

HAYATIN ANLAM VE AMACI ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

CÜNEYD AYDIN*

MEVLÜT KAYA**

HÜSEYİN PEKER***

Meaning and Purpose of Life Scale: The Study of its Validity and Reliability

Abstract: Meaning is a concept that gives direction to human life and helps human to give answers to the events that he lives. In this sense, respect, is located in the event of a resource that makes people's lives consistent. The purpose of this study is to develop Meaning and Purpose of Life Scale, and it is developed to ensure the reliability and validity of the scale. To this end, Meaning and Purpose of Life Questionnaire developed applications are applied to people who randomly selected total of 516 people on December-2012, including 274 women and 242 men who live in Malatya, Samsun, Trabzon and Istanbul pro-

* Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü [cuneydiavare@mynet.com].

** Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Eğitimi ABD.
[mkaya@omu.edu.tr].

*** Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi ABD.
[hpeker@omu.edu.tr].

vinces who have completed undergraduate education or continues undergraduate education.

Factor analysis for construct validity of the scale was made and it has been shown that principal component analysis of the material is collected in the factor loadings on the first factor. The scale consists of 17 items. In the end of the rotated factor analysis the scale items were collected in two factors. The correlation coefficients between the scores of the item and the total scale scores ($p < 0,01$) level was significant. The reliability, Test-retest reliability, Cronbach's alpha reliability, Test-part test and Control methods are used for the reliability of The Meaning and Purpose of Life Scale.

The test-retest reliability coefficient of the scale is 0,74; the test-retest reliability coefficient is 0,81; the Cronbach's alpha reliability coefficient is 0,91. According to these results, it is concluded that Meaning and Purpose of Life Scale is valid and reliable.

Key Words: Meaning, Purpose, Search Meaning, Meaning of Life, Meaning and Purpose of Life Scale.



40

OMÜİFD

Öz:

Anlam, insanın yaşamına yön veren, yaşadığı olaylara kendince cevap vermesini sağlayan bir kavramdır. Bu bakımdan anlam, insanın hayatını tutarlı hale getiren bir kaynak durumunda yer almaktadır. Bu çalışmanın amacı, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği geliştirmek, geliştirilen bu ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini sağlamaktır. Bu amaçla, geliştirilen Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin uygulamaları, Malatya, Samsun, Trabzon ve İstanbul illerinde lisans öğrenimi gören ve lisans öğrenimini bitirmiş olan kişilerden tesadüf olarak seçilen 274 kadın ve 242 erkek olmak üzere toplam 516 kişi üzerinde Aralık-2012 tarihinde yapılmıştır.

Ölçeğin yapı geçerliği için faktör analizi yapılmış ve maddelerin faktör yüklerinin temel bileşenler analizinde birinci faktörde toplandığı görülmüştür. Ölçek, 17 maddeden oluşmuştur. Döndürülmüş faktör analizi sonucu ise ölçeğin maddeleri iki faktörde toplanmıştır. Ölçeğin toplam puanları ile madde puanları arasında bulunan korelasyon katsayıları ($p < 0,01$) düzeyinde önemli görülmüştür.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin güvenilirliği için, test-tekrar test, test-yarı test ve Cronbach Alpha güvenilirlik kontrol yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,74; test-yarı test güvenilirlik katsayısı 0,81; Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ise 0,91 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir olduğu kanısına varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Anlam, Amaç, Anlam Arayışı, Hayatın Anlamı, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği.

Giriş

Anlam kelimesine; ifade edilen, anlaşılan (şey); iç, ruh, biçim ve kalıp dışında kalan öz, cisimle ilgili olmayan hal; yalnızca işaretlerin değil, aynı zamanda nesnelerin ve olayların işaret ettiği şey karşılıkları verilmiştir.¹ Varoluşsal bir içerik olarak bakıldığında ise bu kavram, insanın yaşamına yön veren, yaşadığı olaylara kendince cevap vermesini sağlayan bir modeldir. Bu tür bir anlam, insanın hayatını tutarlı hale getiren bir kaynak konumundadır.² O halde anlam kavramı, öncelikle kişinin, belli bir amacının olmasıdır. Diğer bir deyişle anlam, bir hedefe yönelme veya bir hedefe yönelik davranışların oluşturduğu bütündür.³

Burada akla gelen sorulardan birisi şu olabilir: Acaba hayatın anlamı herkes için aynı mıdır? Bu soruya Kelmke hayatın anlamıyla ilgili yazdığı kitabında, “hayatın herkes için aynı içeriğe sahip bir anlamı olmadığı” şeklinde cevap vermektedir. Ona göre, eğer hayatın bir anlamı varsa bu insanların ona yükledikleridir, yoksa onun hazır olup donattığı bir şey değildir. Göka ise, bu fikrin hem doğru olabileceğini hem de olamayacağını ileri sürer ve doruluğunu bizim her birimizin hayata farklı anlam yüklediğimizle açıklarken; doğru olmadığını ise, herkesin hayata farklı anlam yüklemesinin onun bir anlamı olmadığı anlamına gelebileceğini, belki bizim bu anlamı bulamadığımız anlamına gelebileceğini ileri sürer.⁴

Anlam kavramıyla ilgili bir diğer nokta ise, onunla ilgili kanaatlerin, zaman ve ortam şartlarına göre değişebilmesidir. Bu bakımdan bir insa-

¹ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*, Fourth Edition, Boston 1992, s. 101-137'den aktaran İhsan Çapcıoğlu ve Tuğrul Yürük, “Modern Dünyada İnsanın Anlam Arayışına Teolojik Katkı: Hz. İbrahim Kıssası Örneği”, *BİDER*, t.y., s. 22.

² Âdem Akıncı, “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”, *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2005, sayı: 3 (9), s. 7.

³ Lokman Çilingir, “Hayatın Anlamı Nedir veya İyi Bir Hayat Nasıl Olmalıdır?”, *Düşünen Siyaset*, 2003, sayı 18, s. 2.

⁴ Erol Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, Timaş Yayınları, İstanbul 2013, ss. 108–109.

nın sahip olabileceği değişmez ve mutlak bir anlam yoktur.⁵ Ayrıca anlam, zihinsel olmaktan çok varoluşsal bir alana yöneliktir. Burada varoluşsal alandan kasıt, bir bütün olarak ruhsal yapıya işaret etmektir.⁶ Anlam kavramının binlerce renginin olması, herkesin kendi rengiyle hayatı anlamlandırması, söz konusu kavramın bir başka özelliğinin varlığını ortaya koymaktadır. Bu anlamda denebilir ki, yeryüzünde ne kadar insan yaşıyorsa yaşamın anlamına ilişkin o kadar çok görüş vardır.⁷ Örneğin birisi hayatın anlamını, zayıf ve savunmasız olanlara sevgiyle yaklaşmakta ve onların bakımını üstlenmekte bulurken; bir başkası tam aksine, zayıf ve kimsesizleri zorbalık ederek sindirmekte bulabilir.⁸ Bunlarla birlikte, bireylerin hayatındaki anlam kaynağının ne olduğu konusunda da farklı görüşler ileri sürülmektedir. Bu konu üzerinde fikir yürütenlerden bazılarına göre hayata biz anlam yüklerken (varoluşçular), bazılarına göre ise (Tanrı'ya ya da evrenin dışındaki zeki bir güce inananlar), hayatın yerleşik bir anlamı vardır.⁹

42

OMÜİFD

Yukarıda verilen bilgilerden anlaşılacağı üzere anlam kavramı muhtevası bakımından tek yönlü ve değişmez bir yapıdan ibaret değildir. İnsanlar ortaya çıkan yeni durumları, onlarla etkileşimde buldukları, başkalarıyla ilişkilendirdikleri veya geçmiş yaşantıları ışığında değerlendirdikleri için anlamlı bulurlar. Keşfettikleri anlam, kendi bakış açılarının bir ürünüdür.¹⁰

⁵ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayınları, İstanbul 2002, ss. 32–33.

⁶ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s. 22.

⁷ Alfred Adler, *Yaşamın Anlam ve Amacı*, çev.: Kamuran Şipal, Say Yayınları, İstanbul 1998, s. 8.

⁸ Terry Eagleton, *Hayatın Anlamı*, çev.: Kutlu Tunca, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2012, ss. 44, 14.

⁹ J. Runzo & N. M. Martin, *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı*, çev.: G. Varım, Say Yayınları, İstanbul 2002, s. 96, 103'ten aktaran Saffet Kartopu, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana 2006, ss. 8–9.

¹⁰ Oğuz Öcal, "Varoluşsal Sorunlar, Birey ve Yeni Hayat", *TÜBAR*, 2010, sayı: XXVIII, s. 315.

Öte yandan, hayatta bir anlam arama bazen hayatın amacı şeklinde anlaşılmıştır. İkisi birbirinden farklı olmasına rağmen (ki birisi anlama ve tutarlılığa, diğeri ise hedefe ve niyete işaret eder) zaman zaman aynı anlamda kullanılmaktadırlar.¹¹ Bu bağlamda Göka, anlam ve amaç kavramlarının birbirlerine yakın olmasına karşın aslında farklı anlamlar içerdiklerini ileri sürer. Amaç, bir hedefi ifade ederken, anlam ise deneyime ve yoruma tabidir. O, bu düşüncesini şu örnekle açıklamaya çalışır: “Fransa’da bir lokantadasınız ve dili bilmiyorsunuz. Bu durumda menünün sizin için bir anlamı yoktur ama hala amacı aynıdır. Diyelim ki, dili biliyorsunuz bu sefer de listenin sizin için bir anlamı vardır ama fiyatlar o kadar yüksek ki sizi amacınıza ulaştırmaz”.¹²

Anlaşılabileceği üzere amaç kavramı, niyet ve hedefe göndermede bulunmaktadır. Bir şeyin amacı, o şeyin rolü ve işlevi ile ilgilidir. Bununla birlikte günlük kullanımda yaşamın “amacı” ve “anlamı” birbirinin yerine kullanılmaktadır.¹³ Buna göre, yaşam amacı olan insanların yaşama daha sıkı bağlandıkları ve zorluklarla daha iyi baş edebildikleri, çıkan sorunlara çözüm yolları bulabildikleri ve biyolojik olarak da daha uzun süre varlıklarını sürdürebildikleri gözlenebilir.¹⁴ Bu bağlamda, varoluşun anlamını anlama çabaları, amaçlara ulaşmaya kadar devam eder ve amacına ulaşan insanın da hayatı anlamlıdır denebilir. Her ne kadar günlük yaşamda anlam ve amaç kavramı birbirlerinin yerine kullanılıyor olsa da, aslında bu iki kavram özü itibarıyla farklıdır. Aralarındaki yakın ilişki onların aynı anlamı taşıması gerektiğini göstermemelidir.

¹¹ Âdem Akıncı, “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”, *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2005, sayı: 3 (9), s. 10.

¹² Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s. 133.

¹³ Irvin D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, Kabalcı Yayınevi, Ankara 2001, s. 662; Nur Demirtaş, *Yaşamda Anlam ve Yılmazlık*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 2010, s. 13.

¹⁴ Berent Burcu Aydın, *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doymumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya 2011, s. 1.

Anlam kavramıyla yakın ilgisi olan bir diğer kavram ise, “anlam arayışı” kavramıdır. Anlam arayışı, insanın bütün arayışlarını ve varlığı anlama gayretlerini ifade etmektedir. Bu arayış, insandaki temel güdülerden birisidir ve sadece yine insanın kendisi tarafından bulunabilmesi yönüyle de eşsizdir.¹⁵ Özellikle yüzyılımızda hayati bir ihtiyaç olarak belirmesi ve gittikçe güç kazanmasının en önemli sebebi, sosyal, kültürel ve ekonomik alanlardaki hızlı ilerlemelere ve köklü değişimlere karşın, çözümlenmemiş “varoluşsal engellenme”nin güç kazanarak “varoluşsal boşluğa” dönüşmesidir. Anlam arayışının büyük önem arz ettiği Logoterapik düşünce sistemine göre insan, hayatını değerli kılacak özlere ulaşabilmek için mücadele etmek zorundadır. İşte bu da, insanın anlam arayışındır ve bu arayışın en önemli özelliği, evrensel bir karaktere sahip olmasıdır. Çünkü anlam arzusu, insanda doğuştan var olan ayırıcı özelliklerden birisidir. Bu bakımdan Bahadır, yapılan araştırmaların anlam arayışının sadece basit içgüdüsel hastalıklardan değil, her yönüyle sağlıklı insanlar için de gündeme geldiğini söylemektedir. İnsan, ruhunda tatmin bekleyen boşluğu ancak bir hedefe, bir amaca sarılmakla doldurabilir.¹⁶

Anlam kavramında olduğu gibi, anlam arayışı kavramı da, muhteva ve yöneliş boyutları açısından öznel bir tabiata sahiptir. Çünkü kişisel ve ruhsal yapılanmada önemli bir yere sahip olan algılama süreci, daha önce kazanılan değer ve tecrübelerle bağlıdır.¹⁷ Algılama sürecinin yapısı gereği her insanın, kendine ve yaşadığı hayata yüklediği birbiriyle örtüşmeyen, kendine özel bir anlamlandırma tarzı vardır. Bu nedenle insan sayısı kadar “anlam” arayışının varlığından söz edilebilir. Arayışın türünü ise, ihtiyaçlar, ilgiler ve arzular belirler. Sonuç olarak denebilir ki anlam arayışı kavramının özü, hayatın anlamı nedir sorusuna cevap aramaktır ve bu bir tutarlılık arayışını ifade eder. Bir insanın hayatının yalnızca, onu yaşayan insanın önemsiz bulmadığı ve ulaşılabilir olduğunu düşündüğü bazı amaçlar içermesi, bu amaçların gerçek bir değerinin olması, bu

¹⁵ Akıncı, “Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü”, s. 8.

¹⁶ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, ss. 31, 28–29.

¹⁷ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul 1999, ss. 118–119.

amaçlara ulaşmaya yönelik şevkle yerine getirilen eylemler de içermesi halinde gerçek bir anlamı olduğu düşünülebilir.¹⁸

Yöntem

İşte bu çalışmada, bireylerin hayatlarındaki anlam veya hayatı anlamlandırma düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen “Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği”nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış ve elde edilen sonuçlar verilmiştir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin uygulamaları, Malatya, Samsun, Trabzon ve İstanbul illerinde lisans öğrenimi gören ve lisans öğrenimini bitirmiş olan kişilerden tesadüfî olarak seçilen 274 kadın ve 242 erkek olmak üzere toplam 516 kişi üzerinde Aralık–2012 tarihinde yapılmıştır.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin Geliştirilmesi

Öncelikle bu ölçek; kişinin, kendi yaşamındaki anlam düzeyini belirlemek ve bunu ifade etme tarzlarını ölçmek için araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin geliştirilmesi sürecinde, önce konu ile ilgili yurtiçi ve yurtdışı literatür incelenmiştir. Buna göre ölçekteki (madde–7) *Değerlerim ve inançlarım doğrultusunda hareket etmeye çalışırım*, Skrabski ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmadan¹⁹; (madde–4) *Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm*, Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur, Morgan ve Farsides tarafından yapılan çalışmadan²⁰; (madde–11, 12) *Hayatımda her zaman bir anlam ve yaşamak için bir neden bulurum. Umut ve heyecanla geleceğe bakarım*, DeWitz’in çalışmasından²¹; (madde–6, 17) *Hayatta arzuladığım amaçlarıma ulaşmada başarılıyım, Hala yapmak ve başarmak istediğim şeyler vardır*, Reker

¹⁸ Kartopu, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, s. 9.

¹⁹ Árpád Skrabski vd., “Life Meaning: An Important Correlate of Health in the Hungarian Population”, *International Journal of Behavioral Medicine*, 2005, cilt: 12, sayı: 2, s. 83.

²⁰ Jessica Morgan & Tom Farsides, “Measuring Meaning in Life”, *Happiness Stud*, 2009, sayı: 10, s. 211.

²¹ S. Joseph DeWitz, *Exploring The Relationship Between Self-Efficacy Beliefs and Purpose In Life*, Doktora Tezi, The Ohio State University, 2004, s. 60.

ile Francis ve Hills'ın çalışmalarından²²; (madde-14) *Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur*, Steger ve Frazier'ın çalışmasından²³; (madde-12) *Umut ve heyecanla geleceğe bakarım*, Beck ve arkadaşlarının çalışmasından²⁴; (madde-8) *Ruhsal bir boşluk içerisindeyim ve hayattan tat alamıyorum*, Längle ve arkadaşlarının çalışmasından²⁵; (madde-1, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 17) *Hayatın mutlaka bir anlam ve amacı vardır, Hayatı arkadaşlarımla paylaşmaktan çok hoşlanırım, Çoğu zaman anlamsız ve boş bir hayata sahip olduğumu düşünürüm, Hayatta arzuladığım amaçlarıma ulaşmada başarılıyım, Ruhsal bir boşluk içerisindeyim ve hayattan tat alamıyorum, Yaşadığım sıkıntılara rağmen zorluklarla mücadele etmekten vazgeçmiyorum, Çoğu zaman her şeye karşı bıkkınlık duyuyorum, Hayatımda her zaman bir anlam ve yaşamak için bir neden bulurum, Yaşadığım dünyada iyiye ve güzele dair pek bir şey bulamıyorum, Beni hayata bağlayan pek bir amacım yoktur, Geleceğimi pek parlak göremiyorum, umutsuzum, Hala yapmak ve başarmak istediğim şeyler vardır*, Abdülkerim Bahadır'ın doktora tezinden²⁶ ya aynen ya da aynı anlama gelecek şekilde yeniden ifade edilerek alınmıştır. Bu maddelerin bazıları, farklı çalışmalardan alınmakla birlikte aynı ya da benzer anlamı ifade etmektedirler. Ölçeğin diğer maddeleri (2, 5) *Faydalı bir şeyler üretmekten çok hoşlanırım, Yapmaktan zevk aldığım pek çok uğraşım vardır*, araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. İnceleme sonucunda, araştırmacılar tarafından anlamlı bir yaşamın göstergesi olan ve konu alanını kapsayıcı nitelikte yeni ölçek

46

OMÜİFD

²² Gary T. Reker, "Meaning in Life of Young, Middle-aged, and Older Adults: Factorial Validity, Age, and Gender Invariance of the Personal Meaning Index (PMI)", *Personality and Individual Differences*, 2005, sayı: 38, ss. 77-79; Leslie J. Francis & Peter R. Hills, "The Development of the Meaning in Life Index (MILI) and its Relationship with Personality and Religious Behaviours and Beliefs among UK Undergraduate Students", *Mental Health, Religion & Culture*, 2008, cilt: 11, sayı: 2, s. 214.

²³ Michael F. Steger & Patricia Frazier, "The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life", *Journal of Counseling Psychology*, 2006, cilt: 53, sayı: 1, s. 93.

²⁴ Aaron T. Beck vd., "The Measurement of Pessimism: The Hopelessness Scale", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1974, cilt: 42, sayı: 6, s. 862.

²⁵ A. Längle vd., "The Existence Scale", *European Psychotherapy*, 2003, cilt: 4, sayı: 1, ss. 170-172.

²⁶ Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa 1999, ss. 258-266.

maddeleri listelenmiştir. Böylece, 28 maddeden oluşan ölçeğin madde havuzu elde edilmiştir. Madde havuzunu oluşturan her bir maddenin, bireylerin hayatlarındaki anlam düzeylerini ölçüp ölçemeyeceği konusunda madde geçerliklerini belirlemek amacıyla, bu alanda uzman olan Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültelerinden toplam 4 öğretim üyesinin ayrı ayrı görüşleri alınmıştır. Maddelerin, ölçeğin içeriğine uygun olduğu uzmanlar tarafından ifade edilmiş ve gerekli düzeltmeler yapılarak ön uygulama için 28 maddeyi içeren “Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği”nin taslak metni oluşturulmuştur.

Taslak olarak hazırlanan bu ölçek metni öğrenci, esnaf ve memurlardan oluşan 100 kişilik bir örneklem grubuna uygulanarak faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonucu, maddelerin yer aldıkları faktörlerde yük değerlerinin yüksek olması, o maddelerin birlikte bir kavramı (yapı-yı-faktörü) ölçtüğü anlamına gelmektedir. Faktör yük değerlerinin alt sınırı 0,30’a kadar indirilebilir.²⁷ Ölçeğin uygulama verileri üzerinde yapılan faktör analizinden sonra, taslak halindeki 28 maddeli Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği’nin birinci boyuttaki 0,30’dan düşük faktör yüklerine sahip 11 maddesi (1-*Hayattaki amacım, her istediğimi alabilecek ve her istediğimi yapabilecek kadar zengin olmaktır*, 2-*İntihar etmeyi asla bir seçenek olarak düşünmem*, 3-*Bugüne kadar hayatıma üzülüyorum ve kendime kızıyorum*, 4-*Mesleğimden memnunum, beni yeterince tatmin ediyor*, 5-*İlgi, sevgi, fedakârlık vb. duygular benim için pek bir anlam ifade etmiyor*, 6-*Davranışlarımı dünyanın geçici olduğunu ve ölüm sonrası hayatın da var olduğunu düşünerek düzenlemeye çalışıyorum*, 7-*Hayatta yapılabilecek en iyi şey, eğlence fırsatlarını kaçırmamaktır*, 8-*Zaman zaman dua eder ve inancımınla ilgili pratikleri yerine getirmeye çalışırım*, 9-*Ölüm sonrası hayatla ilgili hazırlıklı değilim ve korkuyorum*, 10-*Sadece isteklerimi ve arzularımı karşılayan şeyler benim için anlamlıdır*, 11-*Şu ana kadarki hayatımdan tam anlamıyla hoşnudum*) ölçek formundan

²⁷ Şener Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, Pegem Akademi Yayınevi, Ankara 2011, s. 124.

çıkarılmıştır. Nihai olarak, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği 17 maddeden oluşmuştur.

Likert tarzında hazırlanan ve sıklık derecesine göre, kesinlikle katılıyorum, katılıyorum, kararsızım, katılmıyorum ve kesinlikle katılmıyorum şıklarından birini işaretlemek suretiyle cevaplandırılan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, (11) olumlu ve (6) olumsuz ifadeleri içeren toplam (17) maddeden oluşmaktadır. Olumlu ifadeler için işaretlenen seçenekler sırasıyla, *kesinlikle katılıyorum* (5), *katılıyorum* (4), *kararsızım* (3), *katılmıyorum* (2) ve *kesinlikle katılmıyorum* (1) şeklinde puanlanarak değerlendirilirken; olumsuz ifadeler için işaretlenen seçenekler *kesinlikle katılıyorum* (1), *katılıyorum* (2), *kararsızım* (3), *katılmıyorum* (4) ve *kesinlikle katılmıyorum* (5) şeklinde tersten puanlanarak değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan ($17 \times 1 = 17$), en yüksek puan ise ($17 \times 5 = 85$)'tir. Yüksek puan, bireylerin hayatındaki yüksek anlam düzeyini, düşük puan ise düşük anlam düzeyini ifade etmektedir. , Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin uygulandığı 516 kişinin anlam düzeyi puan ortalaması ($X=69,43$) ve standart sapması ($S=11,55$) olarak bulunmuştur.

48

OMÜİFD

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin Geçerliği

Geçerlik, bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği, herhangi bir başka özellikle karıştırmadan doğru olarak ölçebilme derecesi ve geliştirilmiş bulunduğu konuda amaca hizmet etmesidir.²⁸ Bireyin ölçülmek istenen herhangi bir özelliğini doğru olarak ölçebilmesi, bir ölçeğin geçerliğinin göstergesidir. Bir ölçeğin geçerliğini kontrol etmede ve sağlamada değişik teknikler kullanılmaktadır. Bu çalışmada Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin geçerliğini sağlama ve kontrol etmede uzman görüşü ve faktör analizi yöntemleri kullanılmıştır.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin geçerliğini sağlamak için, önce uzman görüşlerine ve daha sonra istatistiksel çalışmalara başvurulmuş-

²⁸ Halil Tekin, *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme*, Has-soy Matbaası, Ankara 1984, s. 42.

tur. Uzman görüşlerinin çoğunluğuna göre uygun olan maddeler ölçeğe alınmıştır. Sonraki aşamada ise, uygulanan ölçeğin verileri üzerinde faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin, 516 kişiye uygulanması sonucunda, KMO değeri 0,93 olarak ($p<0,01$) düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç, bu çalışmadaki veriler için faktör analizinin yapılabileceğini göstermektedir. Birinci faktör toplam varyansın % 44,46'sını ve ikinci faktör % 10,81'ini açıklamaktadır. İki faktör toplam varyansın % 55,27'sini açıklamaktadır. Birinci faktörün öz değeri (eigenvalue) 7,55 ve ikinci faktörünki ise, 1,83 olarak bulunmuştur.

Ayrıca, ölçeğin toplam puan ile madde puanları arasında korelasyon katsayısı (r) hesaplanarak madde analizi yapılmıştır. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği üzerinde yapılan faktör analizi sonucu bulunan ölçek maddelerinin döndürülmemiş birinci faktör yükleri ile madde analizi sonucu bulunan madde-toplam puan korelasyon katsayıları (r) Tablo 1'de; döndürülmüş faktör yükleri ise Tablo 2'de belirtilmiştir.

Tablo 1. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin Faktör ve Madde Analizi Sonuçları

Madde No	Döndürülmemiş 1. Faktör Yüğü	Madde-Top.Puan Korelasyonu (r)
1	0,72	0,69
2	0,69	0,66
3	0,57	0,56
4	0,51	0,57
5	0,70	0,69
6	0,65	0,64
7	0,71	0,68
8	0,59	0,64
9	0,65	0,63
10	0,40	0,47
11	0,80	0,77
12	0,78	0,76
13	0,63	0,66
14	0,68	0,69
15	0,71	0,68
16	0,68	0,70
17	0,68	0,65

Tablo 2. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin Döndürülmüş (Varimax) Faktör Analizi Sonuçları

Madde No (Anket formuna göre)	Faktör No ve Faktör Yükleri	
	1. Faktör	2. Faktör
1. Anlam ve amaca sahip olmak	0,79	
7. Değer ve inançlara göre davranmak	0,77	
2. Üretmek	0,77	
11. Hayata anlam yüklemek	0,77	
15. Sıkıntılarla başa çıkmak	0,71	
17. Başarma isteği	0,67	
12. Umut	0,66	
9. Mücadele	0,63	
3. Paylaşmak	0,62	
5. Hobilere sahip olmak	0,62	
6. Hedefe ulaşmak	0,57	
8. Anlamsızlık duygusu		0,77
4. Anlamsız hayat		0,75
10. Bıkkınlık hissi		0,75
13. Kötümserlik		0,66
16. Umutsuzluk duygusu		0,64
14. Amaç yoksunluğu		0,54

Faktör analizi sonucunda maddelerin döndürülmemiş birinci faktör yüklerinin 0,40 ile 0,80 arasında, madde analizi sonucunda ise madde-toplam puan korelasyon katsayılarının (r) 0,47 ile 0,77 arasında değiştiği görülmüştür. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği maddelerinin faktör yüklerinin birinci faktörde toplanması ve madde analizi sonucu korelasyon katsayılarının (p<0,01) düzeyinde önemli bulunması, ölçek maddelerinin yapı geçerliğine sahip olduğunun birer göstergesidir.

Döndürülmüş temel bileşenler faktör analizi sonucunda ölçek maddeleri iki faktörde (alt boyutta) toplanmıştır. Buna göre; *Faktör 1*, hayatta bir anlam ve amaca sahip olma, üretmek, hayata anlam yüklemek, umut-

lu olmak, mücadele etmek ve hedeflerine ulaşmak gibi insan hayatını anlamlı hale getirebilecek maddeleri içerdiğinden *Hayatın Anlam ve Amacı* olarak isimlendirilmiştir.

Faktör II, anlamsızlık duygusu, anlamsız bir hayat, bıkkınlık hissi, kötümserlik, umutsuzluk duygusu ve amaç yoksunluğu gibi insan yaşamını anlamsız hale getirebilecek veya ona varoluşsal bir boşluk yaşatabilecek maddeleri içerdiğinden *Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu* olarak isimlendirilmiştir.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin geçerliğini sağlamak için başvurulan uzman görüşleri, faktör ve madde analizi sonucunda elde edilen veriler, ölçeğin iki alt boyuta sahip geçerli bir ölçek olduğunu göstermektedir.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin Güvenirliği

51

OMÜİFD

Güvenirlik, ölçme sonuçlarının tesadüfi hatalardan arınlık derecesidir.²⁹ Duyarlı ve tutarlı ölçmeler yapabilen ölçme araçları güvenilir ölçeklerdir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin güvenilir olup olmadığına test-yarı test, test-tekrar test ve Cronbach Alpha güvenilirlik katsayıları bulunarak bakılmıştır. Araştırma örneklemini oluşturan 516 kişiye uygulanan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin test-yarı test güvenilirlik katsayısı 0,81; Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,91 ve 35 kişilik bir örneklem grubu üzerinde yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0,74 olarak bulunmuştur. Elde edilen güvenilirlik katsayılarının yüksek bulunması, ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğunun göstergesi sayılabilir.

Sonuç

Bu çalışmada, bireylerin yaşamlarındaki anlam düzeylerini belirlemeye yönelik 17 maddeden oluşan Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği geliştiril-

²⁹ M. Fuat Turgut, *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Metotları*, Saydam Matbaacılık, Ankara 1984, s. 31.

miştir. Ölçeğin geçerlik çalışmasında uzman görüşleri ve faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucu, döndürülmemiş temel bileşenler faktör analizine göre madde yüklerinin 0,40 ile 0,80 arasında olmak üzere birinci faktörde toplandığı görülmüştür. Madde-toplam puan korelasyon katsayıları ise 0,47 ile 0,77 arasında ($p < 0,01$) düzeyinde önemli bulunmuştur. Ayrıca döndürülmüş temel bileşenler faktör analizi sonucunda ölçek maddeleri iki faktörde (alt boyutta) toplanmıştır. Bu alt boyutlar şu şekilde isimlendirilmiştir: 1-*Hayatın Anlam ve Amacı*, 2- *Hayatın Anlamsızlığı ve Amaç Yoksunluğu*. Geçerlikle ilgili bulunan bu sonuçlara göre, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin geçerli bir ölçek olduğu kanısına ulaşılmıştır.

Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık, test-yarı test ve test-tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin bütününe ilişkin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) 0,91; test-yarı test güvenilirlik katsayısı 0,81; test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0,74 ($p < 0,01$) olarak bulunmuştur. Bulunan bu güvenilirlik katsayıları, Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin güvenilirliği için yeterli sayılabilecek düzeyde olduğunu göstermektedir. Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nin, bireylerin hayattaki anlam düzeylerini belirlemede kullanılabilecek yeterlikte psikometrik özelliklere sahip geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği, başta sosyal bilimler olmak üzere din psikolojisi ile ilgili yapılacak araştırmalarda geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilir niteliktedir.

Kaynakça

- Adler, Alfred. *Yaşamın Anlam ve Amacı*. (çev.: Kamuran Şipal), Say Yayınları, İstanbul 1998.
- Akıncı, Âdem. "Hayata Anlam Vermede Dini Değerlerin ve Din Öğretiminin Rolü", *Değerler Eğitimi Dergisi*. Sayı: 3 (9), Yıl: 2005, ss. 7-24.
- Aydiner, Berent Burcu. *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*,

- Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya 2011.
- Bahadır, Abdülkerim. *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa 1999.
- _____, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İnsan Yayınları, İstanbul 2002.
- Beck, Aaron T. vd. "The Measurement of Pessimism: The Hopelessness Scale", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Cilt: 42, Sayı: 6, Yıl: 1974, ss. 861–865.
- Büyüköztürk, Şener. *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Pegem Akademi Yayınevi, Ankara 2011.
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı*. Remzi Kitabevi, İstanbul 1999.
- Çapcıoğlu, İhsan & Yürük, Tuğrul. "Modern Dünyada İnsanın Anlam Arayışına Teolojik Katkı: Hz. İbrahim Kıssası Örneği", *BİDDER*. t.y., ss. 21–31.
- Çilingir, Lokman. "Hayatın Anlamı Nedir veya İyi Bir Hayat Nasıl Olmalıdır?", *Düşünen Siyaset*. Sayı: 18, Yıl: 2003, ss. 1–6.
- Demirbaş, Nur. *Yaşamda Anlam ve Yılmazlık*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 2010.
- DeWitz, S. Joseph. M. A., *Exploring The Relationship Between Self-Efficacy Beliefs and Purpose in Life*, Doktora Tezi, The Ohio State University, 2004.
- Eagleton, Terry. *Hayatın Alamı*. (çev.: Kutlu Tunca), Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2012.
- Francis, Leslie J. & Hills, Peter R. "The Development of the Meaning in Life Index (MILI) and Its Relationship with Personality and Religious Behaviours and Beliefs among UK Undergraduate Students", *Mental Health, Religion & Culture*. Cilt:11, Sayı: 2, Yıl: 2008, ss. 211–220.
- Göka, Erol. *Hayatın Anlamı Var mı?* Timaş Yayınları, İstanbul 2013.
- Kartopu, Saffet. *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana 2006.
- Längle, A. vd. "The Existence Scale", *European Psychotherapy*. Cilt: 4, Sayı: 1, Yıl: 2003, ss.157–173.
- Morgan Jessica & Farsides, Tom. "Measuring Meaning in Life", *Happiness Stud*, Sayı: 10, Yıl: 2009, ss. 197–214.
- Öcal, Oğuz. "Varoluşsal Sorunlar, Birey ve Yeni Hayat", *TÜBAR*. Sayı: XXVIII, Yıl: 2010, ss. 313–324.
- Reker, Gary T. "Meaning in Life of Young, Middle-aged, and Older Adults: Factorial Validity, Age, and Gender Invariance of the Personal Meaning Index (PMI)", *Personality and Individual Differences*. Sayı: 38, Yıl: 2005, ss. 71–85.
- Skrabski, Árpád vd. "Life Meaning: An Important Correlate of Health in the Hungarian Population", *International Journal of Behavioral Medicine*. Cilt: 12, Sayı: 2, Yıl: 2005, ss. 78–85.

- Steger, Michael F. & Frazier, Patricia. "The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life", *Journal of Counseling Psychology*. Cilt: 53, Sayı: 1, Yıl: 2006, ss. 80-93.
- Tekin, Halil. *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme*. Has-soy Matbaası, Ankara 1984.
- Turgut, M. Fuat. *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Metotları*. Saydam Matbaacılık, Ankara 1984.
- Yalom, Irvin D. *Varoloşçu Psikoterapi*, Kabalcı Yayınevi, Ankara 2001.

EK-I: HAYATIN ANLAM VE AMACI ÖLÇEĞİ

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

55

OMÜİFD