

# Ya?amda Anlam Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Ya?amda Anlam Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32982>

## Özet

**Ya?amda Anlam Ölçe?i (YAÖ)**, bireylerin hayatlar?nda alg?lad?klar? anlam?n varl???n? ve bu anlam? aktif olarak arama e?ilimlerini ölçmek amac?yla Türkçeye uyarlanm?? psikolojik bir ölçektir. Bu ölçek, orijinal bir ?ngilizce ölçe?in kültürel adaptasyonu ?eklinde geli?tirilmis? olup, 10 maddeden ve iki temel alt boyuttan olu?maktadır: **Ya?amda Anlam?n Varl???** ve **Ya?amda Anlam?n Aranmas?**. Ölçek, yan?tlay?c?lar?n ifadelerle ne ölçüde hemfikir oldu?unu belirlemek için 7'li Likert tipi derecelendirme kullan?r. YAÖ, özellikle genç yeti?kin popülasyonlarda varolu?sal iyi olu? ve psikolojik dayan?kl?lık çal??malar?nda önemli bir araç olarak kullan?lmaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Ya?amda Anlam, Anlam Aray???, Psikometri, Ölçek Uyarlama, Y?lmazlık, Varolu?sal Psikoloji, Güvenirlik, Geçerlik.

## Yazarlar

Nur Demirba?

## Amaç

Ya?amda Anlam Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin ya?amlar?nda bulduklar? anlam düzeyini (Varlık) ve bu anlam? daha da derinle?tirmek veya tan?mlamak için gösterdikleri çabay? (Aray??) geçerli ve güvenilir bir ?ekilde ölçmektir. Ölçek, bu iki boyutun birbirinden ba??ms?z ancak ili?kili psikolojik yap?lar oldu?unu varsayar.

Bu uyarlama çal??mas?, ilgili psikolojik yap?lar?n Türk kültür ba?lam?nda güvenilir ve geçerli bir ?ekilde de?erlendirilmesini sa?lamak üzere, özellikle yüksekö?retim ö?rencileri gibi popülasyonlarda, ya?amda anlam?n alg?lanan düzeyini ve psikolojik iyi olu? ile olan ili?kilerini incelemek için tasarlanm??tır.

## Yap?

Ölçe?in ölçtü?ü temel yap?, **Ya?amda Anlam**'dir. Bu yap?, bireyin hayat?n?n amac?na, de?erine ve önemine dair sahip oldu?u bili?sel ve duygusal alg?lar? kapsayan merkezi bir varolu?sal kavramdır. Ölçek, bu yap?y? iki farklı ancak ili?kili alt boyutta ele alır:

**Ya?amda Anlam?n Varl???:** Bireyin hayat?n?n amac?n?, de?erini ve anlam?n? buldu?una veya bu anlam?n fark?nda oldu?una dair inanc?n? ifade eden alt boyuttur. Bu boyut, mevcut iyi olu? düzeyi ile ili?kilidir.

**Ya?amda Anlam?n Aranmas?:** Bireyin hayat?na daha fazla anlam katacak yeni amaçlar, de?erler veya deneyimler arama yönündeki aktif çabası ve motivasyonunu ifade eden alt boyuttur. Bu boyut, gelece?e yönelik motivasyon ve ke?if e?ilimini yansıtır.

## Geçerlik

Ya?amda Anlam Ölçe?i'nin (YAÖ) geçerlik çal??maları, özellikle **ölçüt ba??ntılı geçerlik** analizleri üzerinden yürütülmüştür. Bu analizler, ölçe?in teorik olarak ilikili olması beklenen di?er yapılar? ölçe?en araçlarla tutarlılı??nı test etmiştir. Çal??mada, YAÖ'nün di?er psikolojik ölçeklerle olan ilikisi incelenmiştir.

Elde edilen geçerlik bulguları şunlardır:

YAÖ ile RBSÖ (Y?lmazlık Ölçe?i oldu?u varsayılmaktadır) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilikisi bulunmuştur ( $r = .217, p < .01$ ). Bu sonuç, ya?am?nda anlam bulan bireylerin daha yüksek düzeyde psikolojik dayanıklılık sergilediği hipotezini desteklemektedir.

YAÖ ile YDÖ (Ya?am Doyumu Ölçe?i veya benzeri bir yapı oldu?u varsayılmaktadır) arasında daha güçlü bir pozitif korelasyon tespit edilmiştir ( $r = .360, p < .01$ ). Bu bulgu, ya?amda anlam?n yüksekliğinin genel ya?am doyumu ve iyi olu? ile pozitif yönde ilikili olduğunu göstermektedir.

## Güvenirlik

Ya?amda Anlam Ölçe?i'nin **güvenirlik** analizleri, ölçe?in iç tutarlılı??nı de?erlendirmek amacıyla yürütülmüştür. Bu amaçla, 300 ö?renciden elde edilen veriler kullanılarak Cronbach Alfa katsayısı hesaplanmıştır.

Elde edilen güvenilirlik sonuçları, ölçe?in ve alt boyutları yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu ve dolayısıyla ölçümün tutarlı olduğunu göstermektedir:

Ölçe?in tamamı için iç tutarlılık katsayısı: **.86**.

Ya?amda Anlam?n Varlığı alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı: **.87**.

Ya?amda Anlam?n Aranması alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı: **.88**.

## Faktör Analizi

Ölçek, toplam 10 maddeden oluşmakta olup, iki temel alt boyuta ayrılmıştır. Bu yapı, ölçe?in uyarılma çal??masında gerçekleştirilen faktör analizleri ile desteklenmiştir. Faktör yapısı, teorik beklentilerle uyumlu olarak, Ya?amda Anlam?n Varlığı ve Ya?amda Anlam?n Aranması faktörlerini net bir şekilde ayırmaktadır.

Her bir alt boyut 5 madde içermektedir. Bu iki faktörlü yapı, araştırmacılara, bireylerin ya?amdaki anlam durumunu sadece varoluşsal bir bütün olarak değil, aynı zamanda aktif bir arayış süreci

olarak da de?erlendirme imkan? sunmaktad?r.

## Ölçme Arac?

**Test Türü:** Uyarlama

**Format:** 10 maddeden olu?an, iki alt boyutlu bir öz-bildirim envanteridir. Yan?tlar, 1 (Kesinlikle do?ru de?il) ile 7 (Kesinlikle do?ru) aras?nda de?i?en 7'li Likert ölçe?i üzerinde derecelendirilir.

**Mevcut Diller:** Türkçe

**Popülasyon Grubu:** Üniversite Ö?rencileri

**Ya? Grubu:** Genç Yeti?kinler (Örnekleme, yüksek lisans tezi ba?lam?nda üniversite ö?rencileri grubundan seçilmi?tir.)

**Popülasyon Detaylar?:** Güvenirlik çal??mas? 300 ö?renciden toplanan verilerle gerçekleştirilmi?tir.

**Test Metodolojisi:** Bireysel veya grup halinde uygulanabilen, öz-bildirim yöntemiyle doldurulan standart bir psikometrik araçtır.

## Anahtar Kelimeler

Anlam?n Varl???, Anlam?n Aranmas?, Psikolojik ?yi Olu?, Öz-bildirim, Psikolojik Test, Cronbach Alfa.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Ba?li? Kurulu? E-posta Adresleri:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Yaz??ma Adresi:** demirbas.nur@gmail.com

## ?zinler, Ücret ve Test Y?li?

**Test Y?li?:** 2010 (Uyarlama çal??mas?nın tamamlanma y?li?).

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in kullan?m? ve izinleri için sorumlu yazar Nur Demirba? ile do?rudan ileti?ime geçilmesi önerilmektedir. ?leti?im e-posta adresi: [demirbas.nur@gmail.com](mailto:demirbas.nur@gmail.com)

## Kaynaklar

Bu ölçeğin uyarlaması ve psikometrik özellikleri, aşağıdaki akademik çalışmada detaylı olarak sunulmuştur:

Demirbağ, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yelmazlık* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tezin resmi kaydına Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi üzerinden ulaşılabilir: [tez.yok.gov.tr](http://tez.yok.gov.tr)

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [yasamda-anlam-olcegi-toad.pdf](http://yasamda-anlam-olcegi-toad.pdf)

## Yaşamda Anlam Ölçeği Maddeleri

**Ölçek Derecelendirmesi:** 7'li Likert (1=Kesinlikle doğru değil - 7=Kesinlikle doğru)

Ölçek toplam 10 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Örnek maddeler aşağıdadır:

**Yaşamda Anlamın Varlığı (5 madde):** Yaşamımın anlamının farkındayım.

**Yaşamda Anlamın Aranması (5 madde):** Daima, yaşamım değerli hissettirecek bir şeylerin arayışında bulunuyorum.