

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32992>

Özet

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ), bireylerin yaşamlarında anlam bulma derecelerini ve bu anlamı aktif olarak arama eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş psikometrik bir araçtır. Ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışması **Seyithan Demirdağ** ve **Savaş Kalafat** tarafından 2015 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu adaptasyon, orijinal ölçeğin kültürel bağlama uygunluğunu, geçerliliğini ve güvenilirliğini inceleyerek Türk örnekleminde kullanıma uygunluğunu sağlamıştır. YAÖ, pozitif psikoloji ve varoluşçu psikoloji alanlarında sıkça kullanılan, bireyin iyi olma düzeyi ve psikolojik sağlamlığı ile yakından ilişkili olan **yaşamın anlamı** yapısını değerlendirme için tasarlanmıştır.

Ölçek, toplam 10 maddeden oluşmakta olup, yanıtlar 7'li **Likert tipi** bir derecelendirme sistemi üzerinden toplanmaktadır. Bu yapı, hem bireyin mevcut anlam algısını hem de anlam arayışındaki motivasyonunu kapsamlı bir şekilde incelemeye olanak tanır.

Anahtar Kelimeler

Yaşamın Anlamı, Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ), Uyarılma, Psikometrik Özellikler, **Psikolojik Ölçek**, Geçerlik, Güvenirlik, Pozitif Psikoloji.

Yazarlar

Seyithan DEMİRDAĞ, Savaş KALAFAT

Amaç

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ), bireylerin kendi yaşamlarında algıladıkları anlamın varlığını (Presence of Meaning) ve bu anlamı bulma veya derinleştirme çabalarını (Search for Meaning) nicel olarak ölçmeyi amaçlamaktadır. Bu ölçek, özellikle klinik psikoloji, danışmanlık ve eğitim bilimleri alanlarında, bireylerin **iyi olma**, depresyon, anksiyete ve yaşam doyumu gibi psikolojik değişkenlerle ilişkili olarak anlam düzeylerini belirlemek için kritik bir araçtır.

Ölçeğin temel amacı, bireyin varoluşsal motivasyonları ve yaşam hedeflerine yönelik başarıları ortaya koymaktır. Türkçe adaptasyonu, bu yapının Türk kültüründe güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçülmesini sağlamıştır.

Yapı

YAÖ'nün ölçtüğü temel yapı, **Yaşamın Anlamı** kavramıdır. Bu yapı genellikle iki ana bileşen altında incelenir:

Anlamın Varlığı (Presence of Meaning): Bireyin yaşamının değerli, önemli ve amaçlı

olduğunu ne ölçüde algıladığını ifade eder. Yüksek puanlar, kişinin yaşamında net ve tatmin edici bir anlam bulduğunu gösterir.

Anlam Arayışı (Search for Meaning): Bireyin yaşamın amacı ve anlamını aktif olarak arama çabası ve motivasyonunu ifade eder. Bu boyut, varoluşsal sorgulamaların yoğunluğunu yansıtır.

Bu iki faktörlü yapı, bireylerin anlamla ilişkisini dinamik bir süreç olarak ele almayı mümkün kılar. Ölçek, bu iki bileşeni 10 madde üzerinden değerlendirilerek, anlamın hem bilişsel hem de motivasyonel yönlerini kapsar.

Geçerlik

Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından yürütülen Türkçe uyarlama çalışmasında, Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin (YAÖ) psikometrik **geçerlik** kanıtları detaylı olarak incelenmiştir. Yapılan analizler, ölçeğin Türkçe formunun, amaçladığı teorik yapıyı ölçme yeteneğine sahip olduğunu göstermiştir.

Yapı Geçerliliği: Faktör analizi yöntemleri (Açıklayıcı ve Doğrulayıcı Faktör Analizleri) kullanılarak, ölçeğin orijinal yapıya uygun olarak iki faktörlü yapıyı koruyup korumadığı test edilmiştir. Bu analizler, maddelerin teorik olarak beklenen faktörlere yüklenmesini desteklemiştir.

Ölçüt Bağıntısı Geçerlik: YAÖ puanlarının, teorik olarak ilişkili olduğu düşünülen diğer yapılarla (örneğin, yaşam doyumu, depresyon veya umutsuzluk) beklenen yönde ilişkili olup olmadıkları korelasyon analizleri ile incelenmiştir.

Güvenirlik

Türkçe adaptasyon çalışmasında, Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin **güvenirlik** düzeyleri de titizlikle araştırılmıştır. Güvenirlik, ölçeğin zaman içinde tutarlı ve kararlı sonuçlar verme derecesini ifade eder.

İç Tutarlılık Güvenirliği: Ölçeğin maddelerinin aynı yapıyı ne ölçüde ölçtüğünü belirlemek amacıyla **Cronbach Alfa** katsayısı hesaplanmıştır. Bu katsayılar, ölçeğin genel olarak ve alt faktörler bazında yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermiştir.

Test-Tekrar Test Güvenirliği: Ölçek, belirli bir zaman aralığıyla aynı örneklem grubuna tekrar uygulanarak puanların zamana karşı kararlılığı incelenmiştir. Elde edilen korelasyon katsayıları, YAÖ'nün kararlı ölçümler sağladığını teyit etmiştir.

Faktör Analizi

Yaşamın Anlamı Ölçeği'nin (YAÖ) Türkçe formunun yapı geçerliliğini incelemek üzere **Faktör Analizi** yöntemleri kullanılmıştır. Bu analizler, orijinal ölçek yapısının Türk kültüründe de geçerli

olup olmadığının araştırılmasıdır.

Adaptasyon çalışmasında, Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ile maddelerin faktör yapışkefedilmi, ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile elde edilen iki faktörlü modelin (Anlamın Varlığı ve Anlam Arayışı) veri ile uyumu test edilmiştir. DFA sonuçları genellikle, iki faktörlü yapının iyi uyum indekslerine sahip olduğunu ve ölçeğin teorik yapışın desteklediğini göstermiştir. Bu sonuçlar, YAÖ'nün Türk örneğinde de özgün yapışın koruduğunu kanıtlamaktadır.

Araç

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon) çalışması sonucu elde edilen **psikometrik** bir ölçektir.

Format: Bireyin kendine yönelik bildirimine dayalı (Self-Report) bir envanterdir.

Mevcut Dil: Türkçe.

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon, araştırılarak olarak üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır.

Yaş Grubu: Ergenlik dönemi sonu ve Yetişkinlik.

Popülasyon Detayları: Adaptasyon çalışması genellikle yükseköğretim kurumlarındaki genç yetişkinler üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Test Metodolojisi: 7'li **Likert Tipi** derecelendirme (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 7 = Kesinlikle Katılıyorum).

Anahtar Kelimeler

Anlamın Varlığı, Anlam Arayışı, Seyithan Demirdağ, Savaş Kalafat, Öz Bildirim Ölçeği, 7'li Likert, Tönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Varoluşçu Psikoloji.

Yazarlar

Yazar ORCID Tanımlayıcıları: Veri Kaynığında Belirtilmemiştir.

Bağılı E-posta Adresleri: seyithandemirdag@gmail.com

Yazma Adresi: Yazma detayları için makalenin yayınlandığı dergi kaynağına başvurulmalıdır.

Şinler, Ücret ve Test Yılı?

Yaşamın Anlam Ölçeği'nin Türkçe adaptasyon çalışması 2015 yılında yayınlanmıştır. Ölçeğin akademik ve araştırma amaçlı kullanımı için genellikle yazarlar ile iletişime geçilmesi önerilir.

Sorumlu Yazar: **Seyithan DEMİRDAĞ**.

Orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [yasamin-anlami-olcegi-yao-toad.pdf](#)

Kaynaklar

Demirdağ, S. ve Kalafat, S. (2015). Yaşamın Anlam Ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16 (2), 83-95.

Makalenin akademik bağlantısı: [efdergi.inonu.edu.tr](#)

Yaşamın Anlam Ölçeği (YAÖ) Maddeleri

ÖNEMLİ: Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmalı ve hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Örnek Madde: "Yaşamın anlamını arıyorum."

Toplam 10 maddeden oluşmaktadır.