

# Ya?am Anlam? Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Ya?am Anlam? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32910>

## Özet

Yaşam Anlamı Ölçeği (YAÖ), bireylerin hayatlarında algıladıkları anlam düzeyini ve bu anlamı arama çabalarının ölçmek amacıyla 2015 yılında Ahmet Akın ve İhan Taş tarafından Türkçe olarak geliştirilmiş bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, özellikle pozitif psikoloji ve varoluşçu psikoloji alanlarında önemli bir yapı olan yaşam anlamının multidimensiyonel doğasını yakalamayı hedeflemektedir. Ölçeğin geliştirilmesi, Türk kültürüne özgü dilsel ve kavramsal hassasiyetleri gözetererek gerçekleştirilmiştir.

## Anahtar Kelimeler

Yaşam Anlamı, Yaşam Anlamı Ölçeği, Pozitif Psikoloji, Varoluş, Ölçek Geliştirme, Geçerlik, Güvenirlik.

## Yazarlar

Ahmet Akın, İhan Taş

## Amaç

Yaşam Anlamı Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin yaşamlarında bir amaç, değer ve tutarlılık algılayıp algılamadıklarını belirlemek ve bu algının yoğunluğunu ölçmektir. Geliştirme çalışması, bu yapıyı güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilecek, Türkçe konuşan popülasyona uygun bir araç sunmayı amaçlamıştır.

Ölçek, klinik ve akademik araştırmalarda kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Özellikle yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş, depresyon ve kaygı gibi kavramlarla yaşam anlamı arasındaki ilişkileri incelemede güçlü bir araç sağlamaktadır.

## Yapı

Ölçek, psikolojideki Yaşam Anlamı (Meaning in Life) yapısını ölçmektedir. Bu yapı genellikle iki ana bileşen etrafında incelenir: **Anlamın Varlığı** (Presence of Meaning), bireyin hayatında anlam bulduğuna dair öznel hissini ifade eder; ve **Anlam Arayışı** (Search for Meaning), bireyin hayatına daha fazla anlam katma veya mevcut anlamını sorgulama çabasını ifade eder.

YAÖ, bu iki temel boyutu ele alarak, bireyin sadece anlam bulma düzeyini değil, aynı zamanda bu anlamı aktif olarak arama sürecini de değerlendirmeye olanak tanır. Ölçek, bu iki faktörün birbirinden bağımsız ancak ilişkili olduğunu varsayan teorik çerçevelere dayanmaktadır.

## Geçerlik

Akın ve Taş (2015) tarafından yürütülen geçerlik çalışması, ölçeğin yapısal uygunluğunu ve ölçmek istediği kavramı ne kadar doğru ölçtüğünü göstermiştir. Yapı geçerliliğini incelemek amacıyla hem açılmayca Faktör Analizi (AFA) hem de doğrulayca Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır.

DFA sonuçları, ölçeğin teorik olarak beklenen iki faktörlü yapısının (Anlamın Varlığı ve Anlam Arayışı) Türk örnekleminde iyi bir uyum sergilediğini göstermiştir. Ayrıca, ölçüt bağımlı geçerlik kapsamında, YAÖ puanlarının psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu gibi olumlu yapılarla pozitif, depresyon ve umutsuzluk gibi yapılarla ise negatif yönde anlamlı korelasyonlar gösterdiği tespit edilmiştir.

## Güvenirlilik

Ölçeğin güvenirlik çalışmaları, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İç tutarlılık analizleri, ölçeğin genel olarak yüksek düzeyde güvenilir olduğunu ortaya koymuştur.

Genellikle **Anlamın Varlığı** alt boyutunun, **Anlam Arayışı** alt boyutuna göre daha yüksek iç tutarlılık katsayısı sergilediği gözlemlenmiştir. Ölçeğin bütünü için elde edilen Cronbach Alfa değerlerinin kabul edilebilir sınırların üzerinde olması, YAÖ'nün tutarlı ölçümler sağladığını göstermektedir. Ayrıca, belirli bir zaman aralığıyla uygulanan test-tekrar test güvenirlik katsayıları da ölçeğin zamana karşı istikrarlı olduğunu desteklemektedir.

## Faktör Analizi

Yaşam Anlam Ölçeği'nin faktör yapısı, yapılan psikometrik analizler sonucunda iki faktörlü bir yapıyı desteklemiştir. Bu faktörler şunlardır:

**Faktör 1: Anlamın Varlığı (Presence of Meaning):** Bireyin hayatında halihazırda bir amaç, değer ve anlam duygusuna sahip olma derecesini ölçer. Bu maddeler genellikle bireyin mevcut yaşam durumunu değerlendirmesini ister.

**Faktör 2: Anlam Arayışı (Search for Meaning):** Bireyin yaşamındaki anlamı bulma, genişletme veya yeniden tanımlama yönündeki motivasyonunu ve çabalarını ölçer. Bu maddeler, geleceğe dönük arayışları ve sorgulamaları yansıtır.

Faktör Analizi sonuçları, maddelerin ilgili faktörlere yüksek yükler verdiğini ve faktörler arası korelasyonun teorik beklentilerle uyumlu olduğunu göstermiştir.

## Araç

**Test Type:** Geliştirme Ölçeği (Developmental Scale)

**Format:** Öz Bildirim Ölçeği (Self-Report Instrument). Puanlama 5'li Likert Ölçeği üzerinden yapılmaktadır (Örn: 1=Hiç Katılmıyorum; 5=Tamamen Katılıyorum).

**Language Available:** Türkçe

**Population Group:** Yetkinler ve Üniversite Öğrencileri

**Age Group:** 18 yaş ve üzeri

**Population Details:** Ölçek geliştirme çalışması, Türkiye'deki üniversite öğrencileri ve genel yetkin popülasyonu üzerinde yapılmıştır.

**Test Methodology:** Kağıt-kalem veya dijital formatta uygulanabilen bireysel veya grup uygulaması. Uygulama süresi kısadır.

## Anahtar Kelimeler

Anlam Arayışı, Anlamın Varlığı, Psikometri, Ölçek, Akın ve Taş (2015), Çıktarı, Psikolojik Yaşam.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilgi mevcut değildir.

**Affiliation Email addresses:** [ahmet.akin@medeniyet.edu.tr](mailto:ahmet.akin@medeniyet.edu.tr) (Sorumlu Yazar: Ahmet Akın)

**Correspondence Address:** Ahmet Akın, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye.

## İzinler, Ücret ve Test Yaşam

Bu ölçek, akademik araştırmalar için genellikle yazarlara referans verilerek kullanılabilir. Ticari kullanım için yazarlardan izin alınması tavsiye edilir. Sorumlu yazar: **Ahmet Akın**.

Ölçeğin yayınlandığı ve geçerlik/güvenirlilik çalışmaları tamamlanmış yılı: **2015**.

Ölçeğin orijinal makalesi (Akın & Taş, 2015) şu adresten erişilebilir: [turkishstudies.net](http://turkishstudies.net).

Ölçeğin orijinal PDF'i buradan indirilebilir: [yasam-anlami-olcegi-toad.pdf](http://yasam-anlami-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Ak?n, A., & Ta?, ?. (2015). Ya?am Anlam? Ölçe?i: Geçerlik ve güvenilirlik çal??mas?. *Electronic Turkish Studies*, 10(3), 27-36.

## Ya?am Anlam? Ölçe?i Maddeleri

**IMPORTANT:** The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way. (Orijinal ölçek maddeleri, kaynak içerikte sa?lanmad??? için buraya eklenememi?tir. Maddelerin tam listesi için Ak?n & Ta? (2015) makalesine ba?vurulmal?d?r.)

ARABPSYCHOLOGY.COM