

Öğretmenlerin Yaşamın Anlamını Algılama Durumlarının Değerlendirilmesi

Kumral ÜNSEVER YAPRAK¹

Hakan KÖK²

Ümit KÖK³

Sıdıka KÖK⁴

DOI: 10.5281/zenodo.10070283

Öz

Öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama durumlarının değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışmada nicel araştırma modellerinden olan genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma 2023-24 eğitim öğretim yılında Malatya ilinde görev yapmakta olan 400 öğretmen ile yürütülmüştür. Araştırmada yaşamın anlamını ölçmek amacıyla Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilen, Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından uyarlanan Yaşamın Anlamı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde SPSS programından yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda kadın öğretmenlerin yaşamın anlamını algı düzeylerinin erkek öğretmenlere göre daha yüksek olduğu, sayısal branş gurubunda olan ve evli olan öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama düzeyleri de yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmada ayrıca kıdemin ve eğitim düzeyinin artması ile yaşamın anlamını algılama düzeyinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen, Eğitim, Yaşamın Anlamı

Evaluation of Teachers' Perception of the Meaning of Life

Abstract

In this research, which was conducted to evaluate teachers' perception of the meaning of life, the general survey model, which is one of the quantitative research models, was used. The research was conducted with 400 teachers working in Malatya in the 2023-24 academic year. In order to measure the meaning of life, the Meaning of Life Scale, developed by Steger

¹ Yağmurlu İlkokulu, Akçadağ/Malatya, kumralunsever@hotmail.com.

² Dilek Aydoğan İlkokulu, Yeşilyurt/Malatya, hakankok1978@gmail.com.

³ Şehit Onur Deniz Mesleki Eğitim Merkezi, Osmaniye, umitkok321@hotmail.com.

⁴ Şehit Veli Demiryürek Bilim ve Sanat Merkezi, Osmaniye, nur-321@hotmail.com.

et al. (2006) and adapted by Demirdağ and Kalafat (2015), was used in the study. SPSS program was used to analyze the research data. As a result of the research, it was determined that female teachers' perception of the meaning of life was higher than male teachers, and that teachers in the numerical branch group and who were married had higher levels of perception of the meaning of life. The study also concluded that the level of perception of the meaning of life increases with the increase in seniority and education level.

Keywords: Teacher, Education, Meaning of Life

Giriş

Birey doğduğu andan itibaren hayatın akışıyla birlikte belli süreçleri yaşamaya başlar. İlk yıllarda bakım verenlerle iletişim ve bakım alma süreci söz konusudur; sırasıyla çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikte yaşam farklı süreçler ve beklentilerle devam etmektedir. Bu süreçte insanların günlük yaşamlarında yaptıkları eylemler onlar için açık ya da örtülü anlamlar taşımaktadır. İnsanı diğer canlılardan ayıran özellik düşünebilmesidir. Hayatı inşa etmek ve hayata kök salmak insanın psikolojik ihtiyaçlarıdır. Hayatın anlamı ve kişinin bulduğu anlam kişiden kişiye farklılık gösterebilmektedir. Yaşamı anlamlandırmak bireylerin hayata bağlılıklarını sürdürmelerini ve kendilerini güvende hissetmelerini sağlamaktadır (Sezer, 2012).

Literatür incelendiğinde "anlamın sorgulanması" ve "hayatın anlamı" arayışının çok eski tarih dönemlerine kadar dayanabildiğini görebiliriz. Bu kavramın araştırılmasının öncelikle felsefi tartışmalarla başladığı ve özellikle sosyolojik değişimlerin etkisiyle devam ettiği görülmektedir (Cezayirli, 2004).

Anlam kavramı temel olarak kişinin uyum, anlamlılık, yönetilebilirlik ve yaşamına sahip olma duygusu olarak tanımlanmaktadır (Schnell, 2009). Psikoloji literatüründe yaşamın anlamının farklı tanımları vardır. Yaşamın anlamı kavramı daha çok insanların yaşamın anlamını, önemini ve amacını şekillendirmek veya geliştirmek için harcadığı güç, yoğunluk, çaba ve arzu olarak tanımlanmaktadır (Steger vd, 2008). Şentürk ve Yakut'a (2014) göre varlığa karşı dengeli, düşünceli ve yargılayıcı olmayan bir tutum sağlayan çeşitli sonuçların doğal sonucudur. Bireyin psikososyal anlam ihtiyacını karşılayamaması, birçok kalıcı ve zarar verici sorunla karşı karşıya kalma riskini taşır. Kişinin hayatına anlam vermesi olumlu değişimlere yol açabileceği gibi, hayatın anlamsız olduğuna inanması da kişide olumsuz duygu ve düşüncelere yol açabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında yaşamın anlamı, yaşamın kendisi kadar önemlidir

Yaşamın anlamı, bireysel varoluşun önemini hatırlatan ve duyguların oluşmasına olanak sağlayan bir kavramdır. Arayışının yaşamın doğal ve sağlıklı bir parçasıdır. Anlam arayışı bireylerin en temel ihtiyaçlarından biridir (Steger vd., 2008). Hayatın anlamı asla kaybolmaz, sadece değişir (Frankl, 2010). İnsanın manevi tatmine de ihtiyacı vardır, ancak manevi tatmini elde edenler hayata daha olumlu bakabilir. Frankl (2013) bireyin anlam arayışını üç temel prensibe ayırmış ve bunun sağlıklı bir yaşamın temeli olduğunu belirtmiştir. Bunlar;

1. Hayatın anlamını aramak insanın temel motivasyonudur.

2. İnsan yaşamının bir anlamı vardır ve birey bu anlamı kendi başına keşfedip elde edebilir.

3. Anlam her durumda bulunabilir.

Herkesin hayatta bir hedefi olduğuna ve bunun insan hayatını anlamlı kılmaktadır (Adler, 2014). Başka bir tanımda Wong (1998) anlamlı yaşamın sekiz kaynağı olduğunu açıklamaktadır: insan yaşamı için gerekli olan adalet, samimiyet, kabullenme, başarı, kendini aşma, dürüstlük, kişilerarası ilişkiler, din ve olumlu duygulardır. Yaşamın anlamı herkes için farklıdır ve bireyin yaşam evresine göre değişmektedir (Frankl, 2013).

Yaşamın anlamı bireylerin kendilerini anlamalarına ve yaşamlarına daha motive olmaları açısından önemlidir. Öğretmenlerin yaşamın anlamını kavramaları, kendilerini daha iyi anlayarak yapabileceklerinin farkına varmalarını ve mesleklerine daha yoğun bir şekilde odaklanarak eğitimin amaç ve hedeflerine ulaşılmasını sağlayabilecektir. Buna göre araştırmada öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama durumlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yaşamın Anlamı

Antik çağlardan günümüze kadar yaşamın anlamını konu alan; filozoflar, ilahiyatçılar, sanatçılar ve bilim insanları görüşlerini dile getirmişlerdir. Dolayısıyla hayatın anlamının bilinip bilinmeyeceği, eğer öyleyse ne olduğu sorularının yanıtları da subjektiftir. Yaşamın genel, nesnel bir anlamından bahsetmek entelektüel açıdan mümkün görünse de ampirik olarak imkansızdır (Baş ve Hamarta, 2015).

Hayatın anlamının ne olduğu sorusu insanlık tarihi kadar eski sorulardan biridir. Adler (2000), insanların kendilerini mağlup hissettiklerinde çoğunlukla hayatın anlamını sorguladıklarını söylemiştir. Her şey yolunda gittiğinde hayatın anlamını sorgulamayan bir kişinin, rüzgar ters yönden estiğinde hayatın anlamını sorgulamaya başlayacağına dikkat çeken Adler, bu kişinin kendiliğinden anlamlı bir hayat yaşayacağını ve sosyal ilgi alanlarına sahip olacağını ve sevgi, hayatın anlamını gerçekten aramak yerine, tüm insanlığa fayda sağlayan kariyerlere yöneleceğini vurgulamıştır.

Sanayi Devrimi ve bu devrimin getirdiği kapitalist düzen ile birlikte insanlar varlığını daha çok sorgulamaya başlamıştır. Varlık sorununu ve nedenlerini sorgulamaya başladı. Dolayısıyla bireysel anlam arayışının insanlık tarihi kadar eski olduğu söylenebilir. Felsefe ya da din başlı başına insanın anlam arayışını incelemez. Psikolojinin de bu konuya oldukça yer ayırdığını belirtmekte fayda vardır. Anlam arayışı, II. Dünya Savaşı'ndan sonraki Soğuk Savaş döneminde psikolojinin en önemli konularından biri haline geldi. Psikolojinin yapısına ve amacına bakıldığında konunun genellikle kişisel anlam arayışı kapsamında incelendiği görülmektedir (Sezer, 2012). Hayatın anlamı kişiden kişiye, günden güne ve zamandan zamana değişir. Bu nedenle önemli olan yaşamın anlamı değil, belirli bir zamanda kişinin yaşamının spesifik anlamıdır. Aynı şey bireysel varoluş için de geçerlidir. Bireyler soyut yaşamın anlamını sorgulamamalıdır (Frankl, 2013).

Adler'e (2000) göre hayatın anlamına ilişkin tüm doğru görüş ve kavramların belirleyici kriteri objektiftir. Hayatına verdiği anlam doğrultusunda bir şeyler yapmak isteyen ve tüm çabasını bu hedefe yönlendiren bir insan, kuşkusuz yapmak üzere olduğu işi başarmak için fiziksel ve zihinsel olarak en iyi durumda olacaktır. Hayatın anlamı bir problemin çözümü değil, belli bir şekilde yaşama durumudur. Bu metafizik bir soru değil, etik

bir sorudur. Hayattan ayrı değildir, hayatı değerli kılan, yani hayatın belirli özelliklerini, derinliğini, zenginliğini ve yoğunluğunu sağlayan bir durumdur. Bu anlamda hayatın anlamı, hayatın kendisine belli bir açıdan bakmaktır (Eagleton, 2007).

Adler'in (2000) belirttiği gibi yaşamda anlam arayışı çocuklukta başlar. Bebekler bile hayatta hangi rolü oynayacaklarını kendi yöntemleriyle anlamaya çalışırlar. Beş yaşına gelindiğinde çocuklar problemlere ve ödevlere yaklaşma konusunda benzersiz bir tarz geliştirmişlerdir. Hayatı ve deneyimleri kendisine güvenmeden yorumlar ve bu yorum, başlangıçta ona yüklediği anlamla tutarlıdır. Bireyin anlam arayışı, içgüdüsel dürtülerin "ikincil rasyonelleştirilmesi" değil, yaşamının birincil motivasyonudur. Bu anlam benzersizdir çünkü ancak bireyin kendisi aracılığıyla keşfedilebilir ve keşfedilmelidir. Ancak o zaman bireyin kendi anlam arzusunu tatmin etme önemini kazanabilmektedir (Frankl, 2013).

Hayatın gerçek anlamı başkaları için iyi olan şeyler yapmaktır. Atalarımızdan bize miras kalan mirasa baktığımızda onlarla birlikte kaybolmayan tek şey, başkaları için yaptıkları yaratıcı çalışmalar olduğunu belirten Adler (2000), yaşam deneyimleri tarımının, yaşamda birçok alana katkı sağlanabileceğini belirtmiştir. Yalom'un (2001) belirttiği gibi sanayi öncesi tarım dünyasında insanlar birçok yaşam sorunuyla karşı karşıyaydı, ancak günümüzün anlamsız endişelerinin hiçbirisi yoktur. Antik çağda insanlar yiyecek ve barınma gibi temel hayatta kalma ihtiyaçlarını karşılamakla o kadar meşguldü ki, anlam arayışlarını incelemeye zamanları yoktur. Anlamsızlık boş zaman ve özgürlükle iç içedir; birey günlük yaşamla ve hayatta kalmayla ne kadar ilgilenirse bu sorun o kadar az ortaya çıkmaktadır.

Frankl'ın (2013) bir Nazi toplama kampında yaşadığı deneyim, kendisine ve diğerlerine terapi sırasında yaşamın anlamının önemi üzerine düşündürdüğünden, Frankl doğal olarak yaşamın anlamı üzerine yapılan araştırmalar için bir ilham kaynağı haline geldi. Frankl, bireysel kişilik hakkında yeni bir düşünme biçimi yaratmaya çalıştı. Frankl yaşamın anlamı kavramını öznel olarak yorumlamıştır. Hayatın tüm insanlar için geçerli olan evrensel bir anlamının olamayacağını, hayatın anlamının herkes için farklı olacağını ifade etti. Sonuçta bu, hayatın sorunlarına doğru çözümler bulmak ve her kişi için sürekli olarak belirlenen görevleri tamamlama sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir. Bu görevler ve hayatın anlamı kişiden kişiye değişir. Bu nedenle yaşamın anlamını genel hatlarıyla açıklamak mümkün değildir. Hayatın anlamına dair sorular genel ifadelerle cevaplanamamaktadır.

Anlam ve amaç farklı anlamlara sahiptir. Anlam, anlam veya tutarlılık anlamına gelir. Anlam arayışı tutarlılık arayışıdır. Amaç, niyet, amaç ve işlevi ifade eder. Bir şeyin amacı sorgulandığında işlevselliği de sorgulanır (Yalom, 2001). Bazı insanlar hayatın insanlar kadar anlamlı olduğuna inanmaktadır. Hiç kimsenin yaşamın anlamı tam ve doğru değildir. Öte yandan, insanların salt amaçlı anlam olarak düşündükleri şey tamamen yanlış değildir (Adler, 2000).

Yaşamda anlamın temelleri ve tanımı konusunda farklı görüşler olsa da tüm bu farklı görüşlerde anlam arayışı temel bir ihtiyaçtır. Yaşamda anlam, bireyin doğuştan gelen önceliklerini ve yaşam duruşunu oluşturan, yaşamını yaşanabilir kılan iyileşme ve gelişmenin temeli olarak tanımlanabilir (Demirci-Seyrek, 2017). Dünyadaki hiçbir şey, insanların en zorlu koşullarda hayatta kalmasına, hayatın bir anlamı olduğu fikrinden daha etkili bir şekilde yardımcı olamaz. Nietzsche şöyle konuştu: "Yaşamak için bir nedeni olan insan, hemen hemen her şeye katlanabilir." Hayatın anlamı için, yaşam nedenlerine tutunmanın önemini vurgulamıştır (Frankl, 2013).

Hayatın iki anlamı vardır: kozmik anlam ve kişisel anlam. Yaşamın kozmik anlamı; Batı dünyasında Yahudilik ve Hıristiyanlığın dini gelenekleri, dünyanın ve bireysel yaşamların Tanrı'nın takdir ettiği planın bir parçası olduğu ve insan yaşamının Tanrı gibi hedeflere adanması gerektiği yönünde geniş bir anlam sistemine dayanmaktadır. Tanrı'nın temsil ettiği kişi Hedef mükemmelliktir, dolayısıyla yaşamın amacı mükemmelliktir ki bunun da sıkı çalışma olduğu söylenir. Hayatın seküler anlamı, belirli bir tanımdan ziyade, hayatı anlamlı kılan (din dışındaki) faktörleri ifade etmektedir. Bunlar; fedakârlık, bir amaca bağlılık, yaratıcılık ve kendini gerçekleştirme (Yalom, 2001).

Yüksel (2012), kişinin yaşamının anlamlı olup olmadığını kişinin hayata karşı tutumunu gösterdiğini, yaşamda anlam bulanların zorlu yaşam koşulları altında daha dayanıklı olduklarını ve zorlu kişisel duygularla daha kolay baş edebildiklerini belirtmiştir. Anlamlı hayatlar yaşayan insanların, hayatlarından memnun kalabildikleri ve olumlu bir benlik algısı geliştirebildikleri de belirtilmektedir. Frankl (2013) insanın hayatta anlamı üç şekilde kazanabileceğini belirtmektedir. Bunlar;

1. Eser yaratmak veya iş yapmak,
2. Bir insanla yaşamak (sevmek),
3. Kaçınılmaz acıya karşı tavır alınmasıdır.

Bir işi yapmanın veya bir işi yapmanın birinci yolu oldukça basit iken, ikinci ve üçüncü yollar biraz daha karmaşıktır. İkinci yol olan sevgi ise bir insanı sevmek, doğayı ve kültürü deneyimlemek, karşıdaki kişinin onu severek var olan potansiyelinin gelişmesini sağlamakla ifade edilir. Birini sevmediğiniz sürece kimse onun gerçek doğasını anlayamaz. Acıya karşı tutum oluşturmak olan üçüncü yol, çaresiz kaldığımızda ve değiştiremeyeceğimiz yaşam olaylarıyla karşı karşıya kaldığımızda bile yaşamda anlam kazanabileceğimizi gösterir. İnsanın zor durumları bile başarıya dönüştürebildiğini, bunun insana özgü bir durum olduğunu belirtmiştir.

Krause ve Hayward (2014) yaşamın anlamına ilişkin beş faktörlü bir model geliştirmiştir. Bunlar:

- Gerekli değere sahip
- Hedefi var
- Enerji, kararlılık ve güç gerektiren hedefleriniz olsun.
- Geçmişle hesaplaşın
- Hayatın anlamını hissedebilmek.

McGregor ve Little (1998), kişisel projelerin kimlik yapılarıyla uyumlu olması durumunda hayatını anlamlı bulan kişilerin sayısının arttığını belirtmiştir. Kişisel projeler ise, ilişkiler, anılar, roller ve görevler, yetenekler, değerler ve kişisel geçmişin oluşturduğu bir kişinin kendisini nasıl tanımladığını yansıtır. Ayrıca ilişkilerin, fedakârlığın, inancın, kendini ifade etme ve yaratıcılığın, ekonomik fırsatlara sahip olma ve hayattan keyif alma yeteneğinin hayatı anlamlı kılan kaynaklar olduğunu belirtmektedir. Frankl, koşullar ne olursa olsun bireyin hiçbir zaman hayatın anlamını kaybetmediğini kaydetti. Frankl, yaşamın anlamının acı çekmeyi, ölümü ve yoksunluğu içerdiğine inanmıştır (Frankl, 2013).

İnsanın varoluşunun anlamına ve bireyin bu anlamı arayışına odaklanır. Frankl (2013) bireyin anlam arayışının sağlıklı bir yaşam için temel motivasyon olduğunu belirtmiş ve bunun üç temel prensibi olduğunu dikkat çekmiştir:

1. Yaşamın anlamını bulmak bireylerin temel arzusudur.
2. Bireysel yaşamın bir anlamı vardır ve bu anlamı ancak birey keşfedip ortaya çıkarabilir.
3. Her durumda anlam bulunabilir.

Verme, başkalarına yardım etme ve dünyayı daha iyi bir yer yapma inancı güçlü bir anlam kaynağıdır. İnsan başka insanlarla etkileşime girerek anlam bulabilir. Pek çok insan başkalarına hizmet etmenin ve kendilerini kariyerlerine adanmanın anlamını görürken, insanlar aynı zamanda yaratıcı yaşamın da anlamını görüyor. Yeni ve güzel bir şey yaratmak anlamsızlığa karşı güçlü bir panzehirdir. Anlam sağlayan yaratıma giden yol, yaratıcı sanatçılarla sınırlı değildir. Bilimsel keşif eylemi aynı zamanda en yüksek yaratıcı faaliyettir (Yalom, 2001).

King ve Hicks'e (2009) göre yaşam deneyimlerimizin bir anlamı olup olmadığı ve nasıl olduğu sorusu, belki de güvenli bir yerde olmak, yerleşip türümüzün verildiğini düşünmek için bireyler kadar psikologlar için de merkezi bir öneme sahiptir. Anlam arayışı, anlamın pasif olarak kabul edilmesi olarak düşünülmemektedir. Yaşamı yönlendiren anlam, iş ve günlük yaşamla ilgili kişisel felsefeleri içerebilir. Anlamlı bir yaşam, dini törenlere katılma, ritüellere katılma ve onlar gibi giyinme seçeneklerini kapsayabilmektedir.

İnsanlar anlamlı ilişkilerle dolu bir dünyada yaşıyorlar. Kendini bu anlamdan soyutlayıp sadece nesneye odaklanan kişi, kendisini derinden mutsuz bulacaktır. Hiç kimse bu dünyada anlamsız yaşayamaz. Gerçeklik ona yüklenen anlam aracılığıyla kavranır. Bu anlam her zaman az çok kusurlu ve eksik olsa da hiçbir zaman tam anlamıyla doğru bir anlam içermemektedir. Hayatımızı hedeflerimize hizmet edecek şekilde şekillendirir, hayatımıza anlam katarak kendimizi bir kadere uydurulmaktadır. Deneyimlere yüklediğimiz anlamı belirli durumlar belirlemez; insanlar kendilerini durumlara yükledikleri anlamlarla belirlerler (Adler, 2000).

Dünyayı daha yaşanılır bir yer haline getirmek, başkalarına hizmet etmek, topluluklara yardım etmek gibi faaliyetler birçok insan için hayatın anlamını oluşturmaktadır. Ölmekte olan kanser hastaları üzerinde yapılan klinik çalışmalarda, hayatlarında derin bir anlam deneyimleyenlerin, hayatları anlamdan yoksun olanlara göre daha dolu yaşadıkları ve ölümle daha az umutsuzlukla yüzleştikleri görülmüştür (Yalom, 2001). Anlamsızlık ciddi bir kayıptır, önce anlamın var olması gerekir. Anlam her zaman çözülmesi gereken bir sorun değildir. Anlam, gündelik yaşamda bir yaşam atmosferi olarak deneyimlenebilir. Anlam bulmak, kişinin önceki olasılıklarını yeni deneyimlerle bütünleştirmesini içerir. Buna karşılık, olaylar potansiyel olarak yıkıcı olarak görüldüğünde, kişinin anlam yapılarını değiştirme ihtiyacı baskın hale gelebilir. Anlam keşfini anlam yapılarıyla karşılaştırdığımızda anlam yapıları, bireyin deneyim ve beklentiler arasındaki uçurumun farkındalığıyla motive olmaktadır (King ve Hicks, 2009).

Yaşamın Anlamı Kavramının Tarihsel Gelişimi

Sanayi Devrimi öncesinde 18. yüzyılda insanlar önemli süreçleri gerçekleştirmek ve ihtiyaçlarını karşılamak için daha fazla zaman ve enerji harcıyorlardı. Barınma, giyinme, beslenme gibi temel ihtiyaçların uzun vadeli çabalar gerektirdiği bir dönemde insanlar zamanlarının neredeyse tamamını bu görevleri tamamlayarak geçiriyorlar. Sanayi Devrimi ile birlikte zaman alan pek çok şey çok hızlı bir şekilde yapılabildi. Daha önce de belirttiğimiz gibi insanlar gündelik işler üzerinden hayatlarını sürdürmeye devam ederken, bu faaliyetlere ayrılan çalışma süresi bir anda azalınca hayatlarına anlam verme düşüncesiyle karşı karşıya kalmaktadırlar (Geçtan, 1990).

Bu gelişmeler aslında toplumun refahını artıran olumlu gelişmeler gibi görünse de aynı zamanda boş zamanlara uyum sağlama sürecini ve hayattaki ani değişiklikleri de beraberinde getiriyor. Yalom'a göre bireyin anlam arayışı, özgür olduğu süre yani özgürlük derecesi ile doğru orantılıdır (Yalom, 2001). Savaş, toplumu psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik olmak üzere birçok alanda etkileyen bir yaşam olayıdır. Savaş olgusu bireylerin güvenilir bir dünya algısını azaltmakta, psikolojik ve fiziksel olarak kendilerini tehlikeli hissetmelerine neden olmaktadır. İkinci Dünya Savaşı'nın da bu konuda büyük etkisi oldu. Sanayi Devrimi'nde olduğu gibi savaş sırasında ve sonrasında toplumsal yaşamda ve günlük hayatta yaşanan büyük değişiklikler, insanları hayatın anlamını sorgulamaya yöneltti. Bu dönemde yaşanan kaos ve ani değişimler nedeniyle insanlar, insan gücünü artırmak ve onu hayata bağlamak için psikoloji alanındaki araştırmalara önem vermeye başlamıştır. Görüldüğü üzere pozitif psikoloji alanında yapılan bu çalışmaların da etkisiyle hayatta anlam kavramı daha detaylı incelenmeye başlanmıştır (Demirbaş-Çelik vd., 2016).

Bundan önce "hayatın anlamı" kavramı ağırlıklı olarak felsefi anlamda tartışılırken, Viktor Frankl savaş döneminden etkilenerek (kendi tanımladığı) logoterapi ekolünü kurduktan sonra logoterapi alanında daha fazla araştırma yapmaya başladı. Psikoloji. "anlam yoluyla iyileşme" olarak adlandırılmaktadır (Frankl, 2009). Frankl varoluşçu akımı benimsemiş ve İnsanın Anlam Arayışı adlı kitabında yaşamın anlamından ve logoterapinin kuruluş aşamalarından geniş bir şekilde bahsetmiştir. Frankl, insanların davranışlarındaki farklılıkları gözlemlediği ve düşündüğü bir Nazi toplama kampında zaman geçirmiştir. Bazı insanların hayatı ve kaderi başkalarının elindedir, sevdiklerini ve özgürlüklerini kaybetmişlerdir, bir geleceği olamayacağını bilirler ama kendilerinden tamamen vazgeçerler ve hayatlarının sonunu beklemektedirler. Burada Frankl'ın kendisi de deneyimin yanında yer alıyor ve hayatta sebat edenlerin büyük içsel gücünün onları ayakta tutan anlamdan geldiğini keşfediyor. Bu sayede insanların fiziksel durumları ne olursa olsun umut ve motivasyonu kendi içlerinde taşıyabileceklerini kanıtlamaktadır (Şanlı, 2016).

Viktor Frankl, bireylerin üç şekilde anlam kazanabileceğine inanıyordu: Bir iş yaratarak veya bir iş için çabalayarak, yani üretmek, bir şeyler deneyimleyerek veya insanlarla birlikte olup bağlantılar kurarak ve kaçıp bulmak yerine kaçınılmaz. Acıyla yüzleşerek acının anlamıdır (Frankl, 1965).

Bu kategoriler yaratıcı, deneyimsel ve tutumsal olarak özetlenebilir. Günlük yaşamın içerdiği basit zevkler de bu kategorilere girebilir. Örneğin günlük tutmak bireyin yaratıcılığını destekleyebilir, keyif aldığı bir yemeği yerken bireyin kendisini mutlu hissetmesini sağlayabilir ve deneyimsel olarak anlam katabilir. Frankl'ın en çok değer verdiği başlığı olan "Tutumsal Anlam" bölümünde, acı verici bir durumda yaşanan acıya bilinçli olarak anlam yükleyebilmek, bireyi hem genel olarak hem de o durum içinde canlı tutmaktadır. Karşı koymak yerine sorumluluk alarak durumu en iyi şekilde değerlendirmeye odaklananlar

psikolojik olarak en güçlü olanlardır. Bireyler bu yollardan bir veya birkaçı yoluyla anlam kazanabilmekte ve bu anlam sayesinde en zor koşullara bile dayanabilmektedir (Frankl, 2010).

Yaşamın Anlamına İlişkin Kuramlar

Victor Frankl

Frankl varoluşçu psikolojinin öncülerinden biriydi ve yaşamın anlamı kavramına ilişkin çalışmaların gelişmesinde önemli bir rol oynadı. Frankl, II. Dünya Savaşı sırasında Auschwitz ve Dachau toplama kamplarında hapsedildi ve savaşta birçok akrabasını kaybetti. Toplama kamplarında hayatta hiçbir beklentisi olmayanların, hayatta hedefleri olanlardan daha erken öldüğünü gözlemledi. Savaştan sonra insanların hayatlarında anlam bulmalarına yardımcı olmak için logoterapiyi geliştirmiştir (Frankl, 1997).

Frankl (1997) çağdaş varoluşsal stres ve kaygının anlam eksikliğinden kaynaklandığına dikkat çekmiştir. Ona göre hayat, acısı ve tatlısı bir süreç, bir anlamda dram sahnesidir. Bu senaryoda insanların hem acı hem de tatlı olaylarla karşı karşıya kaldıklarında üzerlerine düşen rolü en iyi şekilde oynamaları beklenmektedir. Çünkü insanın hayatını devam ettirebilmesi, doyabilmesi, ilham alabilmesi ve takdir edilebilmesi için anlama ihtiyacı vardır. Anlam bilgisi sayesinde insan hayattaki en zor şartlara bile dayanabilir. Anlamın yokluğunda umutsuzluk, yaşamaya devam etme isteksizliği ve depresyon ortaya çıkabilir. İnsanın hayattan çıkardığı anlam, içinde bulunduğu koşullar ve deneyimlerle şekillenmektedir.

Frankl (1997), bireylerin soyut anlamlar aramaması gerektiğini, herkesin yaşamı boyunca ulaşmaya çalıştığı özel kariyer, hobi ve ideallerin olması gerektiğine dikkat çekmiştir. Yaşam tarafından sorgulanan kişi, buna sorumlu bir şekilde yaşayarak karşılık verir. Yani insan hayatta karşılaştığı her durumdan ve bunun sonuçlarından sorumlu olmaktadır.

Alfred Adler

Bireysel psikolojinin kurucusu Adler, hayata verilen anlamın kişiden kişiye değiştiğine inanıyordu. Dünyadaki insan sayısı kadar hayatın da anlam taşıdığına inanıyor. Bu bağlamda bu yaklaşım, her anlamın aslında diğer anlamlara göre yanlış olabileceği fikrini de beraberinde getirmektedir (Adler, 2010). Başka bir deyişle, kişinin hayattan çıkardığı anlam kusurlu veya hatalı olabilir (Adler, 2017). Öte yandan Adler, amaçlı anlamın tek başına tamamen yanlış olarak nitelendirilemeyeceğini de vurguladı. Adler, bireyin kendisini bekleyen üç temel görevin üstesinden gelmesi gerektiğine inanıyordu. Yukarıdaki sorumluluklar insan gerçekliğini oluşturmaktadır ve insanların karşılaştığı tüm sorunlar bu sorumluluklarla ilgilidir. İnsanlar her gün karşılaştıkları sorunlara çözüm bulmak zorundadırlar. Bulduğu çözümler hayatın anlamına dair anlayışını ortaya çıkarmıştır (Adler, 2017).

Üç temel yükümlülükten ilki, dünyada yaşama ve dünyanın bize dayattığı kısıtlamalar ve fırsatlar çerçevesinde gelişimimizi sağlamamız gerektiğini belirten Adler'ye (2017) göre ikinci sorumluluk, insanlar arasında yalnız olmadığımızı, çevremizde başkalarının da olduğunu ve bu insan topluluklarıyla birlikte yaşamak zorunda olduğumuzu, dolayısıyla insanların zayıflıkları, eksiklikleri ve sınırlılıkları nedeniyle başkalarına bağımlı olduklarını vurgular. Üçüncü temel yükümlülük, insanların iki farklı cinsiyet olarak yaşaması ve

toplumun varlığının devamı için bu durumun dikkate alınması gerektiğidir. Kısaca bireyin önemli görevleri göğüsleme cesaretidir; insanları önemsemek, bir bütünün parçası olmak, insanlığa katkı sağlamak şeklinde ifade edilebilir.

Albert Camus

Varoluşçu psikolojinin önde gelen isimlerinden Camus, hayatın yaşamaya değer olup olmadığını belirlemenin felsefedeki temel bir soruyu yanıtladığını belirtmiştir (Camus, 2014). Tek ciddi felsefi sorunun "insan yaşamının anlamsızlığına dair tam bir anlayışla yaşamaya devam edip edilmeyeceği" olduğunu söyledi. Hayatın anlamı sorununun tüm sorular arasında en acı verici olanı olduğunu söyledi. Herkesin hayatında en az bir kez hayatın anlamını sorguladığını söyledi. Yaşadığı dönemin monotonluğu onun varlığını belirlemiş ve sınırlamıştır. İnsan yaşadığı çağın çelişkilerini, sıkıntılarını, kaygılarını içinde barındıran bir varlıktır. Bu monoton düzen, insanları hayatın anlamı üzerine düşünmeye sevk eder ve bu da yaşadıkları hayatın saçmalığını ortaya çıkarır (Camus, 2014). Kısacası monoton yaşam insanı kendine yabancılaştırır, yaşaması gereken hayat ile yaşamak istediği hayat arasındaki çelişki insanı anlamsız bir duruma sürükler. Camus, bu tür çelişkileri ve uyumsuzlukları çözüp anlam bulmanın bireyin sorumluluğu olduğuna inanmıştır (Sezer, 2012).

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama durumlarının değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu araştırmada nicel araştırma modellerinden olan genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama araştırmaları, örneklemden elde edilen veriler yoluyla evren hakkında tahmin yürütme, genellemeler yapma ve kanaat sahibi olmak amacına dayanmaktadır (Şimşek, 2012).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Malatya ilinde görev yapmakta olan öğretmenlerdir. Araştırmanın örneklemini ise evren içerisinde belirli bir kriter uygulanmadan tespit edilen 400 öğretmendir.

Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada yaşamın anlamını ölçmek amacıyla Steger ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilen, Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından uyarlanan Yaşamın Anlamı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 10 maddeden oluşan (1 benim için hiç doğru değil – 7 benim için tamamen doğru) 7'li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Bu ölçekten alınan yüksek puanlar kişinin hayatındaki anlamın yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin 9. maddesi ters puanlanmıştır. İç tutarlılık güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt ölçeği için 0,82, anlam arama alt ölçeği için 0,87, 4 hafta aralıklarla elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayıları sırasıyla 0,70 ve 0,73 olarak bulunmuştur (Steger vd, 2006). Bizim çalışmamızda ise İç tutarlılık güvenilirlik katsayıları mevcut anlam alt boyutunda 0,76, aranan anlam alt boyutunda 0,82 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizinde SPSS programından yararlanılmıştır. Araştırma verilerinin normallik durumunun belirlenmesi amacıyla yapılan analizde verilerin normal dağılımında olduğu belirlenmiştir (Tablo 1). Araştırma verilerinin normal dağılım

göstermesinden dolayı değişkenler arasındaki anlamlılık analizlerinde t testi ve Anova testi uygulanmış, anlamlılık düzeyi olarak $p < 0,05$ kabul edilmiştir.

Tablo 1. Anlamlılık Analizi

	Ort.	Sd	Çarpıklık-Basıklık
Mevcut Anlam	4,210	0,888	1,18 / -1,01
Bulunmaya Çalışılan Anlam	3,894	0,731	0,89 / 0,92

Bulgular

Araştırmada öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama durumları bazı kişilik ve mesleki özelliklerine göre analiz edilmiştir.

Tablo 2. Öğretmenlerin Kişisel Özelliklerinin Dağılımı

		N	%
Cinsiyet	Kadın	209	52,25
	Erkek	191	47,75
Branş	Sözel	221	55,25
	Sayısal	179	44,75
Medeni Durum	Evli	211	52,75
	Bekar	189	47,25
Eğitim Durumu	Lisans	214	53,50
	Yüksek Lisans	108	27,00
	Doktora	78	19,50
Kıdem	10 yıldan az	148	37,00
	10-20 yıl	135	33,75
	21 yıl ve üzeri	117	29,25
Toplam		400	100

Tablo 2'ye göre araştırmaya katılan öğretmenlerin %52,25'i kadındır. Öğretmenlerden %55,25'inin branşı sözelken, %52,75'i evlidir. %53,50'si lisans mezunu olan öğretmenlerden %33,75'inin kıdemi 10-20 yıl arasındadır.

Tablo 3. Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Yaşamın Anlamı Algı Düzeylerinin Analizi

		N	\bar{X}	Ss.	t	p
Mevcut Anlam	Kadın	209	2,412	0,921	-1,475	0,000
	Erkek	191	2,125	0,625		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Kadın	209	3,825	1,412	1,623	0,090
	Erkek	191	3,621	1,985		

Tablo 3'e göre araştırmaya katılan öğretmenlerin cinsiyetleri ile mevcut anlam arasında anlamlı farklılık bulunurken ($p<0,05$), bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 4. Öğretmenlerin Branşlarına Göre Yaşamın Anlamı Algı Düzeylerinin Analizi

		N	\bar{X}	Ss.	t	p
Mevcut Anlam	Sözel	221	2,625	1,112	1,453	0,021
	Sayısal	179	3,112	1,545		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Sözel	221	2,829	0,992	0,426	0,020
	Sayısal	179	2,996	1,119		

Tablo 4'e göre araştırmaya katılan öğretmenlerin branşı ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında istatistiksel anlamlılık bulunmaktadır ($p<0,05$).

Tablo 5. Öğretmenlerin Medeni Durumlarına Göre Yaşamın Anlamı Algı Düzeylerinin Analizi

		N	\bar{X}	Ss.	t	p
Mevcut Anlam	Evli	211	2,625	0,742	1,925	0,085
	Bekar	189	2,419	0,883		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Evli	211	3,121	0,924	1,863	0,045
	Bekar	189	2,936	1,325		

Tablo 5'e göre öğretmenlerin medeni durumları ile mevcut anlam arasında anlamlı farklılık bulunmazken ($p>0,05$), bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$).

Tablo 6. Öğretmenlerin Eğitim Durumlarına Göre Yaşamın Anlamı Algı Düzeylerinin Analizi

		N	\bar{X}	Ss.	F	P
Mevcut anlam	Lisans	214	2,625	1,421	2,647	0,010
	Yüksek Lisans	108	2,885	1,715		
	Doktora	78	3,112	1,326		
Bulunmaya çalışılan anlam	Lisans	214	3,221	1,132	1,498	0,000
	Yüksek Lisans	108	3,324	1,662		
	Doktora	78	3,623	1,147		

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan öğretmenlerin eğitim durumları ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$).

Tablo 7. Öğretmenlerin Kıdemlerine Göre Yaşamın Anlamı Algı Düzeylerinin Analizi

		N	\bar{X}	Ss.	F	P
Mevcut Anlam	10 yıldan az	148	2,625	1,623	2,165	0,001
	10-20 yıl	135	2,711	1,994		
	21 yıl ve üzeri	117	2,923	1,667		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Evet	148	2,746	1,541	3,442	0,006
	Hayır	135	2,888	1,925		
	Düşünüyorum	117	3,114	0,934		

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğretmenlerin kıdemleri ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$).

Tartışma Sonuç ve Öneriler

Literatür incelendiğinde öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama düzeyleri ile ilgili araştırmaların oldukça az sayıda olduğu görülmüş, araştırma verilerinin tartışılmasında farklı sosyodemografik özelliklerde olan bireylerin yaşamın anlamını algılama düzeyleri ile tartışılmıştır.

Öğretmenlerin cinsiyetleri ile mevcut anlam arasında anlamlı farklılık bulunurken, bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bayrak (2023) araştırmasında cinsiyet değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. İşçi (2022) yaptığı araştırmada cinsiyet değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Araştırmada kadın öğretmenlerin hayatın anlamı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kadınlar yaşama ve yaşamın anlamına farklı açılardan bakarak kendilerini tanımaya daha yatkın olabilmektedirler. Öğretmenlerin branşı ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında istatistiksel anlamlılık bulunmaktadır. Araştırmada sayısal branş gurubunda olan öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sayısal gurubunda olan öğretmenler hayata yaklaşırlarken daha analitik düşünebilmektedirler. Öğretmenlerin medeni durumları ile mevcut anlam arasında anlamlı farklılık bulunmazken, bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. İşçi (2022) yaptığı araştırmada medeni durum değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Baytan (2019) yaptığı araştırmada medeni durum değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Araştırmada evli öğretmenlerin yaşamın anlamı puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Evli öğretmenler kendi ailelerini kurma ve yaşam içerisinde aile ilişkilerinin devam etmesi ile yaşamın anlamını daha belirgin olarak anlayabilmektedirler. Öğretmenlerin eğitim durumları ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. İşçi (2022) yaptığı araştırmada eğitim durumu değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Baytan (2019) yaptığı araştırmada medeni durum değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Araştırmada öğretmenlerin eğitim durumunun yükselmesi ile yaşamın anlamını algılama düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Öğretmenler aldıkları eğitimin kendilerine kazandırdıkları ile yaşamın anlamını daha yüksek düzeyde algılayabilmektedirler. Öğretmenlerin kıdemleri ile mevcut anlam ve bulunmaya çalışılan anlam arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Baytan (2019) yaptığı araştırmada çalışma süresi değişkeni ile yaşamın anlamını algılama arasında istatistiksel anlamlılık bulunmadığını belirlemiştir. Çalışılan sürenin artması yaşamın anlamını algılama düzeyini yükseltmektedir. Öğretmenlerin kıdemlerinin yükselmesi ile edindikleri mesleki tecrübe yaşamı daha belirgin bir şekilde algılamalarını sağlamaktadır.

Araştırma sonucunda kadın öğretmenlerin yaşamın anlamını algı düzeylerinin erkek öğretmenlere göre daha yüksek olduğu, sayısal branş gurubunda olan ve evli olan öğretmenlerin yaşamın anlamını algılama düzeyleri de yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada ayrıca kıdemin ve eğitim düzeyinin artması ile yaşamın anlamını algılama düzeyinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Öğretmenlerin yaşamın anlamını belirgin bir şekilde kavrayarak kendi iç potansiyellerini belirlemeleri ve yapabileceklerinin en iyisini eğitim öğretim faaliyetlerine yansıtılabilmeleri için okullarda öğretmenlere psikolojik destek sağlanması yerine olacaktır.

Kaynakça

- Adler, A. (2000). *Yaşamın anlam ve amacı*. (Çev. K. Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Adler, A. (2014). *Yaşamın anlamı ve amacı*. 11. Baskı, Kamuran Şipal, (çev.), Ankara: Say Yayınları.
- Adler, A. (2017). *Yaşamın anlam ve amacı*. 15. Baskı, Kamuran Şipal, (çev.), Ankara: Say Yayınları.
- Baş, V. ve Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değer ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Bayrak, E. (2023). *Z kuşağında bilinçli farkındalık, yaşamın anlamı ve manevi kaynaklar*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Baytan, A. B. (2019). *Çalışan ve emekli yöneticilerin yaşamın anlamı doğrultusunda yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırmalı incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cezayirli, G. (2004). Küreselleşme, bireyselleşme ve toplumsallaşma. *Erdem İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 14(41), 29-58.
- Demirbaş-Çelik, N., Korkut-Owen, F. ve Doğan, T. (2016). Wellness of university students according to gender and age groups. *Innov Res Educ*. 3(4), 203-209.
- Demirci Seyrek, Ö. (2017). *Üniversite öğrencilerinde kabul ve kararlılık terapisine dayalı psikoeğitim programının yaşamın anlamı düzeyine etkisi*. Doktora Tezi. On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Demirdağ, S. ve Kalafat, S. (2015). Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2), 83-95.
- Eaglaton, T. (2007). *The meaning of life a very short introduction*. Oxford University Press.
- Frankl, V. E. (1997). *İnsanın anlam arayışı*, Çev. Selçuk Budak. Ankara: Öteki Yayınevi
- Frankl, V. E. (1965). *The doctor and the soul: from psychotherapy to logotherapy*. New York: Vintage Books.
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın anlam arayışı*. 2. Baskı, (Budak, S. Çev.) İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Frankl, V. E. (2010). *İnsanın anlam arayışı*. 3. Baskı, (Budak, S. Çev.) İstanbul: Okuyan Us
- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı*. 4. Baskı, (Budak, S. Çev.) İstanbul: Okuyan Us
- Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyarti*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

- İşçi, M. N. (2022). *Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerde belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşamın anlamını yordamadaki rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- King, L. A. & Hicks, J. A. (2009). Detecting and constructing meaning in life events. *The Journal of Positive Psychology*, 4(5), 317-330.
- Krause, N. & Hayward, R. D. (2014). Assessing stability and change in a second-order confirmatory factor model of meaning in life. *Journal of Happiness Studies*, 15(2), 237-253
- Mcgregor, I. & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 494-512
- Prager, E. (1998). Observations of personal meaning sources for Israeli age cohorts. *Aging & Mental Health*, 2(2), 128-136.
- 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(6), 483-499.
- Sezer, S. (2012). Yaşamın anlamı konusuna kuramsal ve psikometrik çalışmalar açısından bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45, 209-227
- 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., Kashdan, T., Sullivan, B. & 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, 199-228.
- Şentürk, H. ve Yakut, S. (2014). Hayatın anlamı ve din. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2(33), 45-60.
- Şimşek, A. (2012). Araştırma modelleri. İçinde: Şimşek, A. (Ed). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları
- Wong, P. T. (1998). Implicit theories of meaningful life and development of the personal meaning profile. P. T. P. Wong & P. S. Fry (ed.), *The human quest for meaning* (s.110-140). London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu psikoterapi*. (Çev. Z. İyidoğan-Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinler de yaşamın anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2), 69-83.