



## Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Anlamı Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Bayburt Üniversitesi Örneği)

“Analysis of the Life Significance Levels of University Students According to Sports and Different Variables (Sample of Bayburt University)”

Tuba TATLISU<sup>1</sup> & Murat TURAN<sup>2</sup> & Bülent TATLISU<sup>3</sup>

### ARAŞTIRMA MAKALESİ

#### Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 9 Kasım 2020

Kabul Tarihi: 10 Aralık 2020

Online Yayın Tarihi: 25 Aralık 2020

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.4>

#### Yazarlarla İletişim

1-Bayburt Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bayburt, TÜRKİYE

[tubakoyuncuoglu@gmail.com](mailto:tubakoyuncuoglu@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-6030-0078>

2- (Sorumlu Yazar). Giresun Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Giresun, TÜRKİYE

[murat-turan@hotmail.com](mailto:murat-turan@hotmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-3865-7134>

3- Bayburt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve spor Yüksekokulu, Bayburt, TÜRKİYE

[b.tatlisu@bayburt.edu.tr](mailto:b.tatlisu@bayburt.edu.tr)

<https://orcid.org/0000-0003-4208-4583>

#### Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

#### Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

#### Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

#### Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

#### Referans Gösterimi

Tatlısu, T., Turan, M. and Tatlısu, B. (2020). Üniversitesi Öğrencilerinin Yaşam Anlamı Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Anatolia Sport Research*, 1(1): 37-48.

Copyright © 2020 by Anatolia Sport Research

### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı düzeylerinin spor ve diğer değişkenlere göre incelemektir.

**Materyal ve Metod:** Araştırma Bayburt Üniversitesinde ön lisans/lisans eğitimi alan 248 kadın ve 312 erkek olmak üzere toplam 560 öğrenci üzerinde gerçekleştirildi. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin ‘Kişisel Bilgi Formu’ ile Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilip, Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan ‘Yaşamın Anlamı Ölçeği’ kullanıldı. SPSS 25.0 paket programı ile incelenen veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı ikili grup karşılaştırmalarında ‘Bağımsız Örneklem T Testi’, çoklu grup karşılaştırmalarında ise ‘Tek Yönlü Varyans Analizi’ ile birlikte Posthoc testlerinden LSD testi kullanıldı.

**Bulgular:** Bulgular .05 anlamlılık düzeyine göre yorumlandı. Araştırmada var olan anlam faktörü değerlerinde erkeklerin kadınlardan, spor yapanların yapmayanlardan, 7 yıl ve üzeri süre spor yapanların 4-6 yıldır spor yapanlardan, 2. sınıfların 1. sınıflardan, 3. sınıfların 1. sınıflardan, 4. sınıfların 1. sınıflardan, anlamlı derecede daha yüksek oldukları tespit edildi. Ayrıca bulunmaya çalışılan anlam faktörü değerlerinde 18-22 yaşındakilerin 28 ve üzeri yaştan, yine 23-27 yaş grubundakilerin 28 ve üzeri yaştan, 2.324 TL ve altı geliri olanların 6.975 TL ve üzeri geliri olanlardan, 2.325-6.974 TL geliri olanların 6.975 TL ve üzeri geliri olanlardan, toplam yaşam anlamı değerlerinde erkeklerin kadınlardan, 2. sınıfların 1. sınıflardan, 3. sınıfların 1. sınıflardan, 2.324 TL ve altı geliri olanların 6.975 TL ve üzeri geliri olanlardan anlamlı derecede daha yüksek oldukları tespit edildi.

**Sonuç:** Üniversite öğrencilerinde cinsiyet, spor durumu, yaş değişkeni, spor yapma süresi, sınıf düzeyi ve ailenin maddi gelir değişkenleri yaşamın anlamında genel olarak etkili olduğu, spor türü değişkeninde ise öğrencilerin yaşam anlamlarında herhangi bir anlam ifade etmediği sonuçlarına ulaşıldı.

Araştırmamız spor alanında ilk defa uygulandığından dolayı literatüre büyük katkıda bulunacağına inanılıyor.

**Anahtar Kelimeler:** Cinsiyet, Spor, Üniversite Öğrencileri, Yaşamın Anlamı.

### ABSTRACT

**Aim:** The aim of this research is to examine the life meaning levels of college students according to sports and other variables.

**Material and Method:** The research was conducted on 560 associate degree or undergraduate students, including 248 women and 312 men at Bayburt university. The ‘Meaning of Life Scale’, developed by Steger, Frazier, Oishi and Kaler (2006) and adapted to Turkish by Demirdağ and Kalafat (2015), was used with the ‘Personal Information Form’ on the demographic characteristics of the students. Because the data examined by SPSS 25.0 package program showed normal distribution, The ‘Independent Sample t test’ was used in binary group comparisons and the ‘one-way variance analysis’ and the LSD test from Posthoc tests were used in multiple group comparisons.

**Results:** Results were interpreted according to .05 significance level. In the values of the meaning factor in the study, men are at higher level than women, those who do sports are at higher level than those without sports, those who do sports for 7 years and above are at higher level than those who do sports for 4-6 years, second grade students are at higher level than first grade ones, third grade students are at higher level than first grade ones and fourth grade students are at higher level than first grade ones. In addition, in the values of the meaning factor, those aged 18-22 are at higher level than those aged 28 and above, those aged 23-27 at higher level than those aged 28 and above, those with income of 2,324 TL and below at higher level than those with income of 6,975 TL and above, those with income of 2,325-6,974 TL at higher level than those with income of 6,975 TL and above, and in total life meaning values, males at higher level than women, second graders at higher level than first graders, third graders at higher level than first graders, those with an income of 2,324 TL and below at higher level than those with an income of 6,975 TL.

**Conclusions:** For undergraduate students, gender, sports status, age, duration of sports, grade and family income variables are generally effective in the meaning of life while the variables of the sports type variable are not effective in students’ life meaning. It is believed that it will contribute greatly to the literature, as our research has been applied for the first time in the field of sports.

**Keywords:** College Students, Gender, Sport, The Meaning Of Life.

## GİRİŞ

İnsanoğlu yaşamı boyunca, yaşamının ne anlama geldiği, neden ve niçin yaşadığı ile ilgili birçok soruyu kendisine sormuş ama yaşamın anlamının ne olduğu sorusuna ilişkin tatmin edici bir yanıt bulamamıştır. Bu sebeple yaşamın anlamını kişiler kendilerini tatmin edici farklı şeylerde aramaya başlamıştır. Yaşamın anlamının felsefi açıdan sorgulanması insanlık tarihi kadar eskiye dayanmaktadır (Adler, 2010). II. Dünya savaşı sonrası daha çok bireyin anlam arayışının üzerinde durulmuştur (Sezer, 2012). Yaşamın anlamını açıklamak için varoluşsal analiz kelimelerini ilk olarak Viktor Frankl kullanmıştır. (Frankl, 2010). Battista ve Almond (1973) yaşamın anlamını yaşamı açık anlaşılır hale getirme ve kişinin kapasitesini kendisinin tatmin olacağı hale getirme olarak tanımlamıştır. Krause ve Hayward (2014) yaşam anlamını 5 boyutta değerlendirmiştir bunlar; amaca sahip olma, geçmiş ile barışık olma, hedefler doğrultusunda mücadele etme, değerlere sahip olma ve yaşamı anlamlandırma. Wong'a (1997) göre yaşamın anlamı, bireylerin karşılaştıkları olayları ve tecrübelerini önceden tahmin etmelerini ve onları açıklayabilme olarak tanımlamıştır. Yaşamın anlamının sıradanlıktan kurtulma duygusundan doğabileceği ifade edilebilir. (Leontiev, 2005), Bu noktada bireyin yaşamda anlam bulma çabası kendine has olarak ortaya çıkar (Tagay, Nalbant ve Acar, 2016; Frankl, 2016). Frankl'a (2010) göre, insanları güdüleyici en temel güç, bir anlam bulma çabası ya da yaşamını anlamlı kılmadır. Yaşamda bir anlam bulmanın, bireylerin hayatlarında pozitif yönde yaptıkları değişimler görmezden gelinemez (Lindner, Hughes ve Fahy, 2008). Bir bireyin anlam arayışı olumlu sonuçlandıktan sonra bu ona, acıya karşı başa çıkabilecek bir özgüvende kazandırır (Ryff ve Singer, 1998). Kişi yaşam anlamı duygusunu deneyimlediğinde karar almada güçlenmektedir (Martela ve Steger, 2016). Yaşamın anlamı, sağlıklı olmanın bir yolu olarak açıklanır (Ryff, 1989). Yapılan birçok araştırmada, hayatında bir anlamın bulunduğu duygusuna sahip olmak kişinin psikolojik ve fizyolojik sağlığını olumlu etkilediği sonucuna varılmıştır (Meraviglia, 2001; Hicks, Schlegel ve King, 2010).

Günümüzde spor ile alakalı yapılan araştırmalar incelendiğinde hastalıkları önlemede ve hastalıkların iyileşmesinde yani düzenli fiziksel aktivite sağlık için çok önemlidir (Arabacı, 2017; Gün ve Ağırbaş, 2019; Abaoğlu, 1982). Spor, kişinin tüm yaşamı süresince sağlıklı, moral gücü yüksek ve mutlu olmasında bas faktör olarak bulunmaktadır (Yalçınkaya, Saraçoğlu ve Varol, 1993). Egzersiz ile sağlığı korumanın mümkün olduğu bilinmektedir (Uçan, 2018). Spor, kişiliği biçimlendirmektedir. Spor, korkusuzca mücadele ruhunu geliştirmeyi öğretir.(Aktepe, 2013). Spor, kişilerin sosyal açıdan gelişimini destekleyen, bir eylem bilimidir ( Tel ve Köksalan, 2008). Spor İngilizlerin günlük konuşma dillerinde zihin eğitimi sağlamakla birlikte kişiyi eğlendiren hareketlerin tamamı olarak adlandırılmaktadır. (Alpman, 1972). Ayrıca spor aracılığıyla bireylerde monoton stres dolu yaşamın olumsuz etkilerini de minimuma indirir ve toplumsal iletişimi sağlar (Baumann, 1994, Yalçın, 2009). Bireyin duygusal olarak gelişmesine yardımcı olur (Açıkkada ve Ergen, 1990). Spor, bireyin olgunlaşmasında ve sosyalleşmesinde iletişim ve diyalog kurmada önemli rol oynar (Doğar, 1997; Hahn, 1982).Spora genel anlamıyla bakacak olursak organizmanın bütünlüğü ilkesine dayalı olarak tüm kişiliğin eğitimi, genel eğitimin bir tamamlayıcısı ve onun asla ayrılmaz bir parçası olup, amacı insanların fiziksel, zihinsel, ruhsal ve sosyal gelişmelerine katkıda bulunmaktadır (Doğar, 1997; Özbaydar, 1983).

Yaşamının her anında bir anlam arayışında olan bireyler hayatlarında sürekli bir takım şeylerin eksikliğinden bahsederek o duygu ile yaşantılarına devam etmekte ve bu boşluğu azaltmaya yönelik sürekli mücadele vermektedir. Yaşadığı bu eksikliği anlamlandırmada zorluk yaşayan bireyler psikolojik destek almaya yönelmektedir yaşam anlamı arayışında birçok başarısız denemeler sonucunda depresyon, anksiyete, intihar, tükenmişlik, alkol alma ve madde kullanma gibi çeşitli psikolojik sorunlar yaşamaktadır (Brassai, Piko ve Steger, 2011; Debats, 1996; Taş, 2011). Yaşamın anlamı sadece günlük hayatta karşılaştığımız güçlüklerle başa çıkmak değildir. Birçok değişkenden etkilenen bir kavramdır.

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde spor kavramının yaşamın anlamı üzerine etkisi olup olmadığını belirlemek amacı ile tasarlandı. Spor alanında bu konudaki öncü araştırma olması bakımından önem arz etmektedir.

## **MATERYAL VE METOD**

### **Araştırma Modeli**

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı düzeylerini çeşitli değişkenler açısından inceleyen nicel bir araştırmadır. Nicel araştırmalar, değişkenler arasındaki ilişkileri inceleyip nesnel kuramları sınama yaklaşımıdır (Demir ve diğerleri, 2014).

### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın çalışma evreni, Bayburt Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerdir. Örneklemi ise Bayburt Üniversitesinin tüm fakültelerinden kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile araştırmaya katılan 248 kadın, 312 erkek toplamda 560 öğrenci oluşturmaktadır.

### **Problem**

Üniversite öğrencilerinin spor ve farklı değişkenlere göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?

### **Alt Problemler**

- Öğrencilerin cinsiyetlerine göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin yaş faktörlerine göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin spor yapma durumuna göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin spor türüne göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin spor süresine göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin sınıf düzeyine göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?
- Öğrencilerin aile maddi gelirine göre yaşamın anlamı düzeyleri arasında fark var mıdır?

### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu ve Yaşam Anlamı Ölçeği ile toplanmıştır. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgilerini toplamak için araştırmacılar tarafından oluşturulan cinsiyet, yaş, spor yapma durumu, spor türü, spor yapma süresi, lisans programı, sınıf ve aile gelir düzeyinden oluşan 7 adet soru sorulmuştur. Yaşamın anlamı ölçeği (YAÖ) ise, insanların yaşamda elde ettikleri ve arayışta oldukları anlamı belirlemek amacıyla Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilen bir ölçektir. Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Demirdağ ve Kalafat (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yaşamın Anlamı Ölçeği 7'li Likert (1 kesinlikle doğru değil-7 kesinlikle doğru) tipi bir ölçme aracıdır ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek mevcut yaşam anlamı ve aranan yaşam anlamı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekteki 1, 4, 5, 6 ve 9. maddeler (9. Madde ters puanlanmaktadır) yaşamın mevcut anlamını, 2, 3, 7, 8 ve 10. maddeler ise yaşamda aranan anlamı ölçmektedirler. Ölçekteki olası puanların ranjı 7 ile 70 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan en yüksek puan bireyin yaşam anlamına sahip olma düzeyinin yüksek olduğunu gösterir. Araştırmada elde

edilen verilerden ölçüğe ilişkin tanımlayıcı istatistik ve güvenilirlik analiz sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

### Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen veriler, öncelikle dijital ortama aktarılmış ve SPSS 21.0 ile çözümlenmiştir. Çalışmada elde edilen veriler üzerinde normallik testi yapılmış ve grup puanlarının her iki değişken ölçümü için normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin sahip olduğu yaşam anlamının; cinsiyet, spor yapma durumu ve yapmış olduğu spor türüne göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için ‘bağımsız örneklem T testi’ kullanılmıştır. Yaşamın anlamının; yaş, yapmış olduğu spor süresi ve maddi gelir değişkenlerine göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ‘tek yönlü varyans analizi’ ile birlikte anlamlı farklılıkları tespit etmek için posthoc testlerinden LSD testi kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar yorumlanırken anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

### BULGULAR

*Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri*

Değişkenler	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	248	44.3
	Erkek	312	55.7
Yaş	18-22 yaş	385	68.8
	23-27 yaş	146	26.1
	28 yaş ve Üzeri	29	5.2
Spor Yapma Durumu	Evet	388	69.3
	Hayır	172	30.7
Yapılan Spor Türü	Takım Sporü	179	32
	Bireysel Spor	209	37.3
Spor Yapma Süresi	1-3 yıl arası	135	24.1
	4-6 yıl arası	111	19.8
	7 yıl üzeri	142	25.4
Lisans Programı	Spor Alanı	394	70.4
	Diğer Alanlar	166	29.6
Sınıf	1.sınıf	237	42.3
	2.sınıf	97	17.3
	3.sınıf	93	16.6
	4.sınıf	133	23.8
Ev Hanesinin Maddi Geliri	2.324 TL ve altı	274	48.9
	2.325 TL – 6.974 TL arası	248	44.3
	6.975 TL ve üzeri	38	6.8
<b>Toplam</b>		<b>560</b>	<b>100</b>

*Tablo 2. Yaşamın anlamı ölçüğü tanımlayıcı istatistik ve güvenilirlik analiz sonuçları*

Faktör	N	Min	Max	X	ss	Cronbach's Alpha
Var Olan Anlam	560	5	35	25,69	6,67	.773
Bulunmaya Çalışılan Anlam	560	5	35	24,11	7,64	.879
Toplam Yaşam Anlamı	560	16	70	49,81	9,88	.721

**Tablo 3.** Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Cinsiyet	N	X	Ss	t	P
Var Olan Anlam	Kadın	248	25.02	6.74	-2.118	0.34*
	Erkek	312	26.23	6.57		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Kadın	248	23.77	7.50	-.958	.340
	Erkek	312	24.39	7.76		
Toplam Yaşam Anlamı	Kadın	248	48.79	9.67	-2.183	.030*
	Erkek	312	50.62	10.0		

\*  $p < .05$

Tablo 3 incelendiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin “var olan anlam” ve “toplam yaşamın anlamı” değerleri arasındaki fark anlamlı iken ( $p < 0.05$ ), “bulunmaya çalışılan anlam” alt boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 4.** Üniversite öğrencilerinin spor durumu değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Spor Durumu	N	X	Ss	t	P
Var Olan Anlam	Evet	388	26.18	6.49	2.580	.010*
	Hayır	172	24.61	6.96		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Evet	388	24.12	7.70	.047	.962
	Hayır	172	24.09	7.52		
Toplam Yaşam Anlamı	Evet	388	50.30	9.51	1.773	.077
	Erkek	312	50.62	10.0		

\*  $p < .05$

Tablo 4 incelendiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin “var olan anlam” alt boyutundaki sonuç anlamlı iken ( $p < 0.05$ ), “bulunmaya çalışılan anlam” ve toplam yaşamın anlamında önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 5.** Üniversite öğrencilerinin spor türü değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Spor Türü	N	X	Ss	t	P
Var Olan Anlam	Takım	179	26.37	6.58	.560	.576
	Bireysel	209	26.00	6.41		
Bulunmaya Çalışılan Anlam	Takım	179	23.97	7.52	-.364	.716
	Bireysel	209	24.25	7.87		
Toplam Yaşam Anlamı	Takım	179	50.35	9.60	.087	.931
	Bireysel	209	50.26	9.45		

\*  $p < .05$

Tablo 5 incelendiğinde, takım ve bireysel spor yapan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı alt boyutlarında ve toplam anlamda  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyine göre herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

**Tablo 6.** Üniversite öğrencilerinin yaş değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Grup	N	x	ss	f	P	LSD
Var Olan Anlam	18-22 (a)	385	25.40	6.53	1.827	.162	-
	23-27 (b)	146	26.10	6.95			
	28 ve üzeri (c)	29	27.58	6.89			
Bulunmaya Çalışılan Anlam	18-22 (a)	385	24.32	7.33	5.049	.007*	c<a (.002*) c<b (.003*)
	23-27 (b)	146	24.43	7.52			
	28 ve üzeri (c)	29	19.75	10.72			
Toplam Yaşam Anlamı	18-22 (a)	385	49.72	9.47	1.324	.267	-
	23-27 (b)	146	50.54	10.37			
	28 ve üzeri (c)	29	47.34	12.43			

\* p<.05

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaş değişkenine göre “bulunmaya çalışılan anlam” alt boyuttaki sonuç anlamlı iken “ var olan anlam” ve toplam yaşamın anlamında önemli bir fark olmadığı görülmektedir (p>0.05).

**Tablo 7.** Üniversite öğrencilerinin spor yapma süresi değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Grup	N	x	ss	f	P	LSD
Var Olan Anlam	1-3 (a)	135	25.84	6.38	3.190	.042*	b<c (.016*)
	4-6 (b)	111	25.25	7.18			
	7 ve üzeri (c)	142	27.22	5.90			
Bulunmaya Çalışılan Anlam	1-3 (a)	135	24.46	7.35	.673	.511	-
	4-6 (b)	111	24.47	7.29			
	7 ve üzeri (c)	142	23.52	8.34			
Toplam Yaşam Anlamı	1-3 (a)	135	50.31	9.37	.360	.698	-
	4-6 (b)	111	49.72	9.99			
	7 ve üzeri (c)	142	50.75	9.29			

\* p<.05

Tablo 7 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin spor yapma süresi değişkenine göre “var olan anlam” alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “bulunmaya çalışılan anlam” ve toplam yaşamın anlamında önemli bir fark olmadığı görülmektedir (p>0.05).

**Tablo 8.** Üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Grup	N	x	ss	f	P	LSD
Var Olan Anlam	1. Sınıf (a)	237	24.54	6.53	4.417	.004*	a<b (.002*) a<c (.044*) a<d (.009*)
	2. Sınıf (b)	97	27.03	6.88			
	3. Sınıf (c)	93	26.18	6.33			
	4. Sınıf (d)	133	26.43	6.74			
Bulunmaya Çalışılan Anlam	1. Sınıf (a)	237	23.91	7.26	.428	.733	-
	2. Sınıf (b)	97	24.09	8.12			
	3. Sınıf (c)	93	24.92	7.44			
	4. Sınıf (d)	133	23.93	8.12			
Toplam Yaşam Anlamı	1. Sınıf (a)	237	48.45	9.14	2.743	.042*	a<b (.025*) a<c (.028*)
	2. Sınıf (b)	97	51.12	10.80			
	3. Sınıf (c)	93	51.10	10.11			
	4. Sınıf (d)	133	50.36	10.11			

\* p<.05



Tablo 8 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre “var olan anlam” ve toplam yaşamın anlamı alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “bulunmaya çalışılan anlam” alt boyutunda önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 9.** Üniversite öğrencilerinin ev hanesinin maddi gelir değişkenine göre yaşamın anlamı değerlerinin karşılaştırması

Faktör	Grup	N	x	ss	f	P	LSD
Var Olan Anlam	2.324 TL ve altı (a)	274	25.74	6.69	.176	.839	-
	2.325 TL – 6.974 TL (b)	248	25.56	6.72			
	6.975 TL ve üzeri (c)	38	26.23	6.38			
Bulunmaya Çalışılan Anlam	2.324 TL ve altı (a)	274	24.97	7.26	6.291	.002*	c-a (.001*) c-b (.017*)
	2.325 TL – 6.974 TL (b)	248	23.71	7.75			
	6.975 TL ve üzeri (c)	38	20.55	8.55			
Toplam Yaşam Anlamı	2.324 TL ve altı (a)	274	50.71	10.22	3.286	.038*	c<a (.022*)
	2.325 TL – 6.974 TL (b)	248	49.28	9.19			
	6.975 TL ve üzeri (c)	38	46.78	10.84			

\*  $p<.05$

Tablo 9 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin ev hanesinin maddi gelir değişkenine göre “bulunmaya çalışılan anlam” ve toplam yaşamın anlamı alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “var olan anlam” alt boyutunda önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelediğimiz bu araştırmada erkek öğrencilerin “var olan anlam” ve “toplam yaşam anlamı” değerlerinin kadınlardan anlamlı derecede yüksek olduğu, “bulunmaya çalışılan anlam” faktöründe ise gruplar arasında fark olmadığı tespit edildi (Tablo 3). Bulmuş olduğumuz bu sonuç erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin yaşamlarına dair bir anlam aradıkları ama genel olarak yaşamlarında bir anlam olduğu sonucunu yansıtmaktadır. Yazınsal literatür incelendiğinde de benzer sonuçlar görülmüştür. Göçen (2019) yılında yaptığı Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi başlıklı makalesinde Korelasyon analizi sonuçlarına göre Öğretmenlerde yaşam anlam boyutunda cinsiyet bazında anlamlı bir ilişkinin var olduğunu ortaya koymuştur. Çelik’in (2016) yılında yapmış olduğu çalışmadaki araştırma bulgularında, yaşamda anlamın varlığı ve yaşam amacının cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Yapılan başka bir çalışmada Güven (2015) üniversite öğrencilerinde yaşamı anlamlı bulma, mevcut bir anlama sahip olma ve bir anlam arayışı içerisinde bulma düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığını bulmuştur.

Bulmuş olduğumuz verilerin aksine alanda farklı sonuçlar elde edilmiş çalışmalarda yer almaktadır. Yaran (2020) yüksek lisans tezinde öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre mutluluk ve yaşamın anlamında önemli olarak farklılık göstermediğini bulmuştur. Taptık (2019) yılında yapmış olduğu tez çalışmasında Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bahadır (2019) yüksek lisans tezinde üniversite öğrencilerinde Yapılan veri analizi sonucunda çalışmaya katılan öğrenci grubunun Yaşamın Anlamı ölçeğinden aldıkları puanlara bakıldığında cinsiyet değişkeninin anlamlı bir fark oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Saraç ve diğerleri (2018) yılında yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Girgin (2018) yapmış olduğu araştırma çalışmasında Üniversite öğrencilerinde yaşam anlamı, mevcut anlam ve aranan anlam düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini bulunmuştur. Demir (2017) yılındaki çalışmasında Yaşamın anlamı düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Kiang ve Fuligni (2009) Avrupa ve Asya, Latin Amerika kökenli lise öğrencileri ile yaptıkları

çalışmada yaşam anlamı düzeyinin cinsiyete bağlı olarak değişmediği sonucunu bulmuştur. Söylemez (2016) yüksek lisans tezinde katılımcıların yaşam anlamlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemiş ve cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Baş ve Hamatra (2015) yılında Üniversite Öğrencilerinde yaşam anlamlarının anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Baş (2014) yılında yapmış olduğu araştırma bulgularında bayan öğrencilerin, yaşamın “Mevcut Anlamı” ve yaşamın “Aranan Anlamı” puanlarının bay öğrencilerin puanlarından daha yüksek olduğu ancak bu farkın anlamlı olup olmadığı t Testi ile kontrol edilmiş ve ortalamalar arası farkın hem yaşamın “Mevcut Anlamı” için hem de yaşamın “Aranan Anlamı” için anlamlı olmadığı görülmüştür. Taş (2011) yapmış olduğu çalışmada Öğretmenlerin mevcut yaşam anlamları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı ilişki var mıdır?” yönündeki alt problem test edilmiş ve bay ve bayan öğretmenler arasında mevcut yaşam anlamı açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Yine bu çalışmada yaşam anlam düzeyinde spor yapma durumu incelendi ve spor yapan bireylerin var olan anlam alt boyutunda almış oldukları puanın ( $p < 0.05$ ) anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğu ve bu sonucunda üniversite öğrencilerinin yaşantısında sporun kendilerine bir anlam kattığını ifade etmektedir. (Tablo:4) Literatür incelendiğinde spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin yaşam anlamını karşılaştıran herhangi benzer sonuca ulaşılmamıştır.

Yapmış olduğumuz çalışmada bir diğer değişkenimiz olan spor türünün yaşamda anlam boyutuna baktığımızda takım ve bireysel spor yapan üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı alt boyutlarından ve toplam anlamda  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyine göre herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmadığı sonucuna ulaşılmış (Tablo:5) ve spor yapanların tamamının yaşamın anlamı ile ilgili bir sonuca vardıkları anlaşılmaktadır. Literatür incelendiğinde takım ve bireysel spor yapan üniversite öğrencilerinin yaşam anlamını karşılaştıran herhangi benzer bir sonuca ulaşılmamıştır.

Yaşamın anlamına etki eden bir diğer değişkenimiz olan yaş değişkenine göre “bulunmaya çalışılan anlam” alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “var olan anlam” ve toplam yaşamın anlamında önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p > 0.05$ ). Anlamlı çıkan sonucun ortalamaları incelendiğinde yaş oranı düştükçe bulunmaya çalışılan anlamda anlamlı derecede fark görülmektedir. (Tablo:6) Bu sonuç olgunluk seviyesine ulaşmış öğrencilerin yaşamlarına herhangi bir anlam yükledikleri gençlerin ise halen bulunmaya çalıştıkları bir anlam olduğu ifadesini ortaya koymaktadır. Literatürde bizim araştırma sonucumuzu destekler nitelikte sonuçlara ulaşılmıştır. Girgin (2018) , Wong ve Gingras (2011) yapmış oldukları çalışmalarda da yaş düzeyi arttıkça yaşamın anlamı düzeyinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Steger, Oishi ve Kashdan (2009) yılında yaptıkları çalışmada 18-45 yaş aralığında yer alan kişilerin yaş düzeyi arttıkça yaşamın anlamı düzeylerinin de anlamlı olarak arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmamızı destekler nitelikte Girgin (2018) yapmış olduğu araştırma çalışmasında üniversite öğrencilerinde elde edilen bulgulara göre yaşam anlamı, mevcut anlam ve aranan anlam düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır.

Bulmuş olduğumuz sonuçların aksine Yaran (2020) yapmış olduğu çalışmada üniversite Öğrencilerinin Yaşamın Anlamının yaş değişkenine göre önemli olarak farklılık göstermediğini bulmuştur. Söylemez (2016) yüksek lisans tezinde Katılımcıların yaşam anlamlarının yaş faktörüne göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemiş ve yaşa göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bektaş’ın (2012) yılında yaşamın anlamı üzerine yapmış olduğu çalışmada var olan anlam ve aranan anlam düzeyinin yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Taş’ın (2011) öğretmenlerin yaşam anlamlarının aranan anlam alt boyutu ve var olan anlam alt boyutunun yaş durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirtmiştir.



Araştırmamızda yaşamdaki anlamın spor yapma süresi değişkenine göre “var olan anlam” alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “bulunmaya çalışılan anlam” ve toplam yaşamın anlamında önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Araştırma sonuçları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin spor yapma süreleri arttıkça ortalamadan almış oldukları puanlar düşmekte (Tablo:7) ve bu sonuç doğrultusunda fazla spor yapmanın hayatta var olan anlam değerlerini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşabiliriz. Literatür incelendiğinde spor yapma süresi ile yaşam anlamını karşılaştıran herhangi benzer bir sonuca ulaşılmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre “var olan anlam” ve toplam yaşamın anlamı alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “bulunmaya çalışılan anlam” alt boyutunda önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Çalışmada öğrencilerin, sınıf değişkenine göre birinci sınıfların ikinci sınıflara oranla ortalamalarının düşük olduğu (Tablo:8) yani birinci sınıfların üniversiteye başlarken yaşamlarında var olan anlamın ikinci sınıfta daha fazla belirginleştiği sonucuna ulaşılmıştır. Toplam yaşam anlamına baktığımız zaman da aynı sonuçları görmekteyiz. Araştırmamızı destekler nitelikte literatürde benzer çalışmalarda yer almaktadır. Güven (2015) üniversite öğrencilerinde yapmış olduğu çalışmanın sonuçları incelendiğinde Sınıf düzeyi değişkenine ait bulgularda sınıflar arası yaşamda anlam düzeyinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmamızın aksine şu sonuçları bulan araştırmacılarda yer almaktadır. Saraç ve diğerleri (2018) yılında yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sahip olduğu mevcut yaşam anlamı, aranan yaşam anlamı ve genel yaşam anlamı sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bahadır (2019) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu tez çalışmasındaki veri analizi sonucunda yaşamın anlamı ölçeğinden öğrencilerin aldıkları puanlara bakıldığında sınıf düzeyine göre anlamlı biçimde farklılık göstermemekte olduğu sonucunu bulmuştur.

Araştırma çalışmamızda öğrencilerinin ev hanesinin maddi gelir değişkenine göre “bulunmaya çalışılan anlam” ve toplam yaşamın anlamı alt boyutundaki sonuç anlamlı iken “var olan anlam” alt boyutunda önemli bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Araştırma sonuçları incelendiğinde bulunmaya çalışılan anlam alt boyutunda maddi gelir arttıkça ortalama sayıları düştüğü görülmekte (Tablo:9) bu sonuç maddi geliri düşük olan üniversite öğrencilerinin maddi geliri yüksek olanlardan daha fazla yaşamlarına dair bir anlam aradığı sonucunu vermektedir. Toplam yaşam anlamı ortalamalarına baktığımızda ise maddi gelir yükseldikçe ortalamanın da yükseldiği yani genel olarak maddi geliri yüksek olanların yaşamlarında belirgin olarak bir anlam olduğu sonucuna ulaşırız. Literatürde çalışmamızı destekler nitelikte olan şu sonuçlara ulaşılmıştır. Yaran (2020) çalışmasında adölesan dönemdeki üniversite öğrencilerinin yaşamın anlamı düzeyleri aile gelir durumu değişkenine göre farklılık göstermekte olduğu sonucunu elde etmiştir.

Literatürde araştırma sonucuna karşın farklı değerler elde eden çalışmalar yer almaktadır. Bahadır (2019) yılındaki çalışmasında grubunun yaşamın anlamı puanları algılanan sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre anlamlı biçimde farklılık göstermediği sonucunu bulmuştur. Söylemez (2016) tezinde katılımcıların yaşamın anlamı ile sosyo-ekonomik seviyesine göre farklılaşmadığını tespit etmiştir. Demir (2017) yılındaki tez çalışmasındaki yapmış olduğu analiz sonuçlarına göre aile gelir düzeyinin yaşam anlamı üzerinde bir anlam ifade etmediği sonucunu bulmuştur.

Araştırmada;

- ✓ Cinsiyet değişkenine göre var olan anlam ve ‘toplam yaşam anlamında,
- ✓ Spor durumu değişkenine göre var olan anlam alt boyutunda,
- ✓ Yaş değişkenine göre bulunmaya çalışılan anlam alt boyutunda,

- ✓ Spor yapma süresi değişkenine göre var olan anlam alt boyutunda,
- ✓ Sınıf değişkenine göre var olan anlam ve toplam yaşam anlamında,
- ✓ Ev hanesinin maddi gelir değişkenine göre bulunmaya çalışılan anlam ve toplam yaşam anlamında gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğu,
- ✓ Spor yapma türü değişkenine göre ise yaşamın anlamının herhangi bir boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılıklar olmadığı sonuçlarına ulaşıldı.

Genel olarak çalışma sonucuna bakıldığında sporun üniversite öğrencilerinde bir anlam taşıdığı ve bu anlamında olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmaktadır. Çünkü yaşamında bir anlam taşımayan kişilerde çeşitli olumsuzlukların gözlemlendiği kişilik problemleri ya da psikolojik sorunlar yaşadığı, kendilerini yalnızlığa terk ettikleri ve gelecekte sıkıntı bireyler oldukları yapılan çalışmalar ile ortaya koyulmuştur. Bu sebeplerden dolayı araştırmamızda da ortaya koyduğumuz sonuç ışığında bireyleri spora yönlendirmek onların geleceğinin garanti altına alınması ve mutlu bireyler yetiştirmede sporun yararlı olacağı aşikârdır.

Bu konu spor alanında ilk defa araştırıldı. Konunun gelecek çalışmalarda daha özgül olarak spor branşlarına özelinde de araştırılması önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Abaoğlu, C. (1982). *Spor Ansiklopedisi Günde 5 Dakika Size Neler Kazandırır. (Sporun Tıbbi Yönü)*. İstanbul, Yelken Matbaası.
- Açıkada, C. ve Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*. Ankara, Büro-Tek Ofset Matbaacılık, 212
- Adler, A. (2010). *Yaşamın Anlamı*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- Aktepe, K. (2013). *Sporda Beceri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 1-42.
- Alpman, C. (1972). *Eğitimin bütünlüğü içinde beden eğitimi ve çağlar boyunca gelişimi*. Millî Eğitim Basımevi
- Arabacı, İ. B. (2017). İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Yaşamlarında Sporun Anlam ve Önemi. *Turkish Journal of Educational Studies*, 4(1):115-135.
- Bahadır, Z. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimlerinin Yaşamın Anlamı İle Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tez-no:551056>.
- Baş, V. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki* <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tez-no:372151>.
- Baş, V. ve Hamatra, E. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Değerler ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Battista, J. ve Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Journal for The Study of Interpersonal Processes*, 36(4), 409-427.
- Baumann, S. (1994). *Uygulamalı spor psikolojisi*, (C. İkizler ve Özcan Çev.), (1. Baskı), İstanbul, Alfa.
- Bektaş, A. (2012). Yöneticilerin İş Tatmini ve Motivasyon Düzeylerinin Yaşam Anlamı Düzeyi Üzerindeki Etkisi <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tez-no:326157>.
- Beşir Demir ve diğerleri (Çev.). Ankara: Eğiten Kitap.
- Brassai, L., Piko, B. & Steger, M. (2011). Meaning İn Life: Is It A Protective Factor For Adolescents' Psychological Health. *International Society of Behavioral Medicine*, 18, 44-51.
- Creswell, J. W. (2014). Araştırma deseni: Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları. Konya.
- Çelik, N. D. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Yaşamda Anlam ve Yaşam Amaçları Arasındaki İlişki. *Mediterranean Journal of Humanities*, mjh.akdeniz.edu.tr VI/1 133-141 DOI: 10.13114/MJH.2016119294
- Debats, D. L. (1996). Meaning in life: Clinical Relevance and Predictive Power. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(4), 503-516.
- Demir, R. (2017). *Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). T.C. Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

- Demirdağ, S. ve Kalafat, S. (2015). Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2): 83-95. DOI: 10.17679/iuefd.16250801
- Doğar, Y. (1997). *Türkiye’de Spor Yönetimi*. Adana, Öz Akdeniz Ofset, Ss: 3.
- Frankl, V. E. (2010). *İnsanın Anlam Arayışı*. (Çev. S. Budak). İstanbul: Okuyan Us Yayınları
- Frankl, V. E. (2016). Biography. <http://www.viktorfrankl.org/e/chronology.html> adresinden alınmıştır.
- Girgin, Y. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Anlamı ve Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> tez no: 517130.
- Göçen, A. (2019). Öğretmenlerin Yaşam Anlamı, Psikolojik Sermaye ve Cinsiyetinin Psikolojik İyi Oluşlarına Etkisi. *Cumhuriyet International Journal of Education*, e-ISSN: 2147-1606 8/1. 135-153
- Gun, A. ve Ağırbaş, Ö. (2019). The Relationship between Exercise Addiction, Physical Activity Level and Body Mass Index of the Students Who are Studying at Physical Education and Sports College. *Asian Journal of Education and Training*, Vol. 5, No. 1, 50-55, 2019 ISSN(E) 2519-5387 DOI: 10.20448/journal.522.2019.51.50.55
- Güven, P. (2015). *Üniversite öğrencilerinde yaşamın amacı ve anlamı ile yaşam doyumu ve yakın ilişkiler* (Doctoral dissertation, Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir).
- Hahn, E. (1982). Kindertraining, Blv Sportwissen, München, Page 55.
- 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.
- Kiang, L. ve Fuligni, A. J. (2009). Meaning in life as a mediator of ethnic identity and adjustment among adolescents from latin, asian, and european american backgrounds. *Journal Of Youth Adolescence*, Published online 2009 Nov 14. doi: 10.1007/s10964-009-9475-z
- Krause, N. ve Hayward, R. D. (2014). Assessing stability and change in a second-order confirmatory factor model of meaning in life. *Journal of Happiness Studies*, 15, 237–253.
- Leontiev, D. A. (2005). Three facets of meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43 (6), 45-72.
- Lindner, D., Hughes, A., ve Fahy, R. (2008). Eating Pathology and Social Comparison in College Females. *North American Journal of Psychology*, 10 (3), 445-462.
- Martela, F. ve Steger, F. M. (2016). The three meaning in life: Distinguishing coherence, purpose and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545.
- Meraviglia, M. G. (2001). *The Mediating Effects of Meaning in Life And Prayer on The Physical And Psychological Responses of People Experiencing Lung Cancer*”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Texas University, , p. 49-50.
- Özbaydar, S. (1983). *İnsan Davranışının Sınırları ve Spor Psikolojisi*, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi, 194.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Ryff, C. D., Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, p. 1–28.
- Saraç, H., İpek, A. N., & Çavuş, F. Z. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Anlamı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Bağlamında İncelenmesi. *Academic Review Of Humanities And Social Sciences*, 1(1), 50-61.
- Sezer, S. (2012). Yaşamın anlamı konusuna kuramsal ve psikometrik çalışmalar açısından bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45 (1), 209-228. Erişim Adresi: <http://dergipark.org.tr/auebfd/issue/38383/445082>
- Söylemez, A. (2016). *Manevi Zekânın Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İncelenmesi*. (Master's Thesis, Sakarya Üniversitesi).
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
- Steger, M. F., Oishi, S., & 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.
- Tagay, Ö, Voltan, N, Nalbant, A. (2016). Logoterapide Kullanılan Kavramların ve Tekniklerin Türk Kültürü’nde Uygulanabilirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 17 (1) , 105-126. DOI: 10.12984/eed.53493
- Taptık, E. (2019). *Ortaokul öğretmenlerinde yaşamın anlamı ile sınıf yönetimi davranışları arasındaki ilişki*. (Master's thesis, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı).

- Taş, İ. (2011). *Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Tel, M., ve Köksalan, B. (2008). Öğretim üyelerinin spor etkinliklerinin sosyolojik olarak incelenmesi (Doğu Anadolu örneği). *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 261-278.
- Uçan, İ. (2018). Aerobik Egzersizin Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametreler Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 46-55.
- Wong, P. T. P. (1997). Meaning-centered counseling: a cognitive-behavioral approach to logotherapy. *International Forum For Logotherapy*, 20, 85-94.
- Wong, P. T. P. and Gingras, D. T. (2011). Meaning in life measures and development of a brief version of the personal meaning profile. Wong, P. T. (Eds), *The Human Quest For Meaning (Pp.357-382)*. New York: Routledge. Erişim Adresi: <https://psycnet.apa.org/record/2012-03755-018>
- Yalçın, Y. (2009). *Spor Tatmininin Sporcuların Stres ve Saldırganlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi: Antrenör Cinsiyetinin Rolünü Belirlemeye Yönelik Antalya İlinde Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Kayseri.
- Yalçınkaya, M., Saraçoğlu, A. S., & Varol, S. R. (1993). Üniversite Öğrencilerinin Spora İlişkin Görüşleri Ve Beklentileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 12-26.
- Yaran, K. (2020). *Adölesan Dönemdeki Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk Ve Yaşamın Anlamının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi*, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, MALATYA.