Elde edilen bulgular % 95 güven aralığında ve  $p < 0,05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

## 5.7. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZ SONUÇLARI

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için elde edilen verilerin analizi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

### 5.7.1. Sosyodemografik Özellikler

**Tablo 1**  
**Sosyodemografik Özellikler**

		Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	77	38,9
	Erkek	121	61,1
	Toplam	198	100,0
Yaş	18	41	20,7
	19	18	9,1
	20	28	14,1
	21	32	16,2
	22	32	16,2
	23	17	8,6
	24	15	7,6
	25 Ve üstü	15	7,6
	Toplam	198	100,0

Eğitim Durumu	Ortaokul	1	0,5
	Üniversite	191	96,5
	Master	5	2,5
	Doktora	1	0,5
	Toplam	198	100,0
Birlikte Yaşam Durumu	Yalnız Yaşıyor	20	10,1
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	68,7
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	3,5
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	17,7
	Toplam	198	100,0
İlişki Bağlamında Uygun İfade	Flört	78	39,4
	Söz/nişan	6	3,0
	Evli	16	8,1
	İlişkim Yok	98	49,5
	Toplam	198	100,0
Sosyal Çevrede Yakın Arkadaş Sayısı	Yok	2	1,0
	1-3 Kişi	36	18,2
	3-5 Kişi	66	33,3
	5+ Kişi	94	47,5

	Toplam	198	100,0
Aylık Net Gelir	700-1200tl	140	70,7
	1200-2000 Tl	39	19,7
	2000-3000tl	10	5,1
	3000-5000tl	5	2,5
	5000 Tl Ve üstü	4	2,0
	Toplam	198	100,0
Genel Sağlık Durumu	Mükemmel	16	8,1
	Çok İyi	71	35,9
	İyi	90	45,5
	Fena Değil	19	9,6
	Kötü	2	1,0
	Toplam	198	100,0
Psikolojik Sağlık Durumu	Mükemmel	28	14,1
	Çok İyi	54	27,3
	İyi	82	41,4
	Fena Değil	31	15,7
	Kötü	3	1,5
	Toplam	198	100,0



Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre 77'si (%38,9) Kadın, 121'i (%61,1) Erkek olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin yaş değişkenine göre 41'i (%20,7) 18, 18'i (%9,1) 19, 28'i (%14,1) 20, 32'si (%16,2) 21, 32'si (%16,2) 22, 17'si (%8,6) 23, 15'i (%7,6) 24, 15'i (%7,6) 25 ve üstü olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin eğitim durumu değişkenine göre 1'i (%0,5) Ortaokul, 191'i (%96,5) Üniversite, 5'i (%2,5) Master, 1'i (%0,5) Doktora olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin birlikte yaşam durumu değişkenine göre 20'si (%10,1) Yalnız yaşıyor, 136'sı (%68,7) Aileyle birlikte yaşıyor, 7'si (%3,5) Eş /partnerle birlikte yaşıyor, 35'i (%17,7) Arkadaşla beraber yaşıyor olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin ilişki bağlamında uygun ifade değişkenine göre 78'i (%39,4) Flört, 6'sı (%3,0) Söz/Nişan, 16'sı (%8,1) Evli, 98'i (%49,5) İlişkim yok olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkenine göre 2'si (%1,0) Yok, 36'sı (%18,2) 1-3 kişi, 66'sı (%33,3) 3-5 kişi, 94'ü (%47,5) 5+ kişi olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin aylık net gelir değişkenine göre 140'ı (%70,7) 700-1200TL, 39'u (%19,7) 1200-2000 TL, 10'u (%5,1) 2000-3000TL, 5'i (%2,5) 3000-5000TL, 4'ü (%2,0) 5000 TL ve üstü olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin genel sağlık durumu değişkenine göre 16'sı (%8,1) Mükemmel, 71'i (%35,9) Çok iyi, 90'ı (%45,5) İyi, 19'u (%9,6) Fena değil, 2'si (%1,0) Kötü olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin psikolojik sağlık durumu değişkenine göre 28'i (%14,1) Mükemmel, 54'ü (%27,3) Çok iyi, 82'si (%41,4) İyi, 31'i (%15,7) Fena değil, 3'ü (%1,5) Kötü olarak dağılmaktadır.

## 5.7.2. Memnuniyet Düzeyi Bulguları

**Tablo 2**  
**Memnuniyet Düzeyi Bulguları**

		Frekans(n)	Yüzde (%)
Genel Yaşam Memnuniyet Düzeyi	1	8	4,0
	2	2	1,0
	3	12	6,1
	4	10	5,1
	5	26	13,1
	6	27	13,6
	7	46	23,2
	8	42	21,2
	9	8	4,0
	10	17	8,6
	Toplam	198	100,0
Günlük Uğraşlar İle İlgili Memnuniyet Düzeyi	1	8	4,0
	2	4	2,0
	3	12	6,1
	4	21	10,6
	5	38	19,2

	6	22	11,1
	7	45	22,7
	8	29	14,6
	9	12	6,1
	10	7	3,5
	Toplam	198	100,0

Öğrencilerin genel yaşam memnuniyet düzeyi değişkenine göre 8'i (%4,0) 1, 2'si (%1,0) 2, 12'si (%6,1) 3, 10'u (%5,1) 4, 26'sı (%13,1) 5, 27'si (%13,6) 6, 46'sı (%23,2) 7, 42'si (%21,2) 8, 8'i (%4,0) 9, 17'si (%8,6) 10 olarak dağılmaktadır.

Öğrencilerin günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi değişkenine göre 8'i (%4,0) 1, 4'ü (%2,0) 2, 12'si (%6,1) 3, 21'i (%10,6) 4, 38'i (%19,2) 5, 22'si (%11,1) 6, 45'i (%22,7) 7, 29'u (%14,6) 8, 12'si (%6,1) 9, 7'si (%3,5) 10 olarak dağılmaktadır.

### 5.7.3. Memnuniyet Ortalamaları Bulguları

**Tablo 3**  
**Memnuniyet Ortalamaları**

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Genel Yaşam Memnuniyet Düzeyi	198	6,460	2,163	1	10
Günlük Uğraşlar İle İlgili Memnuniyet Düzeyi	198	5,970	2,107	1	10

Öğrencilerin “genel yaşam memnuniyet düzeyi” düzeyi ( $6,460 \pm 2,163$ ); “günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi” düzeyi ( $5,970 \pm 2,107$ ) olarak bulunmuştur.

### 5.7.4. Ölçek Ortalamaları Bulguları

**Tablo 4**  
**Ölçek Ortalamaları**

	n	Ort	Ss	Min.	Max.
Mevcut Anlam	198	5,123	1,345	1	7
Aranan Anlam	198	4,887	1,429	1	7
Yaşam Anlamı Toplam	198	5,008	0,983	1,6	7
Güç Kazanma	198	2,658	0,616	1,14	4
Tutuculuk	198	2,231	0,601	1	3,75
Amaç Yönelimi	198	2,527	0,667	1	4
Sosyal Etkileşim	198	2,500	0,688	1	4
Genel Uğraş Anlam & Değeri	198	2,531	0,471	1,19	3,81
İlişki Doyumu	198	34,470	21,054	10	65

Öğrencilerin “mevcut anlam” düzeyi ( $5,123 \pm 1,345$ ); “aranan anlam” düzeyi çok yüksek ( $4,887 \pm 1,429$ ); “yaşam anlamı toplam” düzeyi ( $5,008 \pm 0,983$ ); “güç kazanma” düzeyi ( $2,658 \pm 0,616$ ); “tutuculuk” düzeyi ( $2,231 \pm 0,601$ ); “amaç yönelimi” düzeyi ( $2,527 \pm 0,667$ ); “sosyal etkileşim” düzeyi ( $2,500 \pm 0,688$ ); “genel uğraş anlam & değeri” düzeyi ( $2,531 \pm 0,471$ ); “ilişki doyumu” düzeyi ( $34,470 \pm 21,054$ ) olarak bulunmuştur.

#### 5.7.5. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı

**Tablo 5**  
Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı

		N	Ort	Ss	MW	p
Mevcut Anlam	Kadın	77	5,129	1,281	4 609,000	0,900
	Erkek	121	5,119	1,389		
Aranan Anlam	Kadın	77	4,909	1,230	4 524,500	0,733
	Erkek	121	4,873	1,547		
Yaşam Anlamı Toplam	Kadın	77	5,021	0,925	4 535,000	0,753
	Erkek	121	4,999	1,022		
Güç Kazanma	Kadın	77	2,620	0,590	4 243,500	0,290
	Erkek	121	2,682	0,633		
Tutuculuk	Kadın	77	2,276	0,564	4 283,500	0,336
	Erkek	121	2,203	0,624		
Amaç Yönelimi	Kadın	77	2,584	0,609	4 250,000	0,295

	Erkek	121	2,490	0,701		
Sosyal Etkileşim	Kadın	77	2,675	0,598	3 363,000	<b>0,001</b>
	Erkek	121	2,388	0,720		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	Kadın	77	2,579	0,403	4 101,000	0,156
	Erkek	121	2,501	0,509		
İlişki Doyumu	Kadın	77	36,571	22,352	4 146,000	0,182
	Erkek	121	33,132	20,166		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığını incelemek için Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Test sonucunda ortaya çıkan fark anlamlı değildir (Mann Whitney U=4 609,000;  $p=0,900>0,05$ ).

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık oluşturma ihtimalini belirlemek için Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Test sonucunda elde edilen fark anlamlı değildir (Mann Whitney U=4 524,500;  $p=0,733>0,05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=4 535,000;  $p=0,753>0,05$ ).

Öğrencilerin güç kazanma puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=4 243,500;  $p=0,290>0,05$ ).

Öğrencilerin tutuculuk puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi

sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=4 283,500; p=0,336>0,05).

Öğrencilerin amaç yönelimi puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=4 250,000; p=0,295>0,05).

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (Mann Whitney U=3 363,000; p=0,001<0,05). Kadın öğrencilerin sosyal etkileşim puanları (2,675), erkek öğrencilerin sosyal etkileşim puanlarından (2,388) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine etkisini incelemek için Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Test sonucuna göre aralarında anlamlı fark bulunmamıştır (Mann Whitney U=4 101,000; p=0,156>0,05).

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine etkisini incelemek için Mann Whitney-U testi uygulanmış olup aralarında anlamlı fark (Mann Whitney U=4 146,000; p=0,182>0,05).

#### 5.7.6. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Yaş Grubu Değişkenine Göre Dağılımı

**Tablo 6**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Yaş Grubu Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	18	41	5,040	1,297	3,696	0,814
	19	18	4,922	1,864		
	20	28	5,007	1,265		

	21	32	5,005	1,229		
	22	32	5,280	1,096		
	23	17	5,368	1,477		
	24	15	5,500	1,468		
	25 Ve üstü	15	5,070	1,504		
Aranan Anlam	18	41	4,795	1,190	3,081	0,877
	19	18	5,111	1,540		
	20	28	4,943	1,304		
	21	32	5,031	1,470		
	22	32	4,688	1,452		
	23	17	5,012	1,415		
	24	15	4,840	1,892		
	25 Ve üstü	15	4,787	1,720		
Yaşam Toplam Anlamı	18	41	4,920	1,023	1,207	0,991
	19	18	5,017	1,268		
	20	28	4,975	0,919		
	21	32	5,021	0,958		
	22	32	4,989	0,892		
	23	17	5,192	0,718		



	24	15	5,174	1,035		
	25 Ve üstü	15	4,931	1,213		
Güç Kazanma	18	41	2,645	0,575	4,334	0,741
	19	18	2,579	0,649		
	20	28	2,622	0,719		
	21	32	2,652	0,628		
	22	32	2,732	0,572		
	23	17	2,798	0,655		
	24	15	2,724	0,530		
	25 Ve üstü	15	2,486	0,654		
Tutuculuk	18	41	2,128	0,548	7,152	0,413
	19	18	2,333	0,569		
	20	28	2,179	0,641		
	21	32	2,320	0,623		
	22	32	2,305	0,571		
	23	17	2,427	0,624		
	24	15	2,033	0,462		
	25 Ve üstü	15	2,117	0,784		
Amaç Yönelimi	18	41	2,354	0,691	8,578	0,284

	19	18	2,472	0,696		
	20	28	2,482	0,642		
	21	32	2,438	0,592		
	22	32	2,625	0,546		
	23	17	2,647	0,619		
	24	15	2,850	0,865		
	25 Ve üstü	15	2,667	0,777		
Sosyal Etkileşim	18	41	2,195	0,585	16,241	<b>0,023</b>
	19	18	2,361	0,792		
	20	28	2,589	0,773		
	21	32	2,547	0,655		
	22	32	2,711	0,642		
	23	17	2,647	0,656		
	24	15	2,717	0,818		
	25 Ve üstü	15	2,400	0,489		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	18	41	2,387	0,414	10,591	0,158
	19	18	2,496	0,520		
	20	28	2,501	0,601		
	21	32	2,554	0,421		

	22	32	2,645	0,433		
	23	17	2,658	0,537		
	24	15	2,674	0,391		
	25 Ve üstü	15	2,444	0,419		
İlişki Doyumu	18	41	26,537	18,910	14,896	<b>0,037</b>
	19	18	39,556	20,666		
	20	28	30,786	21,584		
	21	32	31,469	21,008		
	22	32	37,188	22,361		
	23	17	43,941	17,101		
	24	15	38,133	20,625		
	25 Ve üstü	15	43,133	21,653		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre yaşam anlamı toplam puan ortalamaları, yaş grubu değişkeni açısından anlamlı fark göstermemiştir ( $p>0.05$ ).

Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre güç kazanma puan ortalamaları, yaş grubu değişkeni açısından anlamlı fark göstermemiştir ( $p>0.05$ ).

Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre tutuculuk puan ortalaması, yaş grubu değişkeni açısından anlamlı fark göstermemiştir ( $p>0.05$ ).

Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre amaç yönelimi puan ortalaması, yaş grubu değişkeni açısından anlamlı fark göstermemiştir ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=16,241$ ;  $p=0,023<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; yaşı 20 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,589 \pm 0,773$ ), yaşı 18 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,195 \pm 0,585$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 21 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,547 \pm 0,655$ ), yaşı 18 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,195 \pm 0,585$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 22 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,711 \pm 0,642$ ), yaşı 18 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,195 \pm 0,585$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 23 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,647 \pm 0,656$ ), yaşı 18 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,195 \pm 0,585$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 24 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,717 \pm 0,818$ ), yaşı 18 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,195 \pm 0,585$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 22 olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,711 \pm 0,642$ ), yaşı 19 olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,361 \pm 0,792$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının yaşdeğişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının yaşdeğişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=14,896$ ;  $p=0,037<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; yaşı 19 olanların ilişki doyumu puanları ( $39,556 \pm 20,666$ ), yaşı 18 olanların İlişki doyumu puanlarından ( $26,537 \pm 18,910$ )

yüksek bulunmuştur. Yaşı 22 olanların ilişki doyumu puanları ( $37,188 \pm 22,361$ ), yaşı 18 olanların İlişki doyumu puanlarından ( $26,537 \pm 18,910$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 23 olanların ilişki doyumu puanları ( $43,941 \pm 17,101$ ), yaşı 18 olanların İlişki doyumu puanlarından ( $26,537 \pm 18,910$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 25 ve üstü olanların ilişki doyumu puanları ( $43,133 \pm 21,653$ ), yaşı 18 olanların İlişki doyumu puanlarından ( $26,537 \pm 18,910$ ) yüksek bulunmuştur. Yaşı 23 olanların ilişki doyumu puanları ( $43,941 \pm 17,101$ ), yaşı 21 olanların İlişki doyumu puanlarından ( $31,469 \pm 21,008$ ) yüksek bulunmuştur.

#### 5.7.7. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doymu Ölçeklerinin Birlikte Yaşam Durumu Değişkenine Göre Dağılımı

**Tablo 7**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doymu Ölçeklerinin Birlikte Yaşam Durumu Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	Yalnız Yaşıyor	20	5,583	1,344	8,645	<b>0,034</b>
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	4,954	1,368		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	5,093	1,326		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	5,523	1,150		
Aranan Anlam	Yalnız Yaşıyor	20	4,740	1,745	3,215	0,360
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	4,893	1,309		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	3,971	2,038		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	5,131	1,534		
Yaşam Anlamı Toplam	Yalnız Yaşıyor	20	5,170	0,974	5,437	0,142
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	4,926	0,979		

	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	4,533	1,128		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	5,327	0,918		
Güç Kazanma	Yalnız Yaşıyor	20	2,493	0,492	6,568	0,087
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	2,685	0,625		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	2,265	0,291		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	2,727	0,665		
Tutuculuk	Yalnız Yaşıyor	20	2,025	0,693	6,130	0,105
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	2,261	0,615		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	1,929	0,345		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	2,293	0,502		
Amaç Yönelimi	Yalnız Yaşıyor	20	2,538	0,619	5,016	0,171
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	2,472	0,686		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	3,036	0,871		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	2,629	0,533		
Sosyal Etkileşim	Yalnız Yaşıyor	20	2,513	0,656	4,921	0,178
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	2,443	0,709		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	2,500	0,354		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	2,714	0,651		
Genel Uğraş	Yalnız Yaşıyor	20	2,460	0,408	4,309	0,230

Anlam & Değeri	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	2,509	0,496		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	2,506	0,288		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	2,664	0,422		
İlişki Doyumu	Yalnız Yaşıyor	20	33,950	20,330	10,956	<b>0,012</b>
	Aileyle Birlikte Yaşıyor	136	32,397	20,739		
	Eş /partnerle Birlikte Yaşıyor	7	53,857	20,153		
	Arkadaşla Beraber Yaşıyor	35	38,943	21,039		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (KW=8,645;  $p=0,034<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; birlikte yaşam durumu yalnız yaşıyor olanların mevcut anlam puanları ( $5,583 \pm 1,344$ ), birlikte yaşam durumu aileyle birlikte yaşıyor olanların mevcut anlam puanlarından ( $4,954 \pm 1,368$ ) yüksek bulunmuştur. Birlikte yaşam durumu arkadaşla beraber yaşıyor olanların mevcut anlam puanları ( $5,523 \pm 1,150$ ), birlikte yaşam durumu aileyle birlikte yaşıyor olanların mevcut anlam puanlarından ( $4,954 \pm 1,368$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Güç kazanma puanı ortalamasının birlikte yaşam durumu değişkeni grupları arasında anlamlı fark yoktur ( $p>0.05$ ).

Tutuculuk puanı ortalamasının birlikte yaşam durumu değişkeni grupları arasında anlamlı fark yoktur ( $p>0.05$ ).

Amaç yönelimi puanı ortalamasının birlikte yaşam durumu değişkeni grupları arasında anlamlı fark yoktur ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının birlikte yaşam durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=10,956$ ;  $p=0,012<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; birlikte yaşam durumu eş /partnerle birlikte yaşıyor olanların ilişki doyumu puanları ( $53,857 \pm 20,153$ ), birlikte yaşam durumu yalnız yaşıyor olanların İlişki doyumu puanlarından ( $33,950 \pm 20,330$ ) yüksek bulunmuştur. Birlikte yaşam durumu eş /partnerle birlikte yaşıyor olanların ilişki doyumu puanları ( $53,857 \pm 20,153$ ), birlikte yaşam durumu aileyle birlikte yaşıyor olanların İlişki doyumu puanlarından ( $32,397 \pm 20,739$ ) yüksek bulunmuştur. Birlikte yaşam durumu eş /partnerle birlikte yaşıyor olanların ilişki doyumu puanları ( $53,857 \pm 20,153$ ), birlikte yaşam durumu arkadaşla beraber yaşıyor olanların ilişki doyumu puanlarından ( $38,943 \pm 21,039$ ) yüksek bulunmuştur.



**5.7.8. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin İlişki Bağlamında Uygun İfade Değişkenine Göre Dağılımı**

**Tablo 8**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin İlişki Bağlamında Uygun İfade Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	Flört	78	4,990	1,399	6,372	0,095
	Söz/nişan	6	5,933	0,918		
	Evli	16	5,738	0,900		
	İlişkim Yok	98	5,079	1,353		
Aranan Anlam	Flört	78	4,839	1,355	1,846	0,605
	Söz/nişan	6	4,667	1,593		
	Evli	16	5,038	2,044		
	İlişkim Yok	98	4,914	1,381		
Yaşam Anlamı Toplam	Flört	78	4,918	0,940	4,133	0,248
	Söz/nişan	6	5,300	0,751		
	Evli	16	5,388	1,169		
	İlişkim Yok	98	4,999	0,993		
Güç Kazanma	Flört	78	2,777	0,624	8,410	<b>0,038</b>
	Söz/nişan	6	3,071	0,959		
	Evli	16	2,652	0,571		

	İlişkim Yok	98	2,539	0,572		
Tutuculuk	Flört	78	2,192	0,611	5,079	0,166
	Söz/nişan	6	2,667	0,303		
	Evli	16	2,188	0,674		
	İlişkim Yok	98	2,242	0,590		
Amaç Yönelimi	Flört	78	2,571	0,637	9,988	<b>0,019</b>
	Söz/nişan	6	2,833	0,736		
	Evli	16	2,938	0,668		
	İlişkim Yok	98	2,406	0,660		
Sosyal Etkileşim	Flört	78	2,680	0,694	13,697	<b>0,003</b>
	Söz/nişan	6	2,500	0,671		
	Evli	16	2,672	0,681		
	İlişkim Yok	98	2,329	0,651		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	Flört	78	2,609	0,462	10,004	<b>0,019</b>
	Söz/nişan	6	2,750	0,578		
	Evli	16	2,673	0,499		
	İlişkim Yok	98	2,433	0,453		
İlişki Doyumu	Flört	78	50,667	11,313	113,289	<b>0,000</b>
	Söz/nişan	6	56,167	8,329		

	Evli	16	48,438	15,020		
	İlişkim Yok	98	17,969	14,591		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin güç kazanma puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=8,410$ ;  $p=0,038<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; ilişki bağlamında uygun ifade flört olanların güç kazanma puanları ( $2,777 \pm 0,624$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların güç kazanma puanlarından ( $2,539 \pm 0,572$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin tutuculuk puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin amaç yönelimi puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni arasında aranan fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=9,988$ ;  $p=0,019<0.05$ ). Mann

Whitney U testi sonucuna göre; ilişki bağlamında uygun ifade evli olanların amaç yönelimi puanları ( $2,938 \pm 0,668$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların amaç yönelimi puanlarından ( $2,406 \pm 0,660$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=13,697$ ;  $p=0,003<0.05$ ). Mann Whitney U testi sonucuna göre; ilişki bağlamında uygun ifade flört olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,680 \pm 0,694$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,329 \pm 0,651$ ) yüksek bulunmuştur. İlişki bağlamında uygun ifade evli olanların sosyal etkileşim puanları ( $2,672 \pm 0,681$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların sosyal etkileşim puanlarından ( $2,329 \pm 0,651$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=10,004$ ;  $p=0,019<0.05$ ). Mann Whitney U testi sonucuna göre; ilişki bağlamında uygun ifade flört olanların genel uğraş anlam & değeri puanları ( $2,609 \pm 0,462$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların genel uğraş anlam & değeri puanlarından ( $2,433 \pm 0,453$ ) yüksek bulunmuştur. İlişki bağlamında uygun ifade evli olanların genel uğraş anlam & değeri puanları ( $2,673 \pm 0,499$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların genel uğraş anlam & değeri puanlarından ( $2,433 \pm 0,453$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının ilişki bağlamında uygun ifade değişkeni açısından incelenmesi sonucunda aralarındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=113,289$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Mann Whitney U testi sonucuna göre; ilişki bağlamında uygun ifade flört olanların ilişki doyumu puanları ( $50,667 \pm 11,313$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların ilişki doyumu puanlarından ( $17,969 \pm 14,591$ ) yüksek bulunmuştur. ilişki bağlamında uygun ifade söz/nişan olanların ilişki doyumu puanları ( $56,167 \pm 8,329$ ), ilişki bağlamında uygun ifade ilişkim yok olanların ilişki doyumu puanlarından ( $17,969 \pm 14,591$ ) yüksek bulunmuştur. İlişki bağlamında uygun ifade evli olanların ilişki doyumu puanları ( $48,438 \pm 15,020$ ), ilişki bağlamına uygun ifade ilişkim yok olanların ilişki doyumu puanlarından ( $17,969 \pm 14,591$ ) yüksek bulunmuştur.

**5.7.9. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Sosyal Çevrede Yakın Arkadaş Sayısı Değişkenine Göre Dağılımı**

**Tablo 9**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Sosyal Çevrede Yakın Arkadaş Sayısı Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	1-3 Kişi	36	4,801	1,449	4,577	0,101
	3-5 Kişi	66	5,009	1,324		
	5+ Kişi	94	5,318	1,309		
Aranan Anlam	1-3 Kişi	36	5,133	1,355	1,338	0,512
	3-5 Kişi	66	4,912	1,331		
	5+ Kişi	94	4,770	1,516		
Yaşam Anlamı Toplam	1-3 Kişi	36	4,970	0,917	0,272	0,873
	3-5 Kişi	66	4,963	1,001		
	5+ Kişi	94	5,047	1,010		
Güç Kazanma	1-3 Kişi	36	2,587	0,708	0,600	0,741
	3-5 Kişi	66	2,632	0,489		
	5+ Kişi	94	2,696	0,664		
Tutuculuk	1-3 Kişi	36	2,208	0,620	0,857	0,651
	3-5 Kişi	66	2,292	0,588		
	5+ Kişi	94	2,197	0,611		

Amaç Yönelimi	1-3 Kişi	36	2,306	0,710	4,672	0,097
	3-5 Kişi	66	2,561	0,645		
	5+ Kişi	94	2,567	0,649		
Sosyal Etkileşim	1-3 Kişi	36	2,410	0,752	0,287	0,866
	3-5 Kişi	66	2,527	0,627		
	5+ Kişi	94	2,511	0,691		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	1-3 Kişi	36	2,457	0,499	0,606	0,739
	3-5 Kişi	66	2,545	0,407		
	5+ Kişi	94	2,539	0,499		
İlişki Doyumu	1-3 Kişi	36	39,278	19,383	5,891	0,053
	3-5 Kişi	66	37,333	21,520		
	5+ Kişi	94	30,926	20,972		

Öğrencilerin mevcut anlam puan ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puan ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin güç kazanma puanları ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla

yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin tutuculuk puanları ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin amaç yönelimi puan ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puan ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin ilişki doyumu puan ortalamalarının sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

#### 5.7.10. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doymu Ölçeklerinin Aylık Net Gelir Değişkenine Göre Dağılımı

**Tablo 10**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doymu Ölçeklerinin Aylık Net Gelir Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	MW	p
Mevcut Anlam	700-1200tl	140	5,045	1,372	3 592,000	0,202
	1200 Tl Ve üstü	58	5,312	1,269		
Aranan Anlam	700-1200tl	140	4,959	1,265	3 964,000	0,793
	1200 Tl Ve üstü	58	4,714	1,764		

Yaşam Anlamı Toplam	700-1200tl	140	5,003	0,953	3 991,000	0,851
	1200 Tl Ve üstü	58	5,018	1,060		
Güç Kazanma	700-1200TL	140	2,637	0,645	3 762,500	0,416
	1200 Tl Ve üstü	58	2,709	0,542		
Tutuculuk	700-1200tl	140	2,245	0,575	3 763,500	0,415
	1200 Tl Ve üstü	58	2,198	0,664		
Amaç Yönelimi	700-1200tl	140	2,455	0,670	3 279,500	<b>0,032</b>
	1200 Tl Ve üstü	58	2,698	0,633		
Sosyal Etkileşim	700-1200tl	140	2,432	0,702	3 273,000	<b>0,031</b>
	1200 Tl Ve üstü	58	2,664	0,629		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	700-1200tl	140	2,492	0,480	3 394,500	0,070
	1200 Tl Ve üstü	58	2,627	0,438		
İlişki Doyumu	700-1200tl	140	32,236	20,490	3 159,500	<b>0,012</b>
	1200 Tl Ve üstü	58	39,862	21,596		

Öğrencilerin mevcut anlam puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=3 592,000; p=0,202>0,05).

Öğrencilerin aranan anlam puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır.

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır.



Öğrencilerin güç kazanma puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=3 762,500; p=0,416>0,05).

Öğrencilerin tutuculuk puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=3 763,500; p=0,415>0,05).

Öğrencilerin amaç yönelimi puan ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (Mann Whitney U=3 279,500; p=0,032<0,05). 700-1200 TL geliri olanların amaç yönelimi puanları (2,455), 1200 TL ve üstü geliri olanların amaç yönelimi puanlarından (2,698) düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının aylık net gelir değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (Mann Whitney U=3 273,000; p=0,031<0,05). Aylık net geliri 700-1200 TL olan öğrencilerin sosyal etkileşim puanları (2,432), aylık net geliri 1200 TL ve üstü olan öğrencilerin sosyal etkileşim puanlarından (2,664) düşük bulunmuştur.

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının aylık net gelir değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (Mann Whitney U=3 394,500; p=0,070>0,05).

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının aylık net gelir değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur (Mann Whitney U=3 159,500; p=0,012<0,05). Aylık net geliri 700-1200 TL olan öğrencilerin ilişki doyumu puanları (32,236), aylık net geliri 1200 TL ve üstü olan öğrencilerin ilişki doyumu puanlarından (39,862) düşük bulunmuştur.

**5.7.11. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Genel Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı**

**Tablo 11**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Genel Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	Mükemmel	16	4,978	1,259	6,955	0,073
	Çok İyi	71	5,437	1,213		
	İyi	90	4,987	1,401		
	Fena Değil - Kötü	21	4,755	1,466		
Aranan Anlam	Mükemmel	16	5,100	1,684	3,178	0,365
	Çok İyi	71	4,741	1,508		
	İyi	90	5,040	1,310		
	Fena Değil - Kötü	21	4,562	1,439		
Yaşam Anlamı Toplam	Mükemmel	16	5,040	1,318	3,456	0,327
	Çok İyi	71	5,086	0,969		
	İyi	90	5,020	0,965		
	Fena Değil - Kötü	21	4,667	0,801		
Güç Kazanma	Mükemmel	16	2,536	0,795	8,851	<b>0,031</b>
	Çok İyi	71	2,793	0,555		
	İyi	90	2,546	0,629		

	Fena Değil - Kötü	21	2,776	0,528		
Tutuculuk	Mükemmel	16	2,219	0,875	1,762	0,623
	Çok İyi	71	2,239	0,552		
	İyi	90	2,264	0,602		
	Fena Değil - Kötü	21	2,071	0,519		
Amaç Yönelimi	Mükemmel	16	2,438	0,692	1,228	0,746
	Çok İyi	71	2,588	0,653		
	İyi	90	2,500	0,693		
	Fena Değil - Kötü	21	2,500	0,607		
Sosyal Etkileşim	Mükemmel	16	2,516	0,629	0,831	0,842
	Çok İyi	71	2,560	0,704		
	İyi	90	2,464	0,703		
	Fena Değil - Kötü	21	2,441	0,642		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	Mükemmel	16	2,447	0,585	2,649	0,449
	Çok İyi	71	2,594	0,450		
	İyi	90	2,495	0,493		
	Fena Değil - Kötü	21	2,539	0,342		
İlişki Doyumu	Mükemmel	16	30,938	21,989	4,388	0,222
	Çok İyi	71	36,042	20,894		

	İyi	90	32,067	21,064		
	Fena Değil - Kötü	21	42,143	19,870		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin güç kazanma puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=8,851$ ;  $p=0,031<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; genel sağlık durumu çok iyi olanların güç kazanma puanları ( $2,793 \pm 0,555$ ), genel sağlık durumu iyi olanların güç kazanma puanlarından ( $2,546 \pm 0,629$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin tutuculuk puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin amaç yönelimi puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan

Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının genel sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

#### 5.7.12. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Psikolojik Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı

**Tablo 12**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Psikolojik Sağlık Durumu Değişkenine Göre Dağılımı**

		N	Ort	Ss	KW	p
Mevcut Anlam	Mükemmel	28	5,673	1,366	29,617	<b>0,000</b>
	Çok İyi	54	5,563	1,066		
	İyi	82	5,075	1,200		
	Fena Değil - Kötü	34	4,087	1,491		
Aranan Anlam	Mükemmel	28	5,093	1,700	1,975	0,578

	Çok İyi	54	4,778	1,410		
	İyi	82	4,844	1,416		
	Fena Değil - Kötü	34	4,994	1,281		
Yaşam Toplam	Mükemmel	28	5,383	1,218	13,691	<b>0,003</b>
	Çok İyi	54	5,167	0,818		
	İyi	82	4,963	0,918		
	Fena Değil - Kötü	34	4,552	1,015		
Güç Kazanma	Mükemmel	28	2,975	0,654	14,724	<b>0,002</b>
	Çok İyi	54	2,733	0,563		
	İyi	82	2,599	0,557		
	Fena Değil - Kötü	34	2,420	0,694		
Tutuculuk	Mükemmel	28	2,348	0,768	4,148	0,246
	Çok İyi	54	2,278	0,592		
	İyi	82	2,241	0,536		
	Fena Değil - Kötü	34	2,037	0,591		
Amaç Yönelimi	Mükemmel	28	2,705	0,869	10,184	<b>0,017</b>
	Çok İyi	54	2,639	0,619		
	İyi	82	2,512	0,590		
	Fena Değil - Kötü	34	2,235	0,657		

Sosyal Etkileşim	Mükemmel	28	2,705	0,808	6,331	0,097
	Çok İyi	54	2,477	0,546		
	İyi	82	2,546	0,713		
	Fena Değil - Kötü	34	2,257	0,681		
Genel Uğraş Anlam & Değeri	Mükemmel	28	2,734	0,638	12,916	<b>0,005</b>
	Çok İyi	54	2,591	0,376		
	İyi	82	2,525	0,425		
	Fena Değil - Kötü	34	2,286	0,470		
İlişki Doyumu	Mükemmel	28	32,393	22,283	3,207	0,361
	Çok İyi	54	38,093	21,563		
	İyi	82	32,110	20,722		
	Fena Değil - Kötü	34	36,118	19,939		

Öğrencilerin mevcut anlam puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (KW=29,617; p=0,000<0.05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların mevcut anlam puanları (5,673 ± 1,366), psikolojik sağlık durumu iyi olanların mevcut anlam puanlarından (5,075 ± 1,200) yüksek bulunmuştur. psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların mevcut anlam puanları (5,673 ± 1,366), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların mevcut anlam puanlarından (4,087 ± 1,491) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi

olanların mevcut anlam puanları ( $5,563 \pm 1,066$ ), psikolojik sağlık durumu iyi olanların mevcut anlam puanlarından ( $5,075 \pm 1,200$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların mevcut anlam puanları ( $5,563 \pm 1,066$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların mevcut anlam puanlarından ( $4,087 \pm 1,491$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu iyi olanların mevcut anlam puanları ( $5,075 \pm 1,200$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların mevcut anlam puanlarından ( $4,087 \pm 1,491$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin aranan anlam puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=13,691$ ;  $p=0,003<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların yaşam anlamı toplam puanları ( $5,383 \pm 1,218$ ), psikolojik sağlık durumu iyi olanların yaşam anlamı toplam puanlarından ( $4,963 \pm 0,918$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların yaşam anlamı toplam puanları ( $5,383 \pm 1,218$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların yaşam anlamı toplam puanlarından ( $4,552 \pm 1,015$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların yaşam anlamı toplam puanları ( $5,167 \pm 0,818$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların yaşam anlamı toplam puanlarından ( $4,552 \pm 1,015$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu iyi olanların yaşam anlamı toplam puanları ( $4,963 \pm 0,918$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların yaşam anlamı toplam puanlarından ( $4,552 \pm 1,015$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin güç kazanma puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=14,724$ ;  $p=0,002<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını



belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların güç kazanma puanları ( $2,975 \pm 0,654$ ), psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların güç kazanma puanlarından ( $2,733 \pm 0,563$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların güç kazanma puanları ( $2,975 \pm 0,654$ ), psikolojik sağlık durumu iyi olanların güç kazanma puanlarından ( $2,599 \pm 0,557$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların güç kazanma puanları ( $2,975 \pm 0,654$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların güç kazanma puanlarından ( $2,420 \pm 0,694$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların güç kazanma puanları ( $2,733 \pm 0,563$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların güç kazanma puanlarından ( $2,420 \pm 0,694$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin tutuculuk puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin amaç yönelimi puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ( $KW=10,184$ ;  $p=0,017<0.05$ ). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların amaç yönelimi puanları ( $2,705 \pm 0,869$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların amaç yönelimi puanlarından ( $2,235 \pm 0,657$ ) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların amaç yönelimi puanları ( $2,639 \pm 0,619$ ), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların amaç yönelimi puanlarından ( $2,235 \pm 0,657$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin sosyal etkileşim puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek

amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur (KW=12,916; p=0,005<0.05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Buna göre; psikolojik sağlık durumu mükemmel olanların genel uğraş anlam & değeri puanları (2,734 ± 0,638), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların genel uğraş anlam & değeri puanlarından (2,286 ± 0,470) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu çok iyi olanların genel uğraş anlam & değeri puanları (2,591 ± 0,376), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların genel uğraş anlam & değeri puanlarından (2,286 ± 0,470) yüksek bulunmuştur. Psikolojik sağlık durumu iyi olanların genel uğraş anlam & değeri puanları (2,525 ± 0,425), psikolojik sağlık durumu fena değil - kötü olanların genel uğraş anlam & değeri puanlarından (2,286 ± 0,470) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin ilişki doyumu puanları ortalamalarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H-Testi sonuçlarına göre; grup ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır (p>0.05).

### 5.7.13. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Memnuniyet Düzeyleri İle İlişisine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi

**Tablo 13**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçeklerinin Memnuniyet Düzeyleri ile İlişisine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi**

		Genel yaşam memnuniyet düzeyi	Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi
<b>Mevcut anlam</b>	<b>r</b>	0,487	0,396
	<b>p</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>Aranan anlam</b>	<b>r</b>	-0,069	-0,028

	<b>p</b>	0,332	0,700
	<b>N</b>	198	198
<b>Yaşam anlamı toplam</b>	<b>r</b>	0,279	0,247
	<b>p</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>Güç kazanma</b>	<b>r</b>	0,257	0,279
	<b>p</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>Tutuculuk</b>	<b>r</b>	0,187	0,138
	<b>p</b>	<b>0,009</b>	0,053
	<b>N</b>	198	198
<b>Amaç yönelimi</b>	<b>r</b>	0,233	0,282
	<b>p</b>	<b>0,001</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>Sosyal etkileşim</b>	<b>r</b>	0,285	0,269
	<b>p</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>Genel uğraş anlam</b>	<b>r</b>	0,321	0,341

<b>&amp; değeri</b>	<b>p</b>	<b>0,000</b>	<b>0,000</b>
	<b>N</b>	198	198
<b>İlişki doyumu</b>	<b>r</b>	0,093	0,172
	<b>p</b>	0,192	<b>0,015</b>
	<b>N</b>	198	198

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=-0,069$ ;  $p=0,332>0,05$ ).

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi bulmak amacıyla yapılan analize göre anlamlı ilişki bulunmamıştır ( $r=-0,028$ ;  $p=0,700>0,05$ ).

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %27,9 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,279$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %24,7 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,247$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %25,7 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,257$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %27,9 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,279$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile tutuculuk arasında %18,7 oranında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,187$ ;  $p=0,009<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça tutuculuk puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile tutuculuk arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=0,138$ ;  $p=0,053>0,05$ ).

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile amaç yönelimi %23,3 oranında pozitif ilişki göstermiştir ( $r=0,233$ ;  $p=0,001<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça amaç yönelimi puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile amaç yönelimi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %28,2 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,282$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça amaç yönelimi puanı da artmaktadır.

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile sosyal etkileşim arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %28,5 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,285$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça sosyal etkileşim puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile sosyal etkileşim arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %26,9 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,269$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça sosyal etkileşim puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile genel uğraş anlam & değeri arasında %29,0 oranında pozitif ilişki bulunmuştur ( $r=0,290$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça genel uğraş anlam & değeri puanı da artmaktadır.

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile genel uğraş anlam & değeri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %32,1 pozitif

yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,321$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı arttıkça genel uğraş anlam & değeri puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile genel uğraş anlam & değeri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %34,1 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,341$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça genel uğraş anlam & değeri puanı da artmaktadır.

Genel yaşam memnuniyet düzeyi ile ilişki doyumu anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=0,093$ ;  $p=0,192>0,05$ ).

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile ilişki doyumu arasında %17,2 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,172$ ;  $p=0,015<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça ilişki doyumu puanı da artmaktadır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile genel yaşam memnuniyet düzeyi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %64,6 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,646$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça genel yaşam memnuniyet düzeyi puanı da artmaktadır.

#### 5.7.14. Yaşam Anlamı, Oval Ve İlişki Doyumu Ölçekleri İlişkinine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi

**Tablo 14**  
**Yaşam Anlamı, Oval ve İlişki Doyumu Ölçekleri İlişkinine İlişkin Pearson Korelasyon Analizi**

		Mevcut anlam	Aranan anlam	Yaşam anlamı toplam	Güç kazanma	Tutuculuk	Amaç yönelimi	Sosyal etkileşim	Genel uğraş anlam & değeri	İlişki doyumu
Mevcut anlam	r	1,000	0,003	0,682	0,188	0,174	0,322	0,205	0,306	0,098
	p	0,000	0,967	0,000	0,008	0,014	0,000	0,004	0,000	0,169
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Aranan anlam	r	0,003	1,000	0,733	0,028	0,256	0,101	0,071	0,140	0,055
	p	0,967	0,000	0,000	0,690	0,000	0,155	0,317	0,049	0,439
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Yaşam	r	0,682	0,733	1,000	0,147	0,305	0,293	0,190	0,309	0,106

anlamı toplam	p	0,000	0,000	0,000	0,039	0,000	0,000	0,007	0,000	0,137
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Güç kazanma	r	0,188	0,028	0,147	1,000	0,245	0,401	0,540	0,782	0,282
	p	0,008	0,690	0,039	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Tutuculuk	r	0,174	0,256	0,305	0,245	1,000	0,343	0,243	0,535	0,061
	p	0,014	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,001	0,000	0,395
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Amaç yönelimi	r	0,322	0,101	0,293	0,401	0,343	1,000	0,509	0,744	0,253
	p	0,000	0,155	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Sosyal	r	0,205	0,071	0,190	0,540	0,243	0,509	1,000	0,791	0,253



etkileşim	p	0,004	0,317	0,007	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
Genel uğraş anlam & değeri	r	0,306	0,140	0,309	0,782	0,535	0,744	0,791	1,000	0,290
	p	0,000	0,049	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198
İlişki doyumunu	r	0,098	0,055	0,106	0,282	0,061	0,253	0,253	0,290	1,000
	p	0,169	0,439	0,137	0,000	0,395	0,000	0,000	0,000	0,000
	N	198	198	198	198	198	198	198	198	198

Aranan anlam ile mevcut anlam ilişkisini saptamak için uygulanan analiz, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki olmadığını göstermiştir ( $r=0,003$ ;  $p=0,967>0,05$ ).

Yaşam anlamı toplam ile mevcut anlam ilişkisini saptamak için uygulanan analiz, puanlar arasında %68,2 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucunu çıkartmıştır ( $r=0,682$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre yaşam anlamı toplam puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Güç kazanma ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %18,8 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,188$ ;  $p=0,008<0,05$ ). Buna göre güç kazanma puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Tutuculuk ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi saptamak için uygulanan analiz, puanlar arasında %17,4 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucunu ortaya çıkartmıştır ( $r=0,174$ ;  $p=0,014<0,05$ ). Buna göre tutuculuk puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Amaç yönelimi ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %32,2 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,322$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre amaç yönelimi puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %20,5 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,205$ ;  $p=0,004<0,05$ ). Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %30,6 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,306$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ve mevcut anlam arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla uygulanan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=0,098$ ;  $p=0,169>0,05$ ).

Yaşam anlamı toplam ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi saptamak için yapılan korelasyon analizi sonucuna göre, puanlar arasında %73,3 pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ( $r=0,733$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre yaşam anlamı toplam puanı arttıkça aranan anlam puanı da artmaktadır.

Güç kazanma ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki saptanamamıştır ( $r=0,028$ ;  $p=0,690>0,05$ ).

Tutuculuk ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla yapılan korelasyon analizine göre puanlar arasında %25,6 pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. ( $r=0,256$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre tutuculuk puanı arttıkça aranan anlam puanı da artmaktadır.

Amaç yönelimi ile aranan anlam arasındaki ilişki analizi sonucunda anlamlı ilişki saptanamamıştır ( $r=0,101$ ;  $p=0,155>0,05$ ).

Sosyal etkileşim ile aranan anlam arasındaki ilişki analizi sonucunda anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=0,071$ ;  $p=0,317>0,05$ ).

Genel uğraş anlam & değeri ile aranan anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %14,0 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,140$ ;  $p=0,049<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça aranan anlam puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile aranan anlam değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiş olup, yapılan analiz sonucunda aralarında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır ( $r=0,055$ ;  $p=0,439>0,05$ ).

Güç kazanma ile yaşam anlamı değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiş olup, yapılan analiz sonucunda aralarında %14,7 oranında anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,147$ ;  $p=0,039<0,05$ ). Buna göre güç kazanma puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Tutuculuk ile yaşam anlamı toplam değişkenleri arasındaki ilişki incelenmiş olup, yapılan korelasyon analizi sonucunda aralarında %30,5 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,305$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre tutuculuk puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Amaç yönelimi ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizi incelemesi sonucunda, puanlar arasında %29,3 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,293$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre amaç yönelimi puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, puanlar arasında %19,0 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,190$ ;  $p=0,007<0,05$ ). Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %30,9 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,309$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi belirlemek adına yapılan korelasyon analizi sonucuna göre, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki saptanamamıştır ( $r=0,106$ ;  $p=0,137>0,05$ ).

Tutuculuk ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi saptamak üzere yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, puanlar arasında %24,5 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,245$ ;  $p=0,001<0,05$ ). Buna göre tutuculuk puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Amaç yönelimi ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi yordamak için yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, puanlar arasında %40,1 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır ( $r=0,401$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre amaç yönelimi puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi saptamak için yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, puanlar arasında %54,0 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna ortaya çıkmıştır ( $r=0,540$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %78,2 pozitif yönde anlamlı

ilişki bulunmuştur ( $r=0,782$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile güç kazanma arasındaki ilişkiyi belirlemek için uygulanan korelasyon analizi sonucuna göre, puanlar arasında %28,2 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki yordamıştır ( $r=0,282$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça güç kazanma puanı da artmaktadır.

Amaç yönelimi ile tutuculuk arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında, puanlar arasında %34,3 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,343$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre amaç yönelimi puanı arttıkça tutuculuk puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile tutuculuk arasındaki ilişkiyi belirlemek adına yapılan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında, puanlar arasında %24,3 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,243$ ;  $p=0,001<0,05$ ). Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça tutuculuk puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile tutuculuk arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, puanlar arasında %53,5 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu gözlemlenmiştir ( $r=0,535$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça tutuculuk puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile tutuculuk arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunamamıştır ( $r=0,061$ ;  $p=0,395>0,05$ ).

Sosyal etkileşim ile amaç yönelimi arasındaki ilişkiyi belirlemek adına yapılan korelasyon analizi sonuçlarında, puanlar arasında %50,9 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ortaya çıkmıştır ( $r=0,509$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça amaç yönelimi puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile amaç yönelimi arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %74,4 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,744$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça amaç yönelimi puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile amaç yönelimi arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi raporuna bakıldığında, puanlar arasında %25,3 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,253$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça amaç yönelimi puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile sosyal etkileşim arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %79,1 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,791$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça sosyal etkileşim puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile sosyal etkileşim arasındaki ilişkiyi belirlemek adına uygulanan korelasyon analizi sonucuna bakıldığında, puanlar arasında %25,3 oranında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ( $r=0,253$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça sosyal etkileşim puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile genel uğraş anlam & değeri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında %29,0 pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0,290$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça genel uğraş anlam & değeri puanı da artmaktadır.

#### 5.7.15. Oval Ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Alt Boyutlar İle)

**Tablo 15**  
**OVAl ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Alt Boyutlar İle)**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Mevcut Anlam	Sabit	3,021	6,031	0,000	4,846	0,000	0,089
	Güç Kazanma	0,109	0,596	0,552			
	Tutuculuk	0,143	0,873	0,384			
	Amaç Yönelimi	0,535	3,182	<b>0,002</b>			

	Sosyal Etkileşim	0,051	0,298	0,766			
	İlişki Doymu	0,000	0,089	0,929			
Aranan Anlam	Sabit	3,609	6,622	0,000	2,903	0,015	0,046
	Güç Kazanma	-0,158	-0,799	0,425			
	Tutuculuk	0,615	3,455	<b>0,001</b>			
	Amaç Yönelimi	0,031	0,170	0,865			
	Sosyal Etkileşim	0,054	0,289	0,773			
	İlişki Doymu	0,003	0,658	0,511			
Yaşam Anlamı Toplam	Sabit	3,327	9,205	0,000	6,015	0,000	0,113
	Güç Kazanma	-0,026	-0,201	0,841			
	Tutuculuk	0,380	3,221	<b>0,002</b>			
	Amaç Yönelimi	0,283	2,328	<b>0,021</b>			
	Sosyal Etkileşim	0,050	0,404	0,686			
	İlişki Doymu	0,002	0,553	0,581			

Güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doymu ile mevcut anlam değişkenleri arasında olan ilişkiyi saptamak üzere uygulanan regresyon analizi istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=4,846$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Mevcut anlam düzeyinin belirleyicisi olarak güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doymu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,089$ ). Öğrencilerin güç kazanma düzeyi mevcut anlam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.552>0.05$ ). Öğrencilerin tutuculuk düzeyi mevcut anlam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.384>0.05$ ). Öğrencilerin amaç yönelimi düzeyi mevcut

anlam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,535$ ). Öğrencilerin sosyal etkileşim düzeyi mevcut anlam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.766>0.05$ ). Öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi mevcut anlam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.929>0.05$ ).

Güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doyumu ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için uygulanan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır ( $F=6,015$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Yaşam anlamı toplam düzeyinin belirleyicisi olarak güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doyumu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,113$ ). Öğrencilerin güç kazanma düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.841>0.05$ ). Öğrencilerin tutuculuk düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,380$ ). Öğrencilerin amaç yönelimi düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,283$ ). Öğrencilerin sosyal etkileşim düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.686>0.05$ ). Öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.581>0.05$ ).

Güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doyumu ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişki belirlemek amacıyla uygulanmış olan regresyon analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $F=6,015$ ;  $p=0,000<0.05$ ). Yaşam anlamı toplam puanı düzeyinin yordayıcısı olarak güç kazanma, tutuculuk, amaç yönelimi, sosyal etkileşim, ilişki doyumu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,113$ ). Öğrencilerin güç kazanma düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.841>0.05$ ). Öğrencilerin tutuculuk düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,380$ ). Öğrencilerin amaç yönelimi düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,283$ ). Öğrencilerin sosyal etkileşim düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.686>0.05$ ). Öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0.581>0.05$ ).



**5.7.16. Oval ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Toplam Puan İle)**

**Tablo 16**  
**OVal ve İlişki Doyumunun Yaşam Anlamına Etkisine İlişkin Lineer Regresyon Analizi (Toplam Puan İle)**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Mevcut Anlam	Sabit	2,913	5,816	0,000	10,074	0,000	0,084
	İlişki Doyumu	0,001	0,144	0,886			
	Genel Uğraş Anlam & Değeri	0,864	4,252	<b>0,000</b>			
Aranan Anlam	Sabit	3,809	6,880	0,000	1,979	0,141	0,010
	İlişki Doyumu	0,001	0,215	0,830			
	Genel Uğraş Anlam & Değeri	0,411	1,831	0,069			
Yaşam Anlamı Toplam	Sabit	3,373	9,224	0,000	10,345	0,000	0,087
	İlişki Doyumu	0,001	0,253	0,801			
	Genel Uğraş Anlam & Değeri	0,634	4,273	<b>0,000</b>			

İlişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri ile mevcut anlam arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=10,074; p=0,000<0.05). Mevcut anlam düzeyinin belirleyicisi olarak ilişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R<sup>2</sup>=0,084). Öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi mevcut anlam düzeyini etkilememektedir (p=0.886>0.05). Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri düzeyi mevcut anlam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta$ =0,864).

İlişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri ile aranan anlam arasındaki mevcut ilişkiyi belirlemek adına uygulanan regresyon analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $F=1,979$ ;  $p=0,141>0,050$ ).

İlişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F=10,345$ ;  $p=0,000<0,05$ ). Yaşam anlamı toplam düzeyinin belirleyicisi olarak ilişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,087$ ). Öğrencilerin ilişki doyumu düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini etkilememektedir ( $p=0,801>0,05$ ). Öğrencilerin genel uğraş anlam & değeri düzeyi yaşam anlamı toplam düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,634$ ).

## BÖLÜM 6: TARTIŞMA

Yapılan araştırmada öğrencilerin yaşamdan aldıkları doyumun, cinsiyet değişkenine göre ilişkisi incelenmiş ve aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu konuda daha önce de çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulguyu doğrular nitelikte bir çalışma da Vinson ve Ericson (2012) tarafından yapılmıştır. Vinson ve Ericson (2012) yaptıkları araştırma sonucunda cinsiyet ve yaşam doyumunu açısından anlamlı bir sonuç bulunmamıştır. Literatürde bu bulguların aksine cinsiyet ve yaşam anlamı arasında anlamlı fark bulunan çalışmalar da yer almaktadır. Yetim (1991)'in yapmış olduğu araştırmanın sonucuna göre cinsiyet ve yaşamdan alınan doyum arasında anlamlı fark vardır. Bu sonuca göre kadınların yaşam doyumunu puanları, erkeklerin yaşam doyumunu puanlarından yüksek çıkmıştır. Yine aynı sonuca ulaşan bir başka araştırma Wood, Rhodes ve Whelan tarafından yapılmıştır. Onlar da araştırmaları sonucunda kadınların, erkeklere oranla yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulgusunu elde etmişlerdir. Cinsiyet ve yaşam anlamı ilişkisini araştırarak aralarında anlamlı fark bulan bir diğer çalışma da Avşaroğlu ve diğer araştırmacılar tarafından yapılmıştır fakat bu araştırmada Yetim (1991)'in bulgularının aksine, erkeklerin yaşam doyumunu puanları, kadınların yaşam doyum puanlarından yüksek çıkmıştır.

Araştırmada ele alınan diğer bir konu ise öğrencilerin ilişki doyumunu puanlarının cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkidir. Bu bağlamda yapılan araştırma sonucuna göre, öğrencilerin ilişki doyumunu puanları ve cinsiyet değişkeni arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular ile aynı sonucun elde edildiği bir diğer çalışmayı da Beştav (2007) yürütmüştür. Beştav (2007)'nin araştırma sonucuna göre de ilişkiden alınan doyum ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulgulara karşılık olarak Sarı (2008)'in yaptığı araştırma sonucunda ilişki doyumunu ve cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmuştur. Sarı (2008)'in bulgularına göre kız öğrencilerin ilişki doyumunu puanları, erkek öğrencilerin ilişki doyumunu puanlarından daha düşüktür.

Yaşam anlamı ve yaş grubu değişkeni açısından farklılık olup olmadığı da araştırmanın konularındandır. Yapılan çalışmada öğrencilerin yaşam anlamı puanları ortalamalarının yaş grubu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan test sonuçlarına göre anlamlı bir fark elde edilememiştir. Arkadaşları

(2001) tarafından yapılan, yaşam anlamı ve yaş grupları arasındaki ilişkiyi inceleyen diğer bir çalışma literatürde yer almaktadır. Çalışmalarının sonucunda 40 yaş ve üzerindeki bireylerin yaşam doyumlarının, daha küçük yaşlardaki bireylerin yaşam doyumlarından daha yüksek olduğunu vurgulamışlardır. Vinson ve Ericson (2012)'ın yaptıkları çalışmanın sonucu da benzer niteliktedir. Çalışmaları sonucunda yaş ve yaşam doyumları arasında anlamlı fark bulmuşlardır. Yaş ve cinsiyet arasında literatürdeki diğer araştırmaların aksine cinsiyet ve yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark bulunamamasına sebep olarak, birbirine yaş olarak çok yakın olan bir grup ile yürütülen bir çalışma olduğu düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada öğrencilerin ilişki doyumu puanları ve yaş değişkeni arasındaki ilişki incelenmiştir. Uygulanan test sonucunda ilişki doyumu ve yaş değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Yaş arttıkça ilişkiden alınan doyum puanı da artış göstermiştir. Yapılan araştırmanın aksine, literatürde yaş değişkeni ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma da Jose ve Alfons (2007) tarafından yapılmıştır. Evli bireyler ile yürüttükleri araştırmalarının sonucunda elde ettikleri bulguya göre yaş ve ilişki doyumu arasında negatif ilişki saptanmıştır.

Çalışmada araştırılan bir başka konu ise öğrencilerin sosyal çevrelerindeki yakın arkadaş sayıları ve yaşam anlamı puanları arasındaki ilişkidir. Araştırma sonucuna göre yaşam anlamı puanları ortalaması ile sosyal çevrede yakın arkadaş sayısı değişkeni arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Bu konu hakkında daha önceden yapılmış olan araştırmalar mevcuttur. Campbell, Converse ve Rodgers (1976) ve Gilman ve Huebner (2006) yürüttükleri çalışmalar sonucunda ortak kanı olarak sosyal çevrenin ve kişilerarası ilişkilerin yaşam doyumunu arttırdığı sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırma kapsamında öğrencilerin yaşam anlamı puanlarının psikolojik sağlık durumu değişkeni açısından anlamlı bir fark gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla da test uygulanmıştır. Test sonucunda anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuca göre psikolojik sağlık durumu yüksek olanların yaşam anlamı toplam puanlarının da yüksek olduğu görülmüştür. Perneger ve Arkadaşları (2004)'nın yürüttüğü çalışma da benzer bir sonuç göstererek, mutluluk ve psikolojik olarak sağlıklı olmak arasında anlamlı bir fark olduğunu vurgulamıştır.

Yaşamımızın büyük bir kısmını kapsayan günlük uğraşlarımızın, yaşamı anlamlı kılmak konusundaki önemini vurgulamak adına bu iki değişken arasındaki ilişki de araştırmanın inceleme konuları arasına dahil edilmiştir. Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile yaşam anlamı toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır. Bu konuda literatürde birçok araştırma yer almaktadır ve günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ve yaşam anlamı arasındaki pozitif yöndeki anlamlı sonucu doğrular niteliktedir. Arıcı (2011) yaptığı araştırmasında günlük uğraşlardan olan spor faaliyetinin, yaşam doyumunu arttırdığı sonucuna varmıştır. Yine günlük uğraş değer & anlam anketinin içeriği olan inanç sisteminin de yaşam doyumunu arttırdığını Tuzgöl (2007)'ün çalışmasında gözlemleyebiliriz. Bu konu hakkında yapılan bir diğer çalışma ise Şener (2009) tarafından literatüre eklenmiştir. Şener (2009) günlük uğraşlardan alınan doyumun yaşlılıkta da yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği sonucunu vurgulamıştır.

Araştırmada ilişki doyumu ile sosyal etkileşim arasındaki ilişki de incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda ilişki doyumu ile sosyal etkileşim arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Butter ve Kuiper (2008)'in yaptığı araştırma sonucunda göre mizah kullanımı ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu vurgulanmıştır. Mizah kullanımını sosyal bir beceri olarak varsaydığımız nokta araştırma bulgusu ile Butter ve Kuiper'in yaptığı araştırma sonucunda paralel bulgulardan söz edebiliriz.

Çalışmanın yapıtaşlarından olan ilişki doyumu ve genel uğraş anlam & değeri arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre ilişki doyumu puanı arttıkça genel uğraş anlam & değeri puanı da artmaktadır.

Öğrencilerin yaşam anlamı toplam puanları aylık net gelir değişkenine göre anlamlı fark bulunmamıştır.

Günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi ile ilişki doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre günlük uğraşlar ile ilgili memnuniyet düzeyi arttıkça ilişki doyumu puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile mevcut anlam arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Sosyal etkileşim ile yaşam anlamı toplam arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sosyal etkileşim puanı arttıkça yaşam anlamı toplam puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile mevcut anlam arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça mevcut anlam puanı da artmaktadır.

Genel uğraş anlam & değeri ile sosyal etkileşim arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre genel uğraş anlam & değeri puanı arttıkça sosyal etkileşim puanı da artmaktadır.

İlişki doyumu ile mevcut anlam arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Yaşam anlamı toplam ile aranan anlam arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre yaşam anlamı toplam puanı arttıkça aranan anlam puanı da artmaktadır.

Araştırmanın üç temel başlığı olan; ilişki doyumu, genel uğraş anlam & değeri ile mevcut anlam arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan analiz sonucunda anlamlı fark elde edilmiştir. Öğrencilerin günlük uğraşlarından aldıkları doyumun, yaşamlarından elde ettikleri yaşam anlamı toplam puanlarını arttırırken, öğrencilerin ilişki doyum düzeylerinin yaşam anlamı toplam puanlarına etki etmediği gözlemlenmiştir.

## BÖLÜM 7: SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan araştırmadan elde edilen bulguların tamamına bakıldığında kullanılan ölçekler ile araştırma sorularının tamamına cevap aranmış ve elde edilen sonuçlar aşağıda irdelenmiştir.

Araştırmada genç yetişkinlerin sahip oldukları gündelik uğraşları ile yaşamlarındaki anlam arayışları arasında ilişki olup olmadığı sorusuna cevap aranmıştır. Bu soruya cevap olarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda genç yetişkinlerin sahip oldukları günlük uğraşlarının, yaşamlarındaki anlam arayışlarını ve mevcut yaşam anlamı olgularını pozitif yönde etkilediği sonucuna varılmıştır. Günlük uğraşlardan elde edilen doyum öğrencilerin hayatlarını daha anlamlı kılma yönünde pozitif bir etki oluşturmuştur. Elde edilen bu sonuç literatürdeki diğer araştırmalarca da desteklenmiştir. Günlük uğraş anlam & değerinin yaşam anlamına olan direkt etkisi göz önüne alındığında, bireysel ve grup terapilerinde bu konuları içeren ve sorgulayan çeşitli psikoöğitimler düzenlenebilir. Bu sayede terapiye başvuran kişilerin yaşamlarındaki anlamı bulmaları adına kendi haritalarını çıkarmaları için terapistler tarafından kılavuzluk edilebilir.

Diğer önemli bir araştırma sorusu ise genç yetişkinlerin sahip oldukları romantik ilişkileri ve bu ilişkilerinden aldıkları doyum ile yaşamdaki anlam arayışları arasında ilişki olup olmadığıydı. Bu bağlamda araştırma sonuçlarına baktığımız zaman; romantik ilişkilerden sağlanan doyum ile yaşam anlamı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Bu araştırmanın yola çıkış noktalarından biri olan romantik ilişki ve yaşam anlamı ilişkisi doğrultusunda anlamlı ilişki bulunmaması öngörülen bir sonuç değildir. Araştırmanın uygulama sahasındaki mevcut yaş ortalamasının, bu ilişkinin anlamlı sonuç ortaya çıkarmamasındaki sebeplerden biri olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda bakıldığı zaman, gelecekte yapılacak olan araştırmalarda, genç yetişkinlik dönemi dışında, yetişkinlik ve geç yetişkinlik dönemleri hedef alınabilir.

Genç yetişkinlerin yaşamdaki anlam arayışları ile sosyal ortamlarında sahip oldukları yakın arkadaşları, maddi gelir durumları, birlikte yaşam durumları, eğitim durumları, kendilerine ait psikolojik ve fizyolojik sağlık algıları arasında ilişki olup olmadığı da çalışmanın bir diğer araştırma sorusunu oluşturmaktadır. Araştırmadan bu bağlamda çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Birlikte yaşam durumu değişkenini ele aldığımız zaman;

yalnız yaşayan ve arkadaşı ile birlikte yaşayan öğrencilerin yaşamda buldukları mevcut anlam puanları, ailesi ile birlikte yaşayan öğrencilerin yaşamda buldukları mevcut anlam puanından yüksek çıkmıştır. Bu bağlamda ailesinin yanında yaşamaya devam eden öğrencilerin yaşamdaki anlam arayışlarının devam ettiği fakat henüz yaşamdaki mevcut anlamlarını bulamadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin kendi sosyal çevrelerindeki yakın arkadaş sayıları ile yaşam anlamı arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı bir fark elde edilememiştir. Yani öğrencilerin yakın arkadaş sayıları, onların yaşamdaki anlam olgusuna etki etmemektedir. Bunun yanı sıra öğrencilerin sosyal etkileşimleri arttıķça yaşamlarındaki mevcut anlam ve toplam yaşam anlamı puanlarında da artış gözlemlenmiştir. Bu sonuca bakıldığında sosyal olarak aktif olan öğrencilerin kendi yaşamlarını daha anlamlı buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin kendilerine ait psikolojik sağlık algıları ile yaşamdan aldıkları doyum ilişkisi incelendiğinde anlamlı sonuç elde edilmiş olup, psikolojik sağlık algısı artan öğrencilerin yaşamlarındaki anlam olgularında da artış sağlamıştır. Aynı şekilde kendini psikolojik olarak sağlıklı görmeyen öğrencilerin yaşam anlamı puanları düşük çıkmıştır. Bu değişkenlerin dışında yaşam anlamı ile maddi durum ve genel sağlık durumu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin maddi gelir durumları yaşamlarındaki anlam olgusuna etki etmemektedir aynı şekilde kendilerine ait genel sağlık algıları da yaşam anlamı puanlarında farklılığa yol aķmamıřtır.

Yapılan araştırma bulguları, İstanbul ilinde bulunan biri devlet üniversitesi diğer üçü vakıf üniversitesi olmak üzere toplam dört üniversitede öğrenim gören öğrencilerden elde edilmiştir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda İstanbul ilindeki diğer üniversite öğrencileri de gruba dahil edilerek daha kapsamlı bir çalışma elde edilebilir. Özel ya da devlet üniversitesinde okuyan öğrencilerin yaşam anlamı algılarına yönelik yapılcak çalışmalar, akademik başarı, maddi durum gibi değişkenlerin daha ayrıntılı saptanmasına yardımcı olabilir.

Yaşamdan alınan anlam ya da yaşamda aranan anlam gibi olgular henüz ülkemizdeki diğer araştırma konularına göre daha az ele alınmıştır. Bu nedenle alandaki profesyoneller, yaşam anlamı olgusuna etki eden değişkenleri daha detaylı şekilde ortaya koyacak araştırmalara öncülük edebilirler. Yapılan bu araştırmada da görüldüğü gibi yaşam anlamı günlük uğraşlarımızdan romantik ilişkilere, birlikte yaşam



durumundan sosyal aktifliğe kadar geniş bir yelpazeye etki etmekte ve ciddi önem arz etmektedir.

Psikolojinin bilim dalının çalışma alanı olan terapilerde de bu araştırmadan elde edilen bulgulardan yararlanılabilir. Alandaki bir çok öncü bilim insanının da savunduğu gibi son dönemlerde terapi taleplerinin birçoğunun sebebi yaşamdaki anlamsızlık olgusudur. Bu bağlamda yaşamı anlamlı kılmada etkin olan günlük uğraşlardan alınan doyum konusu detaylandırılabilir. Çalışmada da gördüğümüz gibi psikolojik açıdan sağlıklı olmak ile günlük uğraşlardan alınan doyum arasında kuvvetli bir bağ mevcuttur. Bu anlamda yaşam doyumları düşük olan ve terapiye başvuran bireylerin, terapi sürecinde, günlük uğraşları ile ilgili, kişinin yaşamını anlamlı kılmaya yönelik tercihlerinin barındığı yeniden yapılandırmalara gidilebilir. Yaşamdaki anlam kaybı konusu üzerinde yapılan araştırmaların artması ve elde edilen anlamlı sonuçlar doğrultusunda yeni terapi ekolleri de geliştirilebilir.

## KAYNAKÇA

- ACAR ARASAN, B. N.** (2010), “Akademisyenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uşak, Türkiye.
- AKANDERE, M., ACAR, M., BAŞTUĞ, G.** (2009), “Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi”, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, ss. 22, 23-32.
- ARICI, F.** (2011), “Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal Cinsiyet Rollerine İlişkin Algıları ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- ATHANASOU, J. A.** (1984), “A Paradoxical Intention:A Brief Description of a Cognitive Behaviour Therapy Approach and Its Potential for Counselling”, [http://www.eric.ed.gov/ERICDocs/data/ericdocs2sql/content\\_storage\\_01/0000019b/80/34/a5/8d.pdf](http://www.eric.ed.gov/ERICDocs/data/ericdocs2sql/content_storage_01/0000019b/80/34/a5/8d.pdf), 01.01.2010.
- AVŞAROĞLU, S., DENİZ, M.E., Kahraman, A.** (2005), “Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu, İş doyumunu ve Meslekî Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Sayı:14 ss. 115-129.
- Aydiner, B. B.** (2011), “Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Aydemir, H.** (2013), “Özel Eğitim Alanında Çalışan Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi”, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Özel Eğitim Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Bolu, ss. 24-25.
- BAHADIR, A.** (2000), “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım:Logoterapi ve Viktor Frankl”, Uludağ Üniversitesi, 9 (9).
- BARTHOLOMEW, K., HOROWITZ, L.** (1991), “Attachment Styles Among Young Adults:A Test of Four-Category Model”, Journal of Personality and Social Psychology, 61, 226-241.
- BAUMEISTER, R. F.** (1991), “Meanings of life”, New York:Guilford Press.
- BAYRAKTAR, B.** (2010), “Logoterapi Yönelimli Sağaltım Programının Konuşma Bozukluklarından.., Sakarya Üniversitesi, Temmuz.
- BEKTAŞ, A.** (2012), “Yöneticilerin İş Tatmini ve Motivasyon Düzeylerinin Yaşam Anlamı Düzeyi Üzerindeki Etkisi”, Maltepe Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Endüstri ve Örgüt Psikolojisi Programı, İstanbul.

- BOWLBY, J.** (1979). "The Making and Breaking of Affectional Bonds", London, Tavistock.
- BOWLBY, J.** (1999), "Attachment and Loss", New York, Basic Books.
- BUDAK, B.** (2011), "Üniversite Öğrencilerinin Aşka İlişkin Tutumları ve İlişki Doyumlarının Kişilik Özellikleri ile İlişkisi", Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- BUDAK, S.** (2003), "Psikoloji Sözlüğü", Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- BUTZER, B., KUIPER, N. A.** (2008). "Humor Use in Romantic Relationships: The Effects of Relationship Satisfaction and Pleasant Versus Conflict Situations", The Journal of Psychology, 142(3), 245-260.
- COLLINS, W. A.** (2003), "More and Myth: the Developmental Significance of Romantic Relationships During Adolescence", Journal of Research on Adolescence, 13(1), 1-24.
- ÇOLAK, T.S.** (2010), "Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanın Sosyal Fobi Üzerindeki Etkisi", Sakarya Üniversitesi. s. 39.
- DEMİRTAŞ, S. Ç.** (2010), "The Role of Fender, Relationship Status, Romantic Relationship Satisfaction and Commitment to Career Choices in The Components of Subjective Well-being Among Senior University Students", Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- DIENER, E., SUH, E. M., LUCAS, R. E., SMITH, H. L.** (1999), "Subjective Well-being: Three Decades of Progress", Psychological Bulletin, 125, 276-302.
- DİKMEN, A.A.** (1995), "İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi, Ankara Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi, Cilt:50, No:3-4, ss. 115-140.
- DOĞAN, B., MORALI, S.** (1999), "Üniversite Elemanlarının Sporla İlgili Tutumları ile Yaşam ve İş Doyum Düzeylerinin Spor Yapma Alışkanlıkları İle İncelenmesi", Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt:3, Sayı:1 ss. 16-27.
- ERIKSON, E. H.** (1968), "Identity: Youth and Crisis", New York: Norton.
- ERYILMAZ, A., ERCAN, L.** (2011), "Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(36), 139-151.
- FELDMAN, S. S., GOVEN, L. K.** (1998). "Conflict Negotiation Tactics in Romantic Relationships in High School Students", Journal of Youth and Adolescence, 27, 691-717.
- FRANKL, V.** (2005), "The Future of Franklian Psychology", Franklian Psychology: An Introduction to Logotherapy, Edit. George E. Rice (2005), Viktor Frankl Institute of Logotherapy, s. 60-65.
- FRANKL, V.** (2014), "İnsanın Anlam Arayışı", Okyanus Yayıncılık, İstanbul.

- GÜLCAN, A.** (2014), “Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- GÜLER, K.** (2015), “Beden İmajının Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Üzerine Etkisi”, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Gürçan, T.** (2015), “İlişkisel Belirsizlik:İlişki Doyumu, Romantik İlişkilerde Gelecek Zaman Yönelimi ve Çatışma Çözme Tepkileri Arasındaki İlişkiler”, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- HAZAN, C., SHAVER, P. R.** (1987), “Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heath, A.** (1976), “Rational Choice & Social Exchange”, *A Critique of Exchange Theory*, New York:Cambridge University Press.
- HENDRICK, S. S.** (1988), “A Generic Measure of Relationship Satisfaction”, *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93–98.
- HINDE, R. A.** (1997), “Relationships:A Dialectical Perspective”, Psychology Press:Taylor ve Francis Ltd.
- JAARSMA, T. A., POOL, G., RANCHOR, A. V., SANDERMAN, R.** (2007), “The Concept and Measurement of Meaning in Life in Dutch Cancer Patients”, *Psycho- Oncology*, 16, p. 241–248.
- JAMES, L.** (2010), “Activity and The Meaningfulness Of Life”, *The Monist*, 93 (1), p. 57-75.
- JIM, H.S., PURNELLI, C.Q., RICHARDSON, S.A., GOLDEN- KREUTZ, D., ANDERSEN, B.L.** (2006), “Measuring Meaning in Life Following Cancer, Quality of Life Research”, 15, 1355-1371.
- KAPLAN, H.** (2014), “İş Doyumu-Yaşam Doyumu İlişkisi (Denizli Servergazi Devlet Hastanesi Hemşire-Ebe Hemşireler Örneği)”, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı, Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- KARAHAN, T. Fikret ve Mehmet E. Sardoğan** (2004), “Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar”, Deniz Kültür Yayınları, Samsun.
- Keser, A.** (2003), “Çalışmanın Anlamı, İnsan Yaşamındaki Yeri ve Yaşam Doyumu Üzerine Uygulama”, UÜ, SBE, YDT, Bursa, ss. 185.
- KESER, A.** (2005), “İş Doyumu Ve Yaşam Doyumu İlişkisi:Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama”, Çalışma Ve Toplum, Cilt 4.
- LIN, Y. W., RUSBULT, C. E.** (1995), “Commitment to Dating Relationships and Cross- Sex Friendships in America and China”, *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(1), 7-26.

- MADDI, S. R.** (1970), “The Search for Meaning”, M. Page (Ed.) Nebraska Symposium on Motivation içinde (137-186). Lincoln:University of Nebraska Press.
- MADDI, S. R.** (1998), “Dispositional Hardiness in Health and Effectiveness”, H.S. Friedman (ed.), Encyclopedia of mental health. San Diego, CA:Academic Press.
- MASCARO, N., ROSEN, D.H.** (2005), “Existential Meaning’s Role in the Enhancement of Hope and Prevention of Depressive Symptoms”, Journal of Personality, 73, (4), p. 1467-1494.
- METTS, S., CCUPACH, W.R.** (1990), “The Influence of Relationship Beliefs and Problemsolving Responses on Satisfaction in Romantic Relationships”, Human Communication Research,17(1), 170-185.
- MOSS BS, Schwebel AI.** (1993), “Marriage and Romantic Relationship:the Fining Intimacy in Romantic Relations”, Fam Relat. 42:7-31.
- OLDERBAK, S., FIGUEREDO, A. J.** (2009), “Predicting Romantic Relationship Ratisfaction From Life History Strategy”, Personality and Individual Differences, 46, 604- 610.
- ÖZBİÇER, S.** (2013), “Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Romantik İlişki Doyumları ve Eşlerinin İlişki Doyumlarına Yönelik Algıları”, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- ÖZDEVECİOĞLU, M., AKTAŞ, A.** (2007), “Kariyer Bağlılığı Meslekî Bağlılık ve Örgütsel Bağlılığın Yaşam Tatmini Üzerindeki Etkisi:İş-Aile Çatışmasının Rolü”, Erciyes Üniversitesi İktisadî ve İdarî Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı:28, ss. 1-20.
- ÖZER, A., GÜNGÖR, H.** (2012), “Yükleme Tarzları, Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerine Göre Evlilik Uyumu”, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 8, Sayı 2.
- ÖZER, M., KARABULUT, Ö. Ö.** (2003), “Yaşlılarda Yaşam Doyumu”, Geriatri, cilt 6, Sayı 2, ss. 73.
- PARK, C. L., MALONE, M. R., SURESH , D. P., BLISS, D., ROSEN, R.I.** (2008), “Coping, Meaning in Life, and Quality of Life in Congestive Heart Failure Patients”, Quality of Life Research, 17 (21), p. 26.
- RENAUD, C., BYERS, E. S., PAN, I.** (1997), “Sexual and Relationship Satisfaction in Mainland China”, Journal of Sex Research, 34, 399–410.
- RICHARDSON, D. R., MEDVIN, N., HOMMOCK** (1988), “Love Styles, Realtionship Experience and Sensation Seeking:A Test of Validity”, Personality and Individual Differences,9,645-661.
- RYFF, C. D.** (1989), “Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being”, Journal of Personality and Social Psychology, 57 (6), p. 1069-1081.

- SABATELLI, R. M.** (1988), Exploring Relationship Satisfaction:A Social Exchange Perspective on the Interdependence Between Theory, Research, and Practice”, Family Relations, 37, 217-222.
- SARAÇ, A., HAMAMCI, Z., GÜÇRAY, S.** (2015), “Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Doyumunu Yordaması”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derisi, 5(43).
- SARIDEMİR, T.** (2015), “Öğretmenlerin Algılarına Göre Okul Müdürlerinin Liderlik Stilllerinin ve Bazı Kişisel Değişkenlerin Öğretmenlerin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi”, Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- SCANNELL, E. D., ALLEN, F. C. L., BURTON, J.** (2002), “Meaning in Life and Positive and Negative Well-being”, North American Journal of Psychology, 4, p. 93-112.
- STACKERT, R. A. ve BURSİK, K.** (2003), “Why i Unsatisfied? Adult Attachment Style, Gendered Irrational Relationship Beliefs, and Young Adult Romantic Relationship Satisfaction”, Personality and Individual Differences, 34, 1419- 1429.
- Bowlby, J.** (1973), “Attachment and Loss:Separation, Anxiety and Anger”, New York, Basic Books.
- STEGER, M.F., KASHDAN, T.B., SULLIYAN, B.A., Lorentz, D.** (2008), “Understanding the Search for Meaning in Life:Personality, Cognitive Style, and the Dynamic Between Seeking and Experiencing Meaning”, Journal of Personality, 76, 2.
- SULLIYAN, B.F. ve SCHWEBEL, A.I.** (1995), “Relationship Belief and Expectations of Satisfaction in Marital Relationships:Implications for Family Practitioners”, The Family Journal, 3(4), 298-305.
- ŞAHİN, Ş.** (2008), “Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve Yaşam Doyumu Düzeyleri”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin:Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. 18-19.
- ŞENER, A** (2009), “Yaşlılık, Yaşam Doyumu Ve Boş Zaman Faaliyetleri”, Çağın Polisi Dergisi, Sayı 93, Ankara, <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr/yasamdoyumu.pdf> 28.08.2010.
- TABUK, M. E.** (2009), “Elit Sporcularda İş Aile Çatışması ve Yaşam Tatmini İlişkilerinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- TAŞ, İ.** (2011), “Öğretmenlerde Yaşamın Anlamı Yaşam Doyumu Sosyal Karşılaştırma Ve İç Dış Kontrol Odağının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, ss. 27,59.
- TAŞTAN, N., ATAK, H.** (2012), “Romantik İlişkiler ve Aşk”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4(4), ss. 520-546.
- TAYLOR, E. J.** (2000), “Transformation of Tragedy Among Women Surviving Breast Cancer”, Oncology Nursing Forum. 27 (5), p. 781-788.

- THAKUR, K., BASU, S.** (2010), “A Probe of Existential Meaning in Depression”, SIS J. Proj. Psy. & Ment. Health, 17, p. 56-62.
- TUZGÖL, Dost, M.** (2007), “Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi”, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2 (22), 132-143.
- TÜMKAYA, S., HAMARTA, E., DENİZ, M.E., ÇELİK, M** , (2008), “Duygusal Zeka Mizah Tarzı ve Yaşam Doyumu:Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma”, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt:3, Sayı:30, ss. 1-18.
- ÜNAL, S. KARLIDAĞ, R. Ve YOLOĞLU, S.** (2001), “Hekimlerde Tükenmişlik ve İş doyumunu Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri ile İlişkisi”, Klinik Psikiyatri Dergisi, Sayı:4 ss. 113-118.
- VARA, Ş.** (1999), “Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, EÜ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Programı, YYLT, İzmir, ss.101.
- VINSON, T. ve ERICSON, M.** (2012), “Life Satisfaction And Happiness”. Richmond, Jesuit Social Services.
- YALÇIN, G.** (2010), “İlişki Geliştirme Programının Üniversite Öğrencilerinin İlişki Doyum Düzeylerine Etkisi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara.
- YALOM, I. D.** (1980), “Varoluşçu Psikoterapi”, İstanbul:Kabalıcı Yayınevi.
- YALOM, I.D.** (2008), “Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek”, Çev., Z.D. Babayiğit, Kabalcı Yayınevi, İstanbul.
- YETİM, Ü.** (1991), “Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu”, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- YETİM, Ü.** (2001), “Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri”, İstanbul:Bağlam Yayınları.
- YILDIZ, M. A.** (2010), “Sokakta Çalışan Ve Çalışmayan İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu Ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi (Diyarbakır İli Örneği)”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya, Türkiye.
- YÜKSEL, R.** (2013), “Genç Yetişkinlerde Aşk Tutumları ve Yaşamın Anlamı”, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- ZIKA, S., CHAMBERLAIN, K.** (1992), “On the Relation Between Meaning in Life and Psychological Well-being”, British Journal of Psychology, 83, p. 133-145.

## ÖZGEÇMİŞ

2007 yılında Maltepe Lisesi'nden başarıyla mezun oldu.

2012 yılında T.C. Okan Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü eğitimini tamamladı.

2016 yılında başladığı Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programını başarıyla tamamlamıştır.

2011 yılında Medical Park Göztepe Hastanesi, Transplantasyon biriminde “Yatan Hastaların Psikolojisi” temalı stajını başarıyla tamamladı.

2013 yılında tamamladığı askerlik görev süresi boyunca, Şırnak 6.Motorlu Piyade Tugay Komutanlığı bünyesinde bulunan Rehberlik ve Danışmanlık Merkezi'nde yaklaşık 500 danışan görmüş ve Depresyon, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Panik Bozukluk, Uyum Bozukluğu, Kaygı Bozukluğu, Obsesif-Kompulsif Davranışlar, Madde Bağımlılığı, Antisosyal Kişilik alanlarındaki çalışmalarından dolayı iki kez “Takdir/Başarı Belgesi” almaya hak kazanmıştır.

2013 yılında 1'inci Jandarma Tugay Komutanlığı'nda kurulan “İntihar Vaka İnceleme İdari Tahkikat Heyeti”ne Psikolog olarak atanmış ve vazifesini başarıyla yerine getirmiştir.

2013 yılında Şırnak ilinin, Akçay mezarında kurulan “Gençlik Merkezi” sosyal sorumluluk projesinin, fikir öncülüğünü ve yönetim koordinatörlüğünü üstlenmiş ve projeyi tamamlamıştır.

2014 yılında “Dikkat Becerilerini Geliştirme ve Konsantrasyon Eğitimi”, “Stres Yönetimi ve Etkin İletişim Becerileri Eğitimi” ve “Cinsel Terapi Eğitimi” sertifikalı programlarına katılmıştır.

2015 yılında ‘Viktor Frankl Institute of Logotherapy’ tarafından düzenlenen Logoterapi eğitimlerinin ‘Introductory’ ve ‘Advanced’ seviyelerini tamamlamıştır.

Çeşitli test uygulama eğitimlerine katılan Özaydın, aynı zamanda çocuk, erişkin ve aile terapisi alanlarında sunum ve eğitimler düzenlemiştir.

Şu anda, Psikomola Danışmanlık Merkezi'nde çalışmalarına devam etmektedir.