



İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi
e-ISSN: 2147-6152
Yıl 10, Sayı 25, Ocak 2021

Makale Adı /Article Name

Erillik-Dişilik ve Psikolojik İyi Oluş
İlişkinde Yaşamda Anlamın Aracılık
Etkisi

The Mediating Effect of Meaning in
Life on The Relationship Between
Masculinity-Femininity and
Psychological Well-Being

Yazarlar

İhsan AYTEKİN

Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, İşletme Bölümü
ihsan.aytekin@asbu.edu.tr  ORCID: 0000-0003-3344-6140

Önder SAKAL

Öğr. Gör., Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Refahiye Meslek Yüksekokulu
osakal@erzincan.edu.tr  ORCID:0000-0002-0411-4449

Yayın Bilgisi

Yayın Türü: Araştırma Makalesi

Gönderim Tarihi: 04.08.2020

Kabul Tarihi: 04.01.2021

Yayın Tarihi: 29.01.2021

Sayfa Aralığı: 248-284

Kaynak Gösterme

Aytekin, İhsan; Sakal, Önder (2021). "Erillik-Dişilik ve Psikolojik İyi Oluş
İlişkinde Yaşamda Anlamın Aracılık Etkisi", *İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler
Dergisi*, S. 25, s. 248-284.

(Bu makale, yazar beyanına göre, TR DİZİN tarafından öngörülen "ETİK KURUL
ONAYI" gerektirmemektedir.)

ÖZ

Bu alışmada, Hofstede'nin kültür modelindeki Erillik-Dişilik boyutunun, bireylerin psikolojik iyi oluşu ile ilişkisi ve bu ilişkide Yaşamda Anlamın iki alt boyutu olan Anlam Arayışı ve Anlam Varlığı değişkenlerinin aracı etkisi ampirik olarak araştırılmıştır. Lise ve ön lisans ğrencisi 421 katılımcıdan toplanan veriler, aracı etki analizinde ağdaş yaklaşım olarak görülen Bootstrap tekniğiyle analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre bireylerin iyi oluşları belirli bir düzeyde kültüre bağlıdır. Ayrıca kültür ve iyi oluş ilişkisinde, bireylerin anlam arayışları ve anlam deneyimleri kısmi aracı etkiye sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Kültür, Erillik-Dişilik, Yaşamda Anlam, Psikolojik İyi Oluş

ABSTRACT

In this study, the relationship between Masculinity-Femininity dimension of Hofstede's cultural model and the Psychological Well-being of individuals, and the mediating effect of the Search for Meaning and the Presence of Meaning, which are the two sub-dimensions of Meaning in Life, were empirically investigated. We collected data from 421 participants via a questionnaire from students in three high schools and a vocational high school. We analyzed the data with the Bootstrap technique, which is seen as a modern approach in mediation analysis. According to the findings, the well-being of individuals and meaning in life are culturally specific variables at a certain level. Additionally, in the relationship between culture and well-being, individuals' search for meaning and experiences of meaning have a partial mediating effect.

Keywords: Culture, Masculinity-Femininity, Meaning in Life, Psychological Well-Being

1. Giriş

Akademik yazında uzun bir gemişe sahip olan (r. Dunn, 1961), iyi oluş kavramının kavramsal erevesi ile ilgili farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Kavramın tanımlanması ve ölümü için ancak farklı yaklaşımlardan yararlanılmakta ve yaklaşıma özgü tanım ve ölüm yapılabilir. Campbell'in 1976 yılında bahsettiği iyi oluşa dair tartışmalar hala "İki kavram mı? ya da İki yaklaşım mı?" (Chen, Jing, Hayes & Lee, 2013) veya hedonik (hedonic) ya da demonik (eudaimonic) (Deci & Ryan, 2008) şeklinde devam etmektedir. Chen ve arkadaşları (2013) ile Kashdan ve arkadaşları (2008) psikolojik ve öznel iyi oluşun genel iyi oluş

yapısı düzeyinde güçlü bir şekilde birbirleriyle ilişkili, dolayısıyla da her iki yaklaşımın da doğru olduğunu ortaya koymuşlardır.

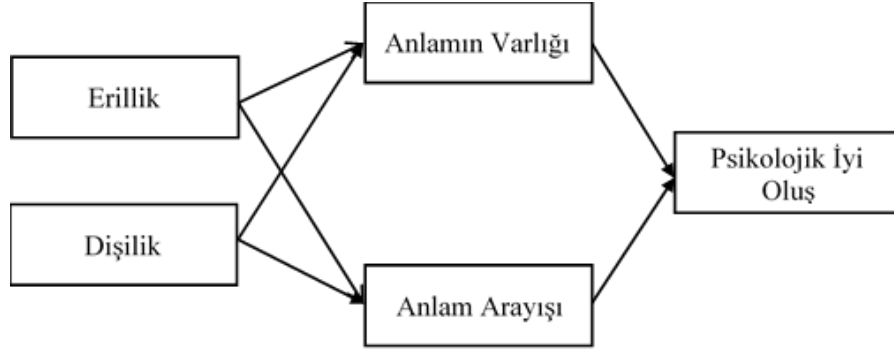
İyi oluş, demografik özellikler (Diener, Oishi & Lucas, 2003; Helliwell & Putnam, 2004), kültür (Diener, Oishi & Lucas, 2003, kişilik özellikleri (DeNeve & Cooper, 1998, Diener, Oishi & Lucas, 2003) ve sağlık (Helliwell & Putnam, 2004; Ryff & Singer, 2013) gibi değişkenler ile birlikte çalışılmıştır. Pozitif psikolojide psikolojik iyi oluş (PİO) ile birlikte en çok ele alınan konulardan bir tanesi yaşamda anlamdır. Literatürde yaşamda anlam varlığının iyi oluşu pozitif yönde etkilediğine dair çok sayıda çalışma bulunmaktadır (ör. King, Hicks, Krull, & Del Gaiso, 2006; Schnell, 2009; Steger, Oishi ve Kashdan, 2009; Steger vd., 2008; Zika & Chamberlain, 1992). Konu ile ilgili ampirik çalışmaları inceleyen Vohs, Aaker ve Catapano (2019) bu iki yapı arasındaki korelasyonun sürekli, tutarlı ve güçlü olduğunu (0,60 - 0,70 arası) raporlamış ve bu iki yapıyı pozitif psikolojinin iki boyutu olarak değerlendirmiştir. King ve arkadaşlarına göre ise yaşamda anlam, genel iyi oluşun önemli bir bileşenidir (King vd., 2006).

Farklı yaklaşımlar olmakla birlikte genel kabul gören yaklaşıma göre yaşamda anlam “anlamın varlığı” ve “anlam arayışı” boyutlarından oluşmaktadır (Ör. Cohen ve Cairns, 2012; Steger vd., 2006). Teorik olarak bu iki boyutun bireyin psikolojisi, dolayısıyla da PİO’su üzerinde önemli etkisi bulunduğu düşünülmektedir. Pozitif psikolojide yaşamda anlam ve PİO genel iyi oluşun bileşenleri olarak görüldüğü halde (King vd., 2006; Vohs vd., 2019), çalışmaların büyük çoğunluğunda duygulanım ve yaşam tatmini (öznel iyi oluş) konuları merkeze almış, yaşamda anlamın pozitif psikolojinin çıktıları ile ilişkisi görece ihmal edilmiştir (Stavrova & Luhman, 2016). Yaşamda anlam ile ilgili çalışmaların büyük kısmı da anlamın varlığı ve PİO ilişkisi üzerinde durmuştur. Bu nedenle anlamın varlığı ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki, görece daha net olarak ortaya konulmasına rağmen, anlam arayışı ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki henüz teorik varsayımı destekleyecek düzeyde kanıtlanmamış ve bu nedenle de daha fazla ampirik çalışmaya ihtiyaç olduğu ileri sürülmüştür (Stavrova & Luhman, 2016; Steger, Kashdan, Sullivan, & Lorentz, 2008; Steger, 2013).

Diğer taraftan yaşamda anlamın bireysel özelliklere ve kültüre bağlı bir olgu olduğu sıklıkla dile getirilmektedir (Schnell, 2009; Zhang vd. 2016). Kişilik özellikleri ile yaşamda anlam ilişkisini ele alan önemli sayıda çalışma bulunmaktadır (Örn. Emmons, 1996; Schnell, 2011; Sheldon & Kasser, 1994). Buna karşılık kültürün yaşamda anlam ile ilişkisini merkeze alan araştırmaların sayısı azdır. Bu çalışmalarda ise genellikle farklı toplumlardan örneklemler olarak kategorik değişkenlere göre (ör. Asyalı – Amerikalı) karşılaştırma yapılmış, kültür bir değişken olarak ölçülmemiştir. Bu çalışmada ise Hofstede'nin (1980) kültür boyutlarından erillik ve dişilik boyutları, yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişki ölçülen değişkenler üzerinden araştırılacaktır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı; i) kültür, yaşamda anlam ve PİO ilişkisi ile ilgili söz edilen literatürdeki boşluğu doldurmaya yönelik, ii) kendisine has kültürel özellikleri bulunan Türkiye'den veri toplayarak yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluşun kültürel geçişkenliği konusuna, iii) bireylerin kültürel etkileri anlamları yoluyla kendilerini daha iyi tanıyarak pozitif mod geliştirmelerine ve iv) pozitif psikolojiden faydalanan profesyonellerin (danışman, sosyal psikolog, yöneticiler vb.) bilgilerine katkı sunmaktır.

Giriş bölümü ile başlayan bu çalışmanın ikinci bölümü kavramsal çerçeve ve hipotez geliştirme ile devam etmektedir. Metodoloji bölümünde araştırmanın tasarımı, ölçme araçları ve veri hakkında bilgiler yer almaktadır. Bulgular kısmında yapılan analiz sonuçları verilmiş ve bulunan ilişkiler araştırma modeli üzerinde de gösterilmiştir. Sonuç ve tartışma kısmında elde edilen bulgular literatür ile karşılaştırmalı olarak verilmiş ve teorik ve pratik bazı çıkarımlarda bulunulmuştur. Çalışma, kısıtlar ve gelecek araştırmacılara önerilerin değerlendirildiği bölüm ile sonlandırılmıştır.

Şekil 1. Araştırmanın Modeli



2. Kavramsal Çerçeve

2.1. Psikolojik İyi Oluş

Huppert'e (2009) göre psikolojik iyi oluş, "iyi hissetme" ile hayatın kontrolünü elinde tutma, potansiyelini geliştirme, hayat amacına sahip olma ve başkalarıyla iyi ilişkiler içinde olmayı kapsayan "etkili işlevsellik" hissine bağlı olarak yaşamın iyi gittiğine dair bireysel değerlendirmedir. Hayal kırıklığı, başarısızlık ve üzüntü gibi olumsuz duygular da hayatın bir parçasıdır ve iyi oluş bunların hiç olmaması ya da iyi oluş kötü oluşun tersi değildir. İyi oluş aslında bu negatif deneyimlerin de yönetilmesiyle ilgilidir. Ancak bu negatif duygular aşırı olur ya da çok uzun sürerse ve kişinin günlük hayatını yönetmesini sürekli olarak etkilerse o zaman psikolojik iyi oluş tehlikeye girer.

İnsanların iyi olma çabalarının üç türü olduğu ileri sürülmüştür. Buna göre bireyler mutluluğu fiziksel ya da duygusal zevke odaklanan zevk odaklılık (hedonik), önemli yaşam faaliyetlerine katılmaya odaklanan uğraş odaklılık ve yaşamsal amaçlara odaklanan anlam odaklılık şeklinde üç farklı yoldan bulmaya çalışır (Seligman, 2002). Ancak literatürde ilk ikisi, yani zevk odaklılık ve uğraş odaklılık genel kabul görmekte, anlam odaklılık ise uğraş odaklılığın bir boyutu şeklinde değerlendirilmektedir (King vd., 2006; Vohs vd., 2019). Temel yaklaşımlardan bir tanesi olan hedonik (hazcı) yaklaşım, iyi oluşun duygulanım tarafı olarak değerlendirilmekte ve kişinin pozitif ve negatif duygu durumu ile

ölçülmektedir. Öznel iyi oluş (subjective well-being) olarak literatürde oldukça geniş yer bulan bu yaklaşıma göre eğer bu denge pozitif duygulanımdan yana ise birey kendini mutlu addetmektedir (Campbell, 1976; Deci & Ryan, 2008; Ryan & Deci, 2001). Diğer yaklaşım ise iyi oluşu biliş düzeyinde ele almakta ve bireyin mevcut durumu ile beklediği durumun karşılaştırılmasına dayanmaktadır (Campbell, 1976; Deci & Ryan, 2008; Ryan & Deci, 2001). Daha çok klinik psikoloji çalışmalarına dayanan ve psikolojik iyi oluş olarak kavramsallaştırılan bu yaklaşım, bireyin psikolojik işlevselliğine, daha açık bir ifade ile bireyin potansiyeline, kendisini anlamasına, anlamlı bir yaşam sürmesine ve kendini kabule odaklanmaktadır (Chen vd., 2013; Deci ve Ryan, 2008). Bu çalışmada iyi oluş, psikolojik iyi oluş (PİO) olarak ele alınmıştır.

Psikolojik iyi oluş çalışmalarında Ryff'ın (1989) psikolojik iyi oluş modeli sıklıkla kullanılmaktadır. Bu modele göre PİO altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar otonomi, çevre hâkimiyeti, kişisel gelişim, iyi ilişkiler, yaşam amacı ve kendini kabuldür. Bu boyutlar “bir kişinin kendisi ve geçmişiyle ilgili pozitif değerlendirilmesini kapsayan iyilik halini (kendini kabul), bir birey olarak sürekli yetişme ve gelişme hissini (kişisel gelişim), yaşamının amaç ve anlamının olduğuna dair inancı (yaşam amacı), başkalarıyla kaliteli ilişkilere sahip olmayı (iyi ilişkiler), kendi hayatını ve etraftaki dünyayı etkili yönetebilme kapasitesini (çevre hâkimiyeti) ve kendi kaderini tayin edebilme hissini (otonomi)” kapsamaktadır (Ryff ve Keyes, 1995, s.720).

İyi oluş ile ilgili çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Ancak bu çalışmaların büyük bir kısmı mutluluk, yaşam tatmini ve pozitif duygu gibi öznel iyi oluşun değişkenlerini ele almıştır (Ryff, 2014). Yazara göre psikolojik iyi oluşun 6 alt boyutu öznel iyi oluşun da temellerini oluşturmaktadır. Buna rağmen psikolojik iyi oluş çalışmalarını “minimum düzeyde” bulan Ryff'a göre (2014: 14), “Eski Yunanlara dayanan derin felsefesi kökleri ile hümanist, varoluşsal, gelişimsel ve klinik psikoloji tarafından pozitif insanlık işlevlerini ayrıştırılmasında yaygın bir şekilde kullanılmasına karşılık böylesine ihmal edilmesi şaşırtıcıydı”.

PİO aslında bireyin kendisi, sağlığı, geçmişi ve çevresi ile ilgili değerlendirmeleri kapsamaktadır. Bu değerlendirmeler ise (örneğin otonomi,

kendini kabul ve başkalarıyla iyi ilişkiler geliştirme) kültüre karşı hassasiyet gösterebilecek, yani kültür tarafından etkilenebilecek değişkenlerdir. Dolayısıyla PİO'nun bileşenleri bağımsızlığa vurgu yapan bireycilik ve karşılıklı bağımlılığa vurgu yapan toplulukçuluk gibi kültürel değer, tutum ve davranışlardan etkilenebilir (Ryff, 1995). Ryff (1995) ve Ryff & Keyes (1995) PİO'nun en çok yaş, cinsiyet ve kültüre bağımlı bir yapısı olduğunu öne sürmüştür. Kendi yaptıkları çalışmalarda da kadınlar erkeklere göre kendilerini iyi ilişkiler ve kişisel gelişim açısından daha yukarıdan değerlendirmektedir. Benzer şekilde, PİO'nun altı boyutunun yaşa göre farklı değerler aldığı gözlenmiştir. Örneğin yaş ile yaşamda anlam ve kişisel gelişim arasında ters, iyi ilişkiler ve özerklik arasında ise doğrusal korelasyon bulunmaktadır (Ryff & Keyes, 1995; Ryff, 1995).

Gelir, eğitim, yaş, medeni durum ve cinsiyet gibi sosyo demografik değişkenler açısından iyi oluş değerlendirmeleri yapılmıştır. Yine yaşam deneyimlerinin de (çocuk sahibi olmak, alkolik ebeveynlerle büyümek, orta yaş dönemindeki eğitim ve mesleki başarı, sağlık problemleri ve ileri yaşlardaki yer değişimleri) iyi oluşu yordayabileceği belirtilmektedir (Ryff, 1995). Geniş bir örneklem kitlesi üzerinde yapılan bir araştırmada da evlilik ve aile, arkadaş ve komşularla ilişkiler, işyerindeki ilişkiler, sivil katılım, güvenilirlik ve güven gibi sosyal sermaye değişkenlerinin öznel iyi oluşun hem hedonik denge hem de yaşam tatmini boyutlarını pozitif yönde ve güçlü bir şekilde yordadığı, bu ilişkide sağlığın da aracı etkiye sahip olduğu raporlanmıştır (Helliwell & Putnam, 2004). Huppert (2009) kapsamlı gözden geçirme çalışmasında sosyal çevrenin, kişilik özelliklerinin, demografik faktörlerin (cinsiyet, yaş, medeni durum vb.), sosyoekonomik faktörlerin (gelir, eğitim, çalışma durumu vb.) ve maksatlı faaliyetlerin (başkalarına iyi davranma, kibar olma, motivevi olma, pozitif olma vb.) psikolojik iyi oluşu yordadığını ortaya koymuştur.

İyi oluş ile kötü oluşun yordayıcılarının aynı olup olmadığı sorusu literatürde ilgi çekmiştir. Araştırmalar bu durumun değişkenlere göre farklılık arz ettiğini ortaya koymuştur. Yapılan ampirik çalışmaları inceleyen Huppert (2009), dışa dönüklüğün pozitif duygusal tutumları yordadığını ancak kötü oluş ile ilişkisinin bulunmadığını;

buna karşın nevrozizmin stres gibi olumsuz durumları yordadığını ortaya koymuştur. Psikolojik iyi oluş açısından bakıldığında ise hem nevrozizm hem de dışa dönüklük psikolojik iyi oluşu etkilemekte ancak dışa dönüklüğün etkisi daha belirgin olmaktadır. Hupert (2009), bu verilere dayanarak iyi oluş ile kötü oluşun birbirinin zıttı olmadığını öne sürmüştür.

2.2. Yaşamda Anlam

Yaşamda anlam kavramının gelişimi, toplama kamplarında hapis yatan ve bu süreçte büyük sıkıntılar yaşayan Frankl (1959) ile başlamaktadır. Frankl'a (1959) göre bir insanın zor şartlarda bile hayata tutunabilmesi için yaşamında anlamlı amaçlarının olması gerekir. Yaşamda anlam, bireylerin hayatını sürdürmesi için gerekli temel motivasyondur ve onların yaşam tatmini ve iyi oluşu açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu yönüyle değer verilen diğer birçok şeyden daha kritik olarak görülmektedir. Örneğin, üniversite öğrencilerinden oluşan geniş bir örneklem üzerinde yapılan araştırmada katılımcıların %16'sı çok para kazanmanın, %78'i yaşamında değerli amaçlar ve anlamın olmasının "çok önemli" olduğunu raporlamıştır (Frankl, 1959).

Yaşamda anlamın varlığı geniş çerçevede, bir kişinin hayatını önemli ve değerli hissetmesidir (Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006). Reker & Wong'a (1988, s. 221) göre yaşamda anlam "Bir bireyin varoluşundaki düzen, tutarlılık ve amaç bilinci; değerli hedeflerin peşinde koşma, bunlara ulaşma ve buna eşlik eden bir tatmin duygusudur". Yazarlara göre bu anlam duygusu görece stabildir ve bireyin yaşamı boyunca, inanç ve değerler sistemindeki değişime bağlı olarak yavaş bir şekilde değişir. Fry'a (1998) göre yaşamda anlam ya da anlam arayışı bireyin erken çocukluk dönemlerinden başlayarak yaşam boyu devam eden bir süreçtir.

Yaşamda anlam, yaşamda anlamın varlığı ve anlam arayışı olmak üzere iki boyutlu bir yapıdır (Steger vd., 2006). *Yaşamda anlamın varlığı*, insanların yaşamlarında bir amaç, misyon ve çok önemli hedeflere sahip olduklarına dair algılarının derecesi ile birlikte yaşamlarını anlama, anlamlandırma ve önemli görme ölçüsüdür (Steger vd., , 2009). Daha açık bir ifade ile anlamın varlığı, bir bireyin yaşamı önemli, amaçlı ve değerli olarak görmesidir. Anlamın varlığı, kişinin dış dünyayı algılaması, kendisi ile dış dünya uyumuna dair düşüncesi ve günlük

aktivitelerini yaşamındaki anlam ile ne ölçüde örtüştürebildiğini kapsamaktadır (Steger vd., 2008). Anlam arayışı ise insanların yaşamlarının anlamını, önemini ve amacını oluşturma veya artırma sürecidir (Steger vd., , 2008). Başka bir ifadeyle anlam arayışı, bireyin kendi hayatındaki anlamı görmesi veya artırması için gösterdiği çabaların yoğunluk ve gücünü ifade etmektedir. Dolayısıyla da yaşamda anlamın bu boyutu aktiftir ve süreç odaklıdır (Dezutter vd., 2013). Anlam arayışı, anlamsızlıktan farklıdır ve yaşamda anlamın bir boyutudur.

Yaşamda anlam, dünyanın tahmin edilebilir olduğu ve bu nedenle kontrol edilebilir olduğu hissini içermektedir (Heintzelman, Trent, & King, 2013; Park & Baumeister, 2017). Daha açık bir ifadeyle birey, çevresi ile kendisi arasında bir uyum olduğunu düşündüğünde, belirsizlikleri azaltarak çevreye hâkim olduğunu düşündüğünde ve ileriye öngörebildiğinde yaşamda anlamı deneyimler. Örneğin mevsimsel sıraya göre ağaç resimlerine bakan bireyler, aynı resimleri karmaşık bir sırada görenlere göre daha fazla yaşamda anlam raporlamıştır (Heintzelman vd., 2013). Park ve Baumeister (2017) karmaşık kelimelere maruz kalanların, üçlü düzenli kelimelere maruz kalanlara oranla yaşamda anlam algılarının daha düşük olduğunu da raporlanmıştır.

Anlam arayışı açısından bakıldığında ise anlam arayışı, yüksek anlam varlığına sahip kişiler ile düşük anlam varlığına sahip kişilerde farklı sonuçlar doğurmaktadır (Cohen & Cairns, 2012). Örneğin anlam varlığı, anlam arayışlarında karşılaşa bilinecek olumsuz durumlar için bir destek oluşturmakta ve zararlı sonuçları hafifletmektedir. Bu çıkarımlardan hareketle olsa gerek, Dezutter vd. (2013) yaşamda anlam boyutlarına göre dört profil tanımlamıştır. Bunlar yüksek anlam ve yüksek arayış, düşük anlam ve yüksek arayış, yüksek anlam ve düşük arayış ve düşük anlam ve düşük arayıştır. Çalışmada yaşamda anlam, yaşam tatmini, iyimserlik ve kabullenme arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre anlam varlığı yüksek bireylerin iyi oluş ve kabullenme düzeyleri yüksek, anlam varlığı düşük olanların ise iyi oluş ve kabullenme düzeyleri düşüktür. Bu sonuçlara göre yaşamda anlam yaşam tatmini ve iyimserliğin doğrudan ve belirgin yordayıcısıdır. Bu özelliğinden dolayı yaşamda anlamın medikal sıkıntıları bulunanlara, sıkıntılarıyla baş etme gücü verdiği ifade edilmiştir. Örneğin yaşamda anlamın, kanser (Sherman, Simonton, Latif, & Bracy, 2010), depresyon (Yanez vd.,

2009) ve omirilik hasarı (DeRoon-Cassini vd., 2009) gibi kronik klinik rahatsızlıklara sahip hastaların sorunları ile baş etmelerinde mücadele gücü verdiği raporlanmıştır. Başka bir çalışmada da yaşamda anlam varlığı daha yüksek olan bireylerin, stres oluşturabilecek olaylarla başa çıkma başarısı daha yüksekken, zayıf olanların daha fazla stres yaşadığı raporlanmıştır (Park & Baumeister, 2017).

Anlam Kaynakları da yaşamda anlam ile ilgili çalışmaların en çok üzerinde durduğu konulardan bir tanesidir. Anlam kaynakları, yaşamda anlamın türetildiği veya geliştirildiği farklı yaşam alanlarını ifade eder (Baumeister, 1991; Schnell, 2011). Schnell (2009) yaşamda anlamın iki boyutu olduğunu ileri sürerek bu doğrultuda “anamlılık” (meaningfulness) ve “anlam krizi” (crisis of meaning) şeklinde iki boyutlu bir yapı geliştirmiştir. Anamlılık, temel bir anlam ve aidiyet duygularını ifade ederken, anlam krizi bireyin hayatını yararsız, boş ve anlamsız olarak değerlendirmesidir. Anlam kaynakları ise bireyin anlam krizinden anlamı bulmasına doğru evrilmesini sağlayan kaynaklardır. Dolayısıyla, anlam kaynaklarının çeşitli ve çok olması, bireyin anlamı bulması ya da geliştirmesi açısından önemlidir (Schnell, 2011). Literatürde bu anlam kaynaklarının neler olduğu ile ilgili yapılmış çalışmalar bulunmakta ve bu çalışmalarda farklı anlam kaynakları üzerinde durulmaktadır (ör. Geniş bir gözden geçirme için, Schnell, 2011). Bu konudaki en kapsamlı çalışmayı yapan Schnell (2011) 26 anlam kaynağı önermiştir. Diğer çalışmalar ile birlikte ele alındığında (Ör. Bar-Tur et al., 2001; Ebersole, 1998; O’Connor & Chamberlain, 1996; Zhang vd., 2016) özetle dini inançlar, çeşitli kesimlerle sosyal ilişki ve aktiviteler, başarı, özerklik ve bağımsızlık, kendini tanıma, sağlık ve eğlence gibi farklı yaşam alanlarına ilişkin kaynakların öne çıktığı görülmektedir.

Alan ile ilgilenen çok sayıda araştırmacıya göre insanların yaşamlarında anlamı bulmaları temel bir ihtiyaçtır (Frankl, 1959; Zhang, Sang, Chan & Schlegel, 2019). Bireylerin algıladıkları yaşamda anlam düzeyleri, onların iyi oluşları ve yaşam konforları açısından kritik önemdedir. Çünkü yaşamda anlam, bireyin yaşam kalitesini etkileyecek olan iyi oluşun önemli belirleyicilerindedir (Zika & Chamberlain, 1992; Zhang vd., 2019). Bu nedenle de insanlar din, sosyalleşme, bireysel başarı ve ilişkiler ve sosyal ilişkiler üzerinden anlamı bulmaya çalışır (Zhang vd., 2019). Kişisel anlam arayışı (personel goal-striving) teorisine (Emmons,

2003) göre birey, yaşamında değerli amaçlar belirler. Değerli amaçlar yaşama anlam katar ve anlam artışı iyi oluşu pozitif yönde etkiler.

Yaşamda anlamın boyutları açısından bakıldığında, yaşamda anlamın her iki boyutu da (anlamın varlığı ve anlam arayışı) bireyin psikolojisi üzerinde önemli etkilere sahiptir. Ancak anlam varlığının etkisi hem daha belirgindir hem de görece daha çok çalışmada yer bulduğu ve tutarlılık gösterdiği için daha nettir. Anlam arayışının iyi oluş üzerindeki etkisi ise görece hem daha düşük düzeydedir hem de daha az çalışıldığı için daha fazla ampirik desteğe ihtiyaç vardır (Steger, Kashdan, Sullivan, & Lorentz, 2008; Steger, 2013). Benzer şekilde, konu ile ilgili yapılan hemen hemen tüm çalışmalarda yaşamda anlamın PİO'nun önemli bir öncülü olduğu ortaya konulmuştur (King vd., 2006; Stavrova & Luhman, 2016; Vohs vd., 2019). Söz konusu teorik ve ampirik desteklerden hareketle;

H1 a) anlam varlığı ve b) anlam arayışı psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

2.3. Erillik ve Dişilik

Ulusal kültürleri oluşturan kimlikler (ör. Dil, din), değerler (zihinlerin programı) ve kurumlardır (kurallar, kanunlar, örgütler). Bunlar da uluslar arasında farklılık arz ettiği için birbirinden farklı ulusal kültürlerin gelişmesine neden olur (Hofstede, Hofstede & Minkov, 2010). Kültür konusunda en çok referans verilen model Hofstede (1980) tarafından geliştirilen bireycilik/toplulukçuluk, büyük/küçük güç mesafesi, güçlü/zayıf belirsizlikten kaçınma ve erillik/dişilik şeklindeki alt boyutlardan oluşan modeldir. Bu çalışmada bahsi geçen modelin erillik ve dişilik boyutu üzerinde durulmuştur. Eril ve dişilik temelde atılganlık ve alçak gönüllük tutum ve davranışları ile kadın ve erkek rollerinde ayrışma derecesine dayanmaktadır. Eril toplum bireyleri atılgan tutum ve davranışlar sergilerken, dişil toplumlar daha alçak gönüllü ve yumuşak tutum ve davranışlar sergiler. Kadın erkek rolleri açısından bakıldığında eril toplumlarda kadın ve erkeklerin rolleri birbirinden net olarak ayrıdır ancak dişil toplumlarda kadın ve erkeklerin rollerinde görece örtüşme (tamamen olmasa da) bulunur (Hofstede vd., 2010).

Hofstede ve arkadaşları (2010, s. 148 ve 149) erillik indeksi sunmuştur. Buna göre eril toplumlarda kadın ve erkeklerin eril tutum ve davranışları daha

belirgindir ancak kadınlara nazaran erkeklerin eril tutumları daha fazladır. Buna karşılık yaş arttıkça erillik azalmakta ve 50'li yaşlarda kadınlar ile erkekler arasındaki erillik farkı ortadan kalkmaktadır. Hofstede'nin (1980) çalışmasına göre Türkiye, en düşük erillik değeri 5 olan listede 45 puanla medyan değerinin biraz altında kaldığı için dişil bir toplum olarak değerlendirilmektedir. Hofstede'nin çalışmasını Türkiye bağlamında değerlendirmek üzere Sargut (2001) tarafından yapılan çalışmada da Türk toplumunda dişil değerlerin daha yaygın olduğu görülmektedir.

Eril toplumlarda erkek ve kadın rolleri birbirinden farklıdır ve ayrışma nettir. Şöyle ki, eril toplumlarda erkeklerin rol, tutum ve davranışları maddi başarı, rekabetçilik, iddialılık, atılganlık, baskıcılık, kendine güven, bağımsızlık ve saldırganlık gibi değerler etrafında şekillenir. Buna karşın kadınların rol, tutum ve davranışları şefkat, merhamet, zayıf koruma, nazik olma, duyarlı olma, anlayış, ilişki geliştirme gibi değerlere yöneliktir. Bu ayırım ise nettir, yani bir erkeğin bir kadının tutum ve davranışlarını sergilemesi zayıflık olarak görülür. Eğer erkek ve kadınlardan beklenen duygusal roller, tutum ve davranışlar dişil değerler etrafında örtüşüyorsa, yani hem erkek hem de kadınlardan alçak gönüllülük, hassasiyet, zayıfları koruma, ilişki geliştirme ve yaşam kalitesine odaklılık bekleniyorsa, o toplum dişil toplumdur (Feather, 1984; Hofstede, 1998; Hofstede vd., , 2010; Sargut, 2001).

Dişil bireyler müzakere, iş birliğı, yaşam kalitesi, insana ve onlarla ilişkilere değer verir ve amaçlarına bu değerlerle ulaşmaya çalışırken, eril değerlere sahip kadın ve erkekler yaşamak için çalışmaya, hırsla, güce, maddi unsurlara, egosuna ve fazla ücrete değer verir ve amaçlarına bu değerler doğrultusunda ulaşmaya çabalar. Buradan görüldüğü üzere aslında hem eril hem de dişil bireyler kendilerine amaç belirler ve iyi olmaya çalışır. Ancak benimsedikleri tutum ve davranışları şekillendiren değerler farklı olduğu için amaçlar belirlemek, onları gerçekleştirmek ve mutlu olmak için sahip oldukları motivasyon kaynakları farklıdır (Hofstede, 1998). Erkek ve kadınlardan beklenen roller ve eril-dişil yönelimleri onların inançlarını, psikolojik ihtiyaçlarını ve neye değer verdiğini şekillendirir (Ganesh & Ganesh, 2014; Hofstede, 1998).

Ryff (1989) ve Christopher (1999) iyi oluşun kültürel hassasiyetinin bulunduğunu, bu nedenle de kültür ile ilişkisinin araştırılması gerektiğini önermiştir. Takip eden çalışmalarda, psikolojik iyi oluş modelinin farklı kültürel değerlerle ilişkisi üzerinde sıklıkla durulmuştur (Christopher, 1999; Kim, Kasser & Lee, 2003; Schimmack vd., 2002). Kişilik ve kültürün öznel iyi oluş ile ilişkisini konu alan bir çalışmada hedonik denge (pozitif ve negatif duygulanım) ile yaşam tatmini ve kişilik ile yaşam tatmini ilişkisinde kültürün düzenleyici etkiye sahip olduğu raporlanmıştır (Schimmack vd., 2002). Üç toplulukçu ve iki bireyci toplumdan elde edilen verilerin analiz sonuçlarına göre hedonik denge, bireyci kültürlerde yaşam tatminini daha güçlü bir şekilde yordamaktadır. Amerika'daki Latinler üzerinde yapılan bir araştırma sonucuna göre kültürel uyum psikolojik iyi olmanın en güçlü yordayıcısıdır (Gloria, Castellanos & Orozco, 2005). Kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş ilişkisinin inceleyen Diener ve arkadaşları (2003), bu ikisi arasındaki ilişkide kültürün düzenleyici etkiye sahip olduğunu ve değişkenlerin ortalama farklılıklarının kültür ile açıklanabileceğini raporlamıştır. Zhang ve arkadaşları (2016), kültürlere özgü anlam kaynaklarının olduğu düşüncesinden hareketle Çin için anlam kaynaklarını belirlemeye çalışmıştır. İsrail ve Arap örneklerinde yaşamda anlam kaynaklarını çalışan Bar-Tur ve arkadaşları (2001), yaşamda anlam kaynakları olarak en çok kullanılan on faktöre dair İsraililerin ve Arapların değerlendirmelerinin farklı olduğunu ortaya koymuş ve kültürün yaşamda anlamı şekillendirmede etkili olduğunu öne sürmüştür.

Diener & Diener (1996) 43 farklı ülkeden; Biswas-Diener, Vitterso ve Diener (2009) ise Kenyalı Maasai'lilerden, Amerikalı Amişlerden ve Grönland İnughuitlerden veri toplayarak kültürün iyi oluş üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Bu çalışmaların sonuçlarına göre farklı kültürlere, kültür boyutlarına ve demografik özelliklere sahip insanların büyük bir kısmının, en azından makul düzeyde mutlu oldukları, ancak mutluluğun dayandığı kaynaklar, düzeyi ve öncülleri açısından kültüre özgülük bulunduğu anlaşılmaktadır (Diener & Diener, 1996; Biswas-Diener vd., 2009).

Kültürel psikoloji ilgili ve kültürler arası çalışmalarda, yaşamda anlamın temel bileşenlerinden birisi olan amaç kavramı üzerinde sıklıkla durulmaktadır. Örneğin Triandis'e (1995) göre bireyci ve toplulukçu toplumları ayıran temel

özelliklerden birisi takip edilen amaçların yapısıdır. Buna göre, bireyci toplumlarda bireyler kendi kişisel amaçları peşinde koşarken toplulukçu toplum üyeleri ortak amaçlara daha fazla değer verir. Benzer bir şekilde Oishi ve Diener (2009) kültürün amaç arayışının yapısını ve bunların iyi oluş ile ilişkisini etkilediğini raporlamıştır. Japon, Asyalı Amerikalılar ile Avrupalı Amerikalıların karşılaştırıldığı çalışmada yazarlar, bağımlı amaç (başkalarını dikkate alarak) arayışının Asyalı Amerikalılar ile Japonların iyi oluşunu pozitif yönde etkilediğini, buna karşın bağımsız amaç arayışının (başkalarını dikkate almadan) Avrupalı Amerikalıların iyi oluşu üzerinde pozitif etkiye sahip olduğunu gözlenmiştir.

Sosyal ilişkilerin yaşamda anlamın önemli öncüllerinden olduğu ileri sürülmüştür (Lambert vd. 2013; Lambert vd., 2010). Benzer şekilde Huppert (2009) geniş kapsamlı çalışmasında, başta anne ve baba olmak üzere bireyin sosyal çevresinin onun bilişsel ve duygusal gelişimini ve hangi biçimde düşüneceğini küçük yaşlarından itibaren şekillendirdiğini ortaya koymuştur. Buna göre aile ve arkadaş çevresi gibi sosyal gruplarla olan ilişkiler, ait olma ihtiyacını (sosyal gruplara üye olma ve onlar tarafından kabullenme) karşıladığından, yaşamda anlamın öncülerinden biridir. Sosyal çevre ile bireyin ilişkileri ise büyük oranda kültür tarafından şekillenir (Lambert vd., 2013). Bu veriler ışığında;

H2: Kültür a) yaşamda anlamın varlığını, b) anlam arayışını ve c) psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkiler.

2.4. Yaşamda Anlamın Aracılık Rolü

Fowers (2005), insanların belirli sosyal ve kültürel gruplar tarafından şekillendirilen ahlak kuralları içerisinde hareket ettiğini belirtmiştir. Birey kültürel olarak değerli bulunan (iyilik, toplum yanlısı faaliyetler vb.) aktivitelere katılarak yaşamdaki anlamı artırmaya çalışır (Fowers, 2012; Van Tongeren vd., 2016). Dolayısıyla yaşamda anlam bir şekilde bireyin içinde bulunduğu sosyal ve kültürel gruplar tarafından etkilenir. Örneğin son zamanlarda yapılan bir çalışmada muhafazakârlar, liberallere göre daha fazla yaşam tatmini ve yaşamda anlam raporlanmıştır (Newman, Schwarz, Graham ve Stone, 2018).

İnsanlar kendilerini ve içinde buldukları dünyayı anlamak için bilişsel ve davranışsal çaba içerisinde (Ryff & Singer, 1998; Steger vd., 2008). Steger ve

arkadaşlarına (2008, s. 200) göre “insanlar kendilerini ve dünyayı anlamaya, kendi ve çevresi arasında uyum kurmaya ve amaçlarını netleştirmeye başladıklarında anlamın varlığını deneyimler. Dolayısıyla da hem anlamın varlığı hem de arayışıyla motive olurlar”.

Schnell (2009) yaşamda anlam ile ilgili, her seviyesi karşılıklı bağlantılı olan beş seviyeli hiyerarşik bir model önermiştir. Modelin temelinde (ilk kademesinde) algılar bulunmaktadır. Sonrasında sırasıyla eylem (kişisel ritüeller), amaç, anlam kaynakları ve yaşamda anlam gelmektedir. Prinz’e (2000) göre algı, eylem ve amaç edinme ortak kodlama prensibine göre doğal olarak bağlantılıdır (Aktaran: Schnell, 2009). Daha açık bir ifadeyle yaşamda anlam süreci bir uyarıcının yorumlanması ile başlar (Schnell, 2009). Bu uyarıcılar ise genel olarak çevreden gelir ve bireyin algı sürecinden geçer. Bu süreci, bireyin içinde bulunduğu toplumdaki, onun kültüründen, değer yargılarından ayrı düşünmek pek olası değildir. İnsanlar, kendi yaşamda anlamını değerlendirirken sosyal ilişkiler, kendini geliştirme, kendini gerçekleştirme, kendini aşma, dini inançlar ve otonomi gibi anlamın türetildiği farklı kaynaklardan yararlanırlar (Bar– Tur vd., 2001; Reker, 2000; Schnell, 2009). Bu kaynaklar ise bireysel ve kültürel farklılıklara göre farklılık gösterir (Bar – Tur vd., 2001; Schnell, 2011; Schnell, 2009; Zhang vd., 2019; Zhang vd., 2016).

Bireyin kültür ölçekleri vasıtasıyla verdiği cevaplar, onun kültüre ait değerlere, tutum ve davranışlara sahip olma derecelerini ölçmektedir. Örneğin erillik aslında bireyin özgüvenini, başarı ihtiyacını, rekabetçiliğini, atılganlığını, iş bitirme, sorumluluk, kendini geliştirme gibi motivasyon ve anlam kaynakları da olabilecek araçsal özellikleri ölçer. Bu özelliklere daha yüksek düzeyde sahip olan eril bir bireyin kendisi için örneğin başarıya götüreceği ya da kişisel gelişimini sağlayacak amaçlar koymasına beklenir. Dişil bireyler ise başkalarını düşünme, diğerkamalık, ilişki kurma, yardımseverlik gibi konulara dair amaçlar oluşturur (Feather, 1984, Hofstede 1980, Hofstede vd., 2010). Amaç sahibi olma ise yaşamda anlamın temel bileşenlerindedir (Schnell, 2009). Prinz’in (2000) modelindeki yaşamda anlamın oluşma süreci (algı – eylem – amaç – anlam kaynakları – yaşamda anlam) ve kültürün bireylerin algı, tutum ve davranışlarını (eylemlerini) etkilemesi gerçeği birlikte değerlendirildiğinde, kültür boyutları olan erillik ve dişiliğin yaşamda anlamı pozitif yönde etkilemesi beklenebilir. Bu noktada erillik dişilik özelliklerinden

bazıları ile anlam kaynakları arasında da örtüşme olduğunu belirtmek gerekir. Bir örnek vermek gerekirse ilişki geliştirme dışil; özerklik ile bağımsızlık ise eril kültürün özelliklerindedir. Bu özellikler aynı zamanda yaşamda anlam kaynakları arasında da sayılmıştır (Zhang vd., 2016).

Bu verilerden ve yukarıda yapılan teorik açıklamalardan hareketle kültürün yaşamda anlamı yordayabileceği anlaşılmaktadır. Diğer taraftan, yukarıda detaylı olarak verildiği gibi yaşamda anlam, psikolojik iyi oluşun üzerinde önemli derecede ve pozitif yönde etkiye sahiptir. Bu doğrultuda;

H3: a) anlam arayışı b) anlam varlığı kültür ve psikolojik iyi oluş arasında aracı etkiye sahiptir.

3. Metodoloji

3.1. Örneklem Ve Veri Toplama

Bu çalışmanın örneklemini bir meslek yüksekokulu ve üç liseden öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın değişkenlerin ölçen anket formu, öğrencilere yüz yüze uygulanarak veri toplanılmıştır. Anket uygulanırken, ankete katılımın gönüllü olduğu ve elde edilen verilerin sadece bilimsel bir çalışma için kullanılacağı belirtilmiştir. Lise ve meslek yüksekokulundan toplamda 465 kişiye anket dağıtılmış ve 447 geri dönüş sağlanmıştır. Ancak yapılan ilk incelemede, bazı anketlerde bilgi eksikliklerinin çok olduğu, bazılarında ise tek bir değerin işaretlendiği görülmüş, bu durumdaki 26 anket analizden çıkarılmış ve kalan 421 anketin verileri üzerinden analizlere geçilmiştir.

İlk etapta demografik değişkenler incelenmiştir. Yapılan incelemelerde katılımcıların 211'inin lise öğrencisi ve 210 tanesinin ön lisans öğrencisi olduğu görülmüştür. Katılımcılardan 13 tanesi cinsiyetini belirtmezken, 237'si erkek ve 171'i kadındır.

3.2. Analitik Strateji

Toplanan veriler SPSS 25 programı yardımı ile analiz edilmiştir. Öncelikle frekans analizi ve çapraz tablolar analizi ile demografik değişkenler incelenmiş, verinin geçerliliğini incelemek için faktör analizi yapılmış ve güvenilirliğini incelemek için Cronbach's Alpha güvenilirlik analizi yapılmıştır. Faktör analizi her

bir ölçek ayrı olarak faktör analizine tabi tutulmuştur. Faktör analizinde faktör döndürmesi için Varimax tekniği kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda tüm ölçeklerin orijinal yapısı toplanan veri özelinde desteklenmiştir. Yaşamda anlam ölçeğinin iki faktörlü yapısı desteklenmiş ve bu iki faktörün toplam varyansın yaklaşık %59'unu açıkladığı görülmüştür. Psikolojik iyi oluş ölçeğinin tek faktörlü yapısı desteklenmiş ve bu faktörün toplam varyansın yaklaşık %55'ini açıkladığı görülmüştür. Erillik ve dişilik ölçeğinin iki faktörlü yapısı desteklenmiş ve bu iki faktörün toplam varyansın yaklaşık %48'ini açıkladığı görülmüştür.

Araştırmanın hipotezlerinin test edilmesi için Bootstrap tekniği kullanılarak regresyon tabanlı bir dizi yol analizi yapılmıştır. Araştırmalarda istenen %95 güven aralığını elde etmek için veriden 5000 örneklem ile Bootstrap prosedürü işletilmiştir. Bu yöntemin kullanılmasının nedeni, söz konusu yöntemin klasik Baron ve Kenny (1986) yaklaşımındaki ve Sobel'in (1982) testlerindeki tartışmalı bazı konuları çözmesi ve sonuçlarının daha güvenli olmasıdır (Hayes 2018; Zhao, Lynch & Chen 2010). Bootstrap yöntemi ile analizleri yapmak için Hayes (2018) tarafından geliştirilen ve SPSS programına eklenen PROCES Makro kullanılmıştır.

3.3. Ölçüm Araçları

Yaşamda anlam boyutunun ölçülmesi amacıyla Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilen "Yaşamdaki Anlam Ölçeği (The Meaning in Life Questionnaire)" kullanılmıştır. Ölçek, 10 maddeden oluşmakta ve yaşamda anlam değişkenini anlam varlığı (örnek ifade: Yaşamımı anlamlı kılan şeylerin bilincindeyim) ve anlam arayışı (örnek ifade: Her zaman yaşamımı anlamlı/değerli hissettiren bir şey arıyorum.) olmak üzere iki boyutta ölçmektedir. Yaşamda Anlam Ölçeğinde 7 basamaklı Likert ölçeği kullanılmakta ve ölçekte bulunan her boyut 5 madde içermektedir. Yaşamda anlamın varlığı ve anlam arayışı boyutlarının güvenirlilik katsayıları (Cronbach's Alpha) sırasıyla ,75 ve ,85 bulunmuştur.

Psikolojik İyi Oluşu ölçmek amacıyla Diener ve arkadaşları (2009, 2010) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Telef (2013) tarafından yapılmış psikolojik iyi oluş ölçeği kullanılmıştır. 8 ifadeden (örnek ifade: Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum) oluşan 7'li Likert tipidir (1=Kesinlikle katılmıyorum – 7=Kesinlikle katılıyorum). Ölçek iyi oluşun farklı yönlerine dair ölçümler sağlamasa

da farklı psikolojik alanlarla ilgili genel bir değerlendirme imkânı sağlamaktadır (Diener vd., 2010). Bu çalışmada da ölçeğin tek boyutlu yapısı desteklenmiştir. Psikolojik iyi oluş leğinin güvenirlik katsayısı (Cronbach's Alpha) ,88 bulunmuştur.

Öğrencilerin kültürel Erillik ve Dişilik değerlerinin düzeylerini belirlemek için Erillik-Dişilik Düzeyi Formu kullanılmıştır. Bu form, Sargut'un (2001) geniş bir zaman aralığı içinde yaptığı araştırmada, dişilik ve erkeklikle ilişkilendirilen 20 kavramdan (rnek ifadeler: Saldırgan, şefkatli, yükselme tutkusu, merhametli) oluşmaktadır. Bu kavramlar 5'li Likert leğine göre derecelendirilmiştir. Katılımcılardan kendilerini "kesinlikle öyleyim" (5), "yleyim" (4), "kararsızım" (3), "değilim" (2), "hiç değilim" (1) seçenekleri arasında değerlendirmesi istenmiştir. Erillik ve dişilik leklerinin güvenirlik katsayıları (Cronbach's Alpha) sırasıyla ,85 ve ,88 bulunmuştur.

Söz konusu ana değişkenlere ek olarak, yaşamda anlam ve iyi oluş üzerinde yaş ve cinsiyetin rolü olduğu kabul edilmektedir (Ryff, 1995; 1989; Ryff & Keyes, 1995). Eğitim durumunun da söz konusu değişkenler üzerinde etkisi olabileceği düşünüldüğünden bu çalışmada yaş, cinsiyet değişkenleri kontrol değişkeni olarak kullanılmıştır. Cinsiyet için kukla değişken oluşturularak analize dahil edilmiştir.

4. Bulgular

Tablo 1'de değişkenlerin güvenirlik değerleri (Cronbach's Alpha), standart sapmaları ve değişkenler arası korelasyon katsayıları verilmiştir. Korelasyon tablosu incelendiğinde ilgi çekici bazı değerlerin olduğu görülmektedir. Eğitim ile Anlam ARAYIŞI ($r = .145$ ve $p < .01$) ve PİO ($r = .115$ ve $p < .05$) arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmaktadır. Buna göre bireylerin eğitim seviyeleri arttıķa yaşamlarına anlam katma arayışları ve iyi oluş düzeyleri artmaktadır. Araştırmanın tüm ana değişkenleri (Erillik, Dişilik, Anlam Arayışı, Anlamın Varlığı ve PİO) arasında da pozitif korelasyon (tümü için $p < .01$) bulunmaktadır.

Tablo 1. Değişkenler Arası Korelasyon Matrisi

Değişkenler	<i>a</i>	SS	1	2	3	4	5	6	7
1 Eğitim	-	0,50							
2 Yaş	-	2,57	,799**						
3 Cinsiyet	-	0,49	-,110*	-,180**					
4 Anlam Arayışı	,85	1,47	,145**	0,087	0,029				
5 Anlam Varlığı	,75	1,26	0,056	0,004	0,026	,397**			
6 PİO	,88	1,28	,115*	0,06	0,008	,399**	,631**		
7 Erillik	,85	0,71	0,081	0,067	-,175**	,220**	,171**	,267**	
8 Dişilik	,88	0,67	,101*	0,022	0,078	,266**	,340**	,433**	,398**

*Korelasyon ,05 seviyesinde anlamlı; ** Korelasyon ,01 seviyesinde anlamlı; Eğitim: 1 Lise ve 2 Ön Lisans; Cinsiyet: 0 Erkek, 1 Kadın; *a* = Cronbach's Alpha; SS = Standart Sapma, PİO = Psikolojik İyi Oluş

Erillik ve Dişilik düzeylerinin bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisinde yaşamda anlamın aracı etkisinin olup olmadığını test etmek amacıyla PROCESS Makro uygulaması kullanılmıştır (Hayes, 2018). Bu amaçla yapılan regresyon analiz sonuçları Tablo 2, ve 3'te verilmiştir. Tablo 2'de Erillik ve Dişiliğin, Anlam Arayışı, Anlam Varlığı ve PİO üzerindeki etkisi ile Anlam Arayışı ve Yaşamda Anlamın PİO üzerindeki etkisine dair sonuçlar yer almaktadır. Yaşamda Anlamın, kültür boyutları ve PİO ilişkisindeki aracı etkisine dair veriler ise Tablo 4'te verilmiştir. Tüm analizler, Bootstrap tekniği ile elde edilen güven aralıklarına göre tespit edilmiştir. Bootstrap tekniği ile yapılan etki ve aracılık analizlerinin anlamlı olması için analiz neticesinde elde edilen %95 güven aralığındaki (confidence interval) değerlerinin, yani LLCI ve ULCI değerlerinin sıfır (0) değerini

içermemesi gerekir (MacKinnon, 2008). Diğer yandan PROCESS Makro ile yapılan analizler söz konusu indekslerle paralel olarak önem değerlerini (p) de vermektedir.

Tablo 2’de iki model bulunmaktadır. Model 1 Erillik, Yaşamda Anlam, PİO ve diğer kontrol değişkenleri arasındaki regresyon sonuçlarını göstermektedir. Buna göre Erillik, Anlam Arayışı ($b = .496$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .286, .706; $r^2 = .069$) ve Anlam Varlığı ($b = .356$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .177, .535; $r^2 = .046$) üzerinde anlamlı pozitif etkiye sahiptir. Kontrol değişkenleriyle beraber Erillik, Anlam Arayışındaki varyansın %6.9’unu, Anlam Varlığındaki varyansın %4.6’sını açıklamaktadır. Erillik ($b = .202$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .056, .347), Anlam Arayışı ($b = .202$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .054, .201) ve Anlam Varlığı ($b = .202$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .476, .649) değişkenlerinin tümü PİO’yu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilemektedir. Bu değişkenlerin tümü birlikte PİO’daki varyansın %44.3’ünü ($r^2 = .443$) açıklamaktadır.

Tablo 2. Erillik, Yaşamda Anlam ve PİO İlişkilerine Dair Regresyon Analizi Sonuçları

	Sonuç Değişkenleri								
	Anlam Arayışı			Anlam Varlığı			Psikolojik İyî Oluş		
Tahminleyiciler	<i>b</i>	<i>S.H.</i>	<i>b</i>	<i>S.H.</i>	<i>b</i>	<i>S.H.</i>	<i>b</i>	<i>S.H.</i>	
Model 1									
Erillik	a_1	.496**	.107	a_2	.356**	.091	c_1	.202**	.074
Anlam Arayışı	–	–	–	–	–	–	b_1	.128**	.037
Anlam Varlığı	–	–	–	–	–	–	b_2	.563**	.044
Eğitim	–	.276	.246	–	.203	.210	–	.148	.165
Cinsiyet	–	.210	.155	–	.173	.132	–	.016	.104
Yaş	–	.003	.048	–	-.028	.041	–	-0,0052	.032

Sabit	i_{M1}	2.634**	.769	-	3.964	.657	i_{Y1}	.790	.540
		$R^2 = .069$			$R^2 = .046$			$R^2 = .443$	
		$F(4; 370) = 6.802; p < .001$			$F(4; 370) = 4.425; p < .005$			$F(6; 368) = 48.765; p < .001$	

Model 2

Dişilik	a_2	.560**	.116	a_2	.583**	.096	c_2	.380**	.080
Anlam Arayışı	-	-	-	-	-	-	b_1	.120**	.037
Anlam Varlığı	-	-	-	-	-	-	b_2	.529**	.044
Eğitim	-	.197	.248	-	.084	.206	-	.076	.163
Cinsiyet	-	.041	.153	-	.034	.127	-	-0,064	.100
Yaş	-	.015	.048	-	-0,012	.040	-	.005	.032
Sabit	i_{M2}	2.036*	.829	-	2.721**	.690	i_{Y2}	.071	.557
		$R^2 = .073$			$R^2 = .096$			$R^2 = .464$	
		$F(4; 370) = 7.297; p < .001$			$F(4; 370) = 9.864; p < .001$			$F(6; 368) = 53.175; p < .001$	

** P < 0,01; * p < 0,05; SH = Standart Hata; b= Beta; Eğitim: 1 Lise, 2 Ön Lisans; Cinsiyet: 0 Erkek, 1 Kadın.

Model 2 ise Dişilik, Yaşamda Anlam, PİO ve diğer kontrol değişkenleri arasındaki regresyon sonuçlarını göstermektedir. Buna göre Dişilik, Anlam Arayışı ($b = .560; p < .01; LLCI, ULCI = .333, .786; r^2 = .073$) ve Anlam Varlığı ($b = .583; p < .01; LLCI, ULCI = .395, .772; r^2 = .096$) üzerinde anlamlı pozitif etkiye sahiptir. Kontrol değişkenleriyle beraber Dişilik, Anlam Arayışındaki varyansın %7.3'ünü, Anlam Varlığındaki varyansın %9.6'sını açıklamaktadır. Dişilik ($b = .380; p < .01;$

LLCI, ULCI = .226, .538), Anlam Arayışı ($b = .120$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .049, .192) ve Anlam Varlığı ($b = .529$; $p < .01$; LLCI, ULCI = .443, .615) değişkenlerinin tümü PİO'yu pozitif yönde ve anlamlı düzeyde etkilemektedir. Bu değişkenlerin tümü birlikte PİO'daki varyansın %46.4'ünü ($r^2 = .464$) açıklamaktadır. Bu veriler, H1a, H1b, H2a, H2b ve H2c hipotezlerinin tümünü desteklemektedir.

Tablo 3, Yaşamda Anlamın, Erillik-Dişilik ve PİO ilişkisindeki aracılık etkisine dair Bootstrap yöntemi ile yapılmış analiz sonuçlarını göstermektedir. Sonuçların anlamlılık düzeyi "düzeltilmiş yanlılık ve hızlandırılmış güven aralığı (bias corrected and accelerated bootstrap confidence interval; BCA CI) değerleri ile raporlanmaktadır. Bu değerlerin sıfır (0) değerini içermemesi, aracılık etkisinin anlamlı olduğunu, Ki Kare (K^2) değeri (tamamen standardize edilmiş dolaylı etki) ise bu ilişkinin etki seviyesini vermektedir. K^2 değeri .01'e yakın ise düşük etki, .09'a yakın ise orta etki ve .25'e yakın ise yüksek etki şeklinde yorumlanır (Gürbüz, 2019; Preacher & Kelley, 2011).

Tablo 3. Yaşamda Anlamın Kültür ve İyi Oluş Arasındaki Aracı Etkisi (N = 421)

Değişkenler	Direkt Etki			Endirekt Etki			Tam Standardize Etki		
	PE	PBC 95% CI		PE	PBC 95% CI		PE	PBC 95% CI	
	<i>b</i>	LLCI	ULCI	<i>b</i>	BootLLCI	BootULCI	<i>b</i>	BootLLCI	BootULCI
Erillik	.202	.056	.347	-	-	-	-	-	-
Anlam Arayışı	-	-	-	.063	.018	.127	.035	.010	.070
Anlam Varlığı	-	-	-	.201	.088	.316	.112	.050	.173
Dişilik	.380	.223	.538	-	-	-	-	-	-
Anlam Arayışı	-	-	-	.068	.017	.137	.035	.123	.264
Anlam Varlığı	-	-	-	.309	.192	.435	.158	.097	.221

Notlar: PBC: Yüzdeler Bootstrap Güven Aralıkları; CI: Güven Aralığı; PE: Tahmin Noktası; b: Standardize Edilmemiş Beta Katsayısı; LLCI: Güven Aralığı Alt Seviyesi; ULCI: Güven Aralığı Üst Seviyesi; Bootstrap Yeniden Örnekleme: 5000; Kontrol Değişkenleri: Yaş, Cinsiyet ve Eğitim; ** P < 0,01; * p < 0,05; SH = Standart Hata; b= Beta; Eğitim: 1 Lise, 2 Ön Lisans; Cinsiyet: 0 Erkek, 1 Kadın.

Buna göre, hem anlam arayışının ($b = .063$, 95% BCA CI [.018, .127]) hem de anlam varlığının ($b = .201$, 95% BCA CI [.088, .316]) Erillik ile PİO ilişkisinde aracı etkiye sahip olduğu görülmektedir. Aracılık etkisinin tam standardize etki büyüklükleri (K^2) sırasıyla .035 (düşük etki) ve .112 (orta etki) düzeyindedir. Benzer şekilde hem anlam arayışının ($b = .068$, 95% BCA CI [.017, .137]) hem de anlam varlığının ($b = .309$, 95% BCA CI [.192, .435]) Erillik ile PİO ilişkisinde aracı etkiye sahip olduğu görülmektedir. Söz konusu aracılık etkisinin tam standardize etki büyüklükleri (K^2) sırasıyla .035 (düşük etki) ve .158 (orta etki) düzeyindedir. Bu sonuçlar H3a ve H3b hipotezlerini desteklemektedir.

5. Sonuç

Bu çalışmada Erillik ve Dişilik kültür boyutlarının Psikolojik İyi Oluş ile ilişkisi ve bu ilişkide Yaşamda Anlam boyutları olan Anlam Arayışı ve Anlam Varlığı değişkenlerinin aracı etkisi araştırılmıştır. Araştırma bulgularına göre, söz konusu kültür boyutları ile bireylerin iyi oluşları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu ve bireylerin hem anlam arayışlarının hem de anlam deneyimlerinin bu ilişkide aracı role sahip olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca söz konusu ilişkileri test etmek için, alan ile ilgili çalışmaların büyük çoğunluğunun aksine, tüm değişkenler veri toplanılarak ölçülmüş ve daha güvenilir olduğu öne sürülen yeni analiz teknikler kullanılmıştır. Analizler, aracı etki analizinde çağdaş yaklaşım olarak görülen ve daha güvenilir sonuçlar verdiği ileri sürülen Bootstrap tekniği ile yapılmıştır.

Araştırma bulgularına göre hem kültürün hem de yaşamda anlamın her iki boyutu bireylerin iyi oluş algılarını etkilemektedir. PİO, bireyin kendisine ve çevresine dair değerlendirmelerin bir çıktısıdır. Bireylerin söz konusu değerlendirmelerin kültür tarafından etkilenmesi ise kaçınılmaz olduğundan kültürel

değerler ile bireyin iyi oluşuna dair öz değerlendirmeleri arasında ilişki beklenebilir (Ryff, 1995). Nitekim Ryff ve Keyes (1995) kültürü, iyi oluşun tahminleyicileri arasında saymıştır. Bu çalışmanın bulguları Ryff ve Keyes'in (1995) teorik çıkarımlarını desteklemektedir. Benzer şekilde, Yaşamda Anlamın her iki boyutunun iyi oluş ile olan ilişkisi, literatürde çalışılan konulardandır. Hatta bazı çalışmalarda bu iki kavram genel iyi oluşun birbiriyle ilişkili alt boyutları şeklinde değerlendirilmektedir (Ör. Vohs vd., 2019). Ancak literatürde, yaşamda anlam açısından daha çok Anlam Varlığı ile iyi oluş ilişkisi çalışılmış, anlam arayışı ile PİO ilişkisini destekleyecek daha fazla ampirik çalışmaya ihtiyaç olduğu vurgulanmıştır (Ör. Stavrova & Luhman, 2016). Özellikle literatürde daha az ele alınan Anlam Arayışı ve PİO ilişkisinin ortaya konulması bu çalışmanın önemli katkılarından bir tanesi olarak öne çıkmaktadır.

“Yaşamda anlamı derinlemesine anlama çabasında anlamın varlığına odaklanırken arayışın kendisinin yaşamımızdaki rolünü ve insanların arayış için ortaya koyduğu çabayı göz ardı edemeyiz” (Brassai, Piko, ve Steger, 2012). Literatürde anlam arayışını mental sağlığın olumlu bir işareti (Frankl, 1959), işlevsizliğin belirtisi (Baumeister, 1991) ve hem sağlıklı hem de sağlıksız motivasyon kökenli (Reker, 2000) olarak gören yaklaşımlar bulunmaktadır. Ayrıca Steger vd. (2008) anlam arayışının, insanlarda altta yatan çeşitli motivasyonlardan kaynaklanabileceği ve buna bağlı olarak farklı korelasyonlara sahip olduğu şeklinde bir bakış açısını önermektedir. Tüm çalışmalarda anlam varlığı pozitif psikoloji değişkenleri ile olumlu ilişki gösterirken (negatif psikoloji değişkenleri ile olumsuz), anlam arayışında ilişkinin yönü farklılaşabilmektedir (Ör. Dezutter vd., 2013; Şahin vd., 2012; Kashdan ve Steger, 2007; Park, Park ve Peterson, 2010; Brassai, Piko, ve Steger, 2012; Ju, Shin, Kim, Hyun ve Park, 2013). Bu tür araştırma sonuçları, Japon üniversite öğrencileri arasında anlam arayışı ve anlam varlığı arasında pozitif bir bağlantı olduğunu (Amerikalı öğrenciler arasında ise tersi) doğrulayan kültürlerarası araştırmalar (Steger, Kawabata, Shimai ve Otake, 2008) ile birlikte değerlendirildiğinde, Batı kültürlerinde anlam arayışının işlevsel olmayan biçiminin daha yaygın görüldüğü söylenebilir. Asakawa ve Czikszenmihalyi (1998), Asya kökenli Amerikalıların, Avrupalı-Amerikalı öğrencilere göre değerli bir gelecek hedefi için çalışırken mutlu olma olasılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna

ulaşırlar. Sonuca ilişkin süreç üzerindeki bu vurgu, toplulukçu kültürlerden gelenlerin, daha yüksek anlam arayışı (süreç - çaba) seviyelerini destekleyebileceği şeklinde değerlendirilebilir (Steger, Kawabata, Shimai ve Otake, 2008). Diğer taraftan, Avrupa-Amerikan kültürlerinde pozitiflik ve negatiflik çelişkili olarak görülmektedir. Buna karşılık, Asya kültürlerinde daha bütünsel (diyalektik) olarak görülüyorlar (Ör. Kitayama ve Markus, 1999; Peng ve Nisbett, 1999). Amerika'da olumlu ve olumsuz duyguların yaşandığı deneyimlerin negatif yönde ilişkili olduğu, buna karşılık Çin, Kore ve Japonya'da pozitif korelasyon gösterdikleri raporlanmıştır (Bagozzi, Wong ve Yi, 1999; Kitayama ve diğerleri, 2006; Schimmack, Oishi ve Diener, 2002). Buradan hareketle, diyalektik bakış açısıyla ele alındığında pozitif/işlevsel anlam aramanın Doğu - Asya kültürel bağlamlarında görülme olasılığının daha yüksek olacağı söylenebilir.

Kültür ile yaşamda anlam boyutları ve iyi oluş arasındaki ilişkiye dair bulgular da literatürde yapılan çalışmaları genel olarak desteklemektedir. Her ne kadar söz konusu çalışmaların büyük çoğunluğu kültürü doğrudan ölçmeyip toplum düzeyinde ele alsada bu çalışmada elde edilen ampirik bulguları, önceki çalışmaların çıkarımlarını desteklemektedir (Örn. Emmons, 1996; Schnell, 2011; Sheldon & Kasser, 1994). Yaşamda anlam, evrensel bir yapıya ve bireysel özelliklere sahip olmakla birlikte, bir kültür içerisinde gelişir (Baumeister, 1991). “Kültürel norm ve idealler *iyi insan* veya *iyi yaşamın* nasıl olması gerektiğine dair paylaşılan bir model oluşturur ve hangi hedeflerin peşinden koşmaya değdiği, ne tür bir yaşamın yaşamaya değer olduğunu ve hangi deneyimlerin anlamlı kabul edildiği konularını belirler” (Zhang vd., 2016, s. 1474). Yaşamda anlamı şekillendiren bireylerin anlamı türettiği anlam kaynaklarıdır. Anlam kaynakları, bireyin içerisinde yaşadığı toplumun değerleri, inançları, hayat tarzları, sosyal ve bireysel ilişkileri gibi faktörlerden oluşmaktadır. Bunlar ise bireyin benimsediği kültürel normlar tarafından etkilenmeye açıktır. Bu nedenle kültürün yaşamda anlamı belirli bir düzeyde etkilemesi beklenir. Bu çalışma ile bahsedilen teorik açıklama ve çıkarımlara ampirik destek sağlanmıştır. Dolayısıyla, anlam genişliği (anlam kaynaklarının çeşitliliği) açısından farklılık olmasa da anlam kaynaklarının neler olduğu kültüre bağımlıdır (ör. Bar-Tur vd., 2001; Baumeister, 1991, Zhang vd., 2016).

Yaşamda anlamın kültürel hassasiyete sahip olduğu sürekli vurgulanmaktadır. Özellikle anlam açısından önemli olan anlam kaynakları ile amaçların şekillenmeleri ve bireyin iyi oluşuna katkı sunma süreçleri belirli bir oranda kültür tarafından şekillenmektedir (Schnell, 2009; Prinz, 2000). Erillik ve Dişilik boyutları açısından ifade etmek gerekirse, yüksek düzeyde erillik ve dişilik değerlerine sahip olma düzeyi, bu değerler doğrultusunda amaç oluşturmak ve bunları gerçekleştirmek için gerekli olan motivasyon düzeyini etkilemekte, dolayısıyla da bireylerin anlam arayış ya da deneyimlerine pozitif katkı sağlamaktadır. Hatta ilişki geliştirme (dişilik), özerklik ve bağımsızlık (Erillik) gibi değerler aynı zamanda yaşamda anlam kaynakları arasında da sayılmıştır (Zhang vd., 2016). Anlam ise bireylerin iyi oluşlarının bir yordayıcısıdır. Bu çalışmanın bulguları ise bu çalışmaların bulgu ya da çıkarımlarını büyük oranda desteklemektedir.

Çalışmanın ayrıca gündelik hayat ve profesyonel çalışmalara da katkısı olacağı düşünülmektedir. Bireyler, içinde buldukları kültürü daha iyi anladıkları zaman kendilerine bir hayat amacı oluşturma ve bu sayede kendi yaşamlarına ve çevrelerine dair anlamlı pozitif duygular geliştirme konularında daha etkin olabilirler. Diğer yandan yöneticiler ve psikologlar gibi profesyoneller, mesleklerini icra ederken pozitif psikolojiden yararlanabilirler. Kültür ve yaşamda anlam gibi pozitif psikoloji üzerinde etkisi olan değişkenleri bilmek, söz konusu profesyonellerin mesleklerini daha etkin olarak icra etmelerine katkı verebilir.

Kaynaklar

- Asakawa, K., & Csikszentmihalyi, M. (1998). The quality of experience of Asian American adolescents in activities related to future goals. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(2), 141-163.
- Bagozzi, R. P., Wong, N., & Yi, Y. (1999). The role of culture and gender in the relationship between positive and negative affect. *Cognition & Emotion*, 13(6), 641-672.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173.

- Bar-Tur, L., Savaya, R., & Prager, E. (2001). Sources of meaning in life for young and old Israeli Jews and Arabs. *Journal of Aging Studies*, 15, 253–269.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York, NY: Guilford Press.
- Bering, J. M. (2003). Towards a cognitive theory of existential meaning. *New Ideas in Psychology*, 21, 101–120.
- Biswas-Diener, R., Vitterso, J., & Diener, E. (2009). Most people are pretty happy, but there is cultural variation: The Inughuit, the Amish, and the Maasai, In (Ed.) Ed Diener, *Culture and Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*, Springer, 245-260.
- Blake A. Allan, Ryan D. Duffy & Richard Douglass (2014): Meaning in life and work: A developmental perspective, *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 10 (4), 1-9.
- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2012). Existential attitudes and Eastern European adolescents' problem and health behaviors: Highlighting the role of the search for meaning in life. *The Psychological Record*, 62(4), 719-734.
- Campbell, A. (1976). Subjective Measure of Well-Being, *American Psychologist*, 31 (2), 117-124.
- Chen, F.F., Jing, Y., Hayes, A., & Lee, J.M. (2013). Two concept or two approaches? A bifactor analysis of psychological and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1033-1068.
- Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being. *Journal Of Counseling And Development*, 77, 141-152.
- Cohen, K., & Cairns, D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective well-being? Confirmation and possible moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13, 313 – 331.
- Çelik, N. D., & Gazioğlu, E. İ. (2017). Üst düzey kişilik faktörleri ve yaşamda anlam: Temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20 (38), 11-32.

- Deci, L. E. & Ryan, M. R. (2008). Hedonia, Eudaimonia, and Well-Being: An Introduction, *Journal of Happiness Studies*, 9,1-11.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A metaanalysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197–229.
- DeRoon-Cassini, T. A., de St. Aubin, E., Valvano, A., Hastings, J., & Horn, P. (2009). Psychological well-being after spinal cord injury: Perception of loss and meaning making. *Rehabilitation Psychology*, 54, 306-314.
- Dezutter, J., Casalin, S., Wachholtz, A., Luyckx, K., Hekking, J., & Vandewiele, W. (2013). Meaning in life: An important factor for the psychological well-being of chronically ill patients? *Rehabilitation Psychology*, 58 (4), 334-341.
- Diener E. (2000). Explaining differences in societal levels of happiness: Relative standards, need fulfilment, culture and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies*, 1, 41–78.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181–185.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluation of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Social Indicators Research Series*, 39, 67-100.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
- Dunn, H. L. (1961). High level wellness. A Collection of Twenty-Nine Short Talks on Different Aspects of the Theme “High-Level Wellness for Man and Society”. Arlington, VA: Beatty.

- Ebersole, P. (1998). Types and depth of written life meanings. In T. P. Paul Wong & S. Prem Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp. 179–191). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). Washington, DC: American Psychological Association.
- Emmons, R.A. (1996). Striving and feeling: Personal goals and subjective well-being. In P.M. Gollwitzer, & J.A. Bargh (Eds.), *The psychology of action* (pp. 313–337). New York: Guilford.
- Emmons, R.A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61, 731–745.
- Feather, N.T. (1984). Masculinity, femininity, psychological androgyny, and the structure of values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (3), 604–620.
- Forgas, J.P. (2006). Affective influences on interpersonal behavior: Towards understanding the role of affect in everyday interactions. In J.P. Forgas (Ed.), *Affect in social thinking and behavior* (pp. 269–290). New York: Psychology Press.
- Forgas, J.P. (Ed.) (2001). *The handbook of affect and social cognition*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Fowers, B. J. (2005). Defining virtue. In B. Fowers (Eds.), *Virtue and psychology: Pursuing excellence in ordinary practices* (pp. 27–54). Washington, DC: American Psychological Association.
- Fowers, B. J. (2012). Placing virtue and the human good in psychology. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 32, 1–9.
- Frankl, V. (1959). *Man's Search for Meaning*. London: Hodder & Stoughton.
- Fredrickson, B.L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13, 172–175.

- Fry, P.S. (1998). The development of personal meaning and wisdom in adolescence: A reexamination of moderating and consolidating factors and influences. In: P.T.P. Wong, & P.S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application* (pp. 91–110). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ganellen, R. J., & Blaney, P. H. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 156-163.
- Ganesh, S., & Ganesh, M. P. (2014). Effects of masculinity-femininity on quality of work life. *Gender in Management: An International Journal*, 29 (4), 229–253.
- Gloria, A.M., Castellanos, J., & Orozco, V. (2005). Perceived educational barriers, cultural fit, coping responses, and psychological well-being of latina undergraduates. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 27 (2), 161-183.
- Gürbüz, S. (2019). *Aracı, düzenleyici ve durumsal etki analizleri*, 1. Baskı, Seçkin.
- Halama, P., & Dedova, M. (2007). Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: Do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studia Psychologica*, 49, 191–200.
- Harlow, L. L., & Newcomb, M. D. (1990). Towards a general hierarchical model of meaning and satisfaction in life. *Multivariate Behavioral Research*, 25 (3), 387-405.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D. & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 5-21.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: The Guilford Press.
- Heintzelman, S. J., & King, L. A. (2014). (The feeling of) meaning-as-information. *Personality and Social Psychology Review*, 18, 153–167.

- Heintzelman, S. J., Trent, J., & King, L. A. (2013). Encounters with objective coherence and the experience of meaning in life. *Psychological Science*, 24, 991–998.
- Helliwell, J.F., & Putnam, R.D. (2004). The social context of well-being. *The Royal Society*, 359, 1435 – 1446.
- Hofstede, G. (1998). *Masculinity and femininity: the taboo dimension of national cultures*. Sage Publications, Thousand Oaks, CA.
- Hofstede, G., Hofstede, G.J., & Minkov, M. (2010). *Cultures and organizations, software of the mind: Intercultural cooperation and its importance for survival*. New York: Mc Graw- Hill.
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1 (2). 137 – 164.
- Ju, H., Shin, J. W., Kim, C. W., Hyun, M. H., & Park, J. W. (2013). Mediation effect of meaning in life on the relationship between optimism and well-being in community elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 56(2), 309-313.
- Kashdan, T. B., Biswas-Diener, R., & King, L. A. (2008). Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *The Journal of Positive Psychology*, 3, 219–233.
- Kashdan, T.B., & Breen W.E. (2007). Materialism and diminished well-being: Experiential avoidance as a mediating mechanism. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26 (5), 521-539.
- Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2007). Curiosity and pathways to well-being and meaning in life: Traits, states, and everyday behaviors. *Motivation and Emotion*, 31(3), 159-173.
- Kim, Y., Kasser, T. & Lee, H. (2003). Self concept, aspirations, and well-being in South Korea and United States. *The Journal of Social Psychology*, 143 (3), 277-281.

- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 176–196.
- Kitayama, S., Ishii, K., Imada, T., Takemura, K., & Ramaswamy, J. (2006). Voluntary settlement and the spirit of independence: Evidence from Japan's northern frontier.". *Journal of personality and social psychology*, 91(3), 369.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (1999). Yin and yang of the Japanese self: The cultural psychology of personality coherence.
- Kitayama, S., Markus, H.R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, 14 (1), 93-124.
- Koydemir, S., & Schütz, A. (2014). Almanya'daki Türk göçmenlerde yaşam doyumu: Kültürel kimlik ve benlik kurgularının rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (42), 209-220.
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A., & Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 5, 367–376.
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Hicks, J. A., Kamble, S., Baumeister, R. F., & Fincham, F. D. (2013). To belong is to matter: Sense of belonging enhances meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39, 1418–1427.
- Lavigne, K.M., Hofman, S., Ring, A.J., Ryder, A. G., & Woodward, T. S. (2013). The personality of meaning in life: Associations between dimensions of life meaning and the Big Five. *The Journal of Positive Psychology*, 8 (1), 34–43.
- MacKinnon, D. (2008). *Introduction to statistical mediation analysis*. New York: Roudledge.
- Machell, K. A., Kashdan, T. B., Short, J. L., & Nezlek, J. B. (2015). Relationships between meaning in life, social and achievement events, and positive and negative affect in daily life. *Journal of Personality*, 83, 287–298.

- Martela, F., & Steger, M.F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11 (5), 531-545.
- Newman, D.B., Schwarz, N., Graham, J., & Stone, A.A. (2018). Conservatives report greater meaning in life than liberals. *Social Psychological and Personality Science*, 10 (4), 494-503.
- O'Connor, K., & Chamberlain, K. (1996). Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid- life. *British Journal of Psychology*, 87, 461–477.
- Oishi, S., & Diener, E. (2009). Goals, culture, and subjective well-being. In Diener E. (Eds.), *Culture and Well-Being: The Collected Works of Ed Diener* (pp. 93-108). *Social Indicators Research Series*, Springer, Dordrecht, 93-108.
- Paloutzian, R. F. & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being, and quality of life. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*. New York: Wiley.
- Park, J., & Baumeister, R. F. (2017). Meaning in life and adjustment to daily stressors. *The Journal of Positive Psychology*, 12 (4), 333-341.
- Park, N., Park, M., & Peterson, C. (2010). When is the search for meaning related to life satisfaction?. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 2(1), 1-13.
- Peng, K., & Nisbett, R. E. (1999). Culture, dialectics, and reasoning about contradiction. *American psychologist*, 54(9), 741.
- Preacher, K.J., & Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: Quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychological Methods*, 16, 93 – 115.
- Prinz, W. 2000. Kognitionspsychologische Handlungsforschung. *Zeitschrift für Psychologie*, 208: 32–54.
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. In G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: optimizing human development across the life span* (pp. 39–58). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

- Reker, G. T., & Wong, P. T. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In: J. E. Birren, ve V. L. Bengston (Eds), *Emergent Theories of Aging*, 214-246. New York: Springer.
- Riichiro, I., & Masahiko, O. (2006). Effects of a firm purpose in life on anxiety and sympathetic nervous activity caused by emotional stress: Assessment by psycho-physiological method. *Stress and Health*, 22, 275–281.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *The American Psychologist*, 55 (1), 68–78.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everyting, or is it? Explorations on the meaning of psychological well- being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C.D. (1995). Well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*, 4 (4), 99-104.
- Ryff, C.D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83, 10–28.
- Ryff, C.D., & Keyes, L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719 – 727.
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (2013). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. In A. Delle Fave (Eds.), *The Exploration of Happiness*, Happiness Studies Book Series, 97-114.
- Ryff, CD., & Singer, B.H. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9 (1),1–28.
- Sakal, Ö. (2018). Mükemmeliyetçilik ve yaşamda anlam. *MCBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 16 (3), 37-56.

- Sargut, S. (2001). *Kültürlerarası Farklılaşma ve Yönetim* (2. bs.). Ankara: İmge Kitabevi.
- 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(1), 93–112.
- Schimmack, U., Oishi, S., & Diener, E. (2002). Cultural influences on the relation between pleasant emotions and unpleasant emotions: Asian dialectic philosophies or individualism-collectivism?. *Cognition & Emotion*, 16(6), 705-719.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (4), 582 – 593.
- Schmitt, M.T., Branscombe, N.R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140 (4), 1-28.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4, 483–499.
- Schnell, T. (2011). Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity. *Personality and Individual Differences*, 51, 667–673.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Sheldon, K.M., & Kasser, T. (1994). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 531–543.
- Sherman, A. C, Simonton, S., Latif, U., & Bracy, L. (2010). Effects of global meaning and illness-specific meaning on health outcomes among breast cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine*, 33, 364-377.

- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. *Sociological Methodology*, 13, 290-312.
- Spencer-Rodgers, J., Peng, K., Wang, L., & Hou, Y. (2004). Dialectical self-esteem and east-west differences in psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30 (11), 1416-1432.
- Stavrova, O., & Luhmann, M. (2016). Social connectedness as a source and consequence of meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 11 (5), 470-479.
- Steger, M. F. (2013). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of spirituality, psychopathology, and well-being. In P. T. P. Wong (Eds.), *The human quest for meaning*, 2nd ed., 165-184. New York, NY: Routledge.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S. & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1), 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, 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), 199-228.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4 (1), 43-52.
- Suh, E.M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (6), 1378 - 1391.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Sezen, K., & Havva, P. (2012). Öznel İyî Oluşu Açıklamada Umut ve Yaşamda Anlamın. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 827-836.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyî Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.

- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press.
- Van Tongeren, D.R., Green, J.D., Davis, D.E., Hook, J.N. & Hulseley, T.L. (2016). Prosociality enhances meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 11 (3), 225-236.
- Vohs, K.D., Aaker, J.L., & Catapano, R. (2019). It's not going to be that fun: negative experiences can add meaning to life. *Current Opinion in Psychology*, 26, 11-14.
- Wong, P. T. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. In P. T. Wong & P. Fry (Eds.), *The human quest for meaning* (pp. 111–140). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Yanez, B., Edmondson, D., Stanton, A. L., Park, C. L., Kwan, L., Ganz, P. A., & Blank, T. O. (2009). Facets of spirituality as predictors of adjustment to cancer: Relative contributions of having faith and finding meaning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77, 730-741.
- Zhang, H., Sang, Z., Chan, D. K. S., Teng, F., Liu, M., Yu, S., & Tian, Y. (2016). Sources of meaning in life among Chinese University students. *Journal of Happiness Studies*, 17, 1473–1492.
- Zhang, H., Sang, Z., Chan, D.K.S., & Schlegel, R. (2019). Threats to belongingness and meaning in life: A test of the compensation among sources of meaning. *Motivation and Emotion*, 43, 242 – 254.
- Zhao, X., Lynch Jr, J. G., & Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of Consumer Research*, 37(2), 197.
- Zika, S. & Chamberlain, K. (1987). Relation of hassles and personality to subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 155-162.
- Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83 (1), 133–145.