

**KKTC  
YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANA BİLİM DALI**

**VAROLUŞSAL KAYGIYA ETKİ EDEN KİŞİSEL  
FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ: BİR MODEL TEST ETME  
ÇALIŞMASI**

**DOKTORA TEZİ**

**Gözde EVRAM**

**Lefkoşa  
Aralık, 2020**

**KKTC  
YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANA BİLİM DALI**

**VAROLUŞSAL KAYGIYA ETKİ EDEN KİŞİSEL  
FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ: BİR MODEL TEST ETME  
ÇALIŞMASI**

**DOKTORA TEZİ**

**Gözde EVRAM**

**Tez Danışmanı  
Yrd. Doç. Dr. Ayhan ÇAKICI EŞ**

**Lefkoşa  
Aralık, 2020**

**Onay**

Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Gözde EVRAM'ın "**Varoluşsal Kaygıya Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması**" başlıklı tezi Aralık 2020 tarihinde aşağıda imzaları bulunan jürimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

	Adı – Soyadı	İmza
Başkan:	Yrd. Doç. Dr. Ayşe Bengisoy	.....
Üye:	Doç. Dr. Yağmur Çerkez	.....
Üye:	Doç. Dr. Umut Akçıl	.....
Üye:	Yrd. Doç. Dr. Şengül Başarı	.....
Üye (Danışman):	Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş	.....

**Onay**

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

...../...../2020

Prof. Dr. Fahriye ALTINAY AKSAL  
**Enstitü Müdürü**

## **Etik İlgelere Uygunluk Beyanı**

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dökümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Gözde EVRAM

25/12/2020

## Teşekkür

Bu araştırmanın her aşamasının gerçekleştirilmesinde değerli zamanını bana ayırıp akademik bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan, güler yüzünü ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen tez danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Ayhan ÇAKICI EŞ'e sonsuz saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Bugünlere gelmem konusunda beni yetiştiren, her koşulda bana en fazla desteği veren, sabır ve anlayış gösteren, attığım her adımda yanımda olan, bana güç veren, başarımda çok önemli rolleri olan, en büyük destekçilerim annem Seval EVRAM'a ve babam Mustafa EVRAM'a kalpten sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunarım.

Yaşamımın her anında maddi, manevi desteği ile yanımda olan ve bugünlere gelmemde katkısı olan teyzem Şengül DAĞIRCIK'a çok teşekkür ederim.

Gözde EVRAM

## Özet

### **Varoluşsal Kaygıya Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması**

**Evram, Gözde**

**Doktora, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı**

**Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş**

**Aralık 2020, 169 sayfa**

Bu araştırmanın amacı varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon değişkenlerinin bazı demografik özelliklere göre arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının ve söz konusu değişkenlerin birbirleri ile ilişkilerinin incelenmesidir. Ayrıca üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygıya etki edebilecek bazı değişkenleri açıklamaya yönelik literatüre dayalı olarak geliştirilen kuramsal bir modeli test etmek amaçlanmıştır.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif ve negatif duygu durum ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Ayrıca literatüre dayalı olarak bir kuramsal model önerilmiş ve yapısal eşitlik modellemesi tekniği kullanılarak test edilmiştir.

Bu araştırmanın evrenini, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yer alan beş üniversitede 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim görmekte olan 51.412 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmaya basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile 1230 üniversite öğrencisi (707 kadın, 523 erkek) katılmıştır. Veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri kullanılmıştır. Araştırma verilerinin istatistiksel açıdan analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 ve IBM AMOS 21.0 yazılımları kullanılmıştır.

Araştırma verilerinin istatistiksel analizi sonucunda, son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan, herhangi bir yakınına kaybeden ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı ve depresyon düzeyleri psikolojik destek

almayan, kayıp ve sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. 24 yaş ve üzeri yaş grubundakilerin, erkek üniversite öğrencilerinin ve aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olanların ölüm kaygısı düzeyleri daha yüksektir. 24 yaş ve üzeri yaş grubundakilerin genel yaşam anlamı ve mevcut yaşam anlamı daha yüksektir. Birinci sınıfta okuyanların aranan yaşam anlamı daha düşüktür. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin mevcut yaşam anlamı psikolojik destek almayan ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha düşüktür. Kadın üniversite öğrencilerinin, Kolej/Özel Lise mezunu olanların ve aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olanların yaşam doyumu düzeyleri daha yüksektir. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri psikolojik destek almayan ve sarsıcı bir olay yaşamayan ve üniversite öğrencilerine göre daha düşüktür. Erkek üniversite öğrencilerinin ve aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olanların pozitif duygu düzeyleri daha yüksektir. 24 yaş ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri daha yüksektir. Fen/Anadolu Lisesi mezunu olanların ve birinci sınıfta okuyanların negatif duygu düzeyleri daha düşüktür. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri psikolojik destek almayan ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Araştırma sonucunda modele ilişkin uyum iyiliği indeksleri  $\chi^2 /sd$  ve RMSEA değeri hariç, NFI, CFI ve GFI değeri modelin mükemmel bir uyuma sahip olduğunu, AGFI değeri ise kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Yapısal Eşitlik Modeli analizi sonuçları, varoluşsal kaygının, ölüm kaygısını anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Ölüm kaygısı ve yaşamın anlamı, olumlu duyguyu anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordamıştır. Ayrıca, yaşamın anlamı ve ölüm kaygısı, yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordamaktadır. Olumlu duygunun yaşam doyumunu, olumlu duygu ve yaşam doyumunun öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Çalışmanın sonuçları çerçevesinde varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumunu, olumlu duygu, öznel iyi oluş ve depresyon gibi kavramlara yönelik ilişkisel araştırmaların sayısının artırılması önerilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumunu, olumlu duygu, öznel iyi oluş, depresyon

## **Abstract**

### **Investigation Of Personal Factors Affecting Existential Anxiety: A Model Testing Study**

**Evram, Gözde**

**PhD, Department of Guidance and Psychological Counselling**

**Thesis Advisor: Assist. Prof. Dr. Ayhan Çakıcı Eş**

**December 2020, 169 pages**

This study aims to examine if there is a significant difference in existential anxiety, death anxiety, the meaning of life, life satisfaction, positive-negative affect and depression variables according to some demographic characteristics. Also, correlation of the variables with each other will be analyzed. Furthermore, the study aims to test a theoretical model developed based on the related literature intended to explain some variables that may affect existential anxiety in university students.

This study used relational screening model to determine university students' existential anxiety, death anxiety, the meaning of life, life satisfaction, positive-negative affect and depression levels. Also, a literature-based theoretical model was proposed and tested using structural equation modeling. The population of study consisted of 51.412 university students studying at five universities in the Turkish Republic of Northern Cyprus in the 2018-2019 academic year. 1230 university students (707 female and 523 male) selected by simple random sampling method participated in the study. Personal Information Form, the Existential Concerns Questionnaire, Thorson-Powell's Death Anxiety Scale, the Meaning in Life Questionnaire, the Satisfaction with Life Scale, the Positive and Negative Affect Schedule and the Beck Depression Inventory were used to collect the data. The data were statistical analyzed using SPSS 24.0 and IBM AMOS 21.0 software.

As a result of the statistical analysis of the research data, the existential anxiety and depression levels of university students in the last six months who received psychological support, lost any of their relatives and experienced a jarring event is higher than university students who did not receive psychological support, did not experience a loss and jarring event. Those in the age group of 24 years and older. Death anxiety levels of those in the age group of 24 years and older, male



university students and those with monthly income of 2.365 TRY and above are higher. The general and present meaning of life of those in the age group of 24 years and older is higher. The searched meaning of life of those who study in first grade is lower. The present meaning of life of university students who have received psychological support and experienced a jarring event in the last six months is lower than the university students who have not received psychological support and have not experienced a jarring event. Female university students, College/Private High School graduates and those with a monthly income of 2.365 TRY and above have higher levels of life satisfaction. The life satisfaction levels of the university students who received psychological support and experienced a jarring event in the last six months are lower than those who did not receive psychological support and did not experience a jarring event. Male university students and those with a monthly income of 2.365 TRY and above have higher levels of positive affect. University students in the age group of 24 years and older have higher levels of negative affect. Those who graduated from Science/ Anatolian High School and those who studied in the first grade have lower levels of negative affect. The negative affect levels of the university students who received psychological support and experienced a jarring event in the last six months are higher than the university students who did not receive psychological support and did not experience a jarring event.

As a result of the research, goodness of fit indices (NFI, CFI and GFI) excluding  $\chi^2$  /sd and RMSEA value show that the model has a perfect fit and the AGFI value is acceptable. The analysis results of the structural equation model show whether existential anxiety significantly predicts the death anxiety. The death anxiety and the meaning of life predicted positive affect significantly and positively. Furthermore, the meaning of life and the death anxiety predicted life satisfaction significantly and positively. Positive affect predicted life satisfaction positively; and positive affect and life satisfaction predicted subjective well-being significantly and positively. Within the framework of the results of the study, it is suggested to increase the number of relational researches about concepts such as existential anxiety, death anxiety, meaning of life, life satisfaction, positive affect, subjective well-being and depression.

**Keywords:** existential anxiety, death anxiety, meaning of life, life satisfaction, positive affect, subjective well-being, depression

## İçindekiler

Onay Sayfası .....	1
Etik İlkelere Uygunluk Beyanı .....	2
Teşekkür .....	3
Özet .....	4
Abstract .....	6
İçindekiler .....	8
Tablolar Listesi.....	11
Şekiller Listesi.....	13
Kısaltmalar .....	14

## BÖLÜM I

Giriş.....	15
Problem Durumu.....	15
Araştırmanın Amacı.....	17
Alt Amaçlar .....	17
Modeldeki Değişkenlerin Birbirleriyle İlişkisi .....	18
Araştırmanın Önemi .....	19
Sınırlılıklar .....	20
Tanımlar .....	20

## BÖLÜM II

Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar .....	21
Felsefe ve Ölüm .....	21
Varoluşçuluk .....	22
Varoluşçu Felsefe.....	23
Varoluşçu Psikoloji .....	24
Varoluşçu Yaklaşım.....	26
Varoluşsal Kaygılar .....	27
Ölüm Kaygısı .....	27
Özgürlük ve Sorumluluk .....	29
Varoluşsal Yalıtım.....	31
Anlamsızlık Kaygısı .....	32

Yaşamın Anlamı.....	34
Varoluşçulukta Yaşamın Anlamı ve Ölüm .....	35
Ölüm Kaygısı .....	36
Ölüm Kaygısı ve Varoluşçuluk.....	38
Yaşam Doyumu.....	39
Olumlu Duygular .....	40
Öznel İyi Oluş .....	40
Depresyon .....	41
İlgili Araştırmalar.....	43
Varoluşsal Kaygı ile ilgili araştırmalar .....	43
Ölüm Kaygısı ile ilgili araştırmalar.....	45
Yaşamın Anlamı ile ilgili araştırmalar .....	48
Yaşam Doyumu ile ilgili araştırmalar .....	53
Olumlu Duygu ile ilgili araştırmalar .....	58
Öznel İyi Oluş ile ilgili araştırmalar.....	60
Depresyon ile ilgili araştırmalar .....	64

### BÖLÜM III

Yöntem.....	68
Araştırmanın Modeli .....	68
Evren ve Örneklem .....	68
Veri Toplama Araçları .....	71
Kişisel Bilgi Formu .....	71
Varoluşsal Endişe Anketi .....	71
Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği.....	72
Yaşamın Anlamı Ölçeği .....	72
Yaşam Doyumu Ölçeği .....	73
Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği .....	73
Öznel İyi Oluşun Ölçülmesi .....	73
Beck Depresyon Envanteri.....	73
Veri Toplama Süreci .....	74
Verilerin Analizi.....	74
Yapısal Eşitlik Modellemesi .....	75
Model Tanımlama .....	76

Örneklem Büyüklüğü Yeterliliği.....	76
Modelin Uyumunun Değerlendirilmesi: Uyum iyiliği istatistikleri .....	76

#### BÖLÜM IV

Bulgular.....	78
---------------	----

#### BÖLÜM V

Tartışma.....	103
---------------	-----

#### BÖLÜM VI

Sonuç ve Öneriler.....	116
Sonuç.....	116
Öneriler .....	119

Kaynakça.....	122
---------------	-----

EKLER.....	149
------------	-----

Ek 1. Bilgilendirilmiş Onay Formu .....	149
---	-----

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu .....	150
---------------------------------	-----

Ek 3. Varoluşsal Endişe Anketi .....	151
--------------------------------------	-----

Ek 4. Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği .....	152
--	-----

Ek 5. Yaşamın Anlamı Ölçeği .....	153
-----------------------------------	-----

Ek 6. Yaşam Doyumu Ölçeği .....	154
---------------------------------	-----

Ek 7. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği .....	155
---	-----

Ek 8. Beck Depresyon Envanteri .....	156
--------------------------------------	-----

Ek 9. Katılımcı Bilgi Formu .....	158
-----------------------------------	-----

Ek 10. Ölçekler İçin Telif Hakkı Sahiplerinden İzin .....	159
---	-----

Ek 11. Etik Kurul İzin Yazısı.....	161
------------------------------------	-----

Turnitin (Orjinallik Raporu) .....	166
------------------------------------	-----

Özgeçmiş.....	167
---------------	-----

## Tablolar Listesi

	Sayfa
<b>Tablo 1.</b> <i>Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı.....</i>	69
<b>Tablo 2.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanlar .....</i>	78
<b>Tablo 3.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Yaş Grubuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	79
<b>Tablo 4.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	82
<b>Tablo 5.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Mezun Oldukları Lise Türüne Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	84
<b>Tablo 6.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeyine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması(n=1230).....</i>	86
<b>Tablo 7.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Aylık Gelirine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	88
<b>Tablo 8.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması(N=1230).....</i>	90

<b>Tablo 9.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Herhangi Bir Yakını Kaybetme Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	92
<b>Tablo 10.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Herhangi Bir Sarsıcı Olay Yaşama Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....</i>	93
<b>Tablo 11.</b> <i>Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar.....</i>	96
<b>Tablo 12.</b> <i>Modele İlişkin Uyum İyiliği Değerleri.....</i>	100
<b>Tablo 13.</b> <i>Modele İlişkin Regresyon Sonuçları.....</i>	101

## Şekiller Listesi

<b>Şekil 1.</b> Değişkenlere İlişkin Önerilen Hipotetik Model .....	19
<b>Şekil 2.</b> Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Durum Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanlara İlişkin Path Diagramı.....	99

### Kısaltmalar

<b>AMOS:</b>	Analysis of Moment Structures
<b>ANOVA:</b>	Varyans Analizi
<b>BDE:</b>	Beck Depresyon Envanteri
<b>KKTC:</b>	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
<b>ÖKÖ:</b>	Ölüm Kaygısı Ölçeği
<b>PANAS:</b>	Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği
<b>SPSS:</b>	Statistical Package for the Social Sciences
<b>VEA:</b>	Varoluşsal Endişe Anketi
<b>YAÖ:</b>	Yaşamın Anlamı Ölçeği
<b>YDÖ:</b>	Yaşam Doyumu Ölçeği
<b>YEM:</b>	Yapısal Eşitlik Modellemesi



## BÖLÜM I

### Giriş

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, alt amaçlar, önerilen modeldeki değişkenlerin arasındaki ilişkiler, araştırmanın önemi, sınırlılıklar ve tanımlar yer almaktadır.

#### Problem Durumu

İnsanoğlu geçmişten günümüze kadar geçen sürede sürekli olarak ölüm ve yaşam olgularının anlamını araştırmıştır. Varoluşsal kaygı kavramı Kierkegaard, Karl Jaspers ve Heidegger gibi felsefi düşünürlerin öncülüğünde Rollo May, Viktor Frankl ve Irvin Yalom gibi birçok psikolog ve psikiyatrist tarafından benimsendi (Corey, 2008). Varoluşçuluğu savunanlar kaygı olgusunu genel olarak insan doğasının en önemli unsurları arasında ele almışlardır. Aynı zamanda, sıradan bir insanın günlük hayatında yaşadığı kaygı durumu olan nevrotik kaygı ile varoluşsal kaygıyı birbirinden ayırt etmişlerdir. Varoluşçulara göre, varoluşsal kaygı insan yaşamında oldukça temel ve evrensel bir durumdur ve çok nadir sayıda insan tarafından salt hali ile deneyimlenmektedir (Kıraç, 2007). Varoluşsal kaygı ölümden korkma, anlamsızlık deneyimi, yanlış yaşam seçimleri yapma korkusu ve diğer insanlarla bağlantısız hissetme ile ilgili endişeleri içerir (Yalom, 2014).

Bireylerde görülen ölüm kaygısı genel olarak ruh sağlığı açısından ele alınan konular arasında yer almaktadır. Ölümün modern bireyler açısından anormal ve endişe yaratan bir yapıda olması ve bu durumun bütün kaygıların birleşim noktası şeklinde ifade edilmesi günümüz koşullarında giderek önem kazanmasına zemin hazırlamıştır (Yalom, 2014). Bu kaygı şekli bireylerde birincil kaygının temelini oluşturmaktadır. Ölüm kaygısına yönelik olarak ortaya çıkan kuramlara bakıldığında özellikle varoluşçu yaklaşım hayata kattığı anlamdan dolayı olumlu bir durum olarak değerlendirilmektedir (Cevizci, 2005; Corey, 2008).

Feldman ve Snyder'a (2005) göre bireylerin ölecek olmasının bilincinde olması hayatlarına kattığı anlam neticesinde ölüm kaygısını varoluşsal bir durum olarak ele alarak yaşamın herhangi bir anlamının olup olmadığını sorgulamalarına neden olur. Frankl (2009) ise insanların en temel güdüsü olan yaşamın anlamını arama arzusu olduğu savunmaktadır. Bu anlam arama durumu bireyden bireye içinde bulunduğu ana ve zamana bağlı olarak değişebilmektedir. Osho (2010) eğerki bir sonu yok ise yaşamın anlamsız olacağını ifade etmiştir.

Yaşam doyumu yaşamın genel kalitesini bilişsel değerlendirmedir (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Pavot ve Diener, 2008) ve öznel iyi oluşun bir bileşenidir (Judge ve Hulin, 1993; Judge ve Watanabe, 1993). Yaşam doyumu; fiziksel ve psikolojik sağlık (Friedman ve Ryff, 2012; Grant, Wardle ve Steptoe, 2009; Pavot ve Diener, 2008; Uchino, Bowen, Kent De Gray, Smith, Baucom, Light ve Ray, 2016), olumlu yaşam tarzı alışkanlıkları (Kim, Smith ve Kubzansky, 2014; Pettay, 2008), iş üretkenliği (Veenhoven, 1984), sosyal ilişkilerin gücü (Diener ve Seligman, 2002) ve öğrenci performansı (Borrello, 2005) gibi birçok önemli sonucun önemli bir göstergesidir.

Olumlu duygular aktif bir enerji şekli, güçlü odaklanabilme ve eğlenceli faaliyetlere katılımı sağlamaktadır ve mutluluk, güçlenme duygusu, tutku, arzu, ilgi ve güven gibi çok çeşitli olumlu ruh hallerini içermektedir (Miri, Karimian ve Ostovar, 2015).

Depresyon duygudurum bozukluğudur. Özellikler, en az 2 hafta boyunca sürekli olumsuz ruh hali veya üzüntü, düşük özgüven, anhedonia (yaşama zevkinin azalması veya kaybolması), uyku bozukluğu ve değişen beslenme alışkanlıkları duygularını içerir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Ayrıca, olumlu duygular depresyonda önemli ölçüde azalmaktadır (Nutt, Demyttenaere, Janka, Aarre, Bourin, Canonico, Carrasco ve Stahl, 2007).

Üniversite öğrencileri bağlamında ortaya çıkan kişilik ve psikososyal sağlık durumu özellikle varoluşsal kaygının ve bu durum ile ilişkili değişkenlerin araştırılması ayrı bir öneme sahiptir. Bu dönem üniversite öğrencilerinin yetişkinliğe geçtiği dönem olarak kabul edilmekte olan 18-25 yaş arası (Arnett, 2001) gelişimsel süreçlerinin yanında eğitim hayatında da farklı akademik, sosyal ve duygusal tecrübeler edinmektedir. Aynı zamanda üniversite hayata birey üzerinde strese ve yaşamsal olarak zorlanmasına neden olabilmektedir. Dolayısıyla, üniversite öğrencilerinin varoluşsal farkındalığını artırmak amacıyla etkili rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin planlanabilmesi için, bu araştırmada üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygıya etki edebilecek bazı değişkenleri açıklamaya yönelik olarak literatüre dayalı olarak geliştirilen kuramsal bir modelin test edilmesi amaçlanmıştır.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon değişkenlerinin bazı demografik özelliklere göre arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığının ve söz konusu değişkenlerin birbirleri ile ilişkilerinin incelenmesidir. Ayrıca üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygıya etki edebilecek bazı değişkenleri açıklamaya yönelik olarak literatüre dayalı olarak geliştirilen kuramsal bir modeli test etmek amaçlanmıştır.

### **Alt Amaçlar**

1. Üniversite öğrencilerinin yaşına göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakını kaybetme durumuna göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam

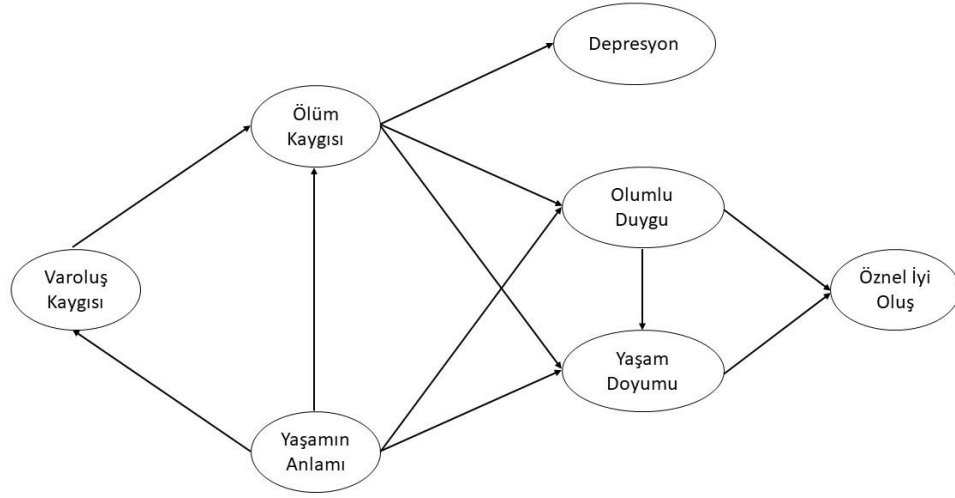
doyumunu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı fark var mıdır?

9. Üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumunu, pozitif-negatif duygu durum ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Oluşturulan teorik model, kişisel özelliklere göre varoluşsal kaygıyı ne kadar iyi açıklar?

### **Modeldeki Değişkenlerin Birbirleriyle İlişkisi**

Bu doğrultuda incelenen çalışmalarda varoluşsal kaygı arttıkça ölüm kaygısının azaldığı ortaya çıkmıştır (Halıcı Kurtulan ve Kararımak, 2016). Ölüm kaygısı ile yaşam doyumunu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu, ölüm kaygısı azaldıkça yaşam doyumununun arttığı ortaya çıkmıştır (Arslan, 2019; Hululular, 2019). Yaşamda anlam bulma ile iyi olma ve yaşam doyumunu arasında olumlu ilişkiler olduğunu ortaya koyan araştırma bulguları mevcuttur (Zika ve Chamberlain, 1992; Ang ve Jiaqing, 2012; Halama ve Dėdovă, 2007; Ho, Cheung ve Cheung, 2010; Kim 2001). Öznel iyi oluş kavramının en önemli belirleyicilerinden biri anlamlı bir yaşama sahip olmaktır. Yapılan araştırmalarda, anlamlı bir yaşam algısının koruyucu ve uyumsal olduğu, ruhsal sağlıkla, psikolojik ve öznel iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Brassai, Piko ve Steger, 2011; King, Hicks, Krull ve Del Gaiso, 2006; Konkoly Thege, Stauder ve Kopp, 2010; Steger ve Kashdan, 2007; Zika ve Chamberlain, 1992). Bireyin olumlu duyguları ve yaşam doyumunu ne kadar yüksekse, öznel iyi oluş düzeyi de o derece fazla olur (Diener, 1984). Öznel iyi oluş ile depresyon arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu önceden saptanmıştır (Alim, 2018; Tuzgöl-Dost, 2005). Travmatik yaşantılar ise travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ve depresyon gibi bir dizi psikopatolojilere neden olmaktadır. (Boşgelmez, Aker, Köklük ve Ford, 2010; Currier, Holland, Chisty ve Allen, 2011; Gros, Price, Magruder ve Frueh, 2012; Vrana ve Lauterbach, 1994).

## Şekil 1

*Değişkenlere İlişkin Önerilen Hipotetik Model***Araştırmanın Önemi**

Varoluşsal kaygı, çok sayıda teorik ve felsefi yazıda temel bir insan sorunu olduğu varsayılmaktadır (Berman, Weems ve Stickle, 2006; Yalom, 2002). Varoluşsal kaygı, Türkiye'de nadiren incelenen ve yeni bir araştırma alanıdır ve ayrıca varoluşsal kaygıyı kuramsal bir modelle açıklayan hiçbir araştırma yoktur. Dolayısıyla bu araştırmanın varoluşsal yaklaşıma katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yalom'a (2014) göre varoluşsal konularla ilgili çok fazla araştırma olmamasının nedeni; akademik psikiyatri ve psikoloji pozitivist geleneğe dayanmakta olması, deneysel araştırmalar ile mümkün olan bilgiyi geçerli kılma yöntemine değer vermesi ve varoluşsal kaygıların deneysel araştırmalar ile yapılması son derece zordur.

Daha önce belirtildiği gibi, literatürde varoluşsal kaygı kavramı üzerine yapılan araştırmaların sayısı oldukça azdır ancak ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, öznel iyi oluş ve depresyon konularında daha fazla çalışma bulunmaktadır. Kavramların çeşitli kültürler doğrultusunda ilişkili olduğu yapılar ve ilişkiler incelenmiştir. Araştırmacılar tarafından birbirleriyle olan ilişkileri de araştırılmıştır. Fakat tüm bu kavramların hepsinin bir arada olduğu, geniş bir açıdan bakılarak ortaya konulan modellerin sınanmasına literatürde rastlanmamaktadır. Bu araştırmanın, literatürdeki bu boşluğun doldurulmasına ve Varoluşsal Yaklaşıma katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Ayrıca, araştırma kapsamında veri toplanan katılımcıların demografik özelliklerinin varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, öznel iyi oluş ve depresyon düzeyleri bakımından değerlendirilmiş olması konuya ilişkin Türk örneklemindeki duruma dair bilgi sunması bakımından önem taşımaktadır.

### **Sınırlılıklar**

Genel olarak varoluşsal kaygıya katkıda bulunan başka psikolojik yapılar olabilir. Bu araştırma ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, olumlu duygu ve depresyon ile sınırlıdır. Sonuçlar, yalnızca araştırmada kullanılan bilişsel ve duygusal kişisel faktörler ile varoluşsal kaygı arasındaki ilişkileri açıkladı.

Araştırmanın evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yer alan beş üniversitede okuyan veri toplama aracını cevaplamayı gönüllü olarak kabul etmiş olan üniversite öğrencileri sınırlıdır.

Araştırmanın bulguları Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri'nden elde edilen verilerle sınırlıdır.

### **Tanımlar**

**Depresyon:** Bireylerin günlük aktivitelerini engelleyen, bilişsel işlevlerini aksatan ve işlevselliğinde önemli bozulmalara yol açabilen, yaygın olan psikiyatrik bir bozukluktur (Jumah, Hassali, Qhatani ve Tahir, 2014).

**Yaşamın Anlamı:** Anlamlı bir yaşama sahip olmanın ve yaşamda anlam aramanın bilişsel ve motivasyonel değerlendirmesini ifade eder (Steger, Frazier, Oishi ve Kaler, 2006).

**Olumlu Duygu:** Yaşamdan alınan aktif haz ve keyiftir (Gençöz, 2000).

**Ölüm Kaygısı:** Yaşamın sonu ile ilgili olan düşünceler, duygular ve korkular (Singh, Singh ve Nizamie, 2003).

**Öznel İyi Oluş:** Bireyin sahip olduğu olumlu ve olumsuz duygulara ve yaşam doyumuna ilişkin olarak yaptığı öznel değerlendirmedir (Diener, 1984).

**Varoluşsal Kaygı:** Genel olarak yaşamla ilgili nihai kaygılardır (ölüm, özgürlük, varoluşsal yalıtım ve anlamsızlık) (Yalom, 2014).

**Yaşam Doyumu:** Bireyin beklentileri ile sahip olduklarını karşılaştırması ile elde etmiş olduğu durum ya da sonuçtur (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985).

## BÖLÜM II

### Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde felsefe ve ölüm, varoluşçu felsefe, varoluşçuluk, varoluşçu psikoloji, varoluşçu yaklaşım, varoluşsal kaygılar, yaşamın anlamı, varoluşçulukta yaşamın anlamı ve ölüm, ölüm kaygısı, ölüm kaygısı ve varoluşçuluk, yaşam doyumu, olumlu duygular, öznel iyi oluş ve depresyon ile ilgili kuramsal açıklamalara yer verilmiştir. Ayrıca, ilgili araştırmalara da bu bölümde değinilmiştir.

#### Felsefe ve Ölüm

Ölüm ilkçağdan beri felsefi düşüncenin konusu olmuştur (Cevizci, 2005). Ölüm ile ilgili konular eski dönemlerden günümüze kadar bütün felsefeler açısından önem arz etmekte ve günümüzde de araştırılan konular arasındadır (Hañçerliođlu, 2005). Ölüm konusu çağdaş felsefi ekollerden varoluşçu ekolün dışındaki felsefi tartışmalarda genellikle yan konu olarak değerlendirilmiştir (Koç, 2009).

İlk dönemlerde özellikle Epikurosçu ve Stoacı felsefe yaklaşımını benimsemiş olan felsefecilerin önemi ve etkileri diğer felsefe akımlarına nazaran daha ön plana çıkmaktadır. Epikurosçu ekolün en temel amacı bireyi hem ölüm korkusundan hem de yaşamak korkusundan kurtarmak olarak ifade edilebilir. Epikuros'da atomculuğun benimsendiği de söylenebilir. Buna göre bireyler, maddi olan evren içerisinde yer alan her şeyin atomdan ve boşluklardan oluştuğunu savunurlar. Atomlar kendiliğinden ya da hiçlikten meydana gelmediği için yok olmaları ve bozulmaları da imkânsız görülmektedir. Aynı zamanda hareketleri öngülemez ve kalıcı bir birleşim oluşturma durumları yoktur. Atomların bir araya gelmesi neticesinde nesnelere meydana gelir ve dağılımları ile hayatları sona erer. Bu bağlamda bir dizi atom birleşerek insanı meydana getirir ve bu dizi parçalandığında ömür sona erer. Epikurosçu yaklaşımı benimseyenler bu durumdan korkulmaması gerektiğini belirtmektedir (Magee, 2004). Epikuros bu düşünceleri doğrultusunda *Menoikeus'a Mektup* başlıklı denemesinde felsefe tarihine mal olan o ünlü sözünü dile getirmiştir: “Ölüm ne yaşayan için ne de ölmüş olan için korkulacak bir şey olamaz; çünkü yaşayan için ölüm yoktur, ölmüş olan için ise zaten yaşam yoktur” (Güçlü, Uzun, Uzun ve Yolsal, 2002).

Kıbrıslı Zenon dönemi içerisinde ortaya çıkan en önemli felsefe ekolü aynı zamanda Stoacılığın kurucusu olarak nitelendirilir. Bununla birlikte Batı

felsefesi tamamen olmasa da Yunan olmaktan ayrılarak uluslararası bir hale gelmiştir. Bu felsefenin merkezinde aklın en önemli yetkinlik olduğu ve ondan daha üstünün olmadığı belirtilmiştir. Bu felsefi anlayışa göre hayatta yer alan her şey gerçeklik ve aklın insanlara sunduğu biçimle dünya, doğa olarak vurgulanmaktadır. Bu durumdan daha yukarısı yoktur. İnsanlar, akıl ve algılanabilen kavramlar doğrultusunda yönetilen doğanın bir parçası olarak görülmektedir. Bu inanişe göre insanların doğa ile iç içe olması ve bir olduğu düşüncesi, daha yüksek bir alan olmadığı için öldüklerinde herhangi bir yere gitmeleri imkânsız olarak görülmekte ve başka bir yerin olmadığına inanılmaktadır. Bu durum stoacılığın en büyük etkisi olarak açıklanmaktadır. Sonuç olarak insanlar çözümlenerek tekrar doğaya dönerler (Magee, 2004).

Bu akıma göre insanların ölümlü birer varlık oldukları fakat ölüm konusunda soğukkanlı ve bu durumu kabullendikleri ifade edilmektedir. Stoacı felsefeye inananlara göre yaşamın bir insan hakkı olabileceği gibi ölümünde bu kapsam içerisinde değerlendirilmesinin normal olduğu anlayışı hakimdir. Çünkü insanların belirli bir noktadan sonra hayatları sürdürmek istemeyecekleri bir an gelebilir. Bu noktada yapılacak en akılcı şey acısız bir şekilde intihar ederek hayatlarına son vermektedir. Bu nedenle çoğu Stoacı yaşamına bu yoldan son vermiştir (Magee, 2004).

### **Varoluşçuluk**

Çağdaş felsefe akımları arasında yer alan varoluşçuluk, çoğu felsefe akımı gibi bir okul ya da sistemden ziyade, belli ortak ilgileri ve ön kabulleri olan filozoflar tarafından oluşturulan (Cevizci, 2005), birbirinden oldukça farklı bir dizi yaklaşımdır (Budak, 2003).

Yalom (2014) neredeyse bütün varoluşçu kitaplarının başında bu akımın tanımının yapılmasının çok zor olduğunu söyleyerek kitaba başladığını belirtmiştir. Bu da varoluşçuluğun tanımının yapılmasını zorlaştırmış çünkü varoluşçuluk kavramını kapsayan tek bir öz, tek ve değişikliğe uğramayan bir felsefe yoktur (Bezirci, 2005)

Bu akımın tanımlanamaz olduğu noktasında savunucu olanların dışında Jean Paul Sartre bu akımı şu şekilde tanımlamıştır: “Bu akımı okurlara tanımlamak mı? Oldukça basit bir iştir! Felsefeye göre tanımayacak olursak, her nesne bir öz ve varlıktan oluşmaktadır. Öz, sürekli nitelikler topluluğu olarak adlandırılırken, varlık ise dünyada aktif olarak bulunuşu temsil etmektedir. Bu nedenle çoğu kişi önce insan



özünün önce daha sonrasında ise varoluşun geldiğine inanmaktadır.” (Sartre, 2003, s.8).

Bir başka felsefeci olan Kaufmann (2005, s.5) ise varoluşçuluğu, “Bir felsefe olmaktan ziyade, geleneksel felsefe akımlarına karşı başkaldıran bir durumun adıdır” şeklinde tanımlamıştır. Kaufmann (2005)’a göre varoluşçuluk akımının çıkış noktasının herhangi bir okul olmaması ya da içerisinde inanç kümesinin bulunmaması, var olan sistemleri yetersiz görmesi, yaşamın yoksunluğunu öne sürerek daha çok geleneksel felsefe akımlarını açık bir şekilde küçümsemek olduğunu ifade etmiştir.

Ritter varoluşçuluğu, köklerinden kopan, temelini kaybetmiş, geçmişe inancı kalmamış, toplumdaki soyutlanmış, mutsuz, umutsuz insan varlığını dillendiren bir felsefe olarak tanımlanmıştır (Sartre, 2003).

Başka bir tanımda ise varoluşçuluğun köklerinde makineciliğin yer aldığı ifade edilmiştir. Bazı düşünürlere göre varoluşçuluğun temelinde bu durum olduğu savunulmuştur. Makinelerin üretim aşamasında kullanılıyor olmasının ters sonuçları olduğunu belirtmiştir. İnsanların gitgide kendileri tarafından idare edilen makinelerin egemenliğine girdiğini savunmuştur. İnsan özünü, benliğini ve kişiliğini giderek kaybetmektedir. Kısacası makineler yüzünden insan nesneleşiyor (Sartre, 2003).

Sartre (2003)’e göre bireyin varoluşu; insan özünü kendisi yaratmaktadır. Dünyaya gelen insan farklı şekillerde gelişim göstererek, savaşarak, dünyada acı çekerek kavrulur ve bu yol hiçbir zaman kapanmaz. Her zaman bir gelişme ve değişim içerisindedir.

### **Varoluşçu Felsefe**

Bu felsefe yaklaşımı 20. yy’da yaşanan savaşlardan, krizlerden, endişelerden ve hızlı kentleşmelerden dolayı ortaya çıkan bunalımlara bir tepki olarak ilk örnekleri Avrupa’da görülmeye başlanmıştır (Göka, 1997). Wahl (1999) varoluşçuluğun köklerinin Pascal’a kadar dayandığını ifade etmiştir. Modern varoluşçuluğun kurucusu olarak ise Soren Kierkegaard (Foulquie, 1998; Göka, 1997; Murdock, 2013; Teber, 2013; Wahl, 1999) daha sonrasında ise Martin Heidegger (Diamond, 2009; Geçtan, 2000; Göka, 1997; May, 2018) kabul edilmektedir. Aynı zamanda günümüzde varoluşçuluğu kullanan ilk kişi Kierkegaard olarak ifade edilir ve bu sözcüğe ilk kez Jean Paul Sartre ve Albert Camus’un yazmış olduğu eserlerde rastlandığı belirtilmiştir (Burston, 2003; Geçtan, 2003).

## Varoluşçu Psikoloji

Psikoloji alanında varoluşçu yaklaşımın temel etkileri ilk olarak II. Dünya Savaşı sonrasında özellikle Batı Avrupa’da ortaya çıkmış giderek yaygınlaşarak Amerika kıtalarında da etkisini sürdürmüştür. Psikoterapi alanında etkinliğini sürdüren varoluşçu yaklaşım zamanla Heidegger’e ait olan Ontoloji düşüncesinden esinlenerek gelişmeye devam etmiştir (Geçtan, 2003).

Geliştirdikleri ‘‘*Daseinanalysis*’’ isimli terapi yöntemiyle İsviçreli Medard Boss ve Ludwing Binswanger varoluşçu psikoterapinin öncüleri olarak gösterilmektedir. Doktor olan bu iki kişi uyguladıkları geleneksel yöntemlerin sorunların çözümü noktasında yetersiz kaldığından dolayı Heidegger’e ait olan ontolojiden yararlanarak iki durumu sentezleyerek farklı arayışlar içerisine girmişlerdir. Ortaklaşa yapılan çalışmalar neticesinde bireylerin kendi özlerine dönük sorunlara ve gereksinimlere uygun yeni bir boyut kazandırılmıştır (Geçtan, 2003).

Psikiyatride kullanılan varoluşçuluk konum itibariyle bağımsız bir tedavi ekolü olarak görülmemesi gerekir. Bu yaklaşım geleneksel yaklaşımlardan farklı olarak insanı anlama çabası göstermekte ve farklı bir tutum olarak değerlendirilmektedir. Bağımsız bir terapi ekolü olarak değerlendirilmemesinin temel nedeni de içerisinde sistematik bir kişilik kuramını benimsememesidir. Bu yaklaşımı kabullenen çoğu psikiyatrist, insanlar üzerinde yaptıkları çalışmalarda psikanalitik kökenli kuramlardan faydalanmaktadır (Geçtan, 2003).

Yalom (2014), psikolojideki varoluşçu yaklaşımın, hem felsefi kavramların bireyin klinik olarak değerlendirilmesinde uygulanmasına yönelik arzunun bir sonucu, hem de Freud’un yaklaşımına tepki olarak doğduğunu belirtmektedir. May’e göre (2018), Freud’un döneminde görülen histeri gibi problemler yerini yalnızlık, umutsuzluk, yabancılaşma, soyutlanma, hayatta anlam arama gibi problemlere bırakmaya başlamıştır.

Geçtan varoluşçu yaklaşımı bir kuram olarak ele almamaktadır. Ona göre varoluşçu yaklaşım daha çok psikolojik yardım almaya gelen danışan ile psikolojik danışman arasındaki terapötik ilişkilere yönelik tutumlar şeklinde ifade edilmektedir. Bu açıdan ele alındığında varoluşçu yaklaşım danışmanların bir tutumu, herhangi bir kuram ya da kuramları temel alarak geliştirmesi gerekmektedir. Çünkü herhangi bir kuramsal temele oturtulmayan durumlar varoluşçu yaklaşım ile açıklanamaz (Geçtan, 2003).

Boss ve Binswanger oluşturdukları varoluşçu psikoterapide psikanalitik kuram ve uygulama zemininde varoluşçu yaklaşımı bir tutum olarak ifade etmektedir. Böylelikle varoluşçu psikoterapide spesifik davranışların oluşturduğu örüntü ve gereksinimlerinin öğrenilmesini gerekli görmektedir. Bu sayede tedavi sürecinde olan bireyin varoluş yapısı bu şartlar altında anlaşılacağını savunmaktadırlar (Geçtan, 2003). Varoluşçu yaklaşımda insanlar birimler ya da sistemler üzerinden açıklanamakta daha çok bir varlık olarak anlamaya yönelik uygulamalara yer vermektedir (Geçtan, 2003). Yalom (2014) varoluşçu psikoterapiyi daha çok bireylerin var olması neticesinde ortaya çıkan durumlar ve kaygılara odaklanan dinamik bir yaklaşım olarak tanımlamaktadır.

Psikolojide, özgür iradeyi, kişinin yaptıklarının sorumluluğunu üstlenmesini, yaşamda anlam bulmayı, acıyı ve ölümü kabullenme ihtiyacı gibi varoluşun kaçınılmaz kaygılarıyla baş etmeyi öne çıkaran bir yaklaşım olarak varoluşçuluk (Budak, 2003), Ortodoks psikanalizin insana bakışındaki determinizmi ve radikal davranışçı görüşü reddetmektedir (Corey, 2008). Birey olmanın ne demek olduğu algısında üzerinde duran bu yaklaşımın en temel özelliği, farklı teknikleri bünyesinde bulunduran ve kişilik değerlendirme yöntemlerini ele alarak bireye yaklaşmasıdır (Corey, 2008). İnsana bireysel bir yaklaşım tarzı ile bakan ve bu şekilde insan üzerine yoğunlaşan bu çağdaş psikolojik anlayışa göre insan, kendisindeki öğelerin fonksiyonu aracılığıyla incelenemez; fizik, kimya ya da nörofizyoloji yoluyla açıklanamaz; insan tabiatı bu şekilde anlaşılabilir. Varoluşçu yaklaşıma göre, her insan içsel yaşamı, algıları, dünya ile ilgili değerlendirmeleri ve tepkileri bakımından biriciktir. İnsan fenomenolojik yöntem kullanılarak bütün bir varoluşsal gerçekliği içerisinde anlaşılabilir çalışılmalıdır (Cevizci, 2005).

Yalom'a (2014) göre, varoluşçu görüş, bireyin var olmanın getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan çatışma üzerinde durmaktadır. Var olmanın getirilerinden kasıtlı belirli en nihai kaygıları, insanoğlunun dünyadaki varlığının önemli bir parçası olan, yaratılıştan getirilen belirli nitelikleri ifade etmektedir. Bireyin karşı karşıya kaldığında varoluşçu dinamik çatışmasının içeriğini oluşturacak dört nihai kaygısı ise şunlardır: ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık.

Psikanalitik bakış açısına göre özgürlük, bilinçaltı düşüncelerle, akılcı olmayan inançlarla ve geçmiş yaşantılarla sınırlandırılırken davranışçı bakış

açısı da özgürlüğü sınırlandırmaktadır. Davranışçılara göre bu sınırlandırma sosyo-kültürel koşullar tarafından sağlanmaktadır. Varoluşçu görüşü benimseyenlere göre ise özgürlük çok daha temel bir konudur. Varoluşçular, insanlar için özgürlüğün kendi koşullarını seçmek olduğunu ileri sürerler. Bu yaklaşım insanın özgür ve buna göre seçtiklerinden ve eylemlerinden sorumlu bir varlık olduğu varsayımını ortaya atmaktadır. Varoluşçu görüşe göre insanlar koşulların kurbanı değildir, çünkü büyük ölçüde ne olacaklarını kendileri belirlerler (Corey, 2008). Ancak, kendi kaderinden sorumlu olduğunu anlayan, özgürlük ve sorumluluğunu kazanan insanda bu kazanım, kaygıya neden olur. Özgürlük ve sorumluluk sıkıntı ve acı verir (İnanç ve Yerlikaya, 2008).

May (2018), dünya içerisinde insanların varoluşunu nitelendiren Umwelt, Mitwelt ve Eigenwelt olmak üzere üç ayrı mod olduğunu söylemektedir. Dünyanın bu üç modu devamlı birbiriyle ilişki halindedirler ve eş zamanlı olarak varolmaktadırlar. Umwelt, dünyada varolmanın üç modundan birincisidir, objelerin dünyasıdır. Diğer bir deyişle, etrafımızdaki nesnelere dünyasıdır. Bütün canlılar Umwelt'e sahiptir. May'e göre eğer bir öz bilince sahip olmasaydık bile Umwelt, içerisinde varlığımızı sürdürdüğümüz dünya olurdu. *Umwelt*, doğa kanunlarının, uyku ve uyanıklığın, doğma ve ölmenin, arzulama ve rahatlamamanın dünyası olmanın yanı sıra içerisine doğduğumuz dünyadır. İnsanların uyum sağlamak durumunda olduğu dünyadır.

Mitwelt, dünyada varolmanın ikinci boyutudur, varoluşun sosyal niteliğini temsil etmektedir ve başkalarıyla olan ilişkilerin dünyasıdır. *Mitwelt* ilişkiler ile tanımlanmakla beraber, duygular bu dünyanın anadili görevini görmektedir (Deurzen ve Baker, 2017).

Eigenwelt, dünyada varolmanın üçüncü boyutudur, kendilik dünyası veya bireysel boyut olarak tanımlanabilir (Deurzen ve Baker, 2017). May (2018), Eigenwelt'in öz-farkındalık gerektirdiğini ve bu sebeple sadece insanlarda bulunduğunu ifade etmektedir. Eigenwelt yeryüzünde herhangi bir şeyin (bir çiçek veya başka bir insan) kişiye ifade ettiği anlamı içermektedir.

### **Varoluşçu Yaklaşım**

Kişilik kuramcıları arasında yer alan Freud kaygıyı daha çok kişiliği oluşturan bir güç olarak değerlendirmektedir. Bu durum aynı zamanda varoluşçu görüşle aynı doğrultudadır. Bireyin hayatına anlam vermesi, benliğe sahip olması aynı zamanda bireyi harekete geçirerek yalnızlıktan kurtulmasına aracılık eden gücün temelinde

kaygı yer almaktadır. Varoluşçu yaklaşımda kaygı insani duygular olarak üzerinde en çok durulan konulardan birisidir (Manav, 2011). Psikolojik olarak herhangi bir nedene bağlı olmaksızın ortaya çıkan endişe durumu olarak tanımlanan kaygıya felsefe literatüründe de bazı anlamlar yüklenmektedir. Kaygı bireyin yaşamış olduğu dünyada tamamlanmamışlığını, düzen ve amaç bağlamında yoksunluğunu fark ettiğinde yaşamış olduğu duygu olarak ifade edilmektedir (Cevizci, 2005). Kaygı bir başka tanımda ise bireyin dünyanın anlamsızlığına bir tepki olarak bireyin üzerine çöken hiçlik algısı nedeniyle kendini toplaması ve silkelenmesi olarak tanımlanmaktadır (Güçlü ve diğerleri, 2002).

Kaygı genel olarak geleceğe yönelik ortaya çıkan ve o an da görülen bir durumdur. Gelecek her zaman özgürlüğün bir parçasıdır ve bu gelecekte mümkün olarak görülmektedir. Geleceğin belirsiz olması bireyi kaygıya sürüklemektedir. Çünkü kaygı her zaman gelecek ile ilişkilendirilir. Aynı zamanda belirsizlik durumu içerir ve gelecek de yaşanacak belirsizlikler bireyi kaygıya yönlendirir (Kierkegaard, 2004).

Bireylerde görülen normal kaygı ve nörotik kaygı birbirinden ayrılmaktadır. Kavram olarak ele alınacak olursa normal kaygı daha çok bireyin karşılaşmış olduğu olaya karşı gösterdiği bir tepki olarak tanımlanmaktadır. Bu kaygı genel olarak motivasyon sağlamaktadır (Corey, 2008). Bireyin farkında olmadığı ve bireyi işlevsiz hale getiren kaygı ise nörotik kaygı ile açıklanmaktadır (Bakırcıoğlu, 2007; Corey, 2008). Gelişim açısından bakıldığında ise varoluş kaygısının her zaman uyarıcı bir niteliği bulunmaktadır. Yalom temelde dört varoluşsal kaygı (ölüm kaygısı, özgürlük ve sorumluluk, varoluşsal yalıtım, anlamsızlık kaygısı) olduğunu belirtmiştir (Yalom, 2014).

## **Varoluşsal Kaygılar**

### ***Ölüm Kaygısı***

Doğadaki bütün canlılarda görülen ölüm yaşama anlam getirme noktasında uyarıcı bir özelliği bulunmaktadır. Kısacası yaşam var ise ölümden kaçınılmazdır. Bu durumda beraberinde hiçliği getirmektedir. Düşünebilen varlık olan insanın bilinçaltında sürekli olarak ölüm kaygısı bulunmaktadır (Yalom, 2014). Birey açısından biyolojik bir son olarak ele alınan ölüm olgusu varolmamayı bir tehdit edici araç olarak görmektedir. Bu nedenle hiçbir kimse ölümden kaçamayacağını anlayarak bu doğrultuda varoluşsal kaygı içerisine girer. Ölüm olgusu insanlar açısından her zaman hem kişisel hem de sosyokültürel değişkenlerle

ilişkilendirilmektedir. Ölüm kaygısı daha çok bireyin başına geldiği an ile sınırlandırılmamış daha çok ölüme yönelik bireyin hissetmiş olduğu duygularla açıklanmaya çalışılmıştır (Onur, 2000).

Yalom (2014) ölüme ilişkin iki önermede bulunmuştur. Birincisi bireyin hayat ve ölümü birbirine sıkı sıkıya bağlıdır. Birbirine ardışık bir şekilde değil daha çok ölümün hayatın içerisinde sürekli olarak kendisini göstermesidir. Ölüm insan hayatını ve davranışlarını önemli ölçüde etkilemektedir. İkincisi ise ölüm bireyler için ilk kaygı kaynağı olarak görülmesidir. Yalom (2014) aynı zamanda ölüm korkusunun her zaman kendisini gösterebileceğinden bahsetmiş ve her yerde bulunabileceğini ifade etmiştir. Birey yaşam enerjisinin önemli bir kısmını ölümü inkâr etmekle geçirmektedir. Ölüm kaygısının etkilediği durumlar aşağıdaki gibidir:

- Kişisel olaylar
- Bireysel savunmalar
- Güdülenme süreci
- Rüyalar
- Toplumsal yapıtlar ve anıtlar
- Dinler, ideolojiler ve mezarlıklar
- Geçmiş dönemlerde mumyalanma örnekleri
- Başarılı olma isteği ve şöhret arzusu
- Duygu ve düşünceler vb.

Yukarıda da görüldüğü gibi ölüm korkusu insan hayatının her alanında ve her yerini etkileyebilmektedir (Yalom, 2014).

Ölüm kaygısı konusunda filozoflar farklı tanımlamalarda bulunmuştur. Buna göre Jaspers, varoluşun kırılabilirliği; Kierkegaard, hiçlik ya da olamama korkusu; Heidegger, olasılığın olanaksızlığı ve Tillich ise anksiyete ile açıklamıştır (Yalom, 2014). Yalom ölüm korkusu, dehşet bir son, yok olma korkusu olarak ölüm kaygısından bahsetmiştir. Ölüm konusuna yönelik ortaya atılan felsefi görüşlere bakıldığında üçe ayrıldığı görülmektedir. Bu durumlar (Yalom, 2014);

- Ölümden sonra olacak olan olaylarla alakalı olan durumlar,
- Ölüm olgusunun kendisi ile alakalı olan korkular,
- Varolmanın sona ermesi ile alakalı olan korkulardır.

Yalom üçüncü sırada olan korkunun diğerlerine nazaran daha merkezde olan bir korku olduğunu ve ölümün bireyi yok edeceği, ortadan kaybolması ya da imha edilmesi gibi korkularla desteklendiğini belirtmiştir (Yalom, 2014).

Varoluşçu psikoloji bağlamında ele alınacak olursa ölüm bireyin varlığını tasdik edemediği varolmayışsal bir tehlike olarak ifade edilmektedir (Tillich, 2019). May (2018) ise ölüm olgusu insanı varolmama olarak tehdit eden bir durum olarak ifade etmiştir.

Yalom ölüm kaygısına bir tepki olarak geliştirilmiş olan savunma mekanizmalarını daha çok nevrotik bir durum ile açıklamaktadır. Nevrotik durumlar bireye sıkıntılar çıkarıyor olsalar dahi bireyleri dehşete düşürecek kadar güçlü olan ölüm kaygısından kurtarıcı bir özelliği bulunmaktadır (Yalom, 2014).

Yalom ölüm olgusunun insanı fiziki yönden etkileyip onu tahrip etse dahi ölüm korkusunun insanı koruyacağını savunmaktadır. Çünkü ölüm düşüncesinin olmadığı hayatlar yoğunluğunu kaybeder ve anlamsızlaşır. Freud hayatın son bulacak olmasının aynı zamanda hayattan alınan zevki artırdığını ifade ederek ölüm fikrinin insanı kötümserliğe sürüklemekten ziyade, yaşam tarzının daha otantik olmasına yönlendirdiğini dolayısıyla yaşamdan alınan zevki artırma noktasında insanlara yardımcı olduğunu belirtmiştir. Yalom'da Freud'un görüşünü desteklemekte ve insanları olumsuzluklardan kurtaran şey ölüm düşüncesinden uzaklaşmak ya da kaçmaktan ziyade bu düşünce ile bütünleşmek olduğunu savunmuştur (Yalom, 2014).

Yalom aynı zamanda bireyin ölüm ile yüzleşmesinin kişilik yapısının bir gerekliliği ve bu yapıda meydana gelen bir takım değişimlere neden olduğu vurgulamıştır. Yalom yaptığı klinik tecrübelerden yararlanarak herhangi bir ölümcül hastalığa yakalanan bireylerin yaşadığı travmatik sonuçlar doğrultusunda ölümü düşünmesi ve hayatının merkezine alması bireyde olumlu değişimlerin görülmesine neden olabilmektedir (Yalom, 2014).

### ***Özgürlük ve Sorumluluk***

Bireyin kendisi için geliştirilen seçenekler arasından kendine en uygun olanı seçme hakkı bulunmaktadır. Birey aynı zamanda yaşamına dair seçenekleri belirleme noktasında özgürdür. Kendi yaşam sorumluluğunun bireyde olması kaygıya neden olabilmektedir (Bakırcıoğlu, 2007; Yalom, 2014). Yalom'a göre bireylerde görülen varoluşsal kaygılardan birisi de özgürlüktür. Bu kaygı türü diğer türlere nazaran daha az anlaşılan bir yapısı bulunmaktadır. Özgürlük normal şartlarda birey açısından

normal bir durum ve olumlu bir düşünce olarak algılanmakta olduğundan insanlar yıllardır özgürlüğü kazanmak amacıyla gayret göstermişlerdir. Ancak Yalom özgürlüğün aynı zamanda korku ile karışık bir yapıda olduğunu ve dışsal olarak yokluğa bir gönderme olarak ifade etmektedir (Yalom, 2014).

İnsanlar; hayatlarında, yaşam standartlarından, seçimlerine ve hareketlerine kadar her alanda kendisi sorumludur. Kısacası insan hayatının yazarı olarak ifade edilebilir. Bu açıdan ele alındığında özgürlük çokda basit bir yapıda bulunan bir durum olarak görülmeyebilir bazı durumlarda ürkütücü olabilmektedir. Çünkü özgürlüğün herhangi bir dayanak noktasının olmaması bu duruma sebebiyet verebilir. Halbuki insanoğlunda yapı ve zemin için bir arzu bulunmakta ve bu nedenle insan özü gereği özgürlük noktasında kaygı duyabilmektedir (Yalom, 2014).

Sorumluluk Yalom'a göre yaratmak anlamına gelmektedir. Bireyin sorumluluklarının farkında olması, kendi özünü, hayatını, kaderini, duygu ve düşüncelerini yönlendiren bir durumdur (Yalom, 2014). May (2011) ise özgürlüğü bireylerin seçimleri ve karar vermesi sürecindeki olumlu davranışları ile açıklamaktadır. Heidegger (2018) özgür olduğumuzu ancak özgürlüğümüzün mecburi olarak sınırlı olduğunu söylemektedir. Fakat özgürlüğü yok saymak, yadsımak niyetinde değildir, yalnızca özgürlüğümüzün sorumluluk taşıdığını ve seçimlerimizin bir sınırı olduğunu dile getirmektedir. May (2011) özgür olmak ile insan olmanın eş anlamlı olduğunu ifade etmektedir.

Birey özgürlük olgusu ile hazırlıksız bir şekilde karşılaşırsa bu durum sonucunda kaygı yaşayabilir. Bireyin özgürlük ve sorumluluğun farkında olması kaygıdan kaçması için bir gereklilik, sorumluluğu başka bireylere devretmesi, inkâr etmesi ve özerk bir şekilde davranıştan kaçma ya da kaçınma gibi farklı savunma mekanizmaları geliştirebilmektedir. Yalom'a göre terapötik değişim olgusunun temelinde danışanlara sorumluluk vermek ve sorumlulukları kabullenmesini sağlamak bulunmaktadır (Yalom, 2014).

Yalom, bireylerin sergilemiş olduğu davranışlardan sorumlu olmasının aynı zamanda duygularından da sorumlu olacağı anlamına karşı çıkmaktadır. Fakat duyguları doğrultusunda sergilemiş oldukları davranışlardan bireylerin sorumlu olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle kanser teşhisi konulan hastalara sorumluluklar doğrultusunda telkinlerde bulunmak, hastaları çaresiz ve güçsüz bir şekilde bırakmaktan ziyade sorumluluklarının üstesinden gelebilmeleri için onlara yardımcı



olmak, güç hissini kazanmalarına imkânlar tanımak, hayat kalitelerini yükseltmek için hastalığı bir fırsat olarak görmeleri gerektiğini ifade etmektedir (Yalom, 2014).

Bireyler sorumluluklarını kabul ettikleri zaman bu durum karşısında daha az kaçış yolu oluşacağı için suçluluklarını ifade edecekleri alanlar genişleyebilmektedir. Suçluluk duygusu bireylerin başkalarına, topluma ve ahlaki normlara karşı sorumluluklarını yerine getirmemesi değil aynı zamanda kendisine karşı sorumluluklarını da yerine getirmemesi neticesinde ortaya çıkabilir. Bu bakış açısı ile ele alındığında birey hem kendisi hem de yaşadığı toplum açısından sorumlu tutulduğu derecede suçluluk hissi yaşarlar. Terapilerde varoluşsal suçluluk duygusu bireyleri kişisel tamamlamaya yönlendirecek bir rehber işlevi görmektedir. Bu süreç bireyin kendisi olması ile başlamaktadır (Yalom, 2014).

### ***Varoluşsal Yalıtım***

Yalnızlık duygusu daha çok bireyin başkalarına bağımlı olmadıklarını fark ettiklerinde ortaya çıkmaktadır. Bireyler bu açıdan değerlendirildiğinde hem yalnız hem de birbirine bağımlıdır (Bakırcıoğlu, 2007). Her türlü kültürde insan, ister kendini tehlikelere karşı korumak için olsun, ister çalışma ve üretme yetisi kazanmak için olsun, diğerleri ile işbirliği yapma gereksinimi duymaktadır. İnsanın başkalarıyla işbirliği içinde olmaksızın yaşayamacağı olgusu bireyde varolan yalnızlık korkusunun sebeplerinden biridir. İnsanın kendi dışındaki dünya ile ilişkili olma gereksinimi bir tür yalnızlıktan kaçınma gereksinimidir. Fiziksel açlığın bir süre sonra bedeni ölüme götürmesi gibi, tamamiyle yalnız ve soyutlanmış hissetmek de kişinin zihnini parçalanmaya götürür (Fromm, 2011).

Yalom'a (2014) göre üç tip yalıtım bulunmaktadır. Bunlar;

- Kişilerarası yalıtım; bu durum daha çok yalnızlıkla açıklanmakta ve bireyin başkalarından uzak olmayı tercih etmesi durumu olarak değerlendirilmektedir.
- Bireyin kendi dünyasındaki yalıtım; bireyin kendisine ait olan parçaları birbirinden ayırması durumudur. Böylesi bir yalıtımı yaşayan bireylerin benlikleri zarar görmektedir.
- Varoluşsal yalıtım; kişilerarası en tatmin edici ilişki ve sağlam bir benlik bütünlüğü olmasın karşın bireyin yaşadığı yalıtımdır. Bireyin dünyaya, kendisine ve diğerlerine karşı hissettiği yalıtımdır.

Varoluşsal yalıtım ise bireylerin diğer bireylerin iç dünyalarında olan bitenle ve başka bireylerle ilişkili olma gereksinimlerini tehdit edebilmektedir (Pinel, Long,

Landau ve Pyszczynski, 2004). Bu açıdan değerlendirildiğinde varoluşsal yalıtılmışlık bireyleri başkaları ile ilişki kurma noktasında zorlamaktadır (Albinsson ve Strang, 2003). Bireyler çoğu zaman başkalarının içsel deneyimlerinin ne olduğunu bilemeyebilir. Kişinin kendi iç dünyası ile başka kişilerin dünyaları arasında herhangi bir bağ bulunmamaktadır. Bu gerçek karşısında birey başkaları ile bağ kurmak ister. Bu durum karşısında ortaya çıkan bağ kuramama durumu bireyde yalıtılmışlık duygusuna neden olabilmektedir (van Bruggen, Vos, Westerhof, Bohlmeijer ve Glas, 2015).

Ölüm ve özgürlük olguları sonucunda ortaya çıkan varoluşsal yalıtım arasında bir ilişki bulunmaktadır. Bu bağlamda ölüm ve özgürlük korkuları ile yüzleşen bireylerde ya varoluşsal yalıtım ya da varoluşsal yalnızlık ortaya çıkmaktadır. Ölüm bir insan deneyimi olarak görülür ve ölüm ile yüzleşmiş insan çevresinde bulunan hiçbir kimsenin kendisine eşlik etmeyeceğini bilir ve derin bir yalnızlık duygusu yaşar. Bu nedenle insan hayatı boyunca sorumlulukları kadar yalnızdır. Birey kendi hayatını kendi şekillendirmekte ve bu hayatı yaratırken de kimseden yardım almamaktadır. Bu durum bireyin yalıtılmışlığını ve yalnızlık duygusunu artırıcı bir faktördür (Yalom, 2014).

Varoluşsal yalıtım bireyler için oldukça öznel bir deneyim olmasından dolayı bu duruma çok uzun süre dayanamayıp bu durumdan kurtulmak için bilinçsiz olarak savunma mekanizması geliştirir ve bu durumdan uzaklaşmaya çalışır (Yalom, 2014).

Yalom'a göre bireyler yalıtım kaygısından kurtulmak için farklı arayışlara girmektedir. Ya kendileri ile ya da ilahi bir güç ile bu yalıtılmışlık duygusundan kurtulmaya çalışırlar. Fakat hiçbir ilişki bu duyguyu tamamen ortadan kaldırmaz sadece paylaşarak şiddeti azaltılabilir. İnsanlar yalıtım kaygılarını hayatları boyunca kabul ederek bu durumla kararlı bir şekilde yüzleşebilirse diğerlerine sevgiyle yaklaşabilir. (Yalom, 2014).

### ***Anlamsızlık Kaygısı***

İnsanların hayatlarını sürdürmeleri için bir takım amaçlara gereksinimleri bulunmaktadır (Yalom, 2014). Bireyler yaşamlarında meydana gelen boşluğu ve anlamsızlığı genel olarak varoluş boşluğu olarak nitelendirmektedir (Corey, 2008).

Yalom insanlarda görülen bir başka kaygı türünü ise varoluşlarından dolayı ortaya çıkan anlamsızlık olarak belirtmiştir. Bireylerde görülen anlamsızlık sorunu, varoluşçu bakış açısı ile değerlendirildiğinde bu duruma iki önerme ile çözüm getirilmektedir. Bu dünya da insanlar anlam ve amaç aramaktadır. İnsanların yaşama

dair amaçlarının olmaması ya da değerlerden yoksun olması stres ve kaygının görülmesine neden olur. Özgürlük kaygısında da ifade edildiği gibi evrende birey kendi yarattığı dışında başka anlam bulamamaktadır. Çünkü insanlar kendi dünyalarını yaratmaktadır (Yalom, 2014).

Yalom anlam ve amaç kavramlarını birbiri yerine kullanmıştır. Yalom aynı zamanda kozmik ve dünyevi olarak iki tip anlamın olduğu ifade etmiştir. Kozmik açıdan anlam, bireyinde üstünde olan ve onun dışında gelişen bir düzeni ifade etmektedir. Bu noktada evren içerisinde var olan herşeyin ne anlamı vardır sorusuna atıf yapılmaktadır. Dünyevi açıdan anlam, benim yaşamımın anlamı nedir sorusuna verilecek cevaptır (Yalom, 2014).

Dinsel öğretiler genel olarak kozmik anlam doğrultusunda açıklanabilmektedir. Bu açıdan dinsel gelenekler, varlıklar ve bireylere ilişkin kapsamlı bir şekilde şemalar sunarak anlamalarına yardımcı olmaktadır. Kozmik anlam hissinin egemen olduğu bireylere ise kendileri için uygun olan dünyayı anlama imkânı sunmaktadır. Başka bir ifade ile dünyevi anlamın amacı kozmik anlam doğrultusunda hareket etmek ve uyum içerisinde çalışmayı içermektedir (Yalom, 2014).

Son dönemlerde dinsel kozmik anlam özellikle Batı da oldukça önemli bir hale gelerek insan hayatını şekillendirdiğini ve uyumlu bir anlam örüntüsü oluşturmak için bireylere bir takım sorumlulukların verildiği söylenebilir. Fakat bu düşünce çoğu bireyin yaşam tarzına ters düştüğü için son derece zor bir şekilde gelişim göstermektedir (Yalom, 2014).

Geçmiş dönemlerle içinde bulunduğumuz modern toplum arasındaki durumu ele alan Yalom, modern dünyada yaşamlarını sürdüren insanların tarım toplumlarına nazaran daha çok anlamsızlık sorunu yaşadığı dile getirmiştir. Çünkü sanayi öncesi dönemlerde var olan insanlar farklı yollarla hayatı anlamaya çalışmakta ve çabalamaktaydı. Bu durumda etkili olan bazı faktörler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, dinsel dünya görüşünün bu döneme nazaran daha güçlü ve etkili olmasıdır. Durumlar karşısında kapsamlı cevaplar vererek anlamsızlık sorunu belirsizleşmekteydi. Ayrıca o dönemde bireyler temel gereksinimlerini karşılayabilmek için daha çok çaba sarf etmekte ve bu anlam krizlerinin ortaya çıkmasını azaltmaktaydı. Bu durum beraberinde boş zaman ve serbestlik arasındaki ilişkinin anlamsızlık problemi ile bağdaşmasına neden olmaktadır. Bireyler gündelik hayatlarında ayakta kalabilmek için ne kadar çok çaba gösterir ise anlamsızlık krizine o derece az girer. Ayrıca doğa,

aile ve diğere insanlarla iç içe olmak bireylerde bir birime ait olma duygusu yarattığı için anlamsızlık duygusunu azaltmaktaydı. Sanayileşmenin artması ve modern toplulukların ortaya çıkması bireyin boş zamanını artırmış ve anlamsızlaşma baş göstermeye başlamıştır. İnsan yaratıcılığını gösteremediğinde ve boş işlere vakit ayırdığı için anlamsızlaşabilmekte ve kaygı duymaktadır (Yalom, 2014).

Anlamsızlık bireyde kaygının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Sunulmayan rahatlatılmamış bir durum içerisinde olan bireyi huzursuz eden bu durum insanların anlam arayışı içerisinde girmelerine neden olmaktadır. Anlam hissi aynı zamanda bireylerde geliştiğinde bazı değerleri ortaya çıkarmaktadır. Bu da bireyin anlam duygusunu geliştirmektedir. Değerler bazı durumlar karşısında bireylere şemalar sunmakta ve ne yapması gerektiğini göstermektedir. Bunun yanı sıra da toplumsal huzur ve uyum için tatmin edici açıklamalarda bulunmaktadır (Yalom, 2014).

Yalom'un yapmış olduğu çalışmalar doğrultusunda anlamsızlık oldukça sık rastlanan bir sorun olarak görülmektedir. Yalom daha çok kozmik anlam içerisinde yokluğu, anlamsızlık kaygısı ile baş edebilmek için dinsel olmayan bir takım etkinlikleri önermektedir. Başka bireylere yardımcı olmak, dünyayı diğere insanlar için daha iyi ve yaşanabilir hale getirmek, aile, toplum gibi farklı alanlara kendilerini adanmak, hazcılık ve kendini gerçekleştirme çabaları bu etkinlikler arasında yer almaktadır (Yalom, 2014).

### **Yaşamın Anlamı**

Yaşamın anlamı insan hayatı boyunca önemi koruyan ve yaşam anlamının ne olduğuna yönelik sorular her dönemde önemini giderek artırmıştır. İnsanlarda ortaya çıkan bir durum ve sorgulama psikoloji alanında çalışmaların yapılmasına öncülük etmiştir. Felsefe ve psikoloji de önemli çalışma alanına sahip olan yaşamın anlamı yaşama dair var olma noktasında çeşitli soruların ortaya çıkması, yaşamda anlam ise bireylerin bu sorulara verdikleri yanıtlar ile alakalıdır (Steger, Frazier, Oishi ve Kaler, 2006).

Bu alanda yapılan çalışmaların büyük bir bölümü yaşamın anlamının iyi oluş, bireysel özellikler, dinsel, depresyon, psikolojik sağlık, intihar düşüncesi gibi farklı alanlara olan etkilerini incelemiştir (Henry, Lovegrove, Steger, Chen, Cigularov ve Tomazic, 2013; Ivtzan, Chan, Gardner ve Prashar, 2013; Kleftras ve Psarra, 2012; Steger, Kashdan, Sullivan ve Lorentz, 2008).

Steger ve arkadaşları (2006) yaptıkları çalışmada bireylerin yaşamı anlamada bağımsız iki bileşenin olduğunu ifade etmişlerdir. Bunlardan birincisi bireylerin kendi yaşamlarını anlama çabalarına yönelik olarak hissetmiş oldukları öznel durumları ifade etmektedir. İkincisi ise daha çok yaşamdan anlam arama ile bireylerin kendi yaşamsal anlamlarını bulmaya yönelik dürtü ve eğilimleri kapsamaktadır.

Bu alanda yapılan bazı araştırmalar ise bu bileşenler ile iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemeye çalışmıştır (Steger, 2012). Steger ve arkadaşları (2008) yaptıkları çalışmada bireylerin yaşamda anlam aramaları ile iyi oluşları arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu belirtmiştir. Ayrıca yaşamda anlam aramanın öznel iyi oluş (Steger ve Frazier, 2005; Steger ve Kashdan, 2007) ve psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkilediğini tespit etmişlerdir (Steger ve ark., 2008). Bu bağlamda yaşamda anlam iyi oluşu etkileyen önemli bir değişken olarak görülmektedir. Fakat ilgili alanyazında, yaşamda anlamı etkileyen ve yordayan faktörler ile alakalı çok fazla bilgi yer almamaktadır (Hicks, Schlegel ve King, 2010).

### **Varoluşçulukta Yaşamın Anlamı ve Ölüm**

Varoluşsal bölünme aşamasında yaşam ve ölüm oldukça önemlidir. İnsanların ölecek olmaları insanlar için bir gerçek olarak algılanmaktadır. Böylesi bir gerçeğin farkında olan insanların hayatları oldukça derinden etkilenmektedir. Fakat ölüm olgusu yaşamın dışında kalan ve yaşam ile ters düşen bir durumdur. Aynı zamanda bu durum yaşamsal tecrübe ile ters düşmektedir. Bireylerin ölüm hakkında edindikleri bilgi yaşamı anlama noktasında ortaya çıkan gerçekleri değiştiremez niteliktedir. Bu nedenle ölümü kabul etmek en doğru olanıdır (Fromm, 2005).

Kaçınılmaz bir son olan ölüm bireylerin varoluşsal süreçlerine ve hayatlarına anlam katmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2008). Frankl (2009) çalışmasında hayatı anlamaya çalışan bireylerin değerleri uğruna yaşama yetisini kazanırken aynı zamanda ölüm yetisine de sahip olduklarını vurgulamıştır. Yapılan araştırma sonucuna göre insanların büyük bir bölümünün yaşamak için bir nedene gerek duydukları ve yüzde 61'inin de yaşamlarında ölmeye hazır oldukları bir takım durumların olduğu tespit edilmiştir.

Jung (1997) benzer bir şekilde bireylerin kaçınılmaz son olan ölüme yönelik olarak kendilerini hazırladıklarını ifade etmiştir. Bu bağlamda Jung yaşamı zaman akışı içerisinde değerlendirmiş ve durmasının da normal olduğunu belirtmiştir. İnsanların yaşamın değerini, duydukları hazzın bir sonu olduğunu ve gerekli

gördüklerinde son nefeste ölümün insanın ayrılmaz bir parçası olduğunu vurgulamıştır.

Corey (2008) psikolojik sorunları olan bireylerin yaşamın anlamını yitirdiklerini düşündüğü zaman mücadele etmenin gereksiz olduğunu sorgulamaya başladıklarını belirtmiştir. Bu bağlamda bireyler kendilerine bazı sorular sormaktadır. Bu sorular şu şekilde ifade edilebilir:

- Ölene kadar yapacağım başka şeyler kaldı mı?
- Öldüğüm zaman geride bıraktıklarım beni hatırlayacak mı?
- Ölüm olduğu müddetçe neden kendimi başka şeylerle meşgul ediyorum? gibi sorularla yaşamı anlamlandırmaya çalışırlar.

Bireylerin ölüme yönelik olarak tutumlarına bakıldığında, ölümün bir aşkınlık olarak ele alınmanın hayati anlamaya sahip olma noktasında olumlu yönde, fakat ölümü bir son olarak algılayanları ise olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir. Ölüm olgusunun varoluş içerisinde süreklilik için bir gereklilik olarak algılanması insanların yaşamda bir anlam aramalarına olumlu yönde katkı sağlarken, ölümü son olarak algılayanlarda yaşamda bir anlam arayanlar için açık bir tehdit olarak görülmektedir. Ölümü nihai bir son olarak kabul edenler varoluşsal olarak bir takım sorgulamalara yönelebilir. Kendilerini nasıl bir sonun beklediği, yaşamın amacının neler olduğu gibi soruları kendilerine ve çevrelerine yöneltebilir. Bu durumda bireylerin alternatif anlam arayışına girmelerine neden olabilir (Heine, Proulx ve Vohs, 2006; Proulx ve Heine, 2006).

### **Ölüm Kaygısı**

Ölüm insan için varoluşun birkaç evrensel deneyiminden biridir (Groff ve Halifax, 1978). Ölümün kavramsal olarak bile kavranamayacağını iddia eden Bauman'a (2000) göre, gerçek olduğunu bilmemize rağmen ölüm kesinlikle düşünülemez olandır. Bauman ölümü anladığımız şekilde tanımlamamız isteninceye kadar hepimizin ölümün ne olduğunu bildiğimizi sandığımızı söyler. Ancak böyle bir istek karşısında herkes ölümün tanımlanamaz olduğunu anlar.

Varoluşun sonuna gelmek demek olan (Jung, 1997) ölüm, fizyolojik anlamda yaşamsal fonksiyonların kesin olarak son ermesi, canlı organizmanın yeni molekül ve hücreler üreterek kendini yenileme özelliğini yitirmesi, fiziksel anlamda hayati merkezlerin tahrip olması sonucu bütün yaşamsal fonksiyonların kesintiye uğraması ve hayatliyetin yitirilmesi durumudur (Hançerlioğlu, 2005; Karaca, 2000; Singh ve diğ., 2003). Yaşamın gelişimsel devamı olarak görülen

ölüm biyolojik olarak bir son şeklinde kabul edilse de, psikolojik, toplumsal ve kültürel anlamda bundan çok daha fazlasını ifade eder (Singh ve diğ., 2003). Manevi ve dini açıdan ruhun bedenden terketmesi durumu ölümdür. (Karaca, 2000). Alkan (1999)'a göre ölüm, evreleri hakkında hiçbir şey bilmediğimiz ve gözlemlememize fırsat tanımayan, ucu kapalı bir deneyim olarak tanımlanmaktadır.

Yalom (2008) varoluşumuzun, büyüüp geliştireceğimiz ve kaçınılmaz bir şekilde ölüp yok olacağımız bilgisiyle gölgelendiğini söyler. Geleceği kesin olan ve ondan kaçmanın mümkün olmadığı ölüm, insanlar için en göz alıcı ve korkuya sebep olan en kolay nihai kaygıdır ve bu gerçeklik insanlarda ölümcül bir korkuya sebebiyet verir (Yalom, 2014).

Varlığının ve kaçıışı olmayan bir sona gidişinin farkında olarak yaşayan tek varlık olan insan için ölüm, kaçınılmaz olduğu gibi aynı zamanda evrensel bir korkudur (Erdoğan, 2008; Kübler-Ross, 1997). Ancak kaçınılmaz bir olgu olmasına ve akıl bunu normal bir olay olarak kabul etmesine rağmen, insan duygusal olarak ölüm olayına alışamamış ve ölüm her zaman insanlar için korkutucu olmaya devam etmiştir (Öner, 1994).

Modern zamanlarda da ölüm korkutucu bir tabu olarak görülmektedir. Yaşamı bir yerden bir yere kısa bir seyahat olarak gören modern insan için ölüm hiç de hoş karşılanan bir durum değildir. Bu yüzden modern toplumlarda ölüm anormal bir davranış türü olarak algılanmakta ve bu toplumlar ölümü mümkün olduğunca kendilerinden uzaklaştıracak bir sistem geliştirmektedir. Öyle ki modern yaşamda ölüm için ayrılmış zaman ve yer yoktur. Modern insan ölümlerini yerleştirecek bir yer dahi bulamamakta ve küle dönüştürmektedir (Baudrillard, 2002). Kübler-Ross da (1997) modern insanın içinde bulunduğu bu duruma dikkat çekerek bilimde kaydedilen ilerleme ile ölüm gerçeğinden korkmanın ve onu inkâr etmenin doğru orantılı bir durumda olduğunu ifade etmektedir.

Karaca (2000), ölümün korkuların psiko-dinamik çekirdeği olduğunu ifade etmiştir. Ona göre ölüm kaygısı bütün kaygıların birleşme noktasıdır. Geçtan (2003) ise ölümü insan için, zamanından önce gelebilecek olan ve tamamlayacağı yerde yaşamı parçalayan en büyük mutsuzluğun sebebi olarak gösterirken; ölüm kaygısının hepimizin benliğinin derinliklerinde, bilinçli dünyamıza ulaşmadan yaşandığını iddia etmektedir.

İçsel yaşantımızda önemli bir rol oynayan ölüm, bilincin sırtındaki karanlık ve rahatsız edici bir varlık olarak yüzeyin altında sürekli homurdanır ve başka hiçbir şeyin yapamadığı şekilde başımıza bela olur. Ölüm kaygısı her yerde ve her zaman, ancak yoğun bir şekilde bastırılmış durumda bulunur. Bu sebeple varlığını en derinlerde koruyan bu korkuyu çoğu zaman açık bir şekilde hissetmeyiz (Yalom, 2014).

Tüm insanlar ölümden kendi tarzlarında kaygı duyarlar ve ölüm kaygısı herkesin içinde farklı rollere bürünmüş olarak bulunabilir. Kimi insan için genelleşmiş bir huzursuzluk olarak ya da farklı bir psikolojik bozukluk olarak girerek dolaylı yoldan ortaya çıkarken, kimisi ölüm kaygısını açıkça yaşar ve bu kaygının bilincindedir. Kimisi için ise ölüm bütün mutlulukların engelleyicisi olarak ortaya çıkar (Yalom, 2008).

### **Ölüm Kaygısı ve Varoluşçuluk**

Varlığı olmayan bir şey karşısında duyulan endişe olarak tanımlanan kaygı ya da anksiyete Almanca karşılığı *angst* olan bir kelime olarak ilkin Heidegger tarafından insanın temel varoluşsal ruh halini göstermek üzere kullanılmıştır (akt. Çüçen, 2003; Tanhan, 2007). Varoluşçu yaklaşıma göre kaygı olumlu bir olgudur ve gelişimin potansiyel kaynağıdır. Yaşanan kaygı durumu insanı daha otantik bir yaşam arayışına itecektir. Bu yüzden de kaygının ortadan kaldırılması değil, onunla yapıcı yönde başa çıkılması gerekmektedir (Corey, 2008). Bu anlayışa göre kaygı düzeyi azaltılmaya çalışılsa bile tamamen yok edilmemelidir çünkü hayat kaygısız yaşanmaz ve ölümlerle kaygı olmaksızın yüzleşilemez (Yalom, 2014).

Yalom (2008; 2014), varoluşçu yaklaşımın birincil kaygı kaynağı olarak nitelediği ölüm kaygısı konusunda en etkili yaklaşım olduğunu ileri sürer. İnsanın hayatına kendisini kontrol etmeye mahal vermeyecek şekilde tehdit eden ölüm, denetlenemez ve önlemez oluşu nedeniyle kaygı düzeyini artırmaktadır (Özışık Eyüboğlu, 2009; Tanhan, 2007)

Heidegger ise varoluşu iki şekilde değerlendirmektedir. Bunlardan birincisi varoluşun dalgınlık durumudur. İkincisi ise varoluşun farkındalık durumudur. Varoluşun dalgınlık durumu, bireyin otantik olmayan yaşam standartları doğrultusunda ortaya çıkan ve onu farkında olmadan yönlendiren insanı temsil etmektedir. Varoluşun farkındalık durumu ise daha çok bu defa otantik yaşam standartlarına sahip bireylerin ve durumun farkında olan bireyleri



temsil eden farkındalıklardır. Bu yapıda olan bireyler özgürlükleri ve yaşamın ölüm ile sonlanacağı konusunda gerçeklerle yüzleşmektedir. Yüzleşme neticesinde herhangi bir kaygı durumu ortaya çıkarsa bu durumda varoluşun gerçekleşebilmesi için gerek duyulan temel şey olarak belirtilir (Geçtan, 2003).

Ölüm varlık için sonlu oluşunun bir göstergesi ve varlığın en uç olanağı olarak tanımlanmıştır. Heidegger tam otantik bir varoluşun hiçbir zaman gerçekleşmeyeceğini çünkü varlığın en otantik halinin ölüm hali oluşunu söylemektedir. Eksik olarak dünyaya fırlatılmış olan varlık ölüme doğru varlık olma olanağına ulaşabilir ve bu durum varlığının sonu olur. (Çüçen, 2003). Ölümün farkına varılmasını bir uyanma deneyimi olarak niteleyen Yalom (2008), bu uyanışın hayat değişiklikleri için güçlü bir katalizör görevi görebileceğini söyler. Bir başka deyişle ölüm, yaşamımızı otantik bir şekilde yaşayabilmemize olanak sağlar (Yalom, 2014).

Hayvanlardan farklı olarak insanlar ölümlü olduklarını ve biyolojik varlıklarının son bulacağını bilirler ve bu yüzden yaşadıkları ölüm kaygısı, yaşamlarının farkındalığına entelektüel bir katkı sağlar (Groff ve Halifax, 1978). Bu farkındalık ise hayatın tadının ve yaratıcılığının kaynağı olabilir (Singh ve diğ. 2003). Ölümün varlığı olgusu her ne kadar insanı kaygılandırırsa da, ölüm gerçeği ile yüzleşmek zamanın sonlu oluşu konusunda insanı uyarır, yaşamın anlamlandırılmasına olanak sağlar ve varlığın kendisi ile olan ilişkisini otantikleştirir (Öcal, 2010).

### **Yaşam Doyumu**

Geçmişten günümüze kadar nasıl mutlu olunur sorusuna yanıt aranmıştır. Psikoloji alanındaki araştırmacılar daha çok depresyon ve kaygı gibi olumsuz duygularla ilgili çalışmalar yapmışlar, olumlu duygulara fazla dikkat etmemişlerdir. Pozitif psikolojinin alanının gelişmesi ile mutluluk konusunda araştırmalar giderek önem kazanmaya başlamıştır. Bununla birlikte alan yazında öznel iyi oluş, mutluluk ve yaşam doyumu konularında araştırmalar olduğu görülmüştür (Myers ve Deiner, 1995).

Yaşam doyumu kavramı ilk kez Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961) tarafından ortaya atılmıştır. Daha sonra birçok araştırmacı tarafından yaşam doyumu ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Yaşam doyumu bireyin gerçek yaşantıları ile beklentilerinin karşılaştırılması durumunda elde edilen sonuçtur (Diener, 1984). Yetim (1991), insanlık tarihi boyunca dikkat çeken yaşam doyumu kavramını

mutluluk olarak tanımlamıştır. Yaşam doyumu yüksek olan bireyler, olayları çok daha olumlu görmekteydiler ve nötr olayları olumlu olarak hatırlamaktadırlar (Albayrak, 2016). Cinsiyet, yaş, eğitim, gelir, sosyal yaşam gibi faktörler yaşam doyumunu etkilemektedir (Bal, Faraji ve Erdinç, 2018).

### **Olumlu Duygular**

Bireylerde ortaya çıkan ve görülen olumlu duygular kendilerine yönelik olabileceği gibi başkalarına ya da herhangi bir nesneye karşı duyulan kuvvetli, coşkulu ve heyecanlı duyguları temsil etmek için kullanılmaktadır (Yaman, 2013). Bu duygular bireyin kısa ya da uzun vadeli süreç içerisinde iyiye gittiklerini işaret eden bir gösterge olarak değerlendirilebilir (Fredrickson, 2001). Çoğu kuramcı olumlu duyguların kolaylaştırıcı etkilerinin olduğundan bahsetmiştir (Cacioppo, Gardner ve Berntson, 1999; Carver ve Scheier, 1990; Fredrickson, 2001). Olumlu duygunun varlığı bireyde duygu ve düşüncelerin çeşitlenmesine etki etmektedir. Birey herhangi bir duruma uyum sağlarken hem fiziksel hem de psikolojik kaynaklarını güçlendirmektedir. Bireylerde var olan olumlu duygular aynı zamanda olumsuz duyguların yaşandığı ortamlarda, stresin ve gerginliğin bulunduğu ortamlarda daha çabuk toparlanabilmelerine yardımcı olmaktadır. Bununla birlikte motivasyonun artmasına yardımcı olur (Fredrickson, 2001). Bilişsel olarak daha esnek olan bireylerin olumlu duygulara sahip oldukları ortaya çıkmıştır (Fredrickson, 1998). Bu bağlamda olumlu duygulara yönelik yapılan çalışmalara bakıldığında farklı değişkenler açısından ele alınan bu durumun pozitif yönde çok etkin olduğu tespit edilmiştir (Connolly ve Viswesvaran, 2000; Diener ve Seligman, 2002; Pfeiffer ve Wong, 1989; Sullivan, LaCroix, Russo ve Walker, 2001).

### **Öznel İyi Oluş**

Hedonik görüş doğrultusunda ele alınan öznel iyi oluş daha çok mutluluk kavramı ile ilişkilendirilmektedir. Mutlu insanların hazzı daha kolay ulaşacağı savunulmaktadır. Bu açıdan değerlendirildiğinde mutluluk ve iyi oluş birbiri yerine kullanılmaktadır (Kahneman, Diener ve Schwarz, 1999). Bireylerin kendi hayatlarını değerlendirerek, olumlu yönden psikolojik sağlığa ulaşmalarını sağlamak öznel iyi oluş açısından güçlü bir mutluluğu temsil etmektedir (Diener, Sapyta ve Suh, 1998).

Diener ve arkadaşları (1985) yaptıkları çalışmada öznel iyi oluş için üç bileşen olduğunu ifade etmişlerdir. Bunlar; yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygulardır. Olumlu ve olumsuz duygular aynı zamanda öznel iyi oluşun duygusal boyutunu ifade etmekte kullanılmaktadır (Pavot ve Diener, 1993). Diener, Oishi ve Lucas (2003),

öznel iyi oluşu bilişsel ve duygusal durumlar doğrultusunda hem birey hem de toplum açısından önemli görmektedir. Bu kavram aynı zamanda bireyin mutlu bir yaşam sürmesi içinde bir gereklilik olarak görülmektedir.

Literatüre bakıldığında öznel iyi oluşu etkileyen birçok durumun olduğu belirtilmiştir. Buna göre öznel iyi oluşun bireylerin yaşları, cinsiyetleri ve etnik kökenlerine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Horley ve Lavery, 1995; Latten, 1989; Michalos, 1991; Diener, Sandvik, Seidlitz ve Diener, 1993). Bununla birlikte bireylerin sosyoekonomik durumlarının öznel iyi oluş üzerinde etkisinin olduğu tespit edilmiştir (Diener ve Suh, 1997; Oswald, 1997). Diener ve arkadaşları (1993) aynı zamanda gelir düzeyi düşük olan bireylerin eğitim seviyeleri arasında öznel iyi oluş açısından ele alındığında ilişkinin olduğu fakat aynı ilişkinin yüksek gelir düzeyi olan bireyler için olmadığı belirtilmiştir.

Öznel iyi oluş aynı zamanda bireylerin kişilik özellikleri, sosyal çevreleri, kültürleri ve dini inançları ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Myers ve Diener, 1995; Ryan ve Deci, 2001). DeNeve ve Cooper (1998) yaptıkları çalışmada öznel iyi oluş ile bireylerin kişilik özellikleri arasında yer alan dışadönüklük ve uyumluluk ile olumlu yönde, nevrotik kişilik özelliği arasında olumsuz bir ilişkiye sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca öznel iyi oluş ile kişilik özellikleri olan açıklık ve sorumluluk arasında anlamlı ilişki tespit etmemişlerdir. Diener ve arkadaşları (Diener, Suh, Smith ve Shao, 1995) bireyci kültürün egemen olduğu yerlerde toplulukçu kültüre nazaran öznel iyi oluşunda daha yüksek olduğu ifade edilmiştir. Bununla birlikte yakın ilişkilerin, sosyalleşmenin ve dinselliğinde öznel iyi oluş üzerinde etkisinin olduğu bulunmuştur (Ryan ve Deci, 2001; Myers ve Diener, 1995).

### **Depresyon**

Depresyon yorgunluk, hareketlerde yavaşlama, durgunluk, karamsarlık ve üzüntülü bir duygu durumudur, dikkat eksikliği ve motivasyon düşüklüğü gibi bireyi işlevsiz hale getiren belirtileri bulunmaktadır (Evren ve Ögel, 2003). Geçtan'a göre (2000), depresyonda olan bireylerde en çok görülen fiziksel belirtiler; derin alın çizgileri, düşük omuzlar ve mutsuz bir yüz ifadesidir. Bireyin günlük etkinliklerinde azalma görülür. Uykusuzluk, yeme bozukluğu ve enerji düşüklüğü ileri seviyede görülür. Yavaş hareket etme ve düşük ses tonuyla konuşma görülür. Birey sürekli kaygılı olduğundan ellerini ovalar, cildi ile oynar. Ayrıca, literatürde kadınların erkeklere göre depresyon riskini daha fazla taşıdığı ortaya çıkmıştır.

Depresyon belirtileri yorgunluk, bitkinlik, enerji kaybı, isteksizlik, aktivitelerin azalması ve bireyin sorumluluklarını ihmal etmesi gibi bireyin yaşamında ve davranışlarında önemli değişikliklere neden olmaktadır. Birey aktivitelerini azalttığından dolayı motivasyonu daha fazla düşer, olumlu yaşam deneyimleri elde edemediği için kendisini ümitsiz ve yetersiz hissetmeye başlamaktadır. Sorumluluklarını yerine getirmediği için suçluluk hissine ve başarısız olduğu düşüncesine kapılmaktadır. Böylelikle depresyon bir kısır döngüsü haline girer (Türkçapar, 2018).

Amerikan Psikiyatri Birliği (2014) tarafından yayımlanan DSM-5'e göre yeğin (majör) depresyon tanı kriterleri şunlardır:

- A. İki hafta boyunca semptomlardan en az beşi veya daha fazlasının bulunması, semptomlardan en az birinin çökkün duygudurum veya ilgide azalma veya zevk almama
1. Neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde çökkün duygudurum
  2. Neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde, nerdeyse tüm etkinliklere karşı ilgide azalma veya zevk almama (anhedoni)
  3. Neredeyse her gün, yemek yeme isteğinde azalma veya artma
  4. Neredeyse her gün, uykusuzluk çekme veya fazla uyuma
  5. Nerdeyse her gün, ajitasyon veya retardasyonun olması
  6. Nerdeyse her gün, bitkinlik ve enerji kaybı olması
  7. Nerdeyse her gün, değersizlik, aşırı veya uygunsuz suçluluk duyguları
  8. Nerdeyse her gün, düşünmekte veya odaklanmakta güçlük çekme veya kararsızlık yaşama
  9. Yineleyici ölüm düşünceleri, özel bir eylem tasarlamaksızın yineleyici intihar düşünceleri, intihar girişimi veya intihar için özel bir eylem tasarlama
- B. İşlevsellikte azalma vardır.
- C. Bir maddenin veya başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlı değildir.
- D. Diğer bozukluklarla açıklanamaz.
- E. Hiçbir zaman bir mani dönemi veya bir hipomani dönemi geçirilmemiştir.

Varoluşçu yaklaşıma göre insanın en temel özelliği yaşamda anlam arayışı ve önemli olma duygusudur. Yalom anlamsızlık olgusunu yani yaşamda anlam kaybını, yaşamın gerçeği olarak tanımlamaktadır. Bu nedenle varoluşçu yaklaşım depresyonu

da kişinin hayatının anlamını kaybetmesine bağlar ve kişiye hayatında anlam bulması için yol gösterir. Birey bu gerçekle karşılaştığında kaygı ve çatışma yaşamaktadır. Varoluşçu yaklaşımın temsilcilerinden biri olan Boss, depresyondaki kişi, depresyonda olan kişi yaşamında olan sorumluluklarını üstlenmede zorlanan, bağımsız, özgür ve otantik düşüncelere uyum sağlayamayan kişidir. Bu kişiler kendi varlıklarına ve düşüncelerine güvenmek yerine, başkalarının isteklerine, arzularına ve beklentilerine göre hareket etme eyleminde bulunup onların sevgisini kaybetmemeye çalışmaktadır. Bireyin depresyundayken yaşamış olduğu suçluluk duygusu ve saygısının azalmasına varoluşsal suçluluk duygusu neden olur (Alper, 2002).

### **İlgili Araştırmalar**

#### ***Varoluşsal Kaygı ile ilgili araştırmalar***

Bu alanda yapılan çalışmalara bakıldığında varoluşsal kaygı ile alakalı olarak yapılan çok çalışma bulunmamakla birlikte genel olarak ölüm kaygısı ve yaşamın anlamına yönelik olarak araştırmaların yapıldığı tespit edilmiştir.

Weems, Costa, Dehon ve Berman (2004) yaptıkları çalışmada bireylerin varoluşsal kaygıları, normal kaygı düzeyleri ve depresyon düzeylerini incelemiştir. Yapılan araştırma neticesinde bireylerde varoluşsal kaygının yoğun bir şekilde ortaya çıktığı görülmüştür. Ayrıca katılımcıların kaygı düzeyleri ile depresyona girme durumları arasında ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Ayrıca varoluşsal kaygı ile depresyon arasındaki ilişkinin diğerine nazaran daha fazla olduğu saptanmıştır.

Kıraç (2007) yaptığı çalışmasında bireylerin dindarlık eğilimleri ile varoluşsal kaygı düzeylerini psikolojik sağlık açısından ele almıştır. Araştırma sonucuna göre bireylerin göstermiş olduğu dindarlık eğilimleri ile varoluşsal kaygı düzeyleri arasında bir ilişki tespit etmiştir. Ayrıca katılımcıların dindarlık eğilimleri ile ölüm kaygısı arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu buna benzer bir ilişkinin günahkarlık duygusu ile ölüm kaygısı arasında olduğunu da belirtmiştir. Aynı zamanda bireylerin varoluşsal kaygıları ile psikolojik sağlık tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Fakat dindarlık eğilimi ile psikolojik sağlık arasında bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan çalışmada ayrıca bireylerin anlam duyguları ile psikolojik bozukluk belirtileri arasında ters yönlü bir ilişki olduğu, ölüm kaygısı ve günahkarlık duygusu arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Yıkılmaz (2016) 831 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı ve onun alt boyutları olan ölüm, özgürlük, varoluşsal yalıtım ve anlamsızlık kaygısı düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygısı, ölüm kaygısı, özgürlük kaygısı, varoluşsal yalıtım kaygısı ve anlamsızlık kaygısı düzeyleri orta düzeyin altında olarak ortaya çıkmıştır.

Aslan (2019) psikiyatri kliniğinde çalışan 192 hemşire ile yaptığı araştırmada, psikiyatri hemşirelerinin varoluşsal kaygıları ile özgünlük ve öz-duyarlık arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucunda, psikiyatri hemşirelerinin varoluşsal kaygı düzeyleri arttıkça özgünlük ve öz duyarlık düzeylerinin azaldığı ortaya çıkmıştır.

Kourou (2019) yaptığı çalışmasında öğrencilerin ait olma durumları ile varoluşsal kaygı düzeylerini incelediği çalışmasında değişkenler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Sonuç olarak varoluşsal kaygı düzeyi arttıkça ait olma durumlarında azalma görüleceği belirlenmiştir. Aynı araştırmanın bir başka sonucuna göre öğrencilerin ait olma durumlarının varoluşsal kaygı türlerinin hepsini etkilediği tespit edilmiştir.

Kurt (2019) 289 yetişkin birey ile yaptığı araştırmada, varoluşun dört temel getirisi olan ölüm, özgürlük, yalıtılmışlık ve anlamsızlık kaygısının bağlanma stilleri ve umutsuzluk ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, ölüm ve özgürlük kaygısı cinsiyetlere göre, anlamsızlık ve yalıtılmışlık kaygısı ise yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır. Ölüm, yalıtılmışlık ve özgürlük kaygısının kaygılı bağlanma ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Varoluşsal kaygının tüm alt boyutlarının (anlamsızlık, ölüm, yalıtılmışlık, özgürlük kaygısı), kaçınan bağlanma ve umutsuzluk ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğunu saptamıştır. Ayrıca, kaygılı bağlanma ve umutsuzluğun varoluşsal kaygının önemli açıklayıcıları olduğu ortaya çıkmıştır. Kaygılı bağlanma, kaçınan bağlanma, umutsuzluk, yaş ve cinsiyet değişkenleri varoluşsal kaygı puanlarının %39'unu açıklamaktadır. Varoluşsal kaygı cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterirken eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Kadınların erkeklere kıyasla daha fazla varoluşsal kaygı yaşadıkları ve yaş arttıkça varoluşsal kaygının azaldığı ortaya çıkmıştır.

### ***Ölüm Kaygısı ile ilgili araştırmalar***

Mikulincer ve Florian (1995) yaşları 40–56 arasında değişen toplam 97 erkek katılımcı ile yaptıkları araştırmada olumsuz yaşam şartları, sorunlarla baş etme stratejileri ve ölüm kaygısı arasındaki ilişki incelemişlerdir. Araştırma sonucunda ölüme ilişkin korkular ile olumsuz yaşam olayları ve duygusal odaklı baş etme stratejileri arasında, pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir.

Julie ve Kevin (1998) yaş ortalaması 19-30 arasında değişen, 70 psikoloji öğrencisi ile yaptıkları araştırmada öğrencilerin ölüm kaygıları ile dini yönelimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre tanrı inancının olduğu bireylerde ölüm kaygısı arasında herhangi bir ilişki bulunmadığı gözlemlenmiştir. Ancak, ölümden sonra cezalandırılmak düşüncesi ile ölüm kaygısı arasında pozitif bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Yıldız (1998) dindarlık ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi ve yaş, cinsiyet, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, öğrenim alanının türü gibi bazı demografik değişkenlerle olan ilişkilerini incelemiştir. Çalışma grubunu, üniversite birinci ve dördüncü sınıfta okuyan 555 birey oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, ölüm kaygısının, dindarlık ve cinsiyet ile arasında anlamlı ilişki olduğu fakat yaş, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey ve öğrenim alanının türü gibi demografik değişkenlerle arasında herhangi bir anlamlı ilişkinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

Suhail ve Akram (2002) Pakistan’da 66 erkek ve 66 kadın olmak üzere 132 kişi ile yaptıkları araştırmada, ölüm kaygısı ile yaş ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada genç grubu 16–30 yaş arasındaki denekler, yaşlı grubu 55–70 yaş arasındaki denekler oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda, yaş ve cinsiyete göre eğitim durumu, aylık gelir düzeyleri ve medeni durumlarının farklılık göstermediği saptanmıştır. Yaş ve cinsiyetin ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlara etkisinin anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşlı gruptaki deneklerin ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar genç gruptaki deneklerden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Yaşlı grupta erkek ve kadın deneklerin ölüm kaygısı puan ortalamaları arasında anlamlı fark olmadığı halde, genç grupta kadınlar erkeklere göre daha yüksek puanlar almışlardır.

Depaola, Griffin, Young ve Neimeyer (2003) 197 yaşlı erkek ve kadından oluşan bir grup ile yaptıkları araştırmada, kadınların ölüm ile ilgili konularda erkeklerden daha yüksek düzeyde kaygı taşıdıklarını saptamışlardır.

Harding, Flannelly, Weaver ve Costa (2005) yaptıkları çalışmada bireylerin dindarlık, ölümü kabullenme ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, Tanrı'nın varlığına ve ölümden sonraki hayata olan inanç ölüm kaygısı ile negatif, ölümü kabullenme ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde ölüm kaygısına sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Koçanoğlu (2005) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında farklı amaçlar doğrultusunda çalışmalarını yürütmüştür. Yapılan araştırma sonucuna göre öğrencilerin cinsiyetleri ile yok oluş boyutları arasında farklılaşmanın olduğu, erkeklerin yok oluş algılarının kızlardan daha düşük olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda cinsiyete göre ölüm korkusu boyutunda da farklılaşmanın olduğu görülmüş ve bunda da kızların ortalamalarının erkeklerden fazla olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada yapılan regresyon analizi sonucuna göre ölümü yok oluş olarak algılayan öğrencilerin ölüm kaygılarını ve korkularını etkilediği tespit edilmiştir.

Pierce, Cohen, Chambers ve Meade (2007) Amerika Birleşik Devletleri'ndeki lise ve üniversite öğrencileri (118 genç erkek ve 257 genç kadın) ile yaptıkları çalışmada sonucuna göre kadınların erkeklere nazaran daha fazla ölüm kaygısına sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır.

Tanhan (2007) üniversite öğrencilerinin ölüm kaygıları ile psikolojik açıdan iyi olma durumlarında ölüm kaygısı ile başa çıkma eğitim programının etkililiğini araştırmıştır. Ön test son test kontrol gruplu deneysel desen kullandığı çalışmada 216 üniversite öğrencisi çalışma grubunu oluşturmuştur. Ölüm kaygısı puanı yüksek, psikolojik iyi oluş puanı düşük olan 37 öğrenciyi deney ve plasebo/kontrol gruplarına seçkisiz olarak atamıştır. Deney grubuna “Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitim Programı” uygulamıştır. Plasebo kontrol grubu üyeleriyle Cumhurbaşkanlığı Senfoni Orkestrası dinletisine ve tiyatro izlemeye gitmiştir. Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitimine katılan deneklerin ölüm kaygısı puan düzeylerinde düşme olduğu ancak psikolojik iyi olma düzeylerinin artmasında farklı bir etkiye sahip olmadığı ortaya çıkmıştır.

Avcı (2012) üniversite öğrencilerinin mizah anlayışları, psikolojik belirtileri ve ölüm kaygıları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında öğrencilerin mizah tarzları ile ölüm kaygıları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını tespit etmiştir. Ayrıca çalışmada öğrencilerin mizah anlayışları ile psikolojik belirtileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın başka bir



sonucunda ise öğrencilerin psikolojik belirtileri ile ölüm kaygıları arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir.

Mutlu (2013) üniversitelerin farklı bölümlerinde okuyan üniversite öğrencilerinin dini eğilimleri ile ölüm kaygıları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmasında 140 öğrenciye ulaşmışlardır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin içgüdümlü dindarlık eğilimleriyle ölüm kaygısı arasında ters yönde bir ilişki bulmuşlardır. Fakat öğrencilerin dışgüdümlü dindarlık eğilimleri ile ölüm kaygısı arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Bununla birlikte araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetleri ile ölüm kaygı puanları arasında herhangi bir farklılıkta bulunamamıştır.

Amjad (2014) 120 denek ile yaptığı araştırmada farklı yaş grupları ve farklı dindarlık düzeyleri ile ölüm kaygısının ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin orta yaşlı ve yaşlılara göre daha yüksek düzeyde ölüm kaygısı gösterdiği ortaya çıkmıştır. Düşük dindarlık düzeyine sahip kişilerin, yüksek düzeyde dindarlığa sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde ölüm kaygısı gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca, kadınların erkeklere göre ölüm daha fazla ölüm kaygısı yaşadığı belirlenmiştir.

Bulut (2017) üniversite öğrencilerinin ölüm kaygı düzeyleri, benlik saygısı, dini dünya görüşleri ve yaşamın amacı düzeylerini belirlediği çalışmasında değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre ölüm kaygısının, benlik algısı, dünya görüşü ve yaşamın amacı ile anlamlı ilişkisinin olmadığını tespit etmiştir. Ayrıca katılımcıların cinsiyetleri ile benlik algıları, dini dünya görüşleri, ölüm kayguları ve yaşamın amacı doğrultusunda farklılaştığı tespit edilmiştir. Kadınların ortalama puanlarının erkeklerden fazla olduğu görülmüştür. Bu bağlamda cinsiyetin ölüm kaygısını yordadığı tespit edilmiştir.

İzgi (2018) ergenlerde riskli davranışlar, benlik saygısı ve ölüm kaygısı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 244 ergen oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, ölüm kaygısı ile riskli davranışlar ölçeğinin antisosyal davranışlar ve okul terki alt boyutlarıyla negatif anlamlı bir ilişki olduğu, ölüm kaygısı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Kabataş (2018) 18-65 yaş aralığında bulunan bireylerin ölüm kaygılarını çeşitli demografik değişkenler doğrultusunda incelemiştir. Yapılan araştırma neticesinde katılımcıların cinsiyetlerinin, yaşlarının, eğitim düzeylerinin ve son 2 yıl içerisinde bir yakını kaybedip kaybetmeme durumlarının ölüm kaygısını

etkilemediğini ifade etmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan bireylerin bağlanma stilleri ile ölüm kaygıları arasında farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir.

Köftegül (2018) bireylerin dindarlıkları ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada ölüm kaygısı ile dindarlık ve alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Bu bağlamda katılımcıların dindarlık algılarında meydana gelen değişim arttıkça ölüm kaygısında arttığı söylenebilir. Aynı araştırma sonucuna göre katılımcıların dini ilişki boyutu ile ölüm kaygısı arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Derin (2019) yaptığı çalışmada bireylerin ölüm kaygılarını, denetim odaklarını, kaygı ve ölüme yönelik obsesyonlarını yapısal eşitlik modeli doğrultusunda ele almıştır. Üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleşen araştırmada önerilen model sınanmıştır. Araştırma sonucunda bireylerin denetim odakları, kaygı ve ölüm obsesyonlarının doğrudan ölüm kaygısını etkilediği tespit edilmiştir. Aynı zamanda denetim odağı ile ölüm kaygısı arasında, kaygı ile ölüm kaygısı arasında bir ilişkide kaygının; ölüm kaygısı ile kaygı arasındaki ilişkide ise daha çok ölüm obsesyonunun etkili olduğunu tespit etmiştir.

Türkmen (2019) ölüm kaygısı ve algılanan stres arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın aracı rolünü incelemiştir. Ayrıca cinsiyet, yaş ve aile aylık geliri demografik değişkenleri ile algılanan stres arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini 402 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, ölüm kaygısının tüm alt boyutlarının; algılanan stres ile pozitif yönde ilişkili olduğunu, bilinçli farkındalık ile negatif yönde ilişkili olduğunu saptamıştır. Ayrıca, bilinçli farkındalık ile algılanan stresin de negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölüm kaygısının tüm alt boyutları ile algılanan stres arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın kısmi aracı rolü olduğunu bulmuştur. Cinsiyet ve aile aylık geliri değişkenlerinin algılanan stresi yordadığı ancak yaş değişkeninin ise algılanan stresi yordamadığı ortaya çıkmıştır.

### ***Yaşamın Anlamı ile ilgili araştırmalar***

Zika ve Chamberlain (1992) evde çocuk ve yaşlı bakan anneler ile yaptıkları araştırmada iyi oluşun üç boyutunun (yaşam memnuniyeti, pozitif ve negatif duygu) yaşamda anlam ile ilişkisini incelemişler ve yaşamda anlamın iyi oluşun pozitif yönleri ile daha güçlü ilişki içinde olduğunu sonucuna ulaşımlardır.

Scannell, Allen ve Burton (2002) yaptıkları çalışmada bireylerin pozitif ve negatif iyi oluşlarını bilişsel ve duygusal açıdan incelemiştir. Araştırma sonucuna

göre, depresyon, mutluluk ve spiritüel iyi oluşun birbirini etkilediğini tespit etmiştir. Aynı zamanda bireylerin bilişsel iyi oluştan daha çok duygusal iyi oluşa ağırlık verdikleri tespit edilmiştir. Yaş değişkeni doğrultusunda ele alındığında ise duygusal anlam için bir ilişki bulunmazken; bilişsel anlam için yaşlı bireylerin gençlere nazaran daha yüksek ortalamaya sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca iyi oluş durumları ile cinsiyet arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Steger ve arkadaşları (2006) yaptıkları araştırmada Yaşamın Anlamı Envanterinin anlamın varlığı alt ölçeği ile yaşam memnuniyeti, olumlu duygu durumu, dindarlık, dışadönüklük ve sosyal uyum arasında pozitif bir ilişki, olumsuz duygular, nörotizm ve depresyon ile negatif bir ilişki tespit etmişlerdir. Anlamın aranması alt boyutu ile depresyon, olumsuz duygular ve nörotizm arasında olumlu yönde bir ilişkinin varlığı ortaya çıkmıştır.

Krause (2009) yaşamda anlam ile yaşlılıkta ölüm arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, anlamın boyutlarından güçlü bir hedefe sahip olmanın ölüm oranıyla ters yönde güçlü bir ilişkisi olduğu, anlam duygusunun olmayışının, sağlığı olumsuz etkileyerek ölüm olasılığını artırdığı tespit edilmiştir.

Steger, Oishi ve Kashdan (2009) katılımcıların yaşam anlamı durumları ile mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ayrıca araştırmada veriler farklı kıtada bulunan çok sayıda katılımcının vermiş olduğu cevaplar doğrultusunda elde edilmiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre yetişkinlik dönemine yeni adım atan bireylerin diğerlerine nazaran mevcut yaşam anlamı ile aranan yaşam anlamı arasındaki ilişkinin diğerlerine nazaran daha düşük olduğu saptanmıştır. Bireylerin yaşları arttıkça aralarındaki ilişkisinde arttığı belirtilmiştir. Bununla birlikte bireylerin mevcut anlam ile mutluluk duyguları, yaşam doyumları, olumlu duygulanımları; aranan anlam ile olumsuz duygulanım ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca mevcut anlam ile olumsuz duygulanım ve depresyon arasında; aranan anlam ile yaşam doyumları, mutluluk duyguları ve olumlu duygulanımları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Kiang ve Fuligni (2010) yaptıkları araştırmada lise öğrencilerinin geldikleri kökene veya cinsiyete bağlı olarak yaşamın anlamı düzeylerinin değişmediğini bulmuştur. Ancak Asya kökenli katılımcıların aranan yaşamın anlamı düzeylerinin Latin ve Avrupa kökenli öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Var olan anlam ile benlik saygısı, akademik uyum, iyi olma hali, etnik aidiyet arasında pozitif

bir ilişki bulunurken; aranan anlam ile benlik saygısı ve iyi olma hali arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca etnik kimlik faktörünün katılımcıların yaşamlarında olumlu bir anlam duygusu geliştirme noktasında kısmen etkili olduğu görülmüştür.

McMahan ve Renken (2011) yaşamın anlamı ve iyi oluş arasındaki ilişkileri yapısal eşitlik modeli ile incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, yaşamın anlamının iyi oluşla pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, iyi oluşun yaşamın anlamına kısmen aracı olduğu ortaya çıkmıştır.

Taş (2011) yaptığı çalışmada öğretmenlerin yaşam anlamı, doyumu, sosyal karşılaştırma ve denetim odakları arasında nasıl bir etkileşim olduğunu incelemiştir. Araştırma sonucunda, cinsiyete göre mevcut yaşam anlamının farklılaşmadığı, aranan yaşam anlamının farklılaştığı ve erkeklerin aranan yaşam anlamının kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşa göre mevcut ve aranan yaşam anlamının anlamı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Yüksel (2013) yaptığı çalışmada bireylerin aşk tutumları ile yaşam anlamı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre genç bireylerin sahip oldukları aşk tutumlarının yaşamın anlamı alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca bireylerin cinsiyetleri ve ebeveynin birlikte veya ayrı olma durumları ile aşk tutumları arasında anlamlı bir farklılık bulunurken, cinsiyet aylık gelir düzeyi ve ebeveynin birlikte veya ayrı olma durumları ile yaşamın anlamı arasında farklılık bulunamamıştır.

Baş (2014) öğrencilerin değerleri ve yaşamda anlam durumları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada yaşam anlamı ve ile değerler arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Buna göre toplumsal değerler olan maneviyat, onur, özgürlük, kariyer gibi değişkenlerin mevcut anlamı etkilediği söylenebilir. Maneviyat, fütüvvet ve materyalistik değerler mevcut anlamın önemli yordayıcıları olduğu ortaya çıkmıştır. Mevcut anlamı diğer alt boyutların anlamlı düzeyde yordamadığını bulmuştur. Romantik değerler, maneviyat ve özgürlük aranan anlamın önemli yordayıcıları olduğu ortaya çıkmıştır. Aranan anlamı diğer alt boyutların anlamlı düzeyde yordamadığını bulmuştur.

Datu ve Mateo (2015) 409 Filipinli ergen öğrenci ile şükran ve yaşam memnuniyetinin yaşamın anlamındaki aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, şükran ve yaşamın anlamının yaşam doyumu ile arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak bulunmaya çalışılan anlam ile var olan anlam arasında negatif korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, yaşamın anlamının varlığının

kısmen de olsa şükran ve öznel iyi olma arasındaki ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir.

Grouden ve Jose (2015) bulunmaya çalışılan anlam, var olan anlam ve pozitif iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda, bulunmaya çalışılan anlam ile pozitif iyi oluş arasında negatif bir ilişki, var olan anlam ile pozitif iyi oluş arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Vela, Castro, Cavazos, Cavazos ve Gonzalez (2015) yaşamın anlamı ve öznel mutluluk düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, bulunmaya çalışılan anlam ile öznel mutluluk arasında negatif bir ilişki, var olan anlam ile öznel mutluluk arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Söylemez (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada bireylerin yaşam doyumları ile yaşam anlamının manevi zekâya olan etkisini incelemiştir. Elde edilen bulgular sonucuna göre manevi zekânın alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca yapılan korelasyon analizi sonucuna göre de katılımcıların manevi zekân düzeyleri ile yaşamın anlamı ve yaşam doyumu arasında bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre manevi zekâda meydana gelen olumlu bir değişim aynı zamanda diğer değişkenleri de etkilemektedir.

Wang, Wong ve Yeh (2016) yaptıkları çalışmada katılımcıların yaşam doyumları, yaşam anlamları ve mutlulukları arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemeyi hedeflemiştir. Araştırma sonucuna göre yaşam doyumu ve anlamı arasında pozitif yönde bir ilişki bulmuşlardır. Aynı zamanda bireyin duymuş olduğu mutluluğunda yaşamın anlamını ve yaşam doyumu etkilediği saptanmıştır.

Demir (2017) 480 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, özgünlükle mutluluk düzeyi arasındaki ilişkide mevcut anlam düzeyinin ve özgünlükle mevcut anlam düzeyi arasındaki ilişkide aranan anlam düzeyinin aracı rolünü incelemiştir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin mevcut anlam, aranan anlam, mutluluk ve özgünlük düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Araştırma sonucunda, özgünlük ile mutluluk düzeyi arasındaki ilişkide mevcut anlam düzeyinin kısmi aracı rolü olduğu ortaya çıkmıştır. Özgünlük ile mevcut anlam düzeyi arasındaki ilişkide aranan anlam düzeyinin aracılık rolü anlamlı olmadığını bulmuştur. Ayrıca mevcut anlam, aranan anlam ve mutluluk düzeyi, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Özgünlük düzeyi ile özgünlüğün alt boyutları olan ilişkisel özgünlük, farkındalık ve özgün davranış ile cinsiyet

arasında anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken, özgünlüğün yansızlık alt boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma olmadığı ortaya çıkmıştır.

Demirci-Seyrek (2017) kabul ve kararlılık terapisine dayalı geliştirilen psikoeğitim programının bireyin yaşamlarını anlamlandırılmalarına etkisini incelemiştir. Araştırmada Solomon Dört Grup Deneysel Model kullanmıştır. İki deney, iki kontrol grubu oluşturmuştur. Deney gruplarına 8 hafta psikoeğitim programı uygulamış, kontrol grupları ile herhangi bir çalışma yapmamıştır. Bir deney, bir kontrol grubuna ön test uygulamış, psikoeğitim bittikten iki ay sonra izleme ölçümü yapmıştır. Araştırma sonucunda, kabul ve kararlılık terapisine dayalı geliştirilen psikoeğitim programının bireyin yaşamlarında mevcut anlamın artmasına ve aranan anlam düzeyinde de azalmaya neden olduğu ortaya çıkmıştır.

Girgin (2018) araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşam anlamları ile psikolojik iyi olma durumları arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemeye çalışmıştır. Yapılan araştırma sonucuna göre katılımcıların yaşam anlamı ve alt boyutları ile psikolojik iyi olma durumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca katılımcıların yaşam anlamı ile yaşları arasında farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Katılımcıların psikolojik iyi olma durumlarına yönelik ölçekten elde edilen ortalama puanlarına bakıldığında kadınların erkeklere nazaran daha fazla psikolojik iyi olma durumuna sahip oldukları görülmüştür.

Taşdibi-Ünlü (2019) 594 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin mutlulukları ile yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmaları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını ve söz konusu bağımsız değişkenlerin mutluluğu ne oranda açıkladığını incelemiştir. Araştırma sonucunda, mutluluk ile yaşam değeri arasında anlamlı ancak çok zayıf bir ilişkinin olduğunu, mutluluk ve yaşamın anlamı arasında mevcut anlam alt boyutunda anlamlı ancak zayıf, aranan anlam boyutunda anlamlı ancak çok zayıf ilişkinin olduğunu, mutluluk ile sosyal iyi olma arasında anlamlı ve zayıf bir ilişkinin olduğunu saptamıştır. Ayrıca, mutluluğu; yaşam değerinin %03, yaşamın anlamının %10, sosyal iyi olmanın %13 oranında açıkladığı, değişkenlerin birlikte mutluluğu %18 olarak açıkladığı, böylece anlamlı ancak zayıf bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Bahadır (2019) 321 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimlerinin, yaşamın anlamı ve bazı demografik değişkenler açısından ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimlerinin yüksek düzeyde olduğu

ortaya çıkmıştır. Ayrıca, yaşam boyu öğrenme eğilimi ile yaşamın anlamı düzeyleri arasında bir ilişki olmadığını bulmuştur. Cinsiyet ve algılanan akademik düzey ile yaşam boyu öğrenme eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, diğer değişkenler ile anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır. Anne eğitim düzeyi ile yaşamın anlamı arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, diğer değişkenler ile anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır.

### ***Yaşam Doyumu ile ilgili araştırmalar***

Diener ve Suh (1997) yaş ilerledikçe bireylerin olumlu duygularında bir azalma olduğunu saptamışlardır. Ancak olumlu duygularda azalmanın yaşam doyumunu düşürmediği ve olumsuz duyguları artırmadığı ortaya çıkmıştır.

Braun (2000) yaşam doyumunu ile yaş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, yaşam doyumunu ile yaş arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Chow (2005) cinsiyetin yaşam doyumuna olan etkisini incelediği çalışmasını üniversitede okuyan öğrencilere yönelik yürütmüştür. Araştırma sonucuna göre katılımcıların cinsiyetlerinin yaşam doyumuna etki etmediği tespit edilmiştir. Fakat bir başka değişken olan gelir düzeyi, akademik başarı ve yaşantı ile ilgili tatmin, bireylerin benlik saygıları ve rahat yaşam koşulları arttığında yaşam doyumlarında artış gösterdiği tespit edilmiştir.

Gilman ve Huebner (2006) yaşam doyumunu düzeyleri yüksek olan bireylerin hangi özelliklere sahip olduklarını incelemiştir. Araştırma sonucunda, benlik saygısı, ebeveyn ilişkileri, kişilerarası ilişkiler, umut ve yüksek not ortalaması arasında olumlu bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ancak depresyon, kaygı ve sosyal stres arasında olumlu bir ilişki olmadığı belirtilmektedir.

Ho, Cheung ve Cheung (2008) ergenlerin kişilik özellikleri, yaşam olayları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Buna göre ergenlerin olumsuz yaşam olayları ile yaşam doyumları arasında negatif yönde bir ilişki bulmuşlardır. Bununla birlikte yaşam doyumunun kişilik özelliklerinden etkilendiğini ve yaşam olaylarının kısmi olarak da olsa arabulucu etkisinin olduğu ifade edilmiştir.

Boes ve Winkelmann (2010) ekonomik gelirin etkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, ekonomik gelirin, yaşam doyumunu düzeyinin yüksek olmasında az da olsa etkisi olduğu saptanmıştır.

Aydiner (2011) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu belirlemek amacı ile yaptığı araştırmasında durumu farklı değişkenler açısından ele almıştır. Buna göre

yapılan araştırma sonucuna göre katılımcıların cinsiyetleri ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile yaşları ve algılamış oldukları akademik başarıları arasında herhangi bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyo ekonomik düzeyi arttıkça yaşam doyum düzeylerinin yükseldiği saptanmıştır.

Eryılmaz (2012) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu, benlik saygıları, iyimserlikleri ve kontrol odakları arasında nasıl bir etkileşim olduğunu incelemeyi hedeflemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre katılımcıların yaşam doyumu, benlik saygıları ve iyimserlik değişkenleri açısından ele alındığında psikolojik sağlamlığı etkilemediğini ifade etmiştir. Ayrıca kontrol odağı değişkenin tek başına anlamlı olmadığı söylenebilir. Cinsiyet ve yaşa göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, fakülte değişkenine göre yaşam doyumunun anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Tiefenbach ve Kohlbacher (2013) 2010-2012 yıllarında Japonya'da 15-89 yaş arasındaki 9280 kişi ile yaptıkları çalışmada bireylerin yaşam doyumu ve mutluluk düzeylerini yaş ve cinsiyet değişkenleri açısından incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, kadınların yaşam doyumu ve genel mutluluk seviyelerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu, kadınların en mutlu olduğu yaş aralığının 30-34 yaşları olduğu ve erkeklerin en mutlu olduğu yaş aralığının ise 15-19 yaş arası olduğu ortaya çıkmıştır. Kadınların ve erkeklerin yaşam doyumunun en yüksek olduğu yaş aralığı ise 15-19'dur. Ayrıca, erkeklerde yaşam doyumu ve yaş ilişkisi U harfi şeklinde bir görünüm almıştır. Yani genç yaşlarda yüksek olan yaşam doyumu orta yaşlarda düşüş yaşamış ve ileri yaşlarda tekrar yükselişe geçmiştir. Kadınlarda ise yaş ve yaşam doyumu ilişkisi 60'lı yaşlara kadar ters orantılı bir şekilde devam etmiştir. Yani yaş arttıkça yaşam doyumu düşmüştür. 60'lı yaşlardan sonra ise yaşam doyumunda düşük oranda yükseliş saptanmıştır.

Koçak (2014) üniversite öğrencilerinin ortalama yaşam doyumu düzeylerini belirlemiş ve yaşam doyumu düzeylerinin bazı demografik değişkenlerle ilişkisi incelemiştir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin yaşamlarından genel olarak memnun oldukları ortaya çıkmıştır. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının cinsiyet, ailesinin maddi durumuna ve herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu doğrultuda, kadınların erkelere, ailesinin maddi durumu çok iyi/iyi olanların orta ve kötü/çok kötü olanlara, ailesinin maddi durumu orta olanların kötü/çok kötü olanlara, herhangi bir işte



çalışmayanların, çalışanlara göre yaşam doyumu düzeyleri daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının yaşa, okudukları sınıfa, öğrenim türüne ve barınma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

Güven (2015) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada cinsiyete göre yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Kızlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Sınıfı düzeyine göre yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı olarak farklılık göstermediği bulunmuştur. Aile gelirine göre yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Aile geliri düşük olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri daha düşüktür. Ölümü hatırlatan bir deneyim yaşama ya da yaşamama durumuna göre yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı olarak farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ölümle burun buruna geldikleri bir deneyim yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ölümü hatırlatıcı deneyim yaşamayanlara göre daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Soydan (2015) yaptığı çalışmada bireylerin internet bağımlılıkları, depresyon ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılık düzeyleri ile depresyona yakalanma durumları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu durum internet bağımlılığı arttığında depresyonunda arttığını göstermektedir. Araştırmanın başka bir sonucuna göre katılımcıların yaşam doyumları ile internet bağımlılıkları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Güler (2015) İstanbul ilinde öğrenim gören 110 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, beden imajı ile umutsuzluk ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile cinsiyet, yaş, maddi gelirinden memnun olup olmama durumu, herhangi bir rahatsızlığının olup olmaması durumu, annelerinin eğitim düzeyi, babalarının eğitim düzeyi ve ebeveynin çalışma durumu değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile maddi gelirden memnun olup olmama durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Maddi gelirinden memnun olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin maddi gelirden memnun olmayanlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, beden imajı ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Beden imajı arttıkça yaşam doyumu düzeyi artmaktadır. Umutsuzluk ile yaşam doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Umutsuzluk arttıkça yaşam doyumu düzeyi azalmaktadır.

Kirişoğlu (2016) genç yetişkin bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada bireylerin aile yapıları, benlik saygıları ve yaşam doyumları arasındaki etkileşimi incelemişlerdir. Buna göre bireylerin aile yapıları ile benlik saygıları ve yaşam doyumları arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte yaşam doyumunun medeni durum ve ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Gürçam (2017) yetişkinlerde bağlanma stilleri ile öfke denetimi ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 18-24 yaş arası 200 birey katılmıştır. Araştırma sonucunda, yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır.

Özdaş (2017) yetişkin bireylerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini, İstanbul ili Fatih ilçesinde yaşayan yaşları 25-50 arasında olan 300 yetişkin birey oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, bireylerin yaşam doyumları ile ait olma ihtiyacı arasında negatif yönlü, psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşam doyumları arttıkça ait olma ihtiyacı düzeyi azalmakta, psikolojik dayanıklılık ise artmaktadır. Ayrıca, yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği, yaş, gelir düzeyi ve psikolojik yardım alma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Tepeli Temiz (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, benlik saygıları, aleksitimik özellikleri, yaşam doyumları ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre güvensiz bağlanma bireylerin kaygı ve kaçınma davranışları bağlamında benlik saygılarını ve aleksitimiye pozitif yönde etkilerken, yaşam doyumunu negatif yönde etkilemektedir. Ayrıca kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerinin psikolojik dayanıklılığı etkilemediği tespit edilmiştir. Fakat bu bağlanma türlerinin yaşam doyumları ve benlik saygıları arasında aracı bir rol üstlendiği YEM analizi sonucunda tespit edilmiştir.

Özkaya (2017) üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya Haliç Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 375 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, yalnızlık düzeyi ile umutsuzluk arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yalnızlık düzeyi arttıkça umutsuzluk artmaktadır. Yalnızlık düzeyi ile yaşam doyumları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yalnızlık düzeyi arttıkça yaşam doyumları azalmaktadır.

Yıldırım (2017) üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 405 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, bireylerin benlik saygısı arttıkça yaşam doyumu ve sosyal destek düzeylerinin azalmakta olduğu ortaya çıkmıştır. Akcan (2018) ergenlik dönemindeki lise öğrencileri ile yaptığı araştırmada benlik saygısı ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Karababa (2018) üniversite öğrencilerinde can sıkıntısı ile temel ihtiyaçlar, yalnızlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırmaya 613 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencileri temel ihtiyaçları karşılamada ne çok kadar doyuma ulaşırsa o kadar can sıkıntılarının azalmakta olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca yalnızlıkları arttıkça can sıkıntılarının da arttığı saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri arttıkça can sıkıntılarının azalmakta olduğu ortaya çıkmıştır.

Öztürk (2018) üniversite öğrencilerinin madde bağımlılığı farkındalığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 100 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin madde bağımlılığı farkındalığı ve yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Şahin (2018) üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık, yaşam doyumu ve mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversite öğrencilerinin bilinçli farkındalık, yaşam doyumu ve mental iyi oluş düzeylerinin cinsiyet, yaş ve fakülte değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan 306 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, bilinçli farkındalık düzeyi ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bilinçli farkındalık düzeyi yükseldikçe yaşam doyumu artmaktadır. Bilinçli farkındalık düzeyi ile mental iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bilinçli farkındalık düzeyi yükseldikçe mental iyi oluş artmaktadır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin bilinçli farkındalık, yaşam doyumu ve mental iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet ve yaş değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunamamıştır. Fakülte değişkenine göre üniversite öğrencilerinin bilinçli farkındalık düzeylerinde anlamlı bir farklılık saptanmazken, yaşam doyumu ve mental iyi oluş düzeylerinin anlamlı düzeyde bir farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Türkel (2018) ergenlerin sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, yalnızlık ile sosyal medya kullanımı arasında pozitif yönlü, yalnızlık ile yaşam doyumunu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ergenlerin yalnızlık düzeyleri arttıkça sosyal medya kullanma düzeylerinin arttığı, yaşam doyumunu düzeylerinin azaldığı saptanmıştır.

Yalçın (2018) üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, internette ve sosyal medyada geçirilen süre arttıkça yaşam doyumunu düzeyinin azalmakta olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin yaşadıkları yere göre anlamlı bir farklılık gösterirken; cinsiyete, sınıf düzeyine, akademik not ortalamasına ve ekonomik gidere göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Farklı olarak, Büyükçorak (2018) yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal medya ağlarında geçirdikleri zaman arttıkça yaşam doyumunu düzeylerinin de arttığı ortaya çıkmıştır.

Kökcü (2019) üniversite öğrencilerinde aile içi dini aktiviteler, dini tutum ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 522 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, aile içi dini aktivite ve dini tutum ile üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Yolcubal-Bayrak (2019) üniversite öğrencilerinin duygu düzenlemelerinin yaşam doyumlarıyla ne düzeyde ilişkili olduğunu araştırmıştır. Üniversite öğrencilerinin duygu düzenlemeleri ile yaşam doyumları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme ve yaşam doyumunun cinsiyet, yaş, doğum sırası, kardeş sayısı ve sınıf düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir, ancak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

### ***Olumlu Duygu ile ilgili araştırmalar***

Doğan (1999) 512 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, endişe ve depresyon ölçeklerinin Türkçe uyarlamalarının, bu iki duygudurum halini, pozitif ve negatif duygu temelinde ayırıp ayıramadıklarını incelemiştir. Araştırma sonucunda negatif duygu temelinde, endişe baskın grup ve depresyon baskın grup arasında anlamlı bir fark olduğunu saptamıştır. Ayrıca, pozitif duygu ve somatik unsur

temelinde endişe ve depresyon baskın grup arasında anlamlı fark olmadığını saptamıştır.

Anas ve Akhouri (2013) yaptıkları araştırmada 30 normal denek ve 30 depresif hastadan oluşan örnekleme oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, depresif hastaların olumsuz duygudan anlamlı derecede yüksek puan aldığı, normal yetişkinlerin ise olumlu duygudan daha yüksek puan aldığı ortaya çıkmıştır.

Duman-Temel (2013) 122 evli birey ile yaptığı araştırmada, aldatma tipi-affetme, olumlu duygu-affetme ve baş etme-affetme ilişkilerinde evlilik doyumunun aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda, evlilik doyumunun, olumlu duygu-affetme ve duygu odaklı baş etme-affetme ilişkilerinde aracı rol oynadığı, aldatma tipi-affetme ve problem odaklı baş etme-affetme ilişkilerinde aracı rol oynamadığı ortaya çıkmıştır.

Cartılı (2016) “Öfke ile Başa Çıkma Eğitim Programı”nın tek ebeveynli öğrencilerin öfke ve olumlu duygularına etkisini incelemiştir. Ön test son test kontrol grubu yarı deneysel model ile gerçekleştirilen araştırma kapsamında deneme grubundaki öğrencilere 8 haftalık “Öfke ile Başa Çıkma Eğitim Programı” uygulamıştır. Kontrol grubuna hiçbir eğitim vermemiştir. Araştırma sonucunda, deneme grubunun lehine öfke kontrol ve olumlu duygu düzeylerinde anlamlı düzeyde artma, sürekli öfke, öfke içe ve öfke dışa düzeylerinde ise anlamlı düzeyde azalma olduğu ortaya çıkmıştır. Kontrol grubunun ise öfke içe, öfke kontrol ve olumlu duygu alt boyutu puan ortalamasında anlamlı düzeyde farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir.

Kardaş (2017) pozitif duyguların bireylerin iyi oluş ve kendini toplama gücü düzeyleri üzerindeki etki mekanizmasını açıklamaya yönelik olarak literatüre dayalı geliştirdiği hipotetik modeli test etmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu 471 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda modelde yer alan bütün değişkenlerin birbirleriyle anlamlı pozitif ilişkiler içinde olduklarını belirlemiştir. Model testinde önceden sunulan modelin doğrulandığı ve uyum değerlerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, şükran ve iyimserlik gibi pozitif duygular bireylerin benlik saygılarını ve sosyal destek algılarını artırarak psikolojik ihtiyaç doyumlarını yükseltmekte, böylece bireylerin kişisel kaynakları olan iyi oluş ve kendini toplama gücü düzeylerinin arttığı ortaya çıkmıştır.

Arora ve Sharma (2018) yaptıkları araştırmada 9-12 yaş grubunda 15 katılımcı tarandı ve sadece 6 katılımcı değerlendirildi. Bir psikiyatri hastanesinde

ayakta tedavi olan dört katılımcı ve özel bir okuldan ebeveynler veya öğretmenler ve kendisi tarafından tanımlanan semptomlara göre iki kişi seçilmiştir. Katılımcılar son 2 haftadan itibaren depresif semptomlar bildirdi. Bu katılımcılar herhangi bir psikiyatrik hastalık nedeniyle başka bir müdahale altında değildirler. Araştırma sonucunda psikoterapide “Sahte, Sahte ve Duchenne Gülümsemesi” gibi olumlu duygulanımların birleşiminin ve zevkli aktiviteleri doğaçlamanın depresyonu hafifletmede etkili olduğu bulunmuştur.

Aydın (2019) 73 akademisyen ile yaptığı araştırmada, iş saatleri dışında gerçekleştirilen aktiviteler yoluyla işten geçici olarak zihinsel kopmanın ve ertesi gün işe tekrar bağlanmanın, işe bağlılık ve pozitif duygu durumuna etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda akşam işten çıktıktan sonra zihinsel olarak işten kopmak ertesi gün pozitif duygu durumunu olumlu etkilemekte olduğunu ancak işe bağlılık ile ilişkisi olmadığını saptamıştır. İş dışı günlük aktivitelerde, ev işi aktiviteleri ve pasif aktivitelere harcanan zaman sırasında mutluluk seviyesi yüksekse ertesi gün işe bağlılık düzeyi üzerinde pozitif etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Aile aktivitelerine harcanan zamanın işe bağlılık üzerine olumlu etkisi olduğu saptanmıştır. Sosyal ve fiziksel aktiviteler sırasında mutluluk düzeyi düşükse ertesi gün işe bağlılık ve pozitif duygu durumunu olumsuz yönde etkilediği ortaya çıkmıştır.

### ***Öznel İyi Oluş ile ilgili araştırmalar***

Diener ve Fujita (1995) öznel iyi olmaya çeşitli bazı değişkenlerin etkisini incelemişlerdir. 135 üniversite öğrencisi ile çalışmış ve arkadaş desteği, sosyal beceri, zeka ve para değişkenlerinin öznel iyilik durumuna etkilerini incelemişlerdir. Sonucunda ise maddi unsurların, sosyal ve kişisel kaynakların öznel iyi olma durumu ile yakından ilgili olduğu tespit edilmiştir.

Tuzgöl-Dost (2004) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet, fakülte, bölümden memnuniyet, akademik başarı, algılanan ekonomik durum, fiziksel sağlık durumu, algılanan ana-baba tutumu, fiziksel görünüşten memnuniyet, dinî inanç ve denetim odağı değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Araştırma sonucunda, öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet ve fiziksel sağlık durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermezken, fakülte, bölümden memnuniyet, akademik başarı, algılanan ekonomik durum, algılanan ana-baba tutumu, fiziksel görünüşten memnuniyet, dinî inanç ve denetim odağı değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Saygın (2008) üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırmanın örneklemini Selçuk Üniversitesi'nde okuyan 639 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı; sınıf değişkenine göre önemli düzeyde farklılaştığı ortaya çıkmıştır.

Malkoç (2011) "Öznel İyi Oluş Müdahale Programı"nın öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları üzerindeki etkisini incelemiştir. Ön test son test kontrol gruplu deneysel desen kullanıldığı araştırmada 251 üniversite öğrencisi çalışma grubunu oluşturmuştur. Beş Faktör Kişilik Envanterinin "Nörotisizm (Duygusal Dengesizlik)" alt boyutundan en yüksek puanı alan 24 öğrenci deney ve kontrol gruplarına seçkisiz olarak atamıştır. Deney grubuna "Öznel İyi Oluş Müdahale Programı" uygulamıştır. Kontrol grubuna araştırma süresince hiçbir işlem yapılmamıştır. Araştırma sonucunda, deney grubundaki üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu; stresle başa çıkma ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları ön test ve son test puanları arasında ise anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır.

Nur-Şahin (2011) üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin anne-baba tutumlarına göre farklılaştığı, cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, en çok yaşadıkları yer, ailenin ekonomik durumu ve anne-babanın öğrenim durumu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Anne-baba tutumu demokratik olan üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek arttıkça, öznel iyi oluş düzeylerinin arttığı, öznel iyi oluş düzeyleri yüksek olanların daha fazla sosyal destek algıladıkları ve destek aldıkları kişiye kendilerini daha fazla açtıkları ortaya çıkmıştır.

Boysan (2012) üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluşla ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya 645 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara demografik soru formu, Young Şema Ölçeği-Kısa Form, Stresli Durumlarla Başa Çıkma Envanteri, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada öznel iyi oluş düzeyi göstergeleri olarak yaşam doyumu, pozitif duygulanım ve negatif duygulanım ele alınmıştır. Araştırma sonucunda, yaşam doyumunun cinsiyete, gelir düzeyine ve

babanın eğitim durumuna göre farklılaştığı saptanmıştır. Kadınların, gelir düzeyi yüksek olanların ve babanın eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumu düzeyleri artmaktadır. Erkeklerin pozitif duygulanım düzeyleri kadınlara göre daha yüksek ancak, negatif duygulanım düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Babasının eğitim düzeyi ilköğretim olan üniversite öğrencileri daha yüksek negatif duygulanımı olduğu saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Kadın öğrencilerin duygusal başa çıkma stratejilerini erkeklere göre daha fazla kullandığı ortaya çıkmıştır. Erkeklerin Sosyal Kopukluk ve Reddedilmişlik şemalarına kızlardan daha fazla sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Yüksek gelir grubunda olan üniversite öğrencilerinin Gelişmemiş Kişisel Sınırlar şema alanından orta ve düşük gelir grubunda yer alanlardan daha yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır.

Santos, Magramo, Oguan, Paat ve Barnachea (2012) yaptıkları araştırmada hem özel hem de kamu kurumlarında Filipinli üniversite öğrencileri arasında yaşamdaki anlam ve öznel iyi oluş ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmaya Filipinler'de farklı okullardan 969 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, yaşamın anlamı ile öznel iyi oluş arasında orta ile güçlü korelasyon olduğu saptanmıştır. Yaşamın anlamı ile öznel iyi oluş arasında olumlu veya doğrudan yordayıcı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Katılımcıların yaşamdaki anlamı nispeten yüksek olarak saptanmıştır ve bu durum olumlu bir iyilik halini göstermektedir. Katılımcılar, yaşamlarının zaten bir anlamı olduğunu hissettiklerini ancak aynı zamanda yaşam amaçlarını keşfetmeye devam etmeye açık olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların genel yaşam doyumundan ortalama puan aldıkları saptanmıştır. Bu durum, genel olarak yaşamlarından tatmin oldukları anlamına gelir, ancak iyileştirme isteyecekleri bazı alanlar olduğunu göstermektedir. Katılımcıların nispeten yüksek olumlu duygulara sahip olduğu saptanmıştır. Bu durum yaşam doyumu puanları ile tutarlı olduğunu göstermektedir.

Kermen (2013) yaptığı çalışmasında üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşları ile ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre öğrencilerin öznel iyi oluşlarının cinsiyet ve yaş değişkenleri doğrultusunda farklılaşmadığı, aylık gelir düzeyine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin öznel iyi oluşlarının diğerlerine nazaran daha yüksek olduğu söylenebilir. Araştırmanın başka bir sonucunda ise öğrencilerin öznel



iyi oluşları ile ihtiyaç doyumları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Öztürk (2013) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile iyimserlik, kaygı, olumsuz duygu ve tinsellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre bu değişkenler arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların cinsiyetleri ve eğitim gördükleri bölümlerle öznel iyi oluşları arasında farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir.

Aghababaei, Sohrabi, Eskandari, Borjali, Farrokhi ve Chen (2016) 474 İranlı Müslüman üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada dini ve bilimsel tutumların yaşam doyumunu, mutluluğunu ve öz saygıyı nasıl yordadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda, ölüm kaygısı bilimsel tutumlarla ilgisizken, dini tutumlarla ve dışsal kişisel dindarlıkla zayıf pozitif bir ilişkisi olduğu saptanmıştır. Öznel İyi Oluşun göstergeleri - mutluluk, yaşam doyumunu ve benlik saygısı, yaşamın amacı ve ve umut ile pozitif olarak ve ölüm kaygısı ile negatif olarak ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Duman (2016) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve benlik saygısının stresle başa çıkma tarzlarıyla arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kadınların, psikoloji bölümünde okuyanların ve yaş arttıkça öznel iyi oluş düzeyleri yükselmektedir. İlk çocukların benlik saygısının daha yüksek olduğu ve hukuk bölümündekilerin kendine güvenli yaklaşımlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri arttıkça, boyun eğici yaklaşım düzeylerinin azalmakta olduğu ortaya çıkmıştır.

Bulut (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin öznel iyi oluş düzeylerini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını ve öznel iyi oluşun cinsiyet ve gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini İstanbul ilindeki üniversitelerde okuyan 356 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, öznel iyi oluş üzerinde güvenli ve saplantılı bağlanma stili alt boyutlarının önemli bir yordayıcı olduğu, korkulu ve kayıtsız bağlanma stili alt boyutlarının ise önemli bir etkiye sahip olmadığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca, kız öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ailesinin geliri 3001 TL ve üzeri olan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri ailesinin geliri 1500 TL, 1501-

2500 TL ve 2501-3000 TL olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Turp (2017) Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde okuyan 209 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada, öznel iyi oluş ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda, güvenli bağlanma arttıkça, saplantılı ve korkulu bağlanma azaldıkça öznel iyi oluşun arttığı ortaya çıkmıştır. Kayıtsız bağlanma stili ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya saptanmıştır.

Atabil (2019) 197 psikoloji öğrencisi ile yaptığı araştırmada, öznel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet, yaş, sınıf, akademik başarı, birlikte yaşadıkları kişi, anne-baba eğitim durumu, aylık gelir, 6-24 ay arası bakım vereni ve yaşamlarının çoğunluğunu geçirdikleri yer değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, psikoloji öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet ve 6-24 ay arası bakım veren kişi değişkenlerine göre farklılaştığı, yaş, sınıf, akademik başarı, birlikte yaşadıkları kişi, anne-baba eğitim durumu, aylık gelir ve yaşamlarının çoğunluğunu geçirdikleri yer değişkenlerine göre ise anlamlı farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Kadın öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri erkeklerden daha yüksektir. 6-24 ay arası bakım veren kişi anne/baba olan üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyi bakım veren kişi diğer olanlardan daha yüksektir. Ayrıca, öznel iyi oluş ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde, kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stili arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Yun, Rhee, Kang ve Sim (2019) öznel iyi oluş ve bireylerin yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında öznel iyi oluş ile yaşam doyumları arasında pozitif yönde bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca katılımcıların yaşları, cinsiyetleri ve aylık gelir düzeyleri ve medeni durumlarının öznel iyi oluş düzeylerini etkilediği tespit edilmiştir.

### ***Depresyon ile ilgili araştırmalar***

Dobson (1985) depresyon ve kaygı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemiştir. Araştırma sonucunda depresyon ve kaygı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Dixon ve Reid (2000) olumsuz yaşam koşulları ile olumlu yaşam koşullarının depresyonla ilişkisini inceledikleri araştırmada, olumsuz yaşam koşullarından

kaynaklanan stresin depresyonu tetiklediği saptanmıştır. Hammen, Henry ve Daley (2000) yaptıkları araştırmada, olumsuz yaşam koşullarından kaynaklanan stresin kadınları daha hassaslaştırdığından yetişkinlik döneminde depresyonu tetiklediği ortaya çıkmıştır.

Hankin, Abramson ve Siler (2001) stresli yaşam olaylarının artması sonucu ergenlik dönemindeki gençlerde intihar oranlarının arttığı, bunlara uyku bozuklukları, dikkat problemlerinin eşlik ettiğini ortaya koymuşlardır.

Hamarta (2004) üniversite öğrencilerinin ilişkisel benlik saygısı, ilişkisel depresyon ve ilişkisel saplantılı düşünme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini araştırmıştır. Araştırma sonucunda kızların ilişkisel benlik saygısı düzeyleri erkeklerden daha yüksek, ilişkisel depresyon düzeyleri erkeklerden daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin ilişkisel saplantılı düşünme düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

Doğan (2006) üniversite öğrencilerinin sosyal zekâ düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini, Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 520 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda, sosyal zekâ yükseldikçe, depresyon düzeyinin azaldığı saptanmıştır.

Korkmaz (2006) üniversite öğrencilerinde depresyonu yordayan değişkenlerin belirlenmesi amaçlamıştır. Araştırmaya 742 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda, depresyon puanlarını ailenin gelecek beklentisi, bireyin seçtiği mesleğin uygunluğu, karşı cinsle ilişki, göçük altında kalma, insanlarla ilişki, göç, kronik hastalık, gelecek beklentileri, tecavüze uğrama, trafik kazası, cinsiyet, ailedeki kişi sayısı gibi sosyo-demografik, olumsuz yaşam olayları, algılanan ilişkiler ve algılanan beklentiler boyutlarına ilişkin değişkenlerin yordadığı saptanmıştır.

Yoo and Kang (2006) Güney Kore'de eş kaybı yaşayan orta yaşlı bireylerde kayıp müdahale programının depresyon ve yaşam doyumu seviyesine etkisi incelenmiştir. Çalışmada son 6 ay içerisinde kayıp yaşayan 27 katılımcıyla yarı deneysel model kullanılmış ve ön test son test uygulanmıştır. Deney grubu müdahale programının 10 seansına katılmış, kontrol grubu ise müdahale programına katılmadan yalnızca sağlık muayenesine girmiştir. Her iki grup için de depresyon ve yaşam doyumu seviyeleri müdahale öncesi ve sonrası ölçülmüştür. Çalışma sonuçları; deney grubunda kontrol grubuna göre depresyon seviyesinin anlamlı

şekilde daha fazla düştüğünü, yaşam doyumu seviyesinin ise anlamlı şekilde daha fazla yükseldiğini göstermiştir.

Özdemir (2007) üniversite öğrencilerinde görülen depresyonun giderilmesinde dansın etkisi araştırmasında, üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin cinsiyetleri, anne baba durumu ve üniversite başarı durumları açısından anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır.

Hamdan-Mansour, Puskar ve Bandak (2009) bilişsel davranışçı grup terapisinin kişinin depresyon düzeyine etki edip etmediğini araştırmışlardır. Araştırma sonucuna göre üniversite öğrencilerinin depresyon belirtilerini yapılan bilişsel davranışçı grup terapilerinin yüksek düzeyde azalttığı ortaya çıkmıştır.

Yerlikaya (2009) üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algıladıkları stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada cinsiyete göre kaygı düzeylerinin farklılaştığı, stres ve depresyon düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır. Kız öğrencilerin erkeklere göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Demir (2015) üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerini belirlediği çalışmada, üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin fakülte, bölüm, yaş, cinsiyet gibi değişkenlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini araştırmıştır. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin öğrenim gördükleri fakülte ve bölüme göre farklılık gösterdiği, cinsiyet ve yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

Karaçor (2018) üniversite öğrencilerinde internet ve sosyal medya bağımlılığı ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi değişkenlerine yer vermiştir. Araştırma sonucunda, erkeklerin internet bağımlılığının kadınlardan daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş ve sınıf düzeyi değişkenleri ile internet bağımlılığı ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır.

Yağmur (2018) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, depresyon ve ruminasyon düzeyleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği araştırmıştır. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ve cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Öztürk (2018) varoluşçu bakışa göre yaşamın anlamı ve amacının depresyon ve umutsuzluk ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, kadınların erkeklere, ekonomik durumu orta olanların diğerlerine göre depresyon ve umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca ekonomik durumu çok iyi olanlarda yaşamın anlam ve amacının diğerlerine göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Umutsuzluk düzeyi düşük olan kişilerde yaşamın anlam ve amacının daha yüksek, depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmıştır.

Beksaçi (2019) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ile depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda kadın üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve sürekli kaygı düzeylerinin erkeklere, erkek üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda katılımcıların okudukları bölümün kaygı düzeyleri açısından farklılaştığı tespit edilmiştir. Özellikle RPD bölümünde okuyan öğrencilerin kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Karaköse (2019) üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, yaşam doyumu ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, yaşam doyumu ve depresyon düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Ayrıca, akıllı telefon bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, depresyon ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşam doyumu ile depresyon arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

## BÖLÜM III

### Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeline, evren ve örneklem, veri toplama araçları ile bu araçların geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına, verileri toplama sürecine ve verilerin analizine yer verilmiştir.

#### Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif ve negatif duygu durum ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla kullanılır (Büyüköztürk, 2016). Ayrıca literatüre dayalı olarak bir hipotetik model önerilmiş ve değişkenler arasındaki ilişkileri sistemli bir şekilde incelemeye olanak tanıyan yapısal eşitlik modellemesi tekniği kullanılarak test edilmiştir (Çelik ve Yılmaz, 2016).

#### Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yer alan beş üniversitede 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim görmekte olan 51.412 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

Araştırma evreninin tamamına ulaşılması zaman, maliyet ve kontrol bakımından güç olacağından dolayı çalışmada çalışma evrenini temsil edecek şekilde basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak örneklem seçilmiştir. Araştırma evrenini temsil edecek yeterli sayıda örneklemin hesaplanması için evreni bilinen örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

#### Örneklem sayısı;

**N:** Çalışma evrenindeki kişi sayısı

**n:** Örnekleme alınacak birey sayısı

**p:** İncelenen olayın görülüş sıklığı (gerçekleşme olasılığı)

**q:** İncelenen olayın görülmeşiş sıklığı (gerçekleşmeme olasılığı)

**t:** Belirli bir anlamlılık düzeyinde, t tablosuna göre bulunan teorik değer

**d:** Olayın görülüş sıklığına göre kabul edilen örnekleme hatasıdır.

$$n = \frac{N * t^2 * p * q}{(N - 1)d^2 + t^2 * p * q} = \frac{51412 * (1.96)^2 * 0.50 * 0.50}{(51411)(0.03)^2 + (1.96)^2 * 0.50 * 0.50} = 381$$

Buna göre %95 güven düzeyinde ve %5 örnekleme hatasında 51.412 kişilik araştırma evreninden seçilmesi gereken örneklem sayısı 381 bulunmuştur. Araştırma

verilerinin daha güvenilir olması için 1230 üniversite öğrencisi ile görüşülmüş ve örnekleme hatası %2,75'e düşürülmüştür.

Tablo 1.

*Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı (n=1230)*

	Sayı (n)	Yüzde (%)
<b>Yaş grubu</b>		
18-19 yaş	175	14,23
20-21 yaş	463	37,64
22-23 yaş	437	35,53
24 yaş ve üzeri	155	12,60
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	707	57,48
Erkek	523	42,52
<b>Uyruk</b>		
TC	1115	90,65
KKTC	78	6,34
TC ve KKTC	37	3,01
<b>Mezun Olunan Lise Türü</b>		
Genel lise	276	22,44
Fen/Anadolu lisesi	546	44,39
Meslek Lisesi	171	13,90
Kolej/Özel lise	155	12,60
İmam Hatip Lisesi	82	6,67
<b>Sınıf</b>		
Birinci sınıf	239	19,43
İkinci sınıf	277	22,52
Üçüncü sınıf	335	27,24
Dördüncü sınıf	379	30,81
<b>Aylık Gelir Miktarı</b>		
2.364 TL ve daha az	1050	85,37
2.365 TL'den fazla	180	14,63

Tablo 1 (Devamı).

	Sayı (n)	Yüzde (%)
<b>Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumu</b>		
Destek alan	82	6,67
Destek almayan	1148	93,33
<b>Psikolojik tanı alma durumu (n=82)</b>		
Tanı alan	31	37,80
Tanı almayan	51	62,20
<b>Son 6 ay içerisinde bir yakını kaybetme durumu</b>		
Kaybeden	309	25,12
Kaybetmeyen	921	74,88
<b>Kaybedilen kişinin yakınlık derecesi (n=309)</b>		
Çok yakın	126	40,78
Yakın	139	44,98
Uzak	44	14,24
<b>Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumu</b>		
Yaşayan	366	29,76
Yaşamayan	864	70,24

Tablo 1.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımına ilişkin bulgular gösterilmiştir.

Tablo 1. incelendiğinde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %14,23'ünün 18-19 yaş, %37,64'ü 20-21 yaş, %35,53'ü 22-23 yaş ve %12,60'ı 24 yaş ve üzeri yaş grubunda olduğu, %57,48'inin kadın ve %42,52'sinin erkek olduğu, %90,65'inin TC uyruklu olduğu saptanmıştır. Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin %22,44'ünün genel lise, %44,39'unun Fen/Anadolu lisesi, %13,90'ının meslek lisesi, %12,60'sının kolej/özel lise ve %6,67'sinin imam hatip lisesi mezunu olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin %19,43'ünün birinci sınıfta, %22,52'sinin ikinci sınıfta, %27,24'ünün üçüncü sınıfta ve %30,81'inin dördüncü sınıfta öğrenim gördüğü, %85,37'sinin aylık gelirin 2364 TL ve altında, %14,63'ünün ise 2365 TL ve üzerinde olduğu belirlenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin %6,67'sinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek aldığı, destek alan öğrencilerin %37,80'inin tanı aldığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %25,12'sinin son 6 ay içerisinde bir yakını



kaybettiği ve yakınına kaybeden üniversite öğrencilerinin kaybettikleri kişinin yakınlık derecesi incelendiğinde, %40,78'i çok yakın, %44,98'i yakın ve 14,24'ü uzak olduğunu ifade etmiştir. Üniversite öğrencilerinin %29,76'sı son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşadığını belirtmiştir.

### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri olmak üzere yedi bölümden oluşan soru formu ile toplanmıştır.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin belirlenebilmesi için araştırmacı tarafından Kişisel Bilgi Formu geliştirilmiştir. Bu formda üniversite öğrencilerinin yaş, cinsiyet, uyruk, öğrenim durumu, gelir durumu, yakın zamanda psikolojik bir destek alıp almama, yakın zamanda bir yakınına kaybedip kaybetmeme ve yakın zamanda sarsıcı bir olay yaşayıp yaşamama durumlarına yönelik sorular yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formu Ek 2'de verilmiştir.

### ***Varoluşsal Endişe Anketi***

Varoluşsal Endişe Anketi katılımcıların varoluşsal endişe düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Orijinal formu van Bruggen, Klooster, Westerhof, Vos, Kleine, Bohlmeijer ve Glas (2017) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe'ye uyarlaması Ümmet, Ekşi, Özkapu, Ekşi (2018) tarafından yapılmıştır. 22 madde 3 alt boyuttan (genel endişe, ölüm kaygısı, kaçınma) oluşan ve 5'li likert tipi olan VEA genel endişe alt boyutunda 13 madde, ölüm kaygısı alt boyutunda 5 ve kaçınma alt boyutunda 4 madde bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 22-110 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, varoluşsal endişe düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği için yapılan çalışmalar sonucunda, test tekrar test katsayısı .81 genel endişe alt boyutu için, .73 ölüm kaygısı alt boyutu için, .69 kaçınma alt boyutu için ve toplam için .87 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için hesaplanan Cronbach Alpha değerleri ise; .85 genel endişe alt boyutu için, .72 ölüm kaygısı alt boyutu için, .62 kaçınma alt boyutu için ve toplam için .88 olarak hesaplanmıştır (Ümmet, Ekşi, Özkapu ve Ekşi, 2018). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.919 olarak hesaplanmıştır. Varoluşsal Endişe Anketi Ek 3'de verilmiştir.

### ***Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği***

Thorson ve Powell (1992) tarafından geliştirilmiştir. 25 maddeden oluşmaktadır. ÖKÖ 5’li likert tipinde (0 Fikrime çok uygun, 4 Fikrime çok aykırı) yanıtlanan bir ölçme aracıdır. Ölçekte 17 olumlu madde (1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 24.), 8 olumsuz madde (4, 10, 11, 13, 17, 21, 23, 25.) bulunmaktadır. Olumsuz maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 0-100 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, ölüm kaygısı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Karaca ve Yıldız (2001) tarafından ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında iki yarım ölçek arasındaki korelasyon katsayısı .73, iç tutarlılık Cronbach Alpha katsayısı .84 olarak bulunmuş ve ayrıca Karaca (2000) tarafından test-tekrar test güvenirliğinin .90 olduğu belirlenmiştir.

Ölçeğin geçerliği için yapılan faktör analizi sonucunda öz değerleri 1’den büyük olan 4 faktör bulunmuştur. Faktörler; fiziksel ve ruhsal fonksiyonları kaybetme kaygısı, öte âlemle ilgili kaygılar, çürüme ve bozulma ile ilgili kaygılar, ölüm süreci-acı ve ızdırap çekme ile ilgili kaygılar olarak adlandırılmıştır. (2, 3, 6, 7, 12, 14, 18, 19, 22) birinci faktör, (9, 13, 15, 16, 20, 23) ikinci faktör, (4, 11, 17, 25) üçüncü faktör ve (1, 5, 8, 10, 21, 24) dördüncü faktör maddeleridir. Birinci faktör varyansın %26,3’ünü, ikinci faktör varyansın %8,7’sini, üçüncü faktör varyansın %7,1’ini ve dördüncü faktör ise varyansın %5,6’sını açıklamaktadır. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.859 olarak hesaplanmıştır. Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği Ek 4’de verilmiştir.

### ***Yaşamın Anlamı Ölçeği***

Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilmiştir. YAÖ 10 maddeden oluşmaktadır. 7’li likert tipinde (1 Benim için hiç doğru değil, 7 Benim için tamamen doğru) ve mevcut anlam ve aranan anlam olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. 1., 4., 5., 6. ve 9. maddeler mevcut anlam, 2., 3., 7., 8. ve 10. maddeler aranan anlam puanını vermektedir. Ölçekte 9. madde ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 7 ile 70 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, yaşamın anlamı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Akın ve Taş (2015) ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışmaları tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayıları .77 mevcut anlam alt ölçeği için, .83 aranan anlam alt ölçeği için bulunmuştur. Dört hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayılarının ise .89 mevcut anlam alt ölçeği için, .92 aranan anlam alt ölçeği için

olduğu saptanmıştır. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha değerleri; .765 mevcut anlam alt ölçeği için ve .841 aranan anlam alt ölçeği için hesaplanmıştır. Yaşamın Anlamı Ölçeği Ek 5’de verilmiştir.

### ***Yaşam Doyumu Ölçeği***

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. YDÖ 5 maddeden oluşan ve 7’li likert (1 Hiç uygun değil, 7 Tamamıyla uygun) tipindedir. Ölçekten alınan puanlar 5 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, yaşam doyumu düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Diener ve arkadaşları ölçeğin güvenilirliği çalışmasında Cronbach Alpha katsayısını .87 olarak bulmuşlardır. Ölçüt bağımlı geçerliğini ise .82 olarak elde etmişlerdir (Pavot, Diener, Colvin ve Sandvik, 1991). Yetim (1993) tarafından ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirliği .86 olarak bulunmuş ve ayrıca test-tekrar test güvenilirliği ise .73 olarak elde edilmiştir (Yetim, 2003). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0.847 olarak elde edilmiştir. Yaşam Doyumu Ölçeği Ek 6’da verilmiştir.

### ***Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği***

Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilmiştir. PANAS 20 maddeden oluşan ve 5’li likert (1 Çok az veya hiç, 5 Çok fazla) tipindedir. 10 pozitif ve 10 negatif duygu maddesi içermektedir. Ölçekten alınan puanlar her duygu için 10-50 arasında değişmektedir. Gençöz (2000) tarafından ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlığı .83 pozitif duygu için, .86 negatif duygu için, test-tekrar test tutarlığı ise .40 pozitif duygu için, .54 negatif duygu için hesaplanmıştır. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alpha değerleri; .799 pozitif duygu için ve .817 negatif duygu için hesaplanmıştır. Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği Ek 7’de verilmiştir.

### ***Öznel İyi Oluşun Ölçülmesi***

Literatürde, öznel iyi oluşu ölçmek için sıklıkla kullanılan ölçekler Yaşam Doyumu ve Pozitif ve Negatif Duygu Durum Ölçeği’dir. Öznel iyi oluşu ölçmek için kullanılan eşitlik Öznel İyi Oluş = (Yaşam Doyumu + Olumlu Duygu) - Olumsuz Duygu (Cenkseven ve Akbaş, 2007). Bu çalışmada, öznel iyi oluş literatürde yer alan eşitlik uygulanarak ölçülmüştür.

### ***Beck Depresyon Envanteri***

Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh (1961) tarafından geliştirilmiştir. BDE 21 maddeden oluşmaktadır. Her madde 0 ile 3 arasında puanlanmaktadır. Puan

aralığı 0 ile 63 arasında değişmektedir. Envanterden alınan puanın yüksek olması depresif belirtilerin arttığını göstermektedir. Hisli (1989) envanterin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları tarafından yapılmıştır. Envanterin güvenirlik çalışmasında iç tutarlılık katsayısı .80, iki yarım test arasındaki korelasyon katsayısı .74 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada Cronbach Alpha katsayısı .907 olarak elde edilmiştir. Beck Depresyon Envanteri Ek 8'de verilmiştir.

### **Veri Toplama Süreci**

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan anket formu ile veri toplamaya başlamadan önce Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulundan gerekli izin alınmıştır ve ayrıca araştırma kapsamında veri toplanacak üniversitelere başvurulara bulunulmuştur, gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır (Ek 11). Veri toplama sürecinde dersler öncesi öğretim elemanlarından izinler alınmış ve üniversite öğrencilerine anket formu dağıtılmadan önce araştırmanın amacı ve gönüllülük ilkesi gibi konularda bilgi verilmiştir. Ayrıca araştırmadan elde edilecek verilerin sadece bilimsel amaçlarla kullanılacağına dair bilgilendirme yapılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerine anket formu öğretim elemanları tarafından derse başlamadan önce veya ders bitiminde dağıtılarak veriler toplanmıştır. Veri toplama aracının yanıtlanması yaklaşık olarak 20 dakika sürmektedir.

Araştırmanın verileri Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yer alan beş üniversitede 2018-2019 eğitim öğretim yılında öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinden toplanmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Araştırma verilerinin istatistiksel açıdan analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 ve IBM AMOS 21.0 yazılımları kullanılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin, sarsıcı olay yaşama ve psikolojik destek alma durumlarının dağılımının belirlenmesinde frekans analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, Pozitif-Negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlara ait ortalama, standart sapma, alınan en düşük ve en yüksek puan gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine, sarsıcı bir olay yaşama ve psikolojik destek alma durumlarına göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu

ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanteri puanlarının karşılaştırılmasında verilerin normal dağılıma uyum gösterme durumu Kolmogorov-Smirnov testi, QQ grafiği ve basıklık-çarpıklık değerleri ile incelenmiş ve normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine, sarsıcı bir olay yaşama ve psikolojik destek alma durumlarına göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanteri puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız değişken iki kategorili ise bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla kategoriden oluşuyorsa ANOVA kullanılmış, post-hoc testlerden Tukey testi seçilmiştir. Üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasındaki ilişki Pearson korelasyon analiziyle incelenmiştir. Ayrıca literatüre dayalı olarak geliştirilen kuramsal modeli (Bkz: Şekil 1) test etmek amacıyla Yapısal Eşitlik Modeli kullanılmıştır.

### ***Yapısal Eşitlik Modellemesi***

(YEM) Yapısal eşitlik modellemesi, hem doğrudan ölçülen değişkenler hem de gizli (yani altta yatan varsayımsal yapılar) değişkenler arasındaki ilişkileri değerlendirmek için tasarlanmış verileri analiz etmek için güçlü bir istatistiksel tekniktir. YEM'de, her gizli değişken, yapının göstergeleri olarak görev yapan birden çok ölçülen değişkenle temsil edilir (Jöreskog & Sörbom, 1993).

YEM, açıklayıcı prosedürler yerine doğrulayıcı prosedürler için kullanılır. Çoklu gizli bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ölçüm hataları ile etkileşimleri hesaba katan ölçüm modelleri oluşturmanın güçlü ve kapsamlı bir alternatif yoludur. Bununla birlikte, çarpıcı derecede önemli bir kural, araştırmacının model oluşturma sürecindeki teorik anlayışı ve gerekçeleridir. YEM-tabanlı prosedürler, diğer istatistiksel tekniklere göre önemli avantajlara sahiptir, çünkü araştırmacıya teorik özellikler ile elde edilen veriler arasındaki etkileşimi keşfetmek için daha fazla esneklik sağlar. Araştırmacı, yordayıcı, moderatör ve ölçüt değişkenleri arasındaki doğrudan veya dolaylı ilişkileri belirleyen alternatif modeller önerme fırsatına sahiptir (MacCallum, 1986).

Bir modelin amacı, ölçülen değişkenlerin varyasyonunu ve birlikte değişkenliğini hesaba katmaktır. Madde puanları veya faktör puanları gibi ölçülen değişkenlerin kovaryans matrisi analiz etmek için kullanılır. Belirtilen model, ölçülen

ve gizil değişkenler arasındaki varsayılmış ilişki örüntüsünü değerlendirir. Sonuçlar, model uyum indekslerinin yanı sıra modeldeki her bir serbest parametre için parametre tahminlerini, standart hataları ve test istatistiklerini kapsar. Kısaca, yapısal eşitlik modeli, bir dizi ölçülen değişken ve gizli değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı doğrusal ilişkilerin varsayılmış bir modelidir (MacCallum ve Austin, 2000).

### ***Model Tanımlama***

Yapısal eşitlik modelleri, modelleri üç şekilde değerlendirmek için kullanılır: (1) kesinlikle doğrulayıcı: Verilerdeki varyans ve kovaryans modelinin, araştırmacı tarafından belirlenen yapısal bir modelle tutarlı olup olmadığını belirlemek için YEM uyum iyiliği testleri kullanılarak bir model test edilir. Bununla birlikte, diğer incelenmemiş modeller de verilere uyabileceğinden veya daha iyi olabileceğinden, kabul edilen bir model yalnızca doğrulanmamış bir modeldir. (2) Alternatif modeller: hangisinin en uygun olduğunu belirlemek için iki veya daha fazla yapısal model test edilir; ve (3) Model geliştirme: En yaygın yaklaşım olan özgün model olarak belirli bir deneme modeli alınmıştır. Orijinal modelin verilere makul bir uyum göstermemesi durumunda, modelin değiştirilmesi ve tekrar test edilmesi gerekir (Jöreskog, 1993). Bu çalışmada model geliştirme yaklaşımı izlenmiştir.

### ***Örneklem Büyüklüğü Yeterliliği***

Araştırma tasarımında önemli bir konu, hipotez testi için yeterli güce ulaşmak için gerekli olan örneklem büyüklüğünün belirlenmesidir. SEM, kovaryans matrislerindeki ve tahmin edilen parametrelerdeki farklılıkların büyüklüğünün yanı sıra örnek büyüklüğüne duyarlı testlere dayandığından, örneklem boyutu küçük olmamalıdır. Faktör analizinde örneklem büyüklüğü için temel kural olan en az 300 vaka YEM uygulamaları için uygun olabilir (Tabachnick & Fidell, 2007). Boomsma (1984), 200 civarında örneklem büyüklüğünün küçük ve orta modeller için uygun olduğunu belirtmiştir. Tabachnick ve Fidell (2007) tarafından önerilen literatürde bulunan bir başka pratik kural, örneklem büyüklüğünün, modeldeki bağımlı değişkenlerin sayısının sekiz katından en az elli fazla olmasıdır.

### ***Modelin Uyumunun Değerlendirilmesi: Uyum iyiliği istatistikleri***

Uyum iyiliği ölçümleri, test edilen modelin reddedildiğini veya kabul edildiğini belirlemek için kullanılır. YEM kullanan bir modeli doğrulamak için, modeldeki tüm yolların önemli olması gerekir. Model kabul edilirse modeldeki yol katsayıları yorumlanır. Kline'a (2005) göre, .50'den büyük değerlere sahip

standartlaştırılmış yol katsayıları büyük etkiler olarak tanımlanabilir; .30 civarındaki değerler orta etkiye sahiptir; ve .10'dan küçük yol katsayıları küçük etki gösterir.

Yapısal eşitlik modellemesinin, belirli bir modelin gücünü en iyi tanımlayan tek bir testi yoktur. Birkaç araştırmacı, iyi bir uyum için çeşitli göstergeler belirledi. Kullanılan ve sürekli iyileştirilen düzinelerce uyum indeksi vardır. Örneğin; Kline (2005), ki-kare, Uyum iyiliği indeksi (GFI), Normlaştırılmış uyum indeksi (NFI) veya Karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), Normlaştırılmamış uyum indeks (NNFI) ve Standartlaştırılmış hata kareler ortalamasının karekökü (SRMR) gibi en az dört testin raporlanmasını önermektedir.

## BÖLÜM IV

### Bulgular

Bu bölümde toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2.

*Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanlar (n=1230)*

		n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst
<b>VEA</b>	Varoluşsal Endişe Anketi	1230	50,35	15,88	22	109
<b>ÖKÖ</b>	Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği	1230	34,17	12,78	0	65
	Mevcut Anlam	1230	24,81	6,21	5	35
<b>YAÖ</b>	Aranan Anlam	1230	24,38	6,92	5	35
	Yaşamın Anlamı Ölçeği	1230	49,19	9,97	14	70
<b>YDÖ</b>	Yaşam Doyumu Ölçeği	1230	20,59	6,96	5	35
<b>PANAS</b>	Pozitif Duygu	1230	32,17	7,42	10	50
	Negatif Duygu	1230	24,08	7,81	10	50
<b>BDE</b>	Beck Depresyon Envanteri	1230	13,93	10,80	0	51

Tablo 2.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketinden  $\bar{x}=50,35\pm 15,88$  puan aldıkları, alınan en düşük puanın 22, en yüksek puanın ise 109 olduğu saptanmıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencileri Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden en düşük 0, en yüksek 65 puan alırken, ölçekten aldıkları ortalama puan  $\bar{x}=34,17\pm 12,78$  bulunmuştur.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencileri yaşamın anlamı ölçeğinde yer alan mevcut anlam alt boyutundan  $\bar{x}=24,81\pm 6,21$  puan ve aranan anlam alt boyutundan  $\bar{x}=24,38\pm 6,92$  puan almıştır. Üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeği genelinden aldıkları puan ortalaması  $\bar{x}=49,19\pm 9,97$  olup, ölçekten aldıkları en düşük puan 14, en yüksek puan ise 70'tir.



Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ölçeğinden almış oldukları puan ortalaması  $\bar{x}=20,59\pm 6,96$ 'dır. Üniversite öğrencileri yaşam doyumu ölçeğinden en düşük 5, en yüksek ise 35 puan almıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puan ortalaması  $\bar{x}=32,17\pm 7,42$ , negatif duygu alt boyutundan aldıkları puan ortalaması ise  $\bar{x}=24,08\pm 7,81$  bulunmuştur.

Üniversite öğrencileri Beck Depresyon Envanterinden en düşük 0, en yüksek 51 puan almış olup, ölçek geneline ilişkin puan ortalaması  $\bar{x}=13,93\pm 10,80$ 'dir.

Tablo 3.

*Üniversite Öğrencilerinin Yaş Grubuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	Yaş Grubu	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
<b>Varoluşsal Endişe Anketi</b>	18-19 yaş	175	47,75	16,31	22	98	2,498	0,058	
	20-21 yaş	463	50,97	15,40	22	109			
	22-23 yaş	437	51,16	15,96	22	101			
	24 yaş ve üzeri	155	49,12	16,35	22	91			
<b>Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	18-19 yaş	175	33,26	13,74	0	60	3,341	0,019*	1-4
	20-21 yaş	463	33,36	12,49	0	61			2-4
	22-23 yaş	437	34,44	12,38	0	61			
	24 yaş ve üzeri	155	36,89	13,33	0	65			
<b>Mevcut Anlam</b>	18-19 yaş	175	23,86	6,76	5	35	3,136	0,025*	1-4
	20-21 yaş	463	24,87	6,17	5	35			
	22-23 yaş	437	24,72	6,13	5	35			
	24 yaş ve üzeri	155	25,94	5,73	11	35			
<b>Aranan Anlam</b>	18-19 yaş	175	23,39	7,47	5	35	2,379	0,068	
	20-21 yaş	463	24,94	6,74	5	35			
	22-23 yaş	437	24,15	6,75	5	35			
	24 yaş ve üzeri	155	24,50	7,19	5	35			
<b>Yaşamın Anlamı Ölçeği</b>	18-19 yaş	175	47,25	10,80	14	70	3,778	0,010*	1-4
	20-21 yaş	463	49,81	9,71	16	70			
	22-23 yaş	437	48,87	9,90	16	70			
	24 yaş ve üzeri	155	50,44	9,71	16	70			

\* $p < 0,05$

Tablo 3 (Devamı).

	Yaş Grubu	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	18-19 yaş	175	20,77	7,15	5	35	0,483	0,694	
	20-21 yaş	463	20,79	6,79	5	35			
	22-23 yaş	437	20,27	7,18	5	35			
	24 yaş ve üzeri	155	20,68	6,68	5	35			
Pozitif Duygu	18-19 yaş	175	31,39	8,11	10	49	2,214	0,085	
	20-21 yaş	463	32,33	7,29	14	50			
	22-23 yaş	437	31,90	7,25	12	48			
	24 yaş ve üzeri	155	33,35	7,42	14	49			
Negatif Duygu	18-19 yaş	175	22,42	7,69	10	43	3,519	0,015*	1-4
	20-21 yaş	463	24,10	7,84	10	50			
	22-23 yaş	437	24,43	7,68	10	49			
	24 yaş ve üzeri	155	24,90	8,01	10	50			
<b>Beck Depresyon Envanteri</b>	18-19 yaş	175	14,42	10,89	0	50	0,389	0,761	
	20-21 yaş	463	13,57	10,40	0	48			
	22-23 yaş	437	14,19	11,14	0	47			
	24 yaş ve üzeri	155	13,75	10,98	0	51			

\* $p < 0,05$ 

Tablo 3.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon Envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan ANOVA sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ). 24 yaş ve üzeri yaş grubunda bulunan üniversite öğrencilerinin Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam alt boyutundan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Bu fark 24 yaş ve üzeri yaş grubunda bulunan üniversite öğrencileri ile 18-19 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden kaynaklanmaktadır. 24 yaş ve üzeri yaş grubunda bulunan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam alt boyutundan almış oldukları puanlar 18-19 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre yaşamın anlamı ölçeğinde yer alan aranan anlam alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark yoktur ( $p>0,05$ ).

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların benzer olduğu ve aralarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ( $p>0,05$ ), negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanların yaş grubunda göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). 24 yaş ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar 18-19 yaş grubu üniversite öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

Tablo 4.

*Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	<b>Cinsiyet</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>s</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Varoluşsal</b>	Kadın	707	51,08	16,12		
<b>Endişe Anketi</b>	Erkek	523	49,36	15,51	1,872	0,061
<b>Thorson-Powell</b>	Kadın	707	31,61	12,87		
<b>Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Erkek	523	37,64	11,82	-8,412	0,000*
Mevcut Anlam	Kadın	707	24,56	6,39		
	Erkek	523	25,15	5,95	-1,660	0,097
Aranan Anlam	Kadın	707	24,28	6,89		
	Erkek	523	24,52	6,96	-0,618	0,537
<b>Yaşamın</b>	Kadın	707	48,83	9,97		
<b>Anlamı Ölçeği</b>	Erkek	523	49,67	9,96	-1,462	0,144
<b>Yaşam</b>	Kadın	707	21,12	6,97		
<b>Doyumu Ölçeği</b>	Erkek	523	19,86	6,89	3,159	0,002*
Pozitif Duygu	Kadın	707	31,32	7,60		
	Erkek	523	33,32	7,02	-4,711	0,000*
Negatif Duygu	Kadın	707	23,86	8,08		
	Erkek	523	24,37	7,42	-1,126	0,260
<b>Beck Depresyon</b>	Kadın	707	13,68	10,89		
<b>Envanteri</b>	Erkek	523	14,27	10,69	-0,948	0,343

\* $p < 0,05$

Tablo 4.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerin cinsiyetine göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ( $p > 0,05$ ). Kadın üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketinden aldıkları

puanlar, erkeklere göre yüksek bulursa da, fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Araştırmaya katılan erkek üniversite öğrencilerinin Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar kadın üniversite öğrencilerinden daha yüksek bulunmuştur.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam ve aranan anlam alt boyutlarından almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ). Kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam ve aranan anlam alt boyutlarından almış oldukları puanlar benzerdir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Kadın üniversite öğrencileri yaşam doyumu ölçeğinden erkek üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan almıştır.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Erkek üniversite öğrencilerinin pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar kadın üniversite öğrencilerinden yüksektir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ( $p > 0,05$ ).

Kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envaterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamaktadır ( $p > 0,05$ ).

Tablo 5.

*Üniversite Öğrencilerinin Mezun Oldukları Lise Türüne Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	Lise Türü	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
<b>Varoluşsal Endişe Anketi</b>	Genel lise	276	50,42	16,06	22	109	0,115	0,977	
	Fen/Anadolu lisesi	546	50,16	15,79	22	101			
	Meslek Lisesi	171	50,46	16,42	22	95			
	Kolej/Özel lise	155	51,04	15,35	22	91			
	İmam Hatip Lisesi	82	49,87	16,04	25	100			
<b>Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Genel lise	276	35,02	12,65	0	65	2,350	0,052	
	Fen/Anadolu lisesi	546	34,51	12,76	0	63			
	Meslek Lisesi	171	32,03	12,47	0	58			
	Kolej/Özel lise	155	32,93	12,91	2	60			
	İmam Hatip Lisesi	82	35,89	13,30	0	61			
Mevcut Anlam	Genel lise	276	24,77	6,10	5	35	1,285	0,274	
	Fen/Anadolu lisesi	546	24,93	6,34	5	35			
	Meslek Lisesi	171	24,59	6,18	6	35			
	Kolej/Özel lise	155	24,10	5,75	9	35			
	İmam Hatip Lisesi	82	25,93	6,49	5	35			
Aranan Anlam	Genel lise	276	24,47	6,81	5	35	1,295	0,270	
	Fen/Anadolu lisesi	546	24,52	6,73	5	35			
	Meslek Lisesi	171	24,66	7,28	5	35			
	Kolej/Özel lise	155	24,28	6,57	5	35			
	İmam Hatip Lisesi	82	22,74	8,30	5	35			
<b>Yaşamın Anlamı Ölçeği</b>	Genel lise	276	49,25	10,18	14	70	0,410	0,802	
	Fen/Anadolu lisesi	546	49,45	9,66	14	70			
	Meslek Lisesi	171	49,25	10,94	21	70			
	Kolej/Özel lise	155	48,38	9,29	23	70			
	İmam Hatip Lisesi	82	48,67	10,57	16	66			
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Genel lise	276	20,45	6,70	5	35	2,407	0,048*	4-5
	Fen/Anadolu lisesi	546	20,28	6,89	5	35			
	Meslek Lisesi	171	20,79	7,47	5	35			
	Kolej/Özel lise	155	22,10	6,66	5	35			
	İmam Hatip Lisesi	82	19,83	7,56	5	35			

\* $p < 0,05$

Tablo 5 (Devamı).

	Lise Türü	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
Pozitif Duygu	Genel lise	276	32,25	7,33	13	50	0,087	0,987	
	Fen/Anadolu lisesi	546	32,17	7,34	12	49			
	Meslek Lisesi	171	32,24	7,63	10	47			
	Kolej/Özel lise	155	31,87	7,64	14	49			
	İmam Hatip Lisesi	82	32,35	7,63	14	49			
Negatif Duygu	Genel lise	276	24,95	8,00	10	50	2,752	0,027*	1-2
	Fen/Anadolu lisesi	546	23,38	7,59	10	50			2-5
	Meslek Lisesi	171	23,89	7,56	10	46			
	Kolej/Özel lise	155	24,40	7,93	10	49			
	İmam Hatip Lisesi	82	25,52	8,49	11	46			
<b>Beck Depresyon Envanteri</b>	Genel lise	276	14,71	11,40	0	50	1,754	0,136	
	Fen/Anadolu lisesi	546	13,09	10,46	0	51			
	Meslek Lisesi	171	14,73	11,31	0	47			
	Kolej/Özel lise	155	13,90	10,14	0	43			
	İmam Hatip Lisesi	82	15,29	10,95	0	46			

\* $p < 0,05$ 

Tablo 5.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan ANOVA sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam ve aranan anlam alt boyutlarından almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür ( $p > 0,05$ ).

Araştırmaya alınan üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Kolej/Özel lise mezunu olan üniversite

öğrencilerinin yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar imam hatip lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı ( $p>0,05$ ), negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Fen/Anadolu lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerinin negatif duygu alt boyutundan almış olduğu puanlar, genel lise ve imam hatip lisesinden mezun olan üniversite öğrencilerinden daha düşük bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne göre Beck depresyon envaterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

Tablo 6.

*Üniversite Öğrencilerinin Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeyine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	Sınıf Düzeyi	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
<b>Varoluşsal Endişe Anketi</b>	Birinci	239	48,45	16,88	22	109	1,446	0,228	
	İkinci	277	51,05	15,24	22	96			
	Üçüncü	335	50,64	16,02	22	97			
	Dördüncü	379	50,77	15,53	22	101			
<b>Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Birinci	239	33,03	13,40	0	60	0,893	0,444	
	İkinci	277	34,11	11,94	0	61			
	Üçüncü	335	34,47	13,34	0	65			
	Dördüncü	379	34,68	12,47	0	63			
Mevcut Anlam	Birinci	239	24,84	6,46	6	35	0,446	0,720	
	İkinci	277	24,47	6,23	5	35			
	Üçüncü	335	24,81	6,34	5	35			
	Dördüncü	379	25,04	5,92	5	35			
Aranan Anlam	Birinci	239	23,33	7,70	5	35	4,265	0,005*	1-2
	İkinci	277	25,48	6,56	5	35			1-3
	Üçüncü	335	24,25	6,83	5	35			1-4
	Dördüncü	379	24,36	6,64	5	35			
<b>Yaşamın Anlamı Ölçeği</b>	Birinci	239	48,16	10,09	14	70	1,464	0,223	
	İkinci	277	49,96	10,28	14	70			
	Üçüncü	335	49,06	10,10	16	70			
	Dördüncü	379	49,40	9,53	16	70			

\* $p<0,05$



Tablo 6 (Devamı).

	Sınıf Düzeyi	n	$\bar{x}$	s	Alt	Üst	F	p	Fark
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	Birinci	239	20,77	7,43	5	35	1,625	0,182	
	İkinci	277	20,10	6,67	5	35			
	Üçüncü	335	20,23	7,22	5	35			
	Dördüncü	379	21,15	6,61	5	35			
Pozitif Duygu	Birinci	239	32,37	7,98	13	49	0,842	0,471	
	İkinci	277	32,04	7,60	10	50			
	Üçüncü	335	31,71	6,94	14	49			
	Dördüncü	379	32,55	7,35	12	49			
Negatif Duygu	Birinci	239	22,79	7,85	10	48	2,989	0,030*	1-3
	İkinci	277	24,09	7,59	10	50			1-4
	Üçüncü	335	24,31	8,11	10	47			
	Dördüncü	379	24,66	7,59	10	50			
<b>Beck Depresyon Envanteri</b>	Birinci	239	13,79	10,78	0	46	0,603	0,613	
	İkinci	277	14,21	10,81	0	50			
	Üçüncü	335	14,41	10,87	0	46			
	Dördüncü	379	13,39	10,77	0	51			

\* $p < 0,05$ 

Tablo 6.'da araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan ANOVA sonuçları verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ). Sınıflarına bakılmaksızın üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar benzer bulunmuştur.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam alt boyutundan aldıkları

puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır ( $p>0,05$ ). Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre yaşamın anlamı ölçeğinde bulunan aranan anlam alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu ve birinci sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin bu alt boyuttan aldıkları puanların diğer üniversite öğrencilerinden daha düşük olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ).

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı ( $p>0,05$ ), negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Birinci sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin negatif duygu alt boyutundan almış olduğu puanlar, üçüncü ve dördüncü sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinden daha düşük bulunmuştur.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir fark olmadığı belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

Tablo 7.

*Üniversite Öğrencilerinin Aylık Gelirine Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	Aylık Gelir	n	$\bar{x}$	s	t	p
<b>Varoluşsal</b>	2.364 TL ve altı	1050	50,58	15,92	1,263	0,207
<b>Endişe Anketi</b>	2.365 TL ve üzeri	180	48,97	15,59		
<b>Thorson-Powell</b>	2.364 TL ve altı	1050	34,00	12,78	-1,141	0,254
<b>Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	2.365 TL ve üzeri	180	35,18	12,76		
Mevcut Anlam	2.364 TL ve altı	1050	24,76	6,20	-0,679	0,497
	2.365 TL ve üzeri	180	25,10	6,26		
Aranan Anlam	2.364 TL ve altı	1050	24,52	6,89	1,724	0,085
	2.365 TL ve üzeri	180	23,56	7,07		
<b>Yaşamın Anlamı Ölçeği</b>	2.364 TL ve altı	1050	49,28	9,91	0,773	0,440
	2.365 TL ve üzeri	180	48,66	10,34		

\* $p<0,05$

Tablo 7 (Devamı).

	Aylık Gelir	n	$\bar{x}$	s	t	p
<b>Yaşam</b>	2.364 TL ve altı	1050	20,32	6,88		
<b>Doyumu Ölçeği</b>	2.365 TL ve üzeri	180	22,15	7,24	-3,273	0,001*
Pozitif Duygu	2.364 TL ve altı	1050	31,90	7,50		
	2.365 TL ve üzeri	180	33,74	6,80	-3,087	0,002*
Negatif Duygu	2.364 TL ve altı	1050	24,11	7,91		
	2.365 TL ve üzeri	180	23,89	7,18	0,347	0,729
<b>Beck Depresyon</b>	2.364 TL ve altı	1050	14,06	10,80		
<b>Envanteri</b>	2.365 TL ve üzeri	180	13,17	10,81	1,019	0,309

\* $p < 0,05$ 

Tablo 7.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon Envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerin aylık gelirine göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan mevcut anlam ve aranan anlam alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamaktadır ( $p > 0,05$ ).

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre yaşam doyumu ölçeği puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ölçeğinden almış oldukları puanlar, aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencilerinden daha düşük bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencileri pozitif duygu alt boyutundan aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Üniversite

öğrencilerinin aylık gelirine göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ( $p>0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 8.

*Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	<b>Psk. destek alma</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>s</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Varoluşsal</b>	Destek alan	82	59,09	14,57	5,212	0,000*
<b>Endişe Anketi</b>	Destek almayan	1148	49,72	15,79		
<b>Thorson-Powell</b>	Destek alan	82	33,61	12,79	-0,414	0,679
<b>Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Destek almayan	1148	34,21	12,78		
Mevcut Anlam	Destek alan	82	22,94	6,97	-2,833	0,005*
	Destek almayan	1148	24,94	6,13		
Aranan Anlam	Destek alan	82	24,67	6,86	0,391	0,696
	Destek almayan	1148	24,36	6,93		
<b>Yaşamın</b>	Destek alan	82	47,61	9,49	-1,488	0,137
<b>Anlamı Ölçeği</b>	Destek almayan	1148	49,30	10,00		
<b>Yaşam</b>	Destek alan	82	18,43	7,51	-2,917	0,004*
<b>Doyumu Ölçeği</b>	Destek almayan	1148	20,74	6,90		
Pozitif Duygu	Destek alan	82	30,80	7,96	-1,727	0,084
	Destek almayan	1148	32,27	7,38		
Negatif Duygu	Destek alan	82	28,66	9,05	5,569	0,000*
	Destek almayan	1148	23,75	7,61		
<b>Beck Depresyon</b>	Destek alan	82	21,44	13,39	6,627	0,000*
<b>Envanteri</b>	Destek almayan	1148	13,39	10,40		

\* $p<0,05$

Tablo 8.'de araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencileri varoluşsal endişe anketinden, psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan almıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

Araştırmaya alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan aranan anlam alt boyutundan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ( $p>0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre yaşamın anlamı ölçeğinde bulunan mevcut anlam alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencileri bu alt boyuttan, son 6 ay içerisinde psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha düşük puan almıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencileri yaşam doyumu ölçeğinden, son 6 ay içerisinde psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha düşük puan almıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ( $p>0,05$ ), negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite

öğrencilerinin negatif duygu alt boyutundan, son 6 ay içerisinde psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumuna göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envanterinden, son 6 ay içerisinde psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Tablo 9.

*Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Herhangi Bir Yakınıni Kaybetme Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	<b>Yakınıni kaybetme</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>s</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Varoluşsal</b>	Kaybeden	309	53,11	16,42	3,554	0,000*
<b>Endişe Anketi</b>	Kaybetmeyen	921	49,42	15,59		
<b>Thorson-Powell</b>	Kaybeden	309	34,08	13,05	-0,148	0,882
<b>Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Kaybetmeyen	921	34,21	12,69		
Mevcut Anlam	Kaybeden	309	24,23	6,47	-1,889	0,059
	Kaybetmeyen	921	25,00	6,11		
Aranan Anlam	Kaybeden	309	24,63	7,02	0,721	0,471
	Kaybetmeyen	921	24,30	6,89		
<b>Yaşamın</b>	Kaybeden	309	48,86	10,24	-0,674	0,500
<b>Anlamı Ölçeği</b>	Kaybetmeyen	921	49,30	9,89		
<b>Yaşam</b>	Kaybeden	309	19,94	6,93	-1,875	0,061
<b>Doyumu Ölçeği</b>	Kaybetmeyen	921	20,80	6,97		
Pozitif Duygu	Kaybeden	309	32,42	7,58	0,673	0,501
	Kaybetmeyen	921	32,09	7,37		
Negatif Duygu	Kaybeden	309	24,80	7,68	1,885	0,060
	Kaybetmeyen	921	23,83	7,84		
<b>Beck Depresyon</b>	Kaybeden	309	15,04	10,68	2,081	0,038*
<b>Envanteri</b>	Kaybetmeyen	921	13,56	10,83		

\* $p<0,05$

Tablo 9.'da araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybetme durumuna göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybetme durumuna göre varoluşsal endişe anketi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür ( $p<0,05$ ). Son 6 ayda herhangi bir yakınıni kaybeden üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi puanları, kayıp yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybetme durumuna göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve pozitif-negatif duygu ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır ( $p>0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybetme durumuna göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Son 6 ayda herhangi bir yakınıni kaybeden üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envanteri puanları, kayıp yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 10.

*Üniversite Öğrencilerinin Son 6 Ay İçerisinde Herhangi Bir Sarsıcı Olay Yaşama Durumuna Göre Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (n=1230)*

	Sarsıcı olay	n	$\bar{x}$	s	t	p
<b>Varoluşsal Endişe Anketi</b>	Yaşayan	366	53,93	16,60	5,206	0,000*
	Yaşamayan	864	48,83	15,32		
<b>Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği</b>	Yaşayan	366	34,25	12,92	0,143	0,886
	Yaşamayan	864	34,14	12,72		
Mevcut Anlam	Yaşayan	366	24,06	6,54	-2,764	0,006*
	Yaşamayan	864	25,13	6,04		
Aranan Anlam	Yaşayan	366	24,80	6,89	1,380	0,168
	Yaşamayan	864	24,20	6,93		

\* $p<0,05$

Tablo 10 (Devamı).

	Sarsıcı olay	n	$\bar{x}$	s	t	p
<b>Yaşamın</b>	Yaşayan	366	48,86	10,06	-0,758	0,449
<b>Anlamı Ölçeği</b>	Yaşamayan	864	49,33	9,94		
<b>Yaşam</b>	Yaşayan	366	18,32	6,94	-7,612	0,000*
<b>Doyumu Ölçeği</b>	Yaşamayan	864	21,55	6,75		
Pozitif Duygu	Yaşayan	366	32,28	7,69	0,321	0,748
	Yaşamayan	864	32,13	7,31		
Negatif Duygu	Yaşayan	366	26,33	7,97	6,693	0,000*
	Yaşamayan	864	23,12	7,54		
<b>Beck Depresyon</b>	Yaşayan	366	17,19	11,56	7,018	0,000*
<b>Envanteri</b>	Yaşamayan	864	12,55	10,17		

\* $p < 0,05$ 

Tablo 10.'da araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanların karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre varoluşsal endişe anketinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencileri varoluşsal endişe anketinden, sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan almıştır.

Üniversite öğrencilerin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ).

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan aranan anlam alt boyutundan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür ( $p > 0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre yaşamın anlamı ölçeğinde bulunan mevcut anlam alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite



öğrencileri bu alt boyuttan, son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha düşük puan almıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanların arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencileri yaşam doyumu ölçeğinden, son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha düşük puan almıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre pozitif-negatif duygu ölçeğinde bulunan pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ( $p>0,05$ ), negatif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin negatif duygu alt boyutundan, sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envanterinden, sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Tablo 11.

*Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Endişe Anketi, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yaşamın Anlamı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Beck Depresyon Envanterinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar (n=1230)*

		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
<b>Varoluşsal</b>	r	1,000								
<b>Endişe Anketi (1)</b>	p									
<b>Thorson-Powell</b>	r	-0,399	1,000							
<b>Ölüm Kaygısı Ölçeği (2)</b>	p	0,000*								
Mevcut Anlam (3)	r	-0,304	0,112	1,000						
	p	0,000*	0,000*							
Aranan Anlam (4)	r	0,139	-0,098	0,151	1,000					
	p	0,000*	0,001*	0,000*						
<b>Yaşamın</b>	r	-0,093	0,001	0,727	0,788	1,000				
<b>Anlamı Ölçeği (5)</b>	p	0,001*	0,963	0,000*	0,000*					
<b>Yaşam</b>	r	-0,258	0,127	0,407	0,000*	0,253	1,000			
<b>Doyumu Ölçeği (6)</b>	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,989	0,000*				
Negatif Duygu (7)	r	0,424	-0,190	-0,271	0,110	-0,092	-0,267	1,000		
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	0,001*	0,000*			
Pozitif Duygu (8)	r	-0,155	0,093	0,360	0,113	0,302	0,350	-0,075	1,000	
	p	0,000*	0,001*	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	0,009*		
<b>Beck Depresyon</b>	r	0,447	-0,154	-0,386	0,034	-0,217	-0,378	0,522	-0,252	1,000
<b>Envanteri (9)</b>	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,237	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	

\* $p < 0,05$

Tablo 11.'de araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi, Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği, pozitif-negatif duygu ölçeği ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar için uygulanan Pearson korelasyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi puanları ile Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü, negatif duygu ve Beck depresyon envanteri puanları arasında ise pozitif yönlü korelasyonlar olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin varoluşsal endişe anketi puanları arttıkça Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği, yaşamın anlamı ölçeği, yaşam doyumu ölçeği ve pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar azalmakta, negatif duygu ve Beck depresyon envanteri puanları ise artmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği puanları ile yaşamın anlamı ölçeğinde yer alan mevcut anlam alt boyutundan, yaşam doyumu ölçeğinden ve pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, aranan anlam, negatif duygu ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyonlar saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin Thorson-Powell ölüm kaygısı ölçeği puanları arttıkça mevcut anlam alt boyutundan, yaşam doyumu ölçeğinden ve pozitif duygu alt boyutundan aldıkları puanlar artmakta, aranan anlam, negatif duygu ve Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar ise azalmaktadır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeğinden aldıkları puanlar ile yaşam doyumu ölçeği ve pozitif duygu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, negatif duygu ve Beck depresyon envanteri puanları arasında ise negatif yönlü korelasyonlar saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Buna göre Üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça, yaşam doyumu ölçeği ve pozitif duygu puanları artmakta, negatif duygu ve becc depresyon envanteri puanları ise azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ölçeği puanları ile negatif duygu ve Beck depresyon envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü, pozitif duygu puanları arasında pozitif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu

ölçeği puanları arttıkça, negatif duygu ve Beck depresyon envanteri puanları azalmakta, pozitif duygu puanları ise artmaktadır.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar ile negatif duygu puanları arasında pozitif yönlü, pozitif duygu puanları arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Üniversite öğrencilerinin Beck depresyon envanterinden aldıkları puanlar arttıkça, negatif duygu puanları artmakta, pozitif duygu puanları ise azalmaktadır.



Tablo 12.

*Modele İlişkin Uyum İyiliği Değerleri*

<b>Uyum İyiliği İndeksleri</b>	<b>Değer</b>
$\chi^2/sd$	15,325
<b>Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA)</b>	0,108
<b>Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI)</b>	0,971
<b>Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI)</b>	0,973
<b>Uyum İyiliği İndeksi (GFI)</b>	0,980
<b>Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI)</b>	0,904

Tablo 12.'de modele ilişkin uyum iyiliği değerleri gösterilmiştir.

Modele ait  $\chi^2$  değerinin, 3,509  $\chi^2/sd$  değerinin 15,325 olduğu görülmektedir. Buna göre  $\chi^2/sd$  derecesi açısından modelin uygun olmadığı görülmüştür.  $\chi^2/sd$ 'in 3'ün altında olması mükemmel uyumu, 3 ile 5 arasında olması ise kabul edilebilir uyumu ifade etmektedir (Kline, 2005).

Modele ilişkin Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI) 0,971 bulunmuştur. Bu durum modelin NFI açısından mükemmel bir uyuma sahip olduğunu göstermektedir. NFI varsayılan modelin sıfır hipoteziyle uyumunu saptamakta için kullanılan ve 0-1 aralığında değer alan bir uyum iyiliği indeksidir. NFI değerinin 0,95-1,00 aralığında olması modelin mükemmel uyuma sahip olduğunu, 0,90-0,95 arasında olması ise kabul edilebilir uyum olduğunu belirtmektedir (Erkorkmaz, Etikan, Demir, Özdamar ve Sanisoğlu, 2013).

Bir uyum iyiliği indeksi olarak kullanılan Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) değeri 0,90-0,95 arasındaysa kabul edilebilir uyum, 0,95-1,00 aralığındaysa mükemmel uyum olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Modelin CFI değerinin 0,973 olduğu ve mükemmel uyumun görüldüğü tespit edilmiştir.

Modele dair hesaplanan Uyum İyiliği İndeksi (GFI) değeri 0,980 ve Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI) değeri 0,904 bulunmuştur. Bu durum ölçeğin GFI açısından mükemmel şekilde uyumlu, AGFI açısından kabul edilebilir düzeyde uyumlu olduğu göstermektedir. Uyum İyiliği İndeksi (GFI) ve Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI) değeri için kabul edilebilir sınır değer aralığı 0,90-0,95, mükemmel uyum için uygun görülen değer aralığı 0,95-1,00 olarak belirlenmiştir (Ayyıldız ve Cengiz, 2006).

Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) açısından modelin uygun olması için belirlenmiş olan aralık; kabul edilebilir uyum için 0,05 ile 0,08 arasında, mükemmel uyum için ise 0,00 ile 0,05 arasındadır (Brown, 2006). Modele ilişkin hesaplanan RMSEA değeri 0,108 bulunmuştur. Buna göre model Ölçeğine ilişkin model RMSEA açısından kötü uyuma sahiptir.

Tablo 13.

*Modele İlişkin Regresyon Sonuçları*

		<b>B</b>	<b>SH</b>	<b>p</b>
Varoluş Kaygısı	<--- Yaşamın Anlamı	-0,027	0,04	0,503
Ölüm Kaygısı	<--- Varoluş Kaygısı	-0,324	0,021	0,000*
Ölüm Kaygısı	<--- Yaşamın Anlamı	-0,046	0,033	0,167
Olumlu Duygu	<--- Ölüm Kaygısı	0,054	0,016	0,000*
Yaşam Doyumu	<--- Yaşamın Anlamı	0,225	0,02	0,000*
Yaşam Doyumu	<--- Ölüm Kaygısı	0,056	0,014	0,000*
Olumlu Duygu	<--- Yaşamın Anlamı	0,089	0,019	0,000*
Yaşam Doyumu	<--- Olumlu Duygu	0,278	0,024	0,000*
Depresyon	<--- Ölüm Kaygısı	0,036	0,021	0,089
Öznel İyi Oluş	<--- Olumlu Duygu	0,868	0,026	0,000*
Öznel İyi Oluş	<--- Yaşam Doyumu	1,212	0,03	0,000*

Tablo 13.'de yapılan regresyon analizi sonuçları doğrultusunda modele ilişkin regresyon sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 13. incelendiğinde yaşamın anlamı puanlarının varoluş kaygısı puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir ( $\beta=-0,027$ ,  $p>0,05$ ). Araştırmaya katılan bireylerin varoluş kaygısı puanlarının ölüm kaygısı puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiş olup ( $\beta=-0,324$ ,  $p<0,05$ ), varoluş kaygısı puanlarının artması ölüm kaygısı puanların azaltmaktadır. Katılımcıların yaşamın anlamından aldıkları puanlar, ölüm kaygısı puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamamaktadır ( $\beta=-0,046$ ,  $p>0,05$ ). Katılımcıların ölüm kaygısı ( $\beta=0,054$ ,  $p<0,05$ ) ve yaşamın anlamı ( $\beta=0,089$ ,  $p<0,05$ ) puanlarının olumlu duygu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Katılımcıların yaşamın anlamı ( $\beta=0,225$ ,  $p<0,05$ ) ve ölüm kaygısı ( $\beta=0,056$ ,  $p<0,05$ ) puanları yaşam doyumu puanlarını pozitif yönde yordamaktadır. Araştırmaya dahil edilen bireylerin olumlu duygu puanlarının yaşam

doyumunu puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir ( $\beta=0,278$ ,  $p<0,05$ ). Katılımcıların ölüm kaygısı puanları depresyon puanlarını istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür ( $\beta=0,036$ ,  $p>0,05$ ). Araştırma kapsamına alınan bireylerin olumlu duygu ( $\beta=0,868$ ,  $p<0,05$ ) ve yaşam doyumunu ( $\beta=1,212$ ,  $p<0,05$ ) puanlarının öznel iyi oluş puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir. Katılımcıların olumlu duygu ve yaşam doyumunu puanlarının artması öznel iyi oluş puanlarını artırmaktadır.



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Bu bölümde, araştırmanın bulguları tartışılmıştır.

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Benzer olarak, Kourou (2019) varoluşsal kaygı ile yaş arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Kourou (2019) ve Yıkılmaz (2016) varoluşsal kaygı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Weems ve arkadaşları (2004), araştırmalarında varoluşsal kaygı puanlarının, yaş ve cinsiyet gruplarına göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu araştırmanın sonuçlarından farklı olarak, Kourou (2019) varoluşsal kaygı ile mezun olunan lise türü arasında anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuştur. İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri diğer lise türlerine göre daha düşük çıkmıştır.

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Kourou (2019) varoluşsal kaygı ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır.

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu araştırmanın sonuçlarından farklı olarak, Kourou (2019) varoluşsal kaygı ile sosyoekonomik seviye arasında anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuştur. Düşük ile orta arasında düşük lehine, düşük ile orta üstü arasında düşük lehine, düşük ile üst arasında düşük lehine, orta ile üst arasında orta lehine, orta üstü ile üst arasında orta üstü lehine olduğunu saptamıştır

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Son 6 ay içerisinde herhangi bir yakını kaybeden üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri kayıp yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. Feldman ve Synder'e (2005) göre insanın ölümlü olduğunun farkında olması her bireye varoluşsal bir kaygı vermektedir. Halıcı Kurtulan ve Kararımak (2016) yaptıkları araştırmada son altı ayda yakın kaybı yaşayan ve yaşamayan

üniversite öğrencilerinde varoluş kaygısının yordanmasına yönelik regresyon modeli ile açıklanan varyans, kayıp yaşayan kişilerde %25, kayıp yaşamayan kişilerde %16 olarak ortaya çıkmıştır. Kayıp yaşamış olmanın varoluşsal kaygıyı açıklamada %9'luk bir artışa neden olduğu ve dolayısıyla kayıp yaşantısının varoluşsal bir sorgulama veya yaşamı anlamlandırma sürecine katkıda bulunabileceğini belirtmişlerdir.

Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. Yıkılmaz (2016) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada travmatik olay yaşama varoluşsal kaygının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ortaya çıkmıştır.

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. 24 yaş ve üzeri üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Bu araştırmanın sonuçlarından farklı olarak, bazı araştırmalarda yaş ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır (Avcı, 2012; Chuin ve Choo, 2009; Köftegöl, 2018; Wen, 2010; Yıldız, 1998). Fortner ve Neimeyer (1999) tarafından 1996-1999 yılları arasında yaşlılarda ölüm kaygısıyla ilgili yapılan 49 araştırmanın meta analiz çalışmasında, yaş ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Erkek üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri kadın üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Bu araştırma sonuçlarıyla benzer olarak Halıcı Kurtulan ve Kararırmak (2016) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada erkeklerin kadınlara göre daha fazla ölüm kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Aynı şekilde Dalda (2011) genç yetişkinler ile yaptığı araştırmada erkeklerin kadınlardan daha fazla ölüm kaygısına sahip olduğu saptanmıştır. Bu araştırmanın sonucundan farklı olarak, üniversite öğrencileri ile yapılan bazı araştırmalarda, kadınların ölüm kaygısının erkeklere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Kıraç, 2007; Koçanoğlu, 2005; Yıldız, 1998). Köftegöl (2018) yetişkinler ile yaptığı araştırmada kadınların erkeklere oranla daha yüksek düzeyde ölüm kaygısı hissettikleri saptanmıştır. Yurtdışında yapılan bazı araştırmalarda da (Iammarino, 1975; Lester, 1972; Pierce, Cohen, Chambers ve Meade, 2007; Templer, Ruff ve Franks, 1971) kadınların ölüm kaygısının erkeklere

göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Thorson ve Powell (1988) 599 ergen ve yetişkin ile yaptıkları araştırmada kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde ölüm kaygısı taşıdığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca farklı olarak bazı araştırmalarda, cinsiyet ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Avcı 2012; Wen, 2010; Kabataş, 2018; Mutlu 2013).

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Kourou (2019) mezun olunan lise türü ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir fark bulmuştur. İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri diğer lise türlerine göre daha düşük çıkmıştır. Ayrıca İzgi (2018) yaptığı çalışmada ergenlerin dini inançlarının yerine getirme düzeyleri arttıkça ölüm kaygılarının azaldığını bulmuştur.

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu araştırma sonucundan farklı olarak Avcı (2012) yaptığı araştırmada sınıf düzeyi değişkeni ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi incelediğinde, en yüksek düzeyde ölüm kaygısının beşinci sınıf öğrencilerinde olduğu ortaya çıkmıştır.

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Aylık geliri 2.365 TL ve üzeri olan üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerden daha yüksektir. Bu araştırma sonucu ile benzer olarak Kıracı (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada çok iyi gelir düzeyi olanların, iyi, orta ve kötü gelir düzeyi olanlara göre ölüm kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Köftegül (2018) yetişkinler ile yaptığı araştırmada gelir düzeyi ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi incelediğinde, gelir düzeyi arttıkça ölüm kaygısının arttığı ortaya çıkmıştır. Bu araştırma sonuçlarından farklı olarak Yıldız (1998) yaptığı araştırmada gelir durumu ile ölüm kaygısı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki ortaya saptanmamıştır.

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma, herhangi bir kayıp yaşama ve sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Benzer şekilde Arslan (2019) bir yakını kaybeden üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyi ile kayıp yaşamayan üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyi arasında anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur. Son bir yıl içinde ölüme yaklaşan bir deneyim yaşayan

üniversite öğrencileri ile ölüme yaklaştıran bir deneyim yaşamayan üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyi arasında anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur.

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı ve mevcut yaşam anlamı arasında anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun yanında aranan yaşam anlamı yaşa göre anlamlı farklılık göstermemektedir. 24 yaş ve üzeri yaş grubunda bulunan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan mevcut anlam alt boyutundan almış oldukları puanlar 18-19 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden yüksek bulunmuştur. Benzer olarak literatürde yaş arttıkça yaşam anlamı düzeyinin arttığını gösteren araştırmalar mevcuttur (Girgin, 2018; Reker, 2005; Wong, 2000; Yılmaz, 2018). Steger, Oishi ve Kashdan (2009) yetişkinler ile yaptıkları araştırmada yaş düzeyi arttıkça yaşam anlamı düzeylerinin de anlamlı olarak arttığı ortaya çıkmıştır. Lazzari (2000) ergenlerle yaptığı araştırmada yaş düzeyi arttıkça yaşam anlamı düzeylerinin arttığını bulmuştur. McDonald, Wong ve Gingras (2012) bireylerin kişisel anlam düzeylerinin yirmili yaşlardan itibaren düzenli olarak arttığını saptamışlardır. Farklı olarak Söylemez (2016) genç yetişkinler ile yaptığı araştırmada yaşa göre yaşam anlamı düzeylerinin değişmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç Bahadır (2019), Baş (2014), Demir (2017) ve Taşdibi-Ünlü'nün (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmalarla örtüşmektedir. Söylemez (2016) ve Yüksel (2013) genç yetişkinler ile yaptığı araştırmada cinsiyete göre mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediğini saptamıştır. Paralel olarak Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) Minneapolis bölgesindeki bir kolej ve üniversiteden yaş ortalaması yaklaşık 21 olan gençler ile yaptıkları araştırmada cinsiyet değişkeninin yaşamın anlamına bir etkisi olmadığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca Kiang ve Fuligni (2010) Latin Amerika, Asya ve Avrupa kökenli lise öğrencileri ile yaptıkları araştırmada cinsiyete göre yaşamın anlamı düzeyinin değişmediğini saptamışlardır. Farklı olarak cinsiyet ile yaşamın anlamı düzeyi arasında anlamlı fark olduğunu ortaya koyan araştırmalarda mevcuttur (Demirbaş-Çelik, 2016; Siwek, Oleszkowicz ve Slowinska, 2017).

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık

bulunmamıştır. Acar Zorbaz (2019) lise öğrencilerinin mevcut anlam alt boyut puanlarını lise türüne göre incelemiş ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinin diğer lise türlerine göre hayatı daha anlamlı buldukları sonucuna ulaşmıştır.

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı ve mevcut yaşam anlamı arasında anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Bunun yanında aranan yaşam anlamı öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Birinci sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin bu alt boyuttan aldıkları puanların diğer üniversite öğrencilerinden daha düşük olduğu saptanmıştır. Farklı olarak, Bahadır (2019) üniversite öğrencilerinin yaşam anlamının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) yaşamın anlamı düzeyine okulda geçirilen yıl değişkeninin etkisi olmadığını bulmuşlardır.

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç, literatürde yer alan bazı araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir (Söylemez, 2016; Taşdibi-Ünlü, 2019; Yüksel, 2013).

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumlarına göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Bunun yanında son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencilerinin mevcut yaşam anlamı psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha düşüktür.

Son 6 ay içerisinde herhangi bir kayıp yaşama durumlarına üniversite öğrencilerinin göre genel yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre üniversite öğrencilerinin genel yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Bunun yanında son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin mevcut yaşam anlamı sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha düşüktür.

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Yolcubal-Bayrak (2019) yaptığı araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre yaşam doyumlarını incelediğinde anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Söylemez (2016) genç yetişkinler ile yaptığı araştırmada yaşa göre yaşam doyumlarının değişmediği

sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca Demir (2011) gençlerde yaşam doyumu ile kimlik işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasında yaşları 18-25 arası değişkenlik gösteren 253 lisans öğrencisiyle yaptığı çalışmada benzer olarak yaşam doyumunun yaş değişkenine göre farklılaşmadığını bulmuştur. Gülcan ve Bal (2014) yapmış oldukları genç yetişkinlerde iyimserliğin yaşam doyumu üzerine etkisi araştırmasına katılan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu düzeyinin yaşa göre ortalamalarına bakıldığında; bu araştırmanın sonucundan farklı olarak yaş arttıkça yaşam doyumunun azaldığını belirtmişlerdir.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Kadın üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri erkeklere göre daha yüksektir. Tuzgöl-Dost (2007) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada kızların yaşam doyumu düzeyini erkeklerinkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğunu saptamıştır. Ayrıca benzer olarak Aydın (2011) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu düzeylerinde anlamlı farklılık olduğunu, kadınların erkeklere göre ortalama olarak daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip oldukları bulgulamıştır. Araştırma sonucundan farklı olarak bazı araştırmalarda cinsiyet ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır (Bergan ve McConahta, 2001; Demir, 2011; Frijns, 2010; Söylemez, 2016; Yolcubal-Bayrak, 2019).

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Kolej/Özel Lise mezunu olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin İmam Hatip Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ay, Gökler ve Koçak (2013) yaptıkları araştırmada öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinin okul türüne göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Meslek lisesinde okuyan öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinin, Anadolu lisesinde okuyan öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerinden yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin incelendiği bir araştırma sonucunda okul türleri açısından yaşam doyumunun farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Yazıcı-Çelebi ve Çelebi, 2018).

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Yolcubal-Bayrak (2019) yaptığı araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin

sınıflarına göre yaşam doyumlarını incelendiğinde anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Araştırma sonucunda farklı olarak Özdemir ve Dilekmen (2016) araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının sınıf düzeylerine göre incelendiğinde, dördüncü sınıfların lehine anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca Deniz ve Yılmaz (2004) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada dördüncü sınıf öğrencilerinin yaşam doyumlarını birinci sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olarak saptamışlardır. Clark ve Oswald (1994) yaptıkları araştırmada sınıf düzeyi arttıkça yaşam doyumunun arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Literatürde sınıf değişkeni ile yaşam doyumunu ile arasında anlamlı ilişkilere ulaşan araştırmalar mevcuttur (Flouri ve Buchanan, 2002; Lubin ve Whitlock, 2004; Park, 2005; Zhang ve Leung, 2002).

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyleri, aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencilerinden daha düşük bulunmuştur. Dilmaç ve Ekşi (2008) tarafından yapılan araştırma sonucunda gelir düzeyi değişkeni yaşam doyumunu algısı üzerinde etkili bir yordayıcı olarak saptanmıştır. Diener (1984) sosyo ekonomik düzey ve yaşam doyumunu arasında pozitif bir korelasyon olduğunu belirtmiştir. Chow (2005) araştırmasında sosyoekonomik düzey ile ilgili tatmin arttıkça, yaşam doyumunu düzeyinin arttığı ortaya çıkmıştır. Farklı olarak Söylemez (2016) yaşam doyumunun algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermediğini saptamıştır.

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumlarına göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin psikolojik destek almayanlara göre daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Göker (2013) psikolojik yardım almayan yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin psikolojik yardım alan yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinden yüksek olduğunu saptamıştır. Büyükgöze-Kavas, Topkaya ve Gençoğlu (2014) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırma sonucunda yaşam doyumları düşük olan bireylerin psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamaları yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Literatür, psikolojik yardım alma durumunun yaşam doyumunu ile olumlu bir ilişkisi olduğunu göstermektedir (Major ve O'Brien, 2005). Ayrıca Topkaya ve Büyükgöze-Kavas (2015) yine üniversite

öğrencileri ile yaptıkları araştırma sonucunda yaşam doyumları ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aysan ve Bozkurt (2004) yaptıkları araştırmada okul psikolojik danışmanlarının sorunları olduğunda psikolojik yardım alıp almama durumları ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.

Son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybetme durumlarına göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Hululular (2019) orta yaşlı bireyler ile yaptığı çalışmada son 3 yılda herhangi bir yakınıni veya arkadaşını kaybeden ve kaybetmeyen katılımcıları yaşam doyumu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını tespit etmiştir.

Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin sarsıcı bir olay yaşamayanlara göre daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Pavot ve Diener (2004) çeşitli yaşam olayları ve değişiklikleri bireylerin öznel değerlendirmelerini ve duygusal yaşantılarını günden güne etkileyebileceğini savunmuştur. Bu araştırma sonucundan farklı olarak Pınar, Bilgiç, Demirel, Akyüz, Karatepe ve Sevim (2015) sağlık alanında okuyan üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada son zamanlarda yaşamı etkileyen bir olay yaşayıp yaşamadığı ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir fark olmadığını saptamışlardır.

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. 24 yaş ve üzeri üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri 18-19 yaş grubu üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Yayan (2018) orta yaş grubundaki bireyler ile yaptığı araştırmada yaşa göre bireylerin pozitif duygu düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği, 45 ile 50 yaş arası bireylerin negatif duygu düzeyleri 30 ile 35 yaş arası bireylerden daha düşüktür.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Erkek üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri kadın üniversite öğrencilerden daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre negatif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Benzer olarak, literatürde üniversite öğrencileri ile



yapılan araştırmalarda, erkek öğrencilerin pozitif duygu düzeylerinin kız öğrencilerden daha yüksek olduğu, negatif duygu düzeylerinin ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. (Boysan, 2012; Topal, 2011). Öztürk (2013) erkeklerin olumlu duygu düzeylerinin kadınlara yüksek olduğu saptanmıştır. Bülbüloğlu (2019) erkeklerin pozitif duygu düzeylerinin kadınlardan, kadınların negatif duygu düzeylerinin erkeklerden yüksek olduğu saptanmıştır. Farklı olarak, Duman (2018) 18-50 yaş arası ve Yayan (2018) orta yaş grubundaki bireylerle yaptığı araştırmada cinsiyete göre bireylerin pozitif ve negatif duygu düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır.

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Fen/Anadolu Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri Genel lise ve İmam Hatip Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerinden daha düşüktür.

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Birinci sınıfta okuyan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeylerinin, üçüncü ve dördüncü sınıfta okuyan üniversite öğrencilerine göre daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Topal (2011) üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır.

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri aylık geliri 2.364 TL ve daha az olanlara göre daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine negatif duygu düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Farklı olarak, Topal (2011) yaptığı araştırmada, sosyoekonomik durum değişkenine göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği, sosyoekonomik durumu düşük ve yüksek olan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeylerinin ise sosyoekonomik durumu orta olanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Boysan (2012) ise yaptığı araştırmada gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma durumlarına göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan

ünivesite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri psikolojik destek almayanlara göre daha yüksektir.

Son 6 ay içerisinde herhangi bir kayıp yaşama durumlarına göre üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan ünivesite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri sarsıcı bir olay yaşamayanlara göre daha yüksektir. Leblebicioğlu (2018) yaptığı araştırmada, bireylerin algıladıkları stres düzeyinin pozitif duygu ile negatif yönde, negatif duygu ile pozitif yönde ilişkisi olduğu saptanmıştır. Günlük hayattaki yüksek stres algısı olumsuz duygu düzeyinin artmasında ve olumlu duygu düzeyinin azalmasında etkili olabilmektedir (Mroczek ve Almeida, 2004; Schiffrin ve Nelson, 2010).

Yaş grubu değişkenine göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Benzer olarak, Beksaçı (2019), Demir (2015) ve Karaçor (2018) yaş grupları değişkeni ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Benzer olarak cinsiyet değişkeni ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır (Demir, 2015; Karaçor, 2018; Karaköse, 2019; Yağmur, 2018; Yerlikaya, 2009). Avcı (2012) depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Kadınlarda depresyon belirtilerine daha çok rastlandığı ortaya çıkmıştır. Özdemir (2007) erkek öğrencilerin bayan öğrencilere göre daha depresif oldukları saptanmıştır. Öztürk (2018) kadınların erkeklere göre depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır.

Mezun oldukları lise türüne göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir.

Öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Benzer olarak, sınıf düzeyleri değişkeni ile depresyon arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Karaçor, 2018; Sümer, 2008). Kımtır (2014) 632 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada öğrencilerin sınıf düzeyi yükseldikçe depresyon düzeylerinin azaldığı ortaya çıkmıştır. Tuzcuoğlu ve Korkmaz (2001) 530 üniversite öğrencisi ile

yaptıkları araştırmada birinci sınıf öğrencilerinin depresyon düzeylerinin dördüncü sınıflardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu (2002) yaptıkları araştırmada öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe depresyon puanları arttığı orya çıkmıştır.

Aylık gelire göre üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Farklı olarak Beksaçı (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada algılanan ekonomik düzey ile depresyon arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Düşük ekonomik düzeye sahip üniversite öğrencilerin orta ve yüksek gelirli öğrencilere göre daha yüksek depresyon düzeyine sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Öztürk (2018) ekonomik durum ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu saptamıştır. Ekonomik durumu orta olanların, ekonomik durumu çok düşük, düşük, iyi ve çok iyi olanlara göre depresyon düzeylerininin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri psikolojik destek almayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınıni kaybeden üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri kayıp yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. Reid ve Dixon (2000) son 5 yılda sevdiği bir yakınıni kaybeden 118 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada yakın kaybının depresyonu yordadığı saptanmıştır.

Son 6 ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. Depresyon yaşayan bireylerin son 6 ay içinde stresli yaşam olayları gibi durumları daha fazla yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Ünal ve Özcan, 2000). Ayrıca Ataman'ın (2011) yaptığı araştırmada stres veren yaşam olaylarının sayısı arttıkça depresyon düzeyinin arttığı görülmüştür. Lelebicioğlu (2018) yaptığı araştırmada, bireylerin algıladıkları stres düzeyinin depresyon belirtileri ile pozitif yönde ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygıyı açıklamak üzere ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, olumlu duygu, öznel iyi oluş ve depresyon değişkenlerinden oluşan bir yapısal eşitlik modeli sınanmıştır.

Bu araştırmada modele ait  $\chi^2/sd$  değeri model uyumunun kötü olduğunu göstermektedir (Hoyle, 1995; Sümer, 2000). Fakat büyük örneklemlerde modeli değerlendirmede yalnızca  $\chi^2/sd$  değeri yeterli olmadığından, diğer uyum iyiliği indekslerine de bakılması gerekmektedir. (Tabachnick ve Fidell, 2007; Özdamar,

2010). Modele ilişkin elde edilen uyum iyiliği değerleri kabul edilen sınırlarda çıkmıştır. NFI, CFI, GFI'nın .95'in üzerinde çıkması modelin mükemmel uyum gösterdiğine işaret etmektedir. AGFI değerinin .90 üzerinde olması modelin kabul edilebilir uyum gösterdiğine işaret etmektedir. Diğer yandan modele ait RMSEA değeri kötü uyumun olduğunu göstermektedir. (Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003; Sümer, 2000).

Modele ilişkin regresyon analizi sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygı arttıkça ölüm kaygısı düzeyi azalmaktadır. Halıcı Kurtulan ve Kararımak (2016) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada benzer olarak varoluşsal kaygı arttıkça, ölüm kaygısı düzeyinin azalmakta olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde yaşamın anlamı puanlarının, varoluşsal kaygı puanlarını yordamadığı ortaya çıkmıştır. Corey'e (2008) göre, varoluşsal kaygı yaşamın anlamlandırılması yönünde bir güç kaynağıdır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinde yaşamın anlamı puanlarının ölüm kaygısı puanlarını yordamadığı ortaya çıkmıştır. Ekşi, Okan, Kökçam ve Ekşi (2019), üniversite öğrencilerinin yaşam anlamlarının ve amaçlarının ölüm kaygısını yordama düzeylerini belirlemek amacıyla yaptıkları analiz sonucunda değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşamın anlamı ve yaşamın amacı değişkenlerinin ölüm kaygısının ne kadarını yordadığını belirlemek için yapılan regresyon analizi sonucunda %10'unu açıkladığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca Yukay Yüksel, Güneş ve Akdağ (2017) yaptıkları çalışmada, yaşamın anlamının ölüm kaygısını %0,1 yordadığı saptanmıştır.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde ölüm kaygısı ve yaşamın anlamı arttıkça olumlu duygu düzeyi artmaktadır. Varoluşçu psikoterapiye göre ölümlü olduğunun farkında olmak, varolan günlerini daha dolu dolu yaşamayı ve varoluşlarını anlamlandırmayı sağlayacaktır (Dökmen, 2003). Varoluşçular ölümle meşgul olmak yerine ölümün varlığının yaşamı anlamlı kılması üzerinde dururlar (Yalom, 2014).

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı ve ölüm kaygısı düzeyleri arttıkça yaşam doyumu düzeylerinin arttığı ortaya çıkmıştır. Farklı olarak, Hululular (2019) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, ölüm kaygısı azaldıkça yaşam doyumununun arttığı saptanmıştır. Ayrıca, Yukay Yüksel, Güneş ve Akdağ (2017) yetişkinlik dönemindeki bireyler ile yaptıkları çalışmada ölüm

kaygıları arttıkça yaşam anlamlarında azalma olduğu saptanmıştır. Varoluşçu yaklaşımı benimseyenlere göre, ölümün farkındalığının bilincine ulaşmış bireyler yaşamın anlamına ulaşmış olur (Yıkılmaz, 2016).

Ölüm kaygısı puanları depresyon puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Bu araştırmanın bulgularından farklı olarak Abdel-Khalek (1997), 208 Mısırlı üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada, ölüm kaygısı ile depresyon arasında anlamlı ve pozitif korelasyonlar olduğu ortaya çıkmıştır.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin olumlu duyguları arttıkça, yaşam doyumu düzeylerinin arttığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin olumlu duygu ve yaşam doyumu düzeyleri arttıkça, öznel iyi oluş düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Diener, Lucas ve Oishi'ye (2009) göre, öznel iyi oluş düzeyi yüksek kişiler; genellikle hayatında mutlu ve neşeli, nadiren endişeli olan kişilerdir. Diğer bir deyişle; bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri olumlu duyguları sık ve yoğun olarak, olumsuz duyguları nadiren hissettiklerinde, hayatlarındaki etkinliklerden doyum sağladıklarında artmaktadır. Öztürk ve Çetinkaya (2015) yaptıkları araştırmada, olumlu duyguların yüksek yaşam doyumuyla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Bir kişinin öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olması pozitif duygularının negatif duygularından fazla olduğunun göstergesidir.

## BÖLÜM VI

### Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde, araştırmanın bulguları doğrultusunda ulaşılan sonuçlara ve bu sonuçlara uygun olarak sunulan önerilere yer verilmiştir.

#### **Sonuç**

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna, cinsiyetine, mezun oldukları lise türüne, öğrenim gördükleri sınıf düzeyine ve aylık gelirine göre varoluşsal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma, herhangi bir yakınını kaybetme ve sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre varoluşsal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan, herhangi bir yakınını kaybeden ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı düzeyleri psikolojik destek almayan, herhangi bir yakın kaybı ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna ve cinsiyetine göre ölüm kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. 24 yaş ve üzeri üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Erkek üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı kadın üniversite öğrencilerinden daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre ölüm kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre ölüm kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Aylık geliri 2.365 TL ve üzeri olan üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı düzeyleri aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerden daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma, herhangi bir yakınını kaybetme ve sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre ölüm kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversitesi öğrencilerinin yaş grubuna göre genel yaşam anlamı ve mevcut yaşam anlamı alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. 24 yaş ve üzeri yaş grubundaki üniversite öğrencilerinin genel yaşamın anlamı ve mevcut anlam düzeyleri 18-19 yaş grubundaki üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine ve mezun oldukları lise türüne göre genel yaşamın anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre aranan yaşam anlamı alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Birinci sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin aranan anlam düzeyi diğer üniversite öğrencilerinden daha düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre genel yaşamın anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakını kaybetme durumlarına göre genel yaşam anlamı, mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, psikolojik destek alma ve sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre mevcut anlam alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin mevcut yaşam anlamı düzeyleri psikolojik destek almayan ve sarsıcı bir olay yaşamayan üniversite öğrencilerinden daha düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine ve mezun oldukları lise türüne göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Kadın üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyi erkek üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir. Kolej/Özel Lise mezunu olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri İmam Hatip Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyi aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencilerden daha düşük olarak saptanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakını kaybetme durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmazken, psikolojik destek alma durumuna ve sarsıcı bir olay yaşama durumuna göre yaşam doyumu düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Son 6 ay

içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyi psikolojik destek almayan ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna göre pozitif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmazken, negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. 24 yaş ve üzeri üniversite öğrencileri negatif duygu düzeyleri 18-19 yaş grubundaki üniversite öğrencilerinden daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre pozitif duygu alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Erkek üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri kadın üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin mezun oldukları lise türüne ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre pozitif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmazken, negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır.

Fen/Anadolu Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri Genel Lise ve İmam Hatip Lisesi mezunu olan üniversite öğrencilerinden daha düşüktür. Birinci sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinden daha düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre pozitif duygu alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Aylık geliri 2.365 TL ve üzerinde olan üniversite öğrencilerinin pozitif duygu düzeyleri aylık geliri 2.364 TL ve daha az olan üniversite öğrencilerinden daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin aylık gelirine göre negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde herhangi bir yakınını kaybetme durumlarına göre pozitif ve negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmazken, destek alma ve sarsıcı bir olay yaşama durumlarına göre pozitif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark olmadığı, negatif duygu alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin negatif duygu düzeyleri psikolojik destek almayan ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerinden daha yüksektir.

Üniversite öğrencilerinin yaş grubuna, cinsiyetine, mezun oldukları lise türüne, öğrenim gördükleri sınıf düzeyine ve aylık gelirine göre depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin son 6 ay içerisinde psikolojik destek alma, herhangi bir yakınını kaybetme ve sarsıcı bir olay yaşama



durumlarına göre depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Son 6 ay içerisinde psikolojik destek alan, herhangi bir yakını kaybeden ve sarsıcı bir olay yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri psikolojik destek almayan, herhangi bir yakın kaybı ve sarsıcı olay yaşamayan üniversite öğrencilerine göre daha yüksektir.

Yapısal eşitlik modelinden elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygı ile ölüm kaygısı arasında anlamlı ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygı arttıkça, ölüm kaygısı azaltılmaktadır. Üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı ve yaşam anlamı arttıkça olumlu duyguları artmaktadır. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve ölüm kaygısı arttıkça yaşam doyumu düzeyleri artmaktadır. Üniversite öğrencilerinin olumlu duyguları arttıkça yaşam doyumlarının, olumlu duygu ve yaşam doyumları arttıkça öznel iyi oluşlarının arttığı görülmüştür.

### **Öneriler**

Üniversite öğrencilerinin varoluşsal farkındalıklarını artırmaya yönelik rehberlik hizmetleri artırılmalıdır. Üniversite öğrencilerinin daha otantik bir yaşam tarzına sahip olmaları için sosyal etkinlikler düzenlenebilir. Üniversite öğrencilerinin varoluşları ile ilgili olumlu bir algı geliştirebilmeleri için kişisel rehberlik etkinliklerinde kendini tanıma ile ilgili çalışmalara yer verilmelidir.

Üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı başa çıkabilmeleri için ve ölümün farkındalığını hayatlarına anlam katan bir uyarıcı olduğunun bilincine ulaşmalarını sağlamak amacıyla psiko-eğitim programları düzenlenebilir.

Yaşamın anlamı ile olumlu duygu arasında anlamlı ilişki olduğu için yaşamın anlamını arttırmaya yönelik değerlerin kazandırılmasına yönelik eğitim programları ve etkinlikler düzenlenebilir.

Anlamlı yaşam üniversite öğrencilerinin hayattan zevk almasını sağlayacağı gibi olumlu duygularının ve yaşam doyumlarının artmasını sağlayacaktır. Üniversite öğrencilerine lisans eğitimleri süresince pozitif düşünme eğitimi gibi ders bir verilebilir.

Yaşamdan doyum sağlayan üniversite öğrencileri yaşamı anlamlı bulmaktadırlar. Üniversite öğrencilerinin ekonomik gelir düzeyinin artması yaşam doyumlarına katkı sağlayacaktır. Ekonomik gelir düzeyi yaşam doyumunu etkileyeceğinden üniversite öğrencilerinin burslardan faydalanması sağlanabilir.

Yaşam anlamı ve öznel iyi oluş düzeyleri düşük olan üniversite öğrencileri ile anlama dayalı grupla danışma uygulamaları planlanabilir.

Üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışma merkezleri üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını destekleyici yaşam doyumu ve olumlu duygu temelli grupla psikolojik danışma yapabilirler.

Bu araştırmada psikolojik destek alan, herhangi bir kayıp ve sarsıcı olay yaşayan üniversite öğrencilerinin varoluşsal kaygı ve depresyon düzeyleri yüksek bulunmuştur bu doğrultuda hem önleyici rehberlik hem de varoluşsal kaygı, kayıp ve sarsıcı olaylar ile başa çıkmaları amacıyla grup rehberliği ya da grupla psikolojik danışma uygulamaları yapılabilir.

Bu araştırmada varoluşsal kaygı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu ve depresyon değişkenlerinin demografik özelliklere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Ayrıca varoluşsal kaygının ruh sağlığı alanındaki diğer değişkenlerle ve farklı demografik değişkenlerle ilişkisinin araştırılması önerilebilir. Araştırılabilecek değişkenlere psikolojik sağlamlık, benlik saygısı, umut, iyimserlik, bağımlılık, yeme bozuklukları, kişinin sahip olduğu boş zaman, çocuk sahibi olup olmama, çocuk kaybı gibi ruh sağlığı alanındaki değişkenler, birçok psikopatoloji ve demografik değişkenler örnek olarak verilebilir.

Bu araştırmada, genç yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencileri ile çalışılmıştır. Bireylerin gelişim dönemlerine göre varoluşsal kaygılarının değişebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Ergenlik, ileri yetişkinlik veya yaşlılık yeni bakış açıları ve farklı sorumluluklar kazandırmakta böylece bireylerin varoluşsal kaygıları değişkenlik gösterebilmektedir. Bu doğrultuda diğer gelişim dönemleri içerisinde bulunan bireylerin varoluşsal kaygılarının incelenmesi önerilebilir.

Bu araştırmanın evreni üniversite öğrencileriyle sınırlıdır. Bu yüzden elde edilen bulgular meslek gruplarına genellenemez. Benzer araştırmaların meslek gruplarıyla yapılması konu ile ilgili detaylı bilgi edinilmesine katkıda bulunacaktır.

Ulaşılabilen literatür incelendiğinde varoluşçu psikoterapist Viktor Frankl'ın kurucusu olduğu Logoterapi ile bireysel ve grup psikoterapisi uygulamalarına rastlanmamıştır. Logoterapi'nin bireyin varoluşsal kaygılarını çalışmada nasıl bir etkisi olduğunun araştırılması önerilebilir. Ayrıca, varoluşsal kaygının rüyalar ile ilgili çalışıldığı bir araştırmaya da rastlanmamıştır. Varoluşsal kaygının rüyalar ile

ilişkinin incelenmesi önerilebilir. Varoluşsal kaygı ile klinik ortamda uygulamalı çalışmaların yapılması önerilebilir.

İleride yapılacak araştırmalarda psikolojik yardım almanın, kayıp yaşantısının ve sarsıcı bir olay yaşamının varoluş kaygısı üzerindeki etkisi derinlemesine araştırılabilir.

### Kaynakça

- Abdel-Khalek, A. M. (1997). Death, anxiety, and depression. *Omega*, 35(2), 219-229.
- Acar Zorbaz, N. (2019). *Lise öğrencilerinin ototelik kişilik özellikleri yaşam amaçları hayat hayat anlamları ve akış eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Aghababaei, N. Sohrabi, F. Eskandari, H. Borjali, A. Farrokhi, N., ve Chen, Z. J. (2016). Predicting subjective well-being by religious and scientific attitudes with hope, purpose in life, and death anxiety as mediators. *Personality and Individual Differences*, 90, 93-98. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.046>
- Akın, A., ve Taş, İ. (2015). Yaşam Anlamı Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Studies - International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(3), 27-36. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7860>
- Albayrak, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite seviyeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Amasya.
- Albinsson, L., ve Strang, P. (2003). Differences in supporting families of dementia patients and cancer patients: A palliative perspective. *Palliative Medicine*, 17(4), 359-367.
- Alim, E. (2018). *Ergenlerde mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alkan, A. T. (1999). Bir düşün gecesi denemesi. *Düşünen Siyaset*, 4, 25-32, Ankara: Esin Sanat Felsefe Yayıncılık.
- Alper, Y. (2002). Depresyonun psikodinamiği. I Sayıl (Ed.), *İntihar'da içinde* (s.39-46). İzmir: Ege Psikiyatri Yayınları.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), *Tanı ölçütleri başvuru el kitabı* (Çev.: E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amjad, A. (2014). Death anxiety as a function of age and religiosity. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 4(9S), 333-341.

- Anas, M., ve Akhouri, D. (2013). Positive and negative affect in depressed and normal adults. *Journal of Indian Health Psychology*, 8(1), 61-68.
- Ang, R. P., ve Jiaqing, O. (2012). Association between caregiving, meaning in life, and life satisfaction beyond 50 in an Asian sample: Age as a moderator. *Social indicators research*, 108(3), 525-534.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence to midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133-143.  
<https://doi.org/10.1023/A:1026450103225>
- Arora, S., ve Sharma, R. (2018). Positive affect, psychotherapy, and depression. *Indian Journal of Psychiatry*, 60(2), 199-204.
- Arslan, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *JRES*, 6(1), 113–129.
- Aslan, S. (2019). *Psikiyatri hemşirelerinin varoluşsal kaygıları ile özgünlük ve özduyarlılıkları arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Atabil, İ. F. (2019). *Psikoloji öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Ataman, E. (2011). Stres veren yaşam olayları karşısında bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin depresyon ve kaygı düzeyini belirlemedeki rolü. Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Avcı, N. (2012). *Üniversite öğrencilerinin mizah tarzlarının, psikolojik belirtiler ve ölüm kaygısı ile ilişkisi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Ay, Ö., Gökler, R., ve Koçak, R.(2013). Mizah tarzları, yaratıcılık ve yaşam doyumunu: Ortaöğretim öğrencileri üzerinde bir inceleme. *International Journal of Social Science*, 6(6), 739-767.
- Aydın, E. (2019). *İşten sonra yapılan aktivitelerin ertesi günkü işe bağlılık ve pozitif duygu durumuna etkisinin bir akademisyen örnekleminde incelenmesi: Bir günlük çalışması*. Yüksek lisans tezi. Koç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydiner, B. B. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumunu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Aysan, F., ve Bozkurt, N. (2004). Okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ile olumsuz otomatik düşünceleri: İzmir ili örnekleme. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Ayyıldız, H., ve Cengiz, E. (2006). A conceptual investigation of structural equation models (SEM) on testing marketing models. *Süleyman Demirel University, The Journal of Faculty of Economics and Administrative Sciences*, 11(1), 63-84.
- Bahadır, Z. (2019). *Üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimlerinin yaşamın anlamı ile bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Bakırcıoğlu, R. (2007). *Çocuk ruh sağlığı ve uyum bozuklukları*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Bal, F., Farajı, H., ve Erdiñ, İ. (2018). Yaşam doyumunu etkileyen faktörlerin evlilik ve cinsellik kavramı üzerinden değerlendirilmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(30), 185-197.
- Baş, V. (2014). *Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Baudrillard, J. (2002). *Simgesel değiş tokuş ve ölüm*. (Çev.: Oğuz Adanır). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Bauman, Z. (2000) *Ölümlülük, ölümsüzlük ve diğer hayat stratejileri*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., ve Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4(6), 561–571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Beksaçi, I. (2019). *Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile depresyon ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Bergan, A., ve Mcconatha, J. T. (2001). Religiosity and life satisfaction, activities. *Adaptation & Aging*, 24(3), 23-34.
- Berman, S. L., Weems, C. F., ve Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, Structure, association with psychological symptoms

- and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 303-310. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9032-y>
- Bezirci, A. (2005). *İkinci yeni olayı*. İstanbul: Evrensel Basım Yayın.
- Boes, S., ve Winkelmann, R. (2010). The effect of income on general life satisfaction and dissatisfaction. *Social Indicators Research*, 95(1), 111-128. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9452-7>
- Boomsma, A. (1984). On the robustness of LISREL (maximum likelihood estimation) against small sample size and non-normality. *Statistica Neerlandica*, 38(1), 45-46.
- Borrello, A. (2005). *Subjective well-being and academic success among college students*. Doctoral dissertation. Capella University, USA.
- Boşgelmez, Ş., Aker, T., Köklük, Ö. A., ve Ford, J. D. (2010). Assessment of lifetime history of exposure to traumatic stressors by incarcerated adults with the Turkish version of the Traumatic Events Screening Instrument for Adults (TESI-A): A pilot study. *Journal of Trauma and Dissociation*, 11(4), 407-423.
- Boysan, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Brassai, L., Piko, B. F., ve Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine*, 18, 44-51. <https://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6>
- Braun, S. (2000). *The science of happiness: Unlocking the mysteries of mood*. New York: Wiley.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York: The Guilford Press.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Bulut, E. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin öznel iyi oluş düzeyleri üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bulut, M. B. (2017). *Benlik saygısı, dini dünya görüşleri ve hayatın amacının ölüm kaygısı üzerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

- Burston, D. (2003). Existentialism, humanism and psychotherapy. *Existential Analysis*, 14(2), 309-319.
- Bülbüloğlu, E. (2019). *Umut, algılanan stres ve baş etme tutumlarının psikolojik belirtilerdeki yordayıcı rolünün incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Büyükgoze-Kavas, A., Topkaya, N., ve Gençoğlu, C. (2014). Psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, kendini damgalama ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 367-377. <https://doi.org/10.7822/omuefd.33.2.3>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cacioppo, J. T., Gardner, W. L., ve Berntson, G. G. (1999). The affect system has parallel and integrative processing components: Form follows function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 839-855.
- Cartıllı, K. (2016). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin tek ebeveynli öğrencilerin öfke ve olumlu duygularına etkisi*. Yüksek lisans tezi. Mevlana Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Carver, C. S., ve Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control –process view. *Psychological Review*, 97, 19-35.
- Cenkseven, F., ve Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Cevizci, A. (2005). *Felsefe sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayıncılık.
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>
- Chuin, C. L., ve Choo Y. C. (2009). Age, gender, and religiosity as related to death anxiety. *Sunway Academic Journal*, 6, 1-16.
- Clark, A. E., ve Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment. *Economic Journal*, 104(424), 648-659.
- Connolly, J. J., ve Viswesvaran, C. (2000). The role of affectivity in job satisfaction: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 29, 265-281.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (Çev.: T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.



- Currier, J. M., Holland, J. M., Chisty, K., ve Allen, D. (2011). Meaning made following deployment in Iraq or Afghanistan: Examining unique associations with posttraumatic stress and clinical outcomes. *Journal of Traumatic Stress*, 24(6), 691-698. <https://doi.org/10.1002/jts.20691>
- Çelik, H. E., ve Yılmaz, V. (2016). *Yapısal eşitlik modellemesi, temel kavramlar, uygulamalar, programlama*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çüçen A. K. (2003). *Heidegger'de varlık ve zaman*. Bursa: Asa Kitabevi.
- Dalda, B. (2011). *İlişkiye bağlılığın ve cinsiyetin Türkiye'deki genç yetişkinlerde ölüm kaygısına etkileri: Dehşet yönetimi teorisi perspektifi*. Yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Datu, J. A. D., ve Mateo, N. J. (2015). Gratitude and life satisfaction among Filipino adolescents: The mediating role of meaning in life. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(2), 198-206. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9238-3>
- Demir, E. N. (2015). *Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin belirlenmesi*. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demir, İ. (2011). Gençlerde yaşam doyumu ile kimlik işlevleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(38), 099-113.
- Demir, Y. (2017). *Mutluluk, özgünlük ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkilerin Yapısal Eşitlik Modeli ile incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Demirbaş-Çelik, N. (2016). Üniversite öğrencilerinin yaşamda anlam ve yaşam amaçları arasındaki ilişki. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 133-141.
- Demirci-Seyrek, Ö. (2017). *Üniversite öğrencilerinde kabul ve kararlılık terapisine dayalı psikoeğitim programının yaşamın anlamı düzeyine etkisi*. Doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- DeNeve, K. M., ve Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>
- Deniz, M. E., ve Yılmaz, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, İnönü Üniversitesi, Malatya.

- Depaola, S. J., Griffin, M., Young, J. R., ve Neimeyer. R. (2003). Death anxiety toward the elderly among older adults: the role of gender and ethnicity, *Death Studies*, 27, 335-354.
- Derin, S. (2019). *Ölüm kaygısına ilişkin bir model testi: denetim odağı, kaygı ve ölüm obsesyonunun rolü*. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Deurzen, E. V., ve Baker, C. A. (2017). *İnsan meselelerine varoluşçu bakışlar*. İstanbul: Aletheia Yayınevi.
- Diamond, S. A. (2009). What is existential therapy? In D. A. Leeming, K. Madden, & S. Marlan (Eds.), *Encyclopedia of psychology and religion* (pp. 304-305). New York, NY: Springer Verlag.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Lucas, R. E., ve Oishi, S. (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In: C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.) *Oxford Handbook of positive psychology*. New York, NY, US: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017>
- Diener, E., Oishi, S., ve Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., ve Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social Indicators Research*, 28(3), 195-22. <https://doi.org/10.1007/BF01079018>
- Diener, E., Sapyta, J. J. ve Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33-37.
- Diener, E., Suh, E. M., Smith, H., ve Shao, L. (1995). National differences in reported subjective well-being: Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34(1), 7-32. <https://doi.org/10.1007/BF01078966>
- Diener, E., ve Fujita, F. (1995). Resources personal striving and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926-935.

- Diener, E., ve Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Diener, E., ve Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216. <https://doi.org/10.1023/A:1006859511756>
- Dilmaç, B., ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 279-289.
- Dixon, W. A., ve Reid, J. K. (2000). Positive life events as a moderator of stress-related depressive symptoms. *Journal of Counseling and Development*, 78(3), 343-349.
- Dobson, K. S. (1985). The relationship between anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 5(4), 307-324. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(85\)90010-8](https://doi.org/10.1016/0272-7358(85)90010-8)
- Doğan, E. (1999). *Pozitif duygu, negatif duygu ve somatik unsur temelinde depresyon ve anksiyete arasındaki farklılık*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Doğan, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin sosyal zekâ düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Dökmen, Ü. (2003). *Evrenle uyumlaşma sürecinde var olmak, gelişmek uzlaşmak*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Duman, A. (2018). *Üst-duyguların, algılanan stres ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duman, S. (2016). *Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş ve benlik saygısının stresle başa çıkma tarzlarıyla ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duman-Temel, E. (2013). *Evli kadın ve erkeklerde aldatmanın tipi-affetme, pozitif duygu-affetme ve baş etme-affetme ilişkilerinde evlilik doyumunun aracı rolü*. Yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ekşi, F., Okan, N., Kökçam B. ve Ekşi, H. (2019). Yaşamın anlamı ve yaşamın amacı değişkenlerinin ölüm kaygısını yordamaları üzerine bir model

- denemesi. *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi*, 6(32), 72-84.
- Erdoğdu, M. Y. (2008). Farklı dinlerdeki bireylerin ruhsal belirtileri ile ölüm kaygısının yordanması. *Erciyes Tıp Dergisi*, 30 (2), 84-91
- Erkorkmaz, Ü., Etikan, İ., Demir, O., Özdamar, K., ve Sanisoğlu, S. Y. (2013). Doğrulayıcı faktör analizi ve uyum indeksleri. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 33(1), 210-223. <https://doi.org/10.5336/medsci.2011-26747>
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Muğla Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Evren, C., ve Ögel, K. (2003). Alkol/madde bağımlılarında dissosiyatif belirtiler ve çocukluk çağı travması, depresyon, anksiyete ve alkol/madde kullanımı ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4, 30-37.
- Feldman, D. B., ve Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 401-421. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.3.401.65616>
- Flouri, E., ve Buchanan, A. (2002). Life satisfaction in teenage boys: The moderating role of father involvement and bullying. *Aggressive Behavior*, 28(2), 126-133.
- Fortner, B. V., ve Neimeyer, R. A. (1999). Death anxiety in older adults: A quantitative review. *Death Studies*, 23(5), 387-411. <https://doi.org/10.1080/074811899200920>
- Foulquie, P. (1998). *Varoluşunun varoluşu* (Çev.: Y. Şahan). İstanbul: Toplumsal Dönüşüm Yayınları.
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın anlam arayışı* (Çev.: S. Budak). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Friedman, E. M., ve Ryff, C. D. (2012). Living well with medical comorbidities: a biopsychosocial perspective. *The Journals of Gerontology, Series B:*

*Psychological Sciences and Social Sciences*, 67(5), 535-544.

<https://doi.org/10.1093/geronb/gbr152>

- Frijns, M. (2010). *Determinants of life satisfaction: A cross-regional comparison*. Master thesis. Maastricht University, Netherlands.
- Fromm, E. (2005). *Kendini savunan insan*. (Çev.: D. D. Yüzer). İzmir: İlya Yayıncılık.
- Fromm, E. (2011). *Özgürlükten kaçış*. (Çev.: Ş. Yeğın). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (2003). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis Yayınevi.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- Gilman, R., ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293-301.  
<http://dx.doi.org/10.1007/s10964-006-9036-7>
- Girgin, Y. (2018). *Üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Göka, E. (1997). *Varoluşun psikiyatrisi*. Ankara: Vadi Yayınları.
- Göker, Y. (2013). *Türkiye'de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Grant, N., Wardle, J., ve Steptoe, A. (2009). The relationship between life satisfaction and health behavior: A cross-cultural analysis of young adults. *International Journal of Behavioral Medicine*, 16(3), 259-268.  
<https://doi.org/10.1007/s12529-009-9032-x>
- Groff, S., ve Halifax, J. (1978). *The human encounter with death*. New York: Dutton.
- Gros, D. F., Price, M., Magruder, K. M., ve Frueh, B. C. (2012). Symptom overlap in posttraumatic stress disorder and major depression. *Psychiatry Research*, 196(2-3), 267-270. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2011.10.022>
- Grouden, M. E., ve Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing? *International Journal of Wellbeing*, 5(1), 33-52.

- Güçlü, A. B., Uzun E., Uzun S., ve Yolsal Ü. H. (2002). *Felsefe sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Gülcan, A., ve Nedim-Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1(ÖZEL)), 41-52.
- Güler, K. (2015). *Beden imajının üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ve umutsuzluk üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gürçam, Ç. (2017). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile öfke denetimi ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güven, P. (2015). *Üniversite öğrencilerinde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişkiler*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Halama, P., ve Dědová, 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(3), 191-200.
- Halıcı Kurtulan, M., ve Kararımak, Ö. (2016). Ölüm kaygısı, tinsellik, dindarlık eğilimi ve varoluş kaygısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1, 163-187.  
<http://dx.doi.org/10.12738/spc.2016.2.0007>
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı düşünme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. Doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hamdan-Mansour, A. M., Puskar, K., ve Bandak, A. G. (2009). Effectiveness of cognitive-behavioral therapy on depressive symptomatology, stress and coping strategies among Jordanian university students. *Issues in Mental Health Nursing*, 30(3), 188-196.
- Hammen, C., Henry, R., ve Daley, S. E. (2000). Depression and sensitization to stressors among young women as a function of childhood adversity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 782-787.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.782>

- Hançerlioğlu, O. (2005). *Felsefe ansiklopedisi kavramlar ve akımlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., ve Siler, M. (2001). A prospective test of the hopelessness theory of depression in adolescence. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 607-632. <https://doi.org/10.1023/A:1005561616506>
- Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., ve Costa, K. G. (2005). The influence of religion on death anxiety and death acceptance. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(4), 253-261.
- Heidegger, M. (2018). *Varlık ve zaman* (Çev.: Kaan Ökten). İstanbul: Alfa Yayınları.
- Heine, S. J., Proulx T., ve Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 88-110.
- Henry, K. L., Lovegrove, P. J., Steger, M. F., Chen, P. Y., Cigularov, K. P., ve Tomazic, R. G. (2013). The potential role of meaning in life in the relationship between bullying victimization and suicidal ideation. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(2), 221-232. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9960-2>
- Hicks, J. A. , Schlegel, R. J., ve King, L. A. ( 2010). Social threats, happiness, and the dynamics of meaning in life judgments. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 1305-1317.
- Hisli, N. (1989) Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., ve Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 658-663. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.008>
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., ve Cheung, S. F. (2008). Personality and life events as predictors of adolescents' life satisfaction: Do life events mediate the link between personality and life satisfaction? *Social Indicators Research*, 89, 457-471. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9243-6>
- Horley, J., ve Lavery, J. J. (1995). Subjective well-being and age. *Social Indicators Research*, 34(2), 275-282. <https://doi.org/10.1007/BF01079200>
- Hoyle, R. H. (1995). *The structural equation modeling approach: Basic concepts and fundamental issues*. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (p. 1–15). Sage Publications, Inc.



- Hululular, G. (2019). *Orta yaşlı bireylerde yaşam doyumunu etkileyen umutsuzluk depresyon ve ölüm kaygısının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Lefkoşa.
- Iammarino, N. K. (1975). Relationship between death anxiety and demographic variables. *Psychological Reports*, 37, 362.
- Ivtzan, I., Chan, C. P. L., Gardner, H. E., ve Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological wellbeing: Examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *Journal of Religion and Health*, 52(3), 915-929.
- İnanç, B. & Yerlikaya, E. (2008). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- İzgi, İ. (2018). *Ergenlerde riskli davranışlar, benlik saygısı ve ölüm kaygısı arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Jöreskog, K. G., ve Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Lincolnwood, IL: Scientific Software International.
- Judge, T. A., ve Hulin, C. L. (1993). Job satisfaction as a reflection of disposition: A multiple source causal analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 56(3), 388-421. <https://doi.org/10.1006/obhd.1993.1061>
- Judge, T. A., ve Watanabe, S. (1993). Another look at the job satisfaction-life satisfaction relationship. *Journal of Applied Psychology*, 78(6), 939-948. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.6.939>
- Julie, L. S., ve Kevin, R. B. (1998). Death anxiety in young adults as a function of religious orientation, guilt, and separation-individuation conflict. *Death Studies*, 22(3), 257-269.
- Jumah, K. A., Hassali, M. A., Qhatani, D. A., ve Tahir, K. E. (2014). Factors associated with adherence to medication among depressed patients from Saudi Arabia: A cross-sectional study. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 2031-2037.
- Jung, C. G. (1997). *Analitik psikoloji* (Çev.: E. Gürol). İstanbul: Panel Yayınevi.
- Kabataş, B. (2018). *Ölüm kaygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: Foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation Press.
- Karababa, A. (2018). *Üniversite öğrencilerinde can sıkıntısının yordayıcıları olarak temel ihtiyaçlar, yalnızlık ve yaşam doyumu*. Yüksek lisans tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Karaca, F. (2000). *Ölüm psikolojisi*. İstanbul: Beyan Yayınları.
- Karaca, F., ve Yıldız, M. (2001). *Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği'nin Türkçe çevirisinin normal popülasyonda geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. *Tabula Rasa*, 1(1), 43-55.
- Karaçor, F. (2018). *Üniversite öğrencilerinde internet ve sosyal medya bağımlılığı ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karaköse, H. B. (2019). *Üniversite öğrencilerindeki akıllı telefon bağımlılığının yaşam doyumu ve depresyon açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kardaş, F. (2017). *Üniversite öğrencilerinde bir model sınaması: Pozitif duyguların ve kişisel kaynakların etkileşimi*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaufmann, W. (2005). *Dostoyevski'den Sartre'a varoluşçuluk*. (Çev.: A. Göktürk.) İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Kermen, U. (2013). *Üniversite öğrencilerinin ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kımtır, N. (2014). Gençlikte din ve depresyon: Üniversiteli gençler üzerinde ampirik bir araştırma. *Ekev Akademi Dergisi*, 18(60), 246.
- Kıraç, F. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık*. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kiang, L., ve Fuligni, A. J. (2010). Meaning in life as a mediator of ethnic identity and adjustment among adolescents from Latin, Asian, and European American backgrounds. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 1253-1264. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9475-z>
- Kierkegaard, S. (2004). *Kaygı kavramı*. Ankara: Hece Yayınları.

- Kim, E. S., Smith, J., ve Kubzansky, L. D. (2014). Prospective study of the association between dispositional optimism and incident heart failure. *Circulation: Heart Failure*, 7(3), 394-400.  
<https://doi.org/10.1161/CIRCHEARTFAILURE.113.000644>
- Kim, M. (2001). *Exploring sources of life meaning among Koreans*. Master thesis. Trinity Western University, Canada.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., ve Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179-196. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.179>
- Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kleffaras, G., ve Psarra, E. (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A comparative study. *Psychology*, 3(4), 337-345.
- Kline, R. B. (2005). *Methodology in the social sciences. Principles and practice of structural equation modeling*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Koç, E. (2009). Varoluşsal bir problem olarak ölüm üzerine bir değerlendirme: Tolstoy'un İvan İlyiç'in Ölümü adlı eseri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(22), 245-259.
- Koçak, Ö. F. (2014). *Kişilerarası çatışmalar ve yaşam doyumu ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma*. Yüksek lisans tezi. Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Koçanoğlu, A. (2005). *Ölüme verilen anlamların ve dindarlığın üniversite öğrencilerinde ölüm kaygısı ve ölüm korkusunu yordaması*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Konkoly Thege, B., Stauder, A., ve Kopp, M. S. (2010). Relationship between meaning in life and intensity of smoking: Do gender differences exist? *Psychological Health*, 25, 589-599.
- Korkmaz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinde depresyonun yordanması: Sosyo-demografik değişkenler, olumsuz yaşam olayları, algılanan beklentiler, algılanan ilişkiler*. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

- Kourou, O. (2019). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin ait olma ile varoluşsal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Köftegöl, Ö. (2018). *Yetişkin bireylerde ölüm kaygısı ve dindarlık*. Yüksek lisans tezi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Kökcü, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde aile içi dini aktiviteler dini tutum ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Krause, N. (2009). Meaning in life and mortality. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 64(4), 517-527. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp047>
- Kurt, M. (2019). *Yetişkinlerde varoluşsal kaygının, bağlanma stilleri ve umutsuzluk ile olan ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kübler-Ross, E. (1997). On death and dying. Scribner Classics
- Latten, J. J. (1989). Life-course and satisfaction, equal for everyone? *Social Indicators Research*, 21(6), 599-610. <https://doi.org/10.1007/BF02217995>
- Lazzari, S. A. D. (2000). *Emotional intelligence, meaning and psychological well-being: A Comparison between early and late adolescence*. Doctoral thesis. The Faculty Of Graduate Studies Graduate Counseling Psychology Program, Trinity Western University.
- Leblebicioğlu, M. (2018). *Algılanan stres, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve yeme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lester, D. (1972). Studies in death attitudes. *Psychological Reports*, 30, 440.
- Lubin, B., ve Whitlock, R. (2004). Psychometric properties of the brief life satisfaction scales. *Journal of Clinical Psychology*, 60(1), 11-27.
- MacCallum, R. C. (1986). Specification searches in covariance structure modeling. *Psychological Bulletin*, 100, 107-120.
- MacCallum, R. C., ve Austin, J. T. (2000). Applications of structural equation modeling in psychological research. *Annual Review of Psychology*, 51, 201-226. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.201>
- Magee, B. (2004). *Felsefenin öyküsü*. Ankara: Dost Kitapevi.

- Major, B., ve O'Brien, L. T. (2005). The social psychology of stigma. *Annual Review of Psychology*, 56, 393-421.
- Malkoç, A. (2011). *Öznel iyi oluş müdahale programının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Doktora tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Manay, F. (2011). Kaygı kavramı. *Toplum Bilimleri Dergisi Ocak Sayısı 2011*.
- May, R. (2011). *Özgürlük ve kader* (Çev.: A. Babaoğlu). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- May, R. (2018). *Varoluşun keşfi*. (Çev.: A. Babacan). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- McDonald, M. J., Wong, P. T. R., & Gingras, D. T. (2012). *Meaning-in-life measures and development of a Brief Version of the Personal Meaning Profile*. In P. T. P. Wong (Ed.), *Personality and clinical psychology series. The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (p. 357-382). New York, NY: Taylor & Francis Group
- McMahan, E. A., ve Renken, M. D. (2011). Eudaimonic conceptions of well-being, meaning in life, and self-reported well-being: Initial test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 589-594.
- Michalos, A. C. (1991). *Recent research in psychology. Global report on student well-being, Vol. 2. Family, friends, living partner, and self-esteem*. Springer-Verlag Publishing.
- Mikulincer, M., ve Florian, V. (1995). Stres, coping and fear of death: the case of middle-aged men facing early job retirement, *Death Studies*, 19, 413-431.
- Miri, A., Karimian, E., ve Ostovar, F. (2015). The role of positive and negative affect and problem-solving styles in predicting life satisfaction in people with diabetes. *Journal of Diabetes Nursing*, 3(3), 75-86.
- Mroczek, D. K ve Almeida, D. M. (2004). The effect of daily stress, personality, and age on daily negative affect. *Journal of Personality*, 72(2), 355-378.  
<https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00265.x>
- Murdock, N. L. (2013). *Theories of counseling and psychotherapy: A case approach*. Boston: Pearson.
- Mutlu, E. (2013). *İçgüdümlü ve dışgüdümlü dindarlık ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., ve Tobin, S. S (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.  
<https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134>
- Nur-Şahin, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Nutt, D., Demyttenaere, K., Janka, Z., Aarre, T., Bourin, M., Canonico, P. L., Carrasco, J. L., ve Stahl, S. (2007). The other face of depression, reduced positive affect: The role of catecholamines in causation and cure. *Journal of Psychopharmacology*, 21(5), 461-471.  
<https://doi.org/10.1177/0269881106069938>
- Onur, B. (2000). *Gelişim psikolojisi: Yetişkinlik, yaşlılık, ölüm*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Osho (2010). *Kader, özgürlük ve ruh: Yaşamın anlamı nedir?* İstanbul: Butik Yayıncılık.
- Oswald, A. J. (1997) Happiness and economic performance. *Economic Journal*, 107(445), 1815-1831. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1468-0297.1997.tb00085.x>
- Öcal, O. (2010). Varoluşsal sorunlar birey ve yeni hayat. *Tubar Türklük Bilimi Araştırmaları*, 28, 313-324.
- Öner, N. (1994). *Stres ve dini inanç*. Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları.
- Özdamar, K. (2010). *Pasw ile biyoistatistik*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Özdaş, İ. (2017). *Yetişkinlerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., ve Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3, 155-161.
- Özdemir, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinde görülen depresyonun giderilmesinde dansın etkisi*. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- Özdemir, M., ve Dilekmen, M. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 98-113.
- Özışık Eyüboğlu, S. (2009). *Depresif yakınmaları olan hastaların depresyon ile ölüm kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özkaya, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, A. (2013). *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile tinsellik, iyimserlik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Öztürk, A. H. (2018). *Varoluşçu bakışa göre hayatın anlamı ve amacının depresyon ve umutsuzlukla ilişkisi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, A., ve Çetinkaya, R. S. (2015). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile tinsellik, iyimserlik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasındaki ilişki. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 42, 335-356. <https://doi.org/10.15285/ebd.98899>
- Öztürk, T. (2018). *Üniversite öğrencilerinde madde bağımlılığı farkındalığı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Park, N. (2005). Life satisfaction among korean children and youth. *School Psychology International*, 26(2), 209-223.
- Pavot, W. G., Diener, E., Colvin, C. R., ve Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the cross-method convergence of well being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57, 149-161.
- Pavot, W. ve Diener, E. (2004). The subjective evaluation of well-being in adulthood: Findings and implications. *Ageing International*, 29(2), 113-135.
- Pavot, W., ve Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>

- Pavot, W., ve Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Pettay, R. F. (2008). *Health behaviors and life satisfaction in college students*. Doctoral dissertation. Kansas State University, Kansas.
- Pfeiffer, S. M., ve Wong, P. T. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 181-196.
- Pınar, Ş. E., Bilgiç, D., Demirel, G., Akyüz, M. B., Karatepe, C., ve Sevim, D. (2015). Sağlık alanlarında okuyan üniversite öğrencilerinin tükenmişlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(4), 284-292.
- Pierce, J. D., Jr., Cohen, A. B., Chambers, J. A., ve Meade, R. M. (2007). Gender differences in death anxiety and religious orientation among US high school and college students. *Mental Health, Religion & Culture*, 10(2), 143-150. <https://doi.org/10.1080/13694670500440650>
- Pinel, E. C., Long, A. E., Landau, M., ve Pyszczynski, T. (2004). I-Sharing and the problem of existential isolation. In J. Greenberg, S. L. Koole, & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 352-368). New York: Guilford.
- Proulx, T., ve Heine, S. J. (2006). Death and black diamonds: Meaning, mortality, and the meaning maintenance model. *Psychological Inquiry*, 17(4), 309-318.
- Reid J. K., ve Dixon W. A. (2000). the relationships among grief experience, problem-solving appraisal, and depression: An exploratory study. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 5(4), 77-93.
- Reker, G. T. (2005). Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI). *Personality and Individual Differences*, 38(1), 71-85. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.03.010>
- Ryan, R. M., ve 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. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Santos, M. C. J., Magramo, C., Jr., Oguan, F., Jr., Paat, J. N. J., ve Barnachea, E. A. (2012). Meaning in life and subjective well-being: Is a satisfying life meaningful? *Journal of Arts, Science & Commerce*, 3(4), 32-40.



- Sartre, J. P. (2003). *Varoluşçuluk*. İstanbul: Yazko Yayınları.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Scannell, E., Allen, F., ve Burton, J. (2002). Meaning in life and positive and negative wellbeing. *North American Journal of Psychology*, 4, 93-112.
- Schermelleh-Engel, K., ve Moosbrugger, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schiffirin, H. H., ve Nelson, S. K. (2010). Stressed and happy? Investigating the relationship between happiness and perceived stress. *Journal of Happiness Studies*, 11, 33-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9104-7>
- Singh, A., Singh, D., ve Nizamie, S. H. (2003). Death and dying. *Mental Health Reviews*, 5(2), 22-47.
- Siwek, Z., Oleszkowicz, A., ve Slowinska, A. (2017). Values realized in personal strivings and motivation, and meaning in life in polish university students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 549-573. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9737-x>
- Soydan, Z. M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Söylemez, A. (2016). *Manevi zekânın yaşamın anlamı ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of spirituality, psychopathology, and well-being. In P. T. P. Wong, (Ed.), *The human quest for meaning* (pp. 165-184). New York: Routledge.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., ve Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., ve 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., ve 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.  
<https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Steger, M. F., ve Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 574-582. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.574>
- Steger, M. F., ve Kashdan, T. B. (2007). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 8(2), 161-179.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9011-8>
- \_Suhail, K., ve Akram, S. (2002). Correlates of death anxiety in Pakistan. *Death Studies*, 26, 39-50.
- Sullivan, M. D, LaCroix, A. Z., Russo, J. E., ve Walker, E. A. (2001). Depression and self-reported physical health in patients with coronary disease: Mediating and moderating factors. *Psychosomatic Medicine: Journal of Biobehavioral Medicine*, 63, 248-256.
- Sümer, A. S. (2008). *Farklı öz-anlayış (self-compassion) düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon anksiyete ve stresin değerlendirilmesi*. Doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Şahin, A. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu ve iyi oluş arasındaki ilişkiler*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Tanhan, F. (2007). *Ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisi*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı, yaşam doyumu, sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Taşdibi-Ünlü, F. (2019). *Üniversite öğrencilerinde yaşam değeri, yaşamın anlamı ve sosyal iyi olmanın mutluluğu yordamadaki rolü*. Yüksek lisans tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Teber, S. (2013). *Bilimsel bir peri masalı*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Templer, D. I., Ruff, C. F., ve Franks, C. M. (1971). Death anxiety: Age, sex, and parental resemblance diverse population. *Developmental Psychology*, 4, 108.
- Tepeli Temiz, Z. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile yaşam doyumu, psikolojik dayanıklılık ve aleksitimik özellikleri arasındaki ilişkide benlik saygısının rolü*. Yüksek lisans tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Thorson, J. A., ve Powell, F. C. (1988). Elements of death anxiety and meanings of death. *Journal of Clinical Psychology*, 44(5), 691-701.
- Thorson, J. A., ve Powell, F. C. (1992). A revised death anxiety scale. *Death Studies*, 16(6), 507-521.
- Tiefenbach T, Kohlbacher F (2013) Disentangling the happiness effects of natural disasters: the mediating role of prosocial behavior. *German Institute for Japanese Studies*, Working Paper 13/5
- Tillich, P. (2019). *Olmak cesareti* (Çev.: F. C. Dansuk). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Topal, M. (2011). *Üniversite öğrencilerinin stres ile başa çıkma stilleri ile pozitif ve negatif duygu arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Topkaya, N., ve Büyükgöze-Kavas, A. (2015). Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: Bir model çalışması. *Turkish Studies-International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(2), 979-996.
- Turp, H. H. (2017). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öznel iyi oluş ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Tuzcuoğlu, S., ve Korkmaz, B. (2001). Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin boyuneğici davranış ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14, 135-152.

- Tuzgöl-Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tuzgöl-Dost, M. (2005). Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 103-111.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-142
- Türkçapar, H. (2018). *BDT temel ilkeler ve uygulama*. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Türkel, Z. (2018). *Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumunu arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Türkmen, O. O. (2019). *Üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı ile algılanan stres düzeyi arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın aracı rolü*. Yüksek lisans tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Uchino, B. N. , Bowen, K. , Kent de Grey, R. G. , Smith, T. W. , Baucom, B. R., Light, K. C., ve Ray, S. (2016). Loving-kindness meditation improves relationship negativity and psychological well-being: A pilot study. *Psychology*, 7, 6-11. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.71002>
- Ümmet, D., Ekşi, H., Özkapu, Y., ve Ekşi, F. (2018). The existential concerns questionnaire (ECQ): A study of validity and reliability. *Research and Development on Social Sciences*, 423-429
- Ünal S., ve Özcan, M. E. (2000) Depresyonda hazırlayıcı, ortaya çıkarıcı ve koruyucu etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 41-48.
- van Bruggen, V. V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., ve Glas, G. (2017). The existential concerns questionnaire (ECQ)—Development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 73(12), 1692-1703. <https://doi.org/10.1002/jclp.22474>
- van Bruggen, V. V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., ve Glas, G. (2015). Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55(2), 173-201. <https://doi.org/10.1177/0022167814542048>
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht, Netherlands: D. Reidel Publishing.

- Vela, J. C., Castro, V., Cavazos, L., Cavazos, M., ve Gonzalez, S. L. (2015). Understanding Latina/o students' meaning in life, spirituality, and subjective happiness. *Journal of Hispanic Higher Education*, 14(2), 171-184.
- Vrana, S., ve Lauterbach, D. (1994). Prevalence of traumatic events and post-traumatic psychological symptoms in a nonclinical sample of college students. *Journal of Traumatic Stress*, 7(2), 289-302.  
<https://doi.org/10.1002/jts.2490070209>
- Wahl, J. (1999). *Varoluşçuluğun tarihçesi*. (Çev.: B. Onaran). İstanbul: Payel Yayınları.
- Wang, S-Yi., Wong, Y. J., ve Yeh, K-Hui. (2016). Relationship harmony, dialectical coping, and nonattachment: Chinese indigenous well-being and mental health. *The Counseling Psychologist*, 44(1), 78-108.
- Watson, D., Clark, L. A., ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Weems, C. F., Costa, N. M, Dehon, C., ve Berman, S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination. *Anxiety, Stres and Coping*, 17, 383-399.
- Wen, Y. H. (2010). Religiosity and death anxiety. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 6(2), 34.
- Wong, P. T. P. (2000). Meaning of life and meaning of death in successful aging. In A. Tomer (Ed.), *Death attitudes and the older adult: Theories, concepts, and applications* (pp. 23–35). Philadelphia: Taylor & Francis.
- Yağmur, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, ruminasyon ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Yalçın, C. (2018). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve yaşam doyumu ilişkisi: Selçuk Üniversitesi örneği*. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yalom, I. (2008). *Güneşe bakmak ölümle yüzleşmek* (Çev.: Z. İyidoğan Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yalom, I. (2014). *Varoluşçu psikoterapi* (Çev.: Z. İyidoğan Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

- Yalom, I. D. (2002). *Grup psikoterapisinin teori ve pratiği* (Çev.: A. Tangör ve Ö. Karaçam). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yaman, B. (2013). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin okul ortamındaki duygusal durumlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Yayan, G. (2018). *Orta yaş grubundaki bireylerin otomatik düşünce düzeylerinin depresyon, anksiyete ve pozitif-negatif duygular üzerindeki etkisi*. Yüksek lisans tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yazıcı-Çelebi, G., & Çelebi, B. (2018). Lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Erciyes Journal of Education*, 2(2), 1-15.
- Yerlikaya, E. E. (2009). *Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile algılanan stres, kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Doktora tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. Doktora tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29, 277-289.
- Yetim, Ü. (2003). The impacts of individualism/collectivism, self-esteem and feeling of mastery on life satisfaction among the Turkish university students and academicians. *Social Indicators Research*, 61, 297-317.
- Yıkılmaz, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygı: Erken dönem uyum bozucu şemalar, kontrol odağı ve travma sonrası gelişimin yordayıcılığı*. Doktora tezi. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yıldırım, T. (2017). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, M. (1998). *Dini hayat ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yılmaz, S. (2018). Umre ibadetinin hayatın anlamı ve umutsuzlukla ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 22(1), 543-570.  
<https://doi.org/10.18505/Cuid.417623>

- Yolcubal-Bayrak, D. (2019). *Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Yoo, Y., ve Kang, H. (2006). Effects of a bereavement intervention program on depression and life satisfaction in middle aged widows in korea. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 36(8), 1367-1373.
- Yukay Yüksel, M., Güneş, F., ve Akdağ, C. (2017). Investigation of the death anxiety and meaning in life levels among middle-aged adults. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2, 165-181.  
<http://dx.doi.org/10.12738/spc.2017.2.0024>
- Yun, Y. H., Rhee, Y. E., Kang, E., ve Sim, J. A. (2019). The satisfaction with life scale and the subjective well-being inventory in the general korean population: Psychometric properties and normative data. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9), 2-10.
- Yüksel, R. (2013). *Genç yetişkinlerde aşk tutumları ve yaşamın anlamı*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Zhang, L., ve Leung, J. (2002). Moderating effects of gender and age on the relationship between self-esteem and life satisfaction in Mainland Chinese. *International Journal of Psychology*, 37(2), 83-91.  
<http://dx.doi.org/10.1080/00207560143000252>
- Zika, S., ve Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83(1), 133-145.  
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02429.x>

## EKLER

### Ek 1. Bilgilendirilmiş Onay Formu

#### BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY FORMU

Değerli katılımcılar,

Bu araştırma Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş danışmanlığında, Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı Doktora öğrencisi Uz. Gözde Evram tarafından yürütülmektedir. Araştırmanın amacı kapsamında varoluş kaygısı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, öznel iyi oluş ve depresyon değişkenlerinin ruh sağlığı alanındaki rolünü tespit etmek amacıyla değişkenlerin birbirleri ile ilişkileri incelenecektir.

Araştırmaya katılımınız gönüllülük esasına dayanır. Soruları yanıtlamanız yaklaşık olarak 20 dakika alacaktır. Anket sorularına vereceğiniz cevaplar tamamen bilimsel amaçlı olarak kullanılacağından anket formunun üzerine isim, soyadı gibi bilgileri lütfen yazmayınız. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır. Anket kişisel rahatsızlık verecek sorular içermemektedir. Katılımınız sırasında sorulardan veya başka bir nedenden dolayı kendinizi rahatsız hissederseniz anketi doldurmaktan vazgeçebilirsiniz. Araştırma verileri araştırma sona erdikten sonra 2 yıl süre ile kişisel bilgisayarında ve kişisel dolabında saklı tutulacaktır.

Anket sorularını cevaplarken göstereceğiniz gayret ve samimiyet araştırma sonuçlarının güvenilirliği açısından son derece önem arz etmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Hiçbir soruyu boş bırakmayınız. Araştırma hakkında daha fazla bilgi almak için [gozde.evram@neu.edu.tr](mailto:gozde.evram@neu.edu.tr) adresi aracılığı ile iletişim kurabilirsiniz.

Anketin doldurulması konusunda gösterdiğiniz ilgi, samimiyet ve yardımdan dolayı teşekkür ederim.

Bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

Evet

Hayır

İmza:

Saygılarımla

Uz. Gözde Evram

Yakın Doğu Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı

**Tez Danışmanı:**

Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş

[ayhan.cakicies@neu.edu.tr](mailto:ayhan.cakicies@neu.edu.tr)

**Ek 2. Kişisel Bilgi Formu****KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

- 1. Yaşınız :**
- 2. Cinsiyetiniz :**  Kadın  Erkek
- 3. Uyruğunuz :**  TC  KKTC  TC ve KKTC  
 Diğer .....
- 4. Mezun olduğunuz lise:**  
 Genel Lise  Anadolu Lisesi  Kolej  Özel Lise  
 Fen Lisesi  Meslek Lisesi  Açık Öğretim Lisesi  
 İmam Hatip Lisesi  Anadolu İmam Hatip Lisesi
- 5. Öğrenim gördüğünüz fakülte:**  
 Eğitim Fak.  Denizcilik Fak.  Dış Hekimliği Fak.  
 Eczacılık Fak.  Fen – Edebiyat Fak.  Güzel Sanatlar ve Tasarım Fak.  
 Hemşirelik Fak.  Hukuk Fak.  İ.İ.B.F.  
 İlahiyat Fak.  İletişim Fak.  Mimarlık Fak.  
 Mühendislik Fak.  Sağlık Bilimleri Fak.  Sahne Sanatları Fak.  
 Tıp Fak.  Veteriner Fak.
- 6. Öğrenim görmekte olduğunuz bölüm:**
- 7. Sınıfınız :**  Bir  İki  Üç  Dört
- 8. Aylık olarak elinize geçen para miktarı ne kadardır?**  
 2.364 TL ve daha az  2.365 TL – 4.730 TL  4.731 TL ve daha fazla
- 9. Son altı ay içinde psikolojik bir destek aldınız mı?**  Evet  Hayır  
**Bu süreçte her hangi bir tanı kondu mu?**  Evet  Hayır  
**Tanı konduysa nedir?** .....
- 10. Son altı ay içerisinde bir yakınınızı kaybettiniz mi?**  Evet  Hayır
- 11. Kaybettiğiniz kişinin yakınlığı:**  Anne  Baba  Kardeş  Eş  
 Arkadaş  Diğer.....
- 12. Size göre kaybettiğiniz kişinin yakınlık derecesi:**  
 Çok yakın  Yakın  Öylesine biri  Uzak  Çok uzak
- 13. Son altı ay içerisinde sarsıcı bir olay yaşadınız mı?**  
 Yaşamadım  Boşanma  Ciddi ekonomik problem  
 Cinsel Taciz  Doğal afet (Deprem, sel vb.)  Göç  
 İşsizlik  Kayıp  Kaza  Kürtaj  
 Şiddet  Diğer .....



### Ek 3. Varoluşsal Endişe Anketi

#### VAROLUŞSAL ENDİŞE ANKETİ

Aşağıdaki ifadeler, insanların yaşadıkları deneyimlerle ilgilidir. Lütfen bu deneyimleri ne sıklıkla yaşadığınızı düşünün ve doğru cevabı işaretleyin.		Asla	Nadiren	Ara Sıra	Sıklıkla	Her Zaman
1.	Yaşamın anlamının olup olmadığını sorgulamak beni endişelendirir.					
2.	Yaşamın bana bir çok seçenek sunduğunu fark etmek beni korkutur.					
3.	Sanki ait değilmişim gibi hissettiğim bu dünyada olmak beni endişelendirir.					
4.	Varoluşun her an bana kötü bir şey olacakmış gibi beni tehdit ettiğini hissedirim.					
5.	Zamanın birinde öleceğimi bilmek beni korkutur.					
6.	Hayatın anlamı hakkında endişelenirim.					
7.	Tüm seçimlerimim bir sonucu olduğunu unutmaya çalışırım.					
8.	Kendimle olan bağımlı kaybetmekten endişe duyarım.					
9.	Sonuçta hayatta sadece kendimle olma duygusuyla mücadele ederim.					
10.	Hayatımın geçip gitmekte olduğu düşüncesi beni endişelendirir.					
11.	Hayatın anlamının olup olmadığı sorusu aklıma geldiğinde hemen başka şeyler düşünmeye çalışırım.					
12.	Yaşayabileceğim hayatı yaşayamadığımdan endişelenirim.					
13.	Diğer insanların beni iyi bir şekilde tanıyamayacaklarını bilmek beni endişelendirir.					
14.	Umulmadık bir anda bana kötü bir şey olacağından endişelenirim.					
15.	Hayatın bir sonu olduğunu düşünmemeye çalışırım.					
16.	Bir zamanlar önemseydiğim şeylerin, bana artık anlamsız gelmesi beni korkutur.					
17.	Hayatın içindeki şeylerden kurtulamamaktan korkarım.					
18.	Gerçekte kim olduğum sorusunu düşünmekten kaçınırım.					
19.	Diğer insanlarla aramda bir boşluk olmasından endişe duyarım.					
20.	Vücudumun hayatın tehlikelerine karşı ne kadar zayıf olduğunu fark etmek beni endişelendirir.					
21.	Öldüğüm anda her şeyi geride bırakacak olmaktan endişe duyarım.					
22.	Kendimi asla net bir şekilde tanıyamayacak olmaktan korkarım.					

#### Ek 4. Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği

##### THORSON-POWELL ÖLÜM KAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki maddelerde ifade edilenlerin fikrinize ne ölçüde uyduğunu işaretlemeniz istenmektedir. Lütfen sizin için uygun olan cevabı işaretleyin.		Fikrime Çok Uygun	Fikrime Uygun	Kararsızım	Fikrime Aykırı	Fikrime Çok Aykırı
1.	Acı çekerek ölmekten korkarım.					
2.	Öbür dünyanın nasıl bir yer olduğunu bilmemek beni tedirgin eder.					
3.	Öldükten sonra bir daha asla düşünememek fikri beni dehşete düşürür.					
4.	Gömüldükten sonra cesedime ne olacağı konusu beni hiç kaygılandırmıyor.					
5.	Tabutlar beni huzursuz eder.					
6.	Öldükten sonra işlerim üzerindeki kontrolü kaybedeceğim düşüncesinden nefret ederim.					
7.	Ölüm sonrası tamamen hareketsiz kalmak beni kaygılandırır.					
8.	Ameliyat olacağımı düşündüğümde çok korkarım.					
9.	Ölümden sonraki hayat konusu beni oldukça kaygılandırıyor.					
10.	Yavaş ve uzun süren bir ölümden (canımın yavaş yavaş çıkmasından) hiç korkmuyorum.					
11.	Öldüğüm zaman bir tabuta kapatılacak olmam düşüncesi benim için sorun değil.					
12.	Öldükten sonra tamamen âciz bir durumda olacağım fikri beni huzursuz eder.					
13.	Öldükten sonra başka bir hayatın olup olmamasıyla hiç ilgilenmiyorum.					
14.	Öldükten sonra asla tekrar bir şey hissedememek beni huzursuz eder.					
15.	Ölürken çekilen ızdırap beni kaygılandırıyor.					
16.	Öldükten sonra yeni bir hayatın olmasını çok istiyorum.					
17.	Ebediyen âciz olmaktan endişe duymuyorum.					
18.	Cesedimin mezarda çürüyeceği düşüncesi beni dehşete düşürüyor.					
19.	Öldükten sonra dünyalık birçok şeyden mahrum kalacağım düşüncesi beni rahatsız eder.					
20.	Öldükten sonra bize ne olacağı konusunda çok kaygılanıyorum.					
21.	Dünyevî şeyleri elde etmek (ve onları kontrol altında tutmak) benim için önemli değildir.					
22.	Ölümün insanı her şeyden ayıracak olması beni dehşete düşürüyor.					
23.	Kansere yakalanmaktan özel bir korku duymuyorum.					
24.	Öldükten sonra yapılması gerekenlerle ilgili olarak teferruatlı bir vasiyet bırakacağım.					
25.	Öldükten sonra vücuduma ne olacağı umurumda değil.					

## Ek 5. Yaşamın Anlamı Ölçeği

### YAŞAMIN ANLAMLI ÖLÇEĞİ

Aşağıda genel olarak yaşamınızla ilgili çeşitli ifadeler vardır. Burada yer alan hiçbir ifadenin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi dürüst ve içtenlikle dile getirmenizdir. Size uygun olan cevabı daire içine alınız.		Benim İçin Hiç Doğru Değil	Benim İçin Doğru Değil	Benim İçin Biraz Doğru Değil	Kararsızım	Benim İçin Biraz Doğru	Benim İçin Doğru	Benim İçin Tamamen Doğru
1.	Yaşamımın anlamının farkındayım.							
2.	Yaşamımın anlamlı olduğunu bana hissettirecek bir şeyler arıyorum.							
3.	Daima yaşamımın amacını arıyorum.							
4.	Yaşamımın gayet belirgin bir amacı var.							
5.	Yaşamımı nelerin anlamlı kıldığını iyi biliyorum.							
6.	Tatmin edici bir yaşam amacı keşfetmiş durumdayım.							
7.	Daima, yaşamımı değerli hissettirecek bir şeylerin arayışı içindeyim.							
8.	Yaşamım için amaç ve hedef arıyorum.							
9.	Yaşamımın belirgin bir amacı yok.							
10.	Yaşamıma anlam arıyorum.							

## Ek 6. Yaşam Doyumu Ölçeği

### YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda genel olarak yaşamınızla ilgili çeşitli ifadeler vardır. Burada yer alan hiçbir ifadenin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi dürüst ve içtenlikle dile getirmenizdir. Size uygun olan cevabı işaretleyiniz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın.							
2.	Hayat şartlarım mükemmel.							
3.	Hayatımdan memnunum.							
4.	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.							
5.	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.							

## Ek 7. Pozitif ve Negatif Duygu Duygu Ölçeği

### POZİTİF VE NEGATİF DUYGU DURUM ÖLÇEĞİ

Aşağıda farklı duyguları tanımlayan bir takım sözcükler yer almaktadır. <u>Son iki hafta</u> nasıl hissettiğinizi düşünüp her maddeyi okuyun. Size uygun olan cevabı işaretleyiniz.		Çok az veya hiç	Biraz	Ortalama	Oldukça	Çok fazla
1.	İlgili					
2.	Sıkıntılı					
3.	Heyecanlı					
4.	Mutsuz					
5.	Güçlü					
6.	Suçlu					
7.	Ürkmüş					
8.	Düşmanca					
9.	Hevesli					
10.	Gururlu					
11.	Asabi					
12.	Uyanık (dikkati açık)					
13.	Utanmış					
14.	İlhamlı (yaratıcı düşüncelerle dolu)					
15.	Sinirli					
16.	Kararlı					
17.	Dikkatli					
18.	Tedirgin					
19.	Aktif					
20.	Korkmuş					

## Ek 8. Beck Depresyon Envanteri

### BECK DEPRESYON ENVANTERİ

Aşağıda, kişilerin ruh durumlarını ifade ederken kullandıkları bazı cümleler verilmiştir. Her madde bir çeşit ruh durumunu anlatmaktadır. Her maddede o ruh durumunun derecesini belirleyen 4 seçenek vardır. Lütfen bu seçenekleri dikkatle okuyunuz. Son bir hafta içindeki (şu an dahil) kendi ruh durumunuzu göz önünde bulundurarak, size en uygun olan ifadeyi bulunuz. Daha sonra, o maddenin yanındaki harfin üzerine (X) işareti koyunuz.

1) a. Kendimi üzgün hissetmiyorum b. Kendimi üzgün hissediyorum c. Her zaman için üzgünüm ve kendimi bu duygudan kurtaramıyorum d. Öylesine üzgün ve mutsuzum ki dayanamıyorum
2) a. Gelecekte umutsuz değilim b. Gelecek konusunda umutsuzum c. Gelecekte beklediğim hiç bir şey yok d. Benim için bir gelecek olmadığı gibi bu durum değişmeyecek
3) a. Kendimi başarısız görmüyorum b. Herkesten daha fazla başarısızlıklarım oldu sayılır c. Geriye dönüp baktığımda, pek çok başarısızlığımın olduğunu görüyorum d. Kendimi bir insan olarak tümüyle başarısız görüyorum
4) a. Her şeyden eskisi kadar doyum (zevk) alabiliyorum b. Her şeyden eskisi kadar doyum alamıyorum c. Artık hiçbir şeyden gerçek bir doyum alamıyorum d. Bana doyum veren hiçbir şey yok. Her şey çok sıkıcı
5) a. Kendimi suçlu hissetmiyorum b. Arada bir kendimi suçlu hissettiğim oluyor c. Kendimi çoğunlukla suçlu hissediyorum d. Kendimi her an için suçlu hissediyorum
6) a. Cezalandırılıyormuşum gibi duygular içinde değilim b. Sanki bazı şeyler için cezalandırılabilirdim gibi duygular içindeyim c. Cezalandırılacakmışım gibi duygular yaşıyorum d. Bazı şeyler için cezalandırılıyorum
7) a. Kendimi hayal kırıklığına uğratmadım b. Kendimi hayal kırıklığına uğrattım c. Kendimden hiç hoşlanmıyorum d. Kendimden nefret ediyorum
8) a. Kendimi diğer insanlardan daha kötü durumda görmüyorum b. Kendimi zayıflıklarım ve hatalarım için eleştiriyorum c. Kendimi hatalarım için her zaman suçluyorum d. Her kötü olayda kendimi suçluyorum
9) a. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok b. Bazen kendimi öldürmeyi düşünüyorum ama böyle bir şey yapamam c. Kendimi öldürebilmeyi çok isterdim d. Eğer bir fırsatını bulursam kendimi öldürürüm
10) a. Herkesten daha fazla ağladığımı sanmıyorum b. Eskisine göre şimdilerde daha çok ağlıyorum c. Şimdilerde her an ağlıyorum d. Eskiden ağlayabilirdim. Şimdilerde istesem de ağlayamıyorum

11) a. Eskisine göre daha sınırlı veya tedirgin sayılmam b. Her zamankinden biraz daha fazla tedirginim c. Çoğu zaman sınırlı ve tedirginim d. Şimdilerde her an için tedirgin ve sınırlıyım
12) a. Diğer insanlara karşı ilgimi kaybetmedim b. Eskisine göre insanlarla daha az ilgiliyim c. Diğer insanlara karşı ilgimin çoğunu kaybettim d. Diğer insanlara karşı hiç ilgim kalmadı
13) a. Eskisi gibi rahat ve kolay kararlar verebiliyorum b. Eskisine kıyasla şimdilerde karar vermeyi daha çok erteliyorum c. Eskisine göre karar vermekte oldukça güçlük çekiyorum d. Artık hiç karar veremiyorum
14) a. Eskisinden daha kötü bir dış görünüşüm olduğumu sanmıyorum b. Sanki yaşlanmış ve çekiciliğimi kaybetmişim gibi düşünüyor ve üzülüyorum c. Dış görünüşümde artık değiştirilmesi mümkün olmayan ve beni çirkinleştiren değişiklikler olduğumu hissediyorum d. Çok çirkin olduğumu düşünüyorum
15) a. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum b. Bir işe başlayabilmek için eskisine göre daha çok çaba harcıyorum c. Ne olursa olsun, yapabilmek için kendimi çok zorluyorum d. Artık hiç çalışmıyorum
16) a. Eskisi kadar kolay ve rahat uyuyabiliyorum b. Şimdilerde eskisi kadar kolay ve rahat uyuyamıyorum c. Eskisine göre bir veya iki saat erken uyanıyor, tekrar uyumakta güçlük çekiyorum d. Eskisine göre çok erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum
17) a. Eskisine göre daha çabuk yorulduğumu sanmıyorum b. Eskisinden daha çabuk ve kolay yoruluyorum c. Şimdilerde neredeyse her şeyden, kolayca ve çabuk yoruluyorum d. Artık hiçbir şey yapamayacak kadar yorgunum
18) a. İştahım eskisinden pek farklı değil b. İştahım eskisi kadar iyi değil c. Şimdilerde iştahım epey kötü d. Artık hiç iştahım yok
19) a. Son zamanlarda pek fazla kilo kaybettiğimi/aldığımı sanmıyorum b. Son zamanlarda istemediğim halde iki buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım c. Son zamanlarda beş kilodan fazla kaybettim/aldım d. Son zamanlarda yedi buçuk kilodan fazla kaybettim/aldım
20) a. Sağlığım beni pek endişelendirmiyor b. Son zamanlarda ağrı, sızı, mide bozukluğu, kabızlık gibi sıkıntılarım var c. Ağrı sızı gibi bu sıkıntılarım beni çok endişelendiriyor d. Bu tür sıkıntılar beni öylesine endişelendiriyor ki başka bir şey düşünemiyorum
21) a. Son zamanlarda cinsel yaşantımda dikkatimi çeken bir şey yok b. Eskisine göre cinsel konularla daha az ilgileniyorum c. Şimdilerde cinsellikle pek ilgili değilim d. Artık cinsellikle hiç bir ilgim kalmadı

## Ek 9. Katılımcı Bilgi Formu

### KATILIMCI BİLGİ FORMU

‘Varoluş Kaygısına Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması’ başlığı altında yürütülen bu çalışmaya katıldığınız için teşekkür ederim. Araştırmanın amaçlarını ve hedeflerini açıklamayı amaçlayan aşağıdaki bilgileri okumak için birkaç dakikanızı ayırınız. Araştırma ile ilgili sorularınız varsa, aşağıda iletişim bilgileri olan araştırmacıyla iletişim kurabilirsiniz.

Bu araştırmada varoluş kaygısı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, öznel iyi oluş ve depresyon değişkenlerinin ruh sağlığı alanındaki rolünü tespit etmek amacıyla değişkenlerin birbirleri ile ilişkileri incelenecektir. Literatürde varoluş kaygısı, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, öznel iyi oluş ve depresyon konularında çok sayıda çalışma mevcuttur. Her bir kavramın farklı kültürler doğrultusunda ilişkili olduğu yapılar ve ilişkiler araştırılmıştır. Birbirleriyle olan ilişkileri de araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Ancak bu kavramların hepsinin bir arada olduğu, geniş bir açıdan bakılarak ortaya konulan modellerin sınanmasına literatürde çok sık rastlanmamaktadır. Bu araştırma, literatürdeki bu boşluğun doldurulmasına katkıda bulunacaktır.

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı doldurulduktan sonra herhangi bir rahatsızlık veya sıkıntı duyuyorsanız ve bir uzman ile konuşmak istiyorsanız, lütfen Pozitif Psikoterapist Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş (0533 868 40 99) ile iletişim kurunuz. Ayrıca, sorularınız için araştırmacı (Uz. Gözde Evram, gozde.evram@neu.edu.tr, 0533 886 13 11) veya araştırmacının danışmanı (Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş, ayhan.cakicies@neu.edu.tr, 0392 223 64 64) ile iletişim kurabilirsiniz. Araştırmaya yaptığınız değerli katkıdan ve katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

Saygılarımla

Uz. Gözde Evram

Yakın Doğu Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı



## Ek 10. Ölçekler İçin Telif Hakkı Sahiplerinden İzin

### ÖLÇEKLER İÇİN TELİF HAKKI SAHİPLERİNDEN İZİN

#### 1. Varoluşsal Endişe Anketi

 **Dr. Durmuş ÜMMET** <dummet@marmara.edu.tr>  
to me


Apr 27

merhaba ihtiyacınızı görecekt belgeler ektedir,  
iyi çalışmalar selamlar

--

Dr. Öğr. Üyesi Durmuş ÜMMET  
Marmara Üniversitesi  
Atatürk Eğitim Fakültesi  
Eğitim Bilimleri Bölümü  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A.B.D.  
Bölüm Bşk. Yrd.

#### 2. Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği

 **MURAT YILDIZ** <yildizm@cumhuriyet.edu.tr>  
to me

Apr 24

Sayın Gözde Evram,

Tarafımızdan Türkçeye uyarlanması yapılmış olan "Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği"ni Doktora çalışmanızda kullanmanıza izin veriyoruz.  
Başarılar Diliyoruz.

Prof.Dr.Murat YILDIZ  
Cumhuriyet Üniversitesi  
Edebiyat Fakültesi  
Sosyal Hizmet Bölümü  
SIVAS

#### 3. Yaşamın Anlamı Ölçeği

 **İbrahim taş** <ibrahimtas34@gmail.com>  
to me


May 10

Merhaba

Kolay gelsin.  
İyi çalışmalar...

İbrahim TAŞ  
Yrd. Doç. Dr./Asistan Profesör  
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD  
34303 Küçükçekmece, İstanbul/ Türkiye


#### 4. Yaşam Doyumu Ölçeği

 **Ünsal YETİM** <unsalyetim@mersin.edu.tr>  
to me

Apr 24

Memnuniyetle izin veriyorum. Ekte ölçeği ve psikometrik bilgilerini gönderiyorum. İyi çalışmalar.

#### 5. PANAS

 **Tülin Gençöz** <tgencoz@metu.edu.tr>  
to me

Apr 23

Merhabalar,

Ölçeği bilimsel araştırmalarınızda kullanabilirsiniz. Makaleyi, ölçeği ve değerlendirme sekli için hazırladığım dokumani ekte yolluyorum.  
İyi çalışmalar dilekleriyle,

Prof. Dr. Tülin Gençöz  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü  
Orta Doğu Teknik Üniversitesi  
06800 Ankara  
Türkiye

T: +90 312 210 7341  
F: +90 312 210 370

## 6. Beck Depresyon Envanteri



Handan Deniz Ayalp <hdenizayalp@gmail.com>  
to me

May 18



Aşağıda bulunan izin yazısı ile söz konusu ölçüğe ilişkin materyaller, Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin tarafından gönderilmektedir.

Sayın Evram,

Beck Depresyon Envanteri'ni araştırma amaçlı olarak kullanmanızda benim açımdan bir sakınca bulunmamaktadır. Ancak sizden önemli ricam, Ölçeğin başka kopyalarını değil; size gönderdiğim kopyasını ve ölçek formunun son sayfasındaki kaynakları da kullanmanızdır. Kaynakları ekte dijital ortamda gönderiyorum. Ayrıca, Envanterin orijinalinin Aaron Beck tarafından geliştirilmiş olduğu bilgisiyile gerekli referanslarının da çalışmanızda verilmesi gerekecektir. Çalışmanızda başarılar dilerim.

## Ek 11. Etik Kurul İzin Yazısı



10.12.2018

Sayın Gözde Evram

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/EB/2018/216 proje numaralı ve "Varoluş Kaygısına Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması" başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

**Not:** Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.

**Ek 11 (Devamı).**

GİRNE ÜNİVERSİTESİ  
UNIVERSITY OF KYRENIA

Sayı : RY/2020/10

20 Aralık 2018

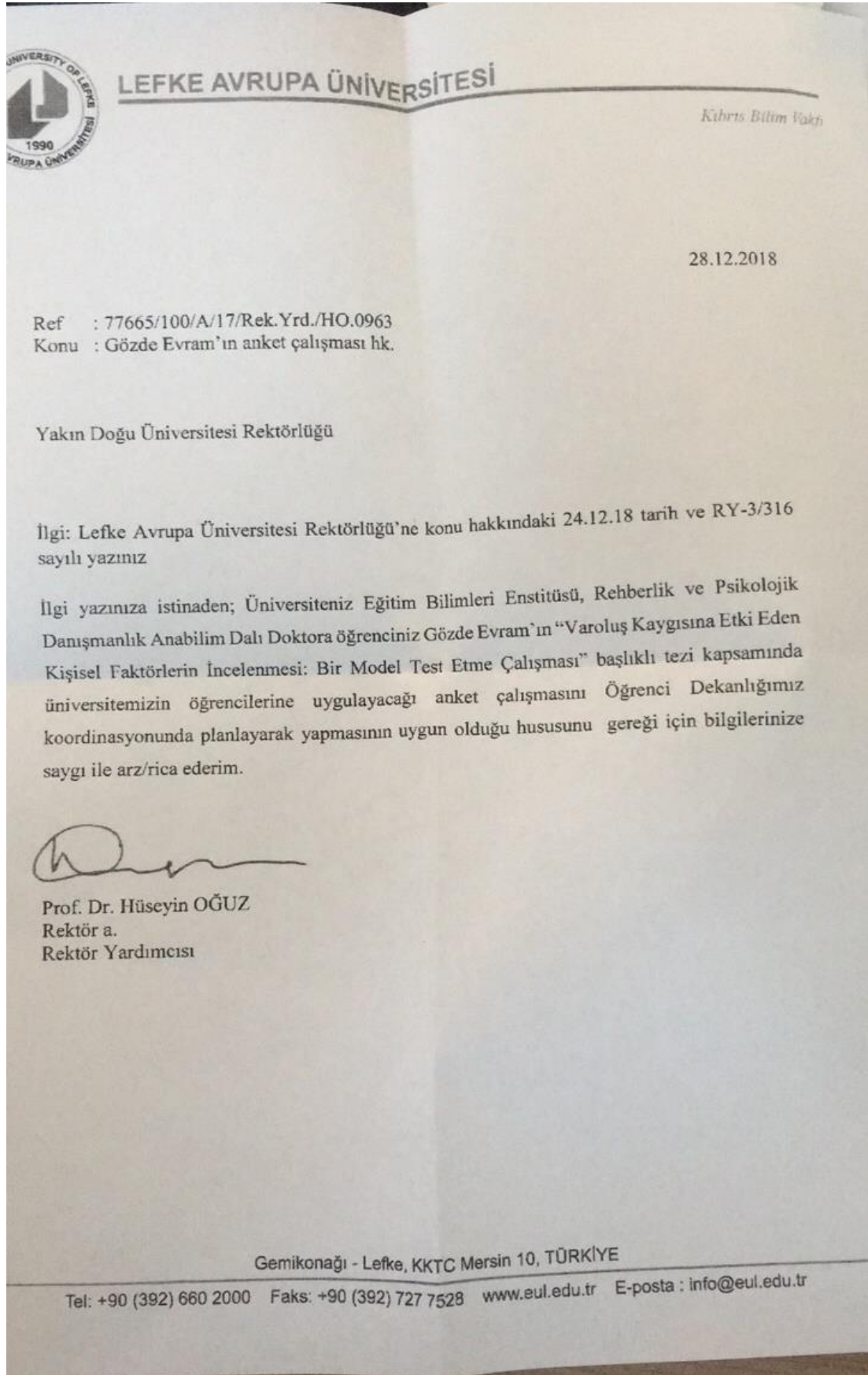
Konu : İzin Hk.

**İLGİLİ MAKAMA**

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı doktora programı öğrencisi Gözde Evram'ın "Varoluş Kaygısına Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması" başlıklı tezi kapsamında fakültemizin öğrencilerine uygulayacağı anket çalışmasının uygun olduğu hususunu gereği için bilgilerinize saygı ile arz ederim.

**Prof.Dr.Gökmen Dağlı**

**Rektör Yardımcısı**

**Ek 11 (Devamı).**

**Ek 11 (Devamı).**

ULUSLARARASI KIBRIS ÜNİVERSİTESİ

Sayı : -100-563

Konu : Gözde Evram'ın Anket Çalışması hk.

04/04/2019

Yakın Doğu Üniversitesi Rektörlüğü

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı doktora Programı öğrencisi Gözde Evram'ın " Varoluş Kaygısına Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması" başlıklı doktora tez çalışması Üniversitemiz Etik Kurulu tarafından değerlendirilmiş başvurunun geldiği gibi kabulüne karar verilmiştir. Konuyu gereği için bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Doç. Dr. Mehmet TOYCAN  
Rektör Yardımcısı - Eğitim ve Araştırma

04/04/2019 Sekreter

: Nurcan KERVANLI

**Evrakı Doğrulamak İçin:** <https://ebys.ciu.edu.tr/enVision/validation.aspx?V=BEKVNY03> Ptn Kodu: 31251

Lefkoşa - Kuzey Kıbrıs

Telefon No: (0392) 671 11 11 Faks No: (0392) 671 11 30

E-Posta: info@ciu.edu.tr İnternet Adresi: www.ciu.edu.tr

Bilgi İçin: Nurcan Kervanlı

Unvan: Sekreter



2019 05:45

From:03926711132

IDirektörlük2

Page:001

R=

Unvan: Özel Kalem Müdürü



m:03926711132

## Ek 11 (Devamı).



**Doğu Akdeniz  
Üniversitesi**  
*"Erdem, Bilgi, Gelişim"*

**Eastern  
Mediterranean  
University**

*"Virtue, Knowledge, Advancement"*

99628, Gazimağusa, KUZZEY KIBRIS /  
Famagusta, North Cyprus,  
via Mersin-10 TURKEY  
Tel: (+90) 392 630 1995  
Faks/Fax: (+90) 392 630 2919  
E-mail: bayek@emu.edu.tr

**Etik Kurulu / Ethics Committee**

**Sayı:** ETK00-2019-0090

05.04.2019

**Konu:** Etik Kurulu'na Başvurunuz Hk.

Sayın Gözde Evram

Yakın Doğu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Doktora Öğrencisi.

Doğu Akdeniz Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun **05.04.2019** tarih ve **2019/11-05** sayılı kararı doğrultusunda "**Varoluş Kaygısına Etki Eden Kişisel Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması.**" Adlı çalışmanız, Yrd. Doç. Dr. Ayhan Çakıcı Eş danışmanlığında, Bilimsel ve Araştırma Etiği açısından uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.



Prof. Dr. Fatma Güven Lisaniler

Etik Kurulu Başkanı

FGL/ns.



## Turnitin (Orjinallik Raporu)

Gözde Evram Tez

ORJINALLIK RAPORU

% <b>15</b> BENZERLIK ENDEKSİ	% <b>12</b> INTERNET KAYNAKLARI	% <b>6</b> YAYINLAR	% <b>9</b> ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ
----------------------------------	---------------------------------------	------------------------	--------------------------------

BİRİNCİL KAYNAKLAR

<b>1</b>	<a href="https://docs.neu.edu.tr">docs.neu.edu.tr</a> İnternet Kaynağı	%4
<b>2</b>	Submitted to Yakın Doğu Üniversitesi Öğrenci Ödevi	%3
<b>3</b>	Submitted to Girne American University Öğrenci Ödevi	<%1
<b>4</b>	ÖMER FARUK KOÇAK. "KİŞİLERARASI ÇATIŞMALAR VE YAŞAM DOYUMU İLİŞKİSİ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDE BİR ARAŞTIRMA", Journal of International Social Research, 2016 Yayın	<%1
<b>5</b>	<a href="http://www.sakaryajournal.org">www.sakaryajournal.org</a> İnternet Kaynağı	<%1
<b>6</b>	Submitted to Eastern Mediterranean University Öğrenci Ödevi	<%1
<b>7</b>	Submitted to Beykent Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1



## Özgeçmiş

- 1. Adı Soyadı** : Gözde EVRAM  
**İletişim Bilgisi**  
**E-mail** : gozde.evram@neu.edu.tr
- 2. Doğum Tarihi** : 13.11.1988  
**3. Unvanı** : Uzman  
**4. Öğrenim Durumu** :

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	Doğu Akdeniz Üniversitesi	2010
Yüksek Lisans	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Yakın Doğu Üniversitesi	2013
Doktora	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Yakın Doğu Üniversitesi	2014 – Devam ediyor

### 5. Akademik Unvanlar

### 6. Yönetilen Yüksek Lisans ve Doktora Tezleri

- 6.1.** Yüksek Lisans Tezleri  
**6.2.** Doktora Tezleri

### 7. Yayınlar

#### 7.1. Uluslararası hakemli dergilerde yayınlanan makaleler

Evrarn, G., & Çakici Eş, A. (2020). Investigation of personal factors affecting existential anxiety: A model testing study. *Current Psychology*, 39, 1535–1542. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00947-2>

Evrarn, G. (2018). A new approach to child psychotherapy: Teddy bear therapy. *Global Journal of Psychology Research: New Trends and Issues*, 8(4), 158–162.

Evrarn, G. (2018). Students' misbehaviour in secondary schools depending on immigration. *IIOAB Journal*, 9(S3), 101-108.

Karabeyoglu, Y. A., Balkir, T., Basari, S., Evrarn, G., & Sorakin, Y. (2018). Evaluation of obese adolescents and obese adult related to body perceptions and body images. *IIOAB Journal*, 9(S3), 80-88.

Evrarn, G., & Tezer, M. (2017). Comparative analysis of decision-making strategies and the locus of control levels of high school senior class students. *Ponte*, 73(8), 21-31.

Evrarn, G. (2017). Examination of studies on death anxiety published between 2005 and 2016. *Ponte*, 73(6), 280-285.

Evrarn, G., & Tezer, M. (2017). Decision-making strategies of high school senior class students based on a range of factors. *Ponte*, 73(4), 155-159.

Uzunboylu, H., & Evram, G. (2017). Understanding children's paintings in psychological counselling with children. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences* [Online], 03, pp 449-463. Available from: [www.prosoc.eu](http://www.prosoc.eu)

## **7.2. Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitabında basılan bildiriler**

Evram, G. (2019). Üniversite öğrencilerinin çeşitli değişkenlere göre varoluşsal kaygı düzeylerinin incelenmesi. *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Antalya, Türkiye.

Evram, G. (2019). Varoluşsal endişe, ölüm kaygısı, yaşamın anlamı, yaşam doyumu, pozitif/negatif duygu durum ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *V. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi*, İstanbul, Türkiye.

Evram, G. (2018). Aile rehberliği ve aile danışmanlığı alanında yapılan lisansüstü tez çalışmalarının eğilimleri: Bir içerik analizi çalışması *20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Samsun, Türkiye.

Evram, G. (2017). A new approach in child psychotherapy: Teddy bear therapy. *4th World Conference on Psychology Sciences*, Thessaloniki-Greece.

Evram, G., & Baysen, E. (2017). Examination of studies on narrative therapy published between 2012-2016: A content analysis study. *6th World Conference on Psychology and Sociology*, Barcelona-Spain.

Evram, G. (2017). Comparative analysis of decision-making strategies and the locus of control levels of high school senior class students. *4th Global Conference on Psychology Researches*, Lara-Antalya, Turkey.

Evram, G. (2017). Examination of studies on death anxiety published between 2015-2016. *9th World Conference on Educational Sciences*, Nice-France.

Evram, G., & Tezer, M. (2016). Decision-making strategies of the high school senior class students based on varying factors. *7th World Conference on Psychology, Counseling and Guidance*, Kuşadası-İzmir – Turkey.

Evram, G., & Uzunboylu, H. (2016). Understanding children's painting in psychological counselling with children. *5th International Conference on Educational Research*, Kyrenia, North Cyprus.

Uygarer, G., Gök, N., Özerman, B., & Evram, G. (2010). The effect of vocational guidance on secondary school's students. *International Conference on New Horizons in Education*, Famagusta, North Cyprus.

### 7.3. Yazılan uluslararası kitaplar veya kitaplarda bölümler

#### 7.4. Ulusal hakemli dergilerde yayınlanan makaleler

Uzun, G. Ö., Eş, A. Ç., & Evram, G. (2020). Examination of attitudes of university students in distance education according to some variables. *Near East University Journal of Education Faculty (NEUJEF)*, 3(2), 104-115.

Evram, G., Akıntuğ, Y., ve Baysen, E. (2019). Ortaöğretim kurumlarındaki rehber öğretmenlerin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine ilişkin yeterlik algıları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 116-133.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/deubefd/issue/46964/502228>

#### 7.5. Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitabında basılan bildiriler

Akıntuğ, Y., Baysen, E., ve Evram, G. (2015). Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmenlerinin KKTC Ortaöğretim Kurumlarındaki Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetlerine İlişkin Yeterlik Algıları. *XIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Mersin, Türkiye.

#### 7.6. Diğer yayınlar

#### 8. Projeler

#### 9. İdari Görevler

#### 10. Bilimsel ve Mesleki Kuruluşlara Üyelikler

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği

#### 11. Ödüller

Yakın Doğu Üniversitesi 2018 Genç Araştırmacı Bilim Ödülü

#### 12. Son iki yılda verdiği lisans ve lisansüstü düzeyindeki dersler