

Boşanma Yaşantısı Olan Bireylerin Yaşamda Anlam ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ile Travma Sonrası Büyümeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi¹

Refika BAŐARIKAN² ve Tolga SEKİ³

Öz

Boşanma, bireylerin psikolojik sağlığı üzerinde olumsuz etkilere sebep olan travmatik bir yaşam olayıdır. Boşanmayı takiben insanların belli alanlarda pozitif değişimler yaşayabildiği yani psikolojik olarak büyüme deneyimleyebildiği bilinmektedir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın amacı, boşanma yaşantısı olan bireylerin yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile travma sonrası büyümeleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama tekniği kullanılmıştır. Araştırmaya Türkiye'nin 55 farklı şehriden boşanma yaşantısı olan 345 kişi katılmıştır. Katılımcıların 200'ü kadın (%58), 145'i erkektir (%42). Araştırmada veri toplama aracı olarak, "Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (TSBÖ)", "Kısa Psikolojik Sağlıklılık Ölçeği (KPSÖ)", "Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ)" kullanılmıştır. Yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılığın travma sonrası büyüme üzerindeki etkisi AMOS programı ile Yapısal Eşitlik Modeli oluşturularak incelenmiştir. Araştırmada verilerin normal dağılım gösterdiği ve ölçme araçlarının güvenilirlik katsayılarının yeterli olduğu görülmüştür. Travma sonrası büyüme ile kısa psikolojik sağlıklılık ($r=0.29$, $p<.001$), anlamın varlığı ($r=0.49$, $p<.001$) ve anlam arayışı ($r=0.12$, $p<.001$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. YEM ile test edilen modelin uyum iyiliği değerleri yeterli bulunmuştur. YEM sonucunda anlamın varlığı ($\beta=.50$), anlam arayışı ($\beta=.27$) ve psikolojik dayanıklılığın ($\beta=.29$) travma sonrası büyümeyi pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Ayrıca yaşamın anlamı ve psikolojik dayanıklılığın, travma sonrası büyümeyle ilişkin varyansın (R²) %35'ini açıkladığı belirlenmiştir.

Anabtar Kelimeler: Boşanma, Yaşamda Anlam, Psikolojik Dayanıklılık, Travma Sonrası Büyüme

Analyzing the Relationship between Levels of Meaning in Life and Psychological Resilience of Those Individuals with a Background of Divorce and Their Post-traumatic Growth

Abstract

Divorce is a traumatic event which has negative effects on the psychological health of individuals. It's known that after a divorce, people can experience positive changes in certain aspects of their lives, that is, they can experience psychological growth. In this direction, the aim of this study is to reveal the relationship between meaning in life and psychological resilience levels of individuals who have experienced divorce and their post-traumatic growth. Relational screening technique which is one of the quantitative research methods was used in the study. 345 people living in 55 different cities of Turkey and having a divorce background participated in the research. 200 (58%) of the participants were female and 145 (42%) were male. "The Post Traumatic Growth Scale", "The Brief Resilience Scale", "The Meaning in Life Scale" were used as data collection tools in the study. The effects of meaning in life and psychological resilience on post-traumatic growth were examined creating the Structural Equation Model with AMOS Program. According to the study data showed a normal distribution and the reliability coefficients of data collection tools were sufficient. It's found that there is a significant and positive correlation between post-traumatic growth and resilience ($r=0.29$, $p<.001$), presence of meaning ($r=0.49$, $p<.001$) and search for meaning ($r=0.12$, $p<.001$). Goodness-of-fit values of the model tested with SEM were found to be sufficient. As a result of SEM, present meaning ($\beta=.50$), meaning seeking ($\beta=.27$), and resilience ($\beta=.29$) were found to positively affect post-traumatic growth. In addition, it was determined that meaning of life and resilience explained (R²) 35% of the variance in post-traumatic growth.

Key Words: Divorce, Meaning of Life, Psychological Resilience, Post-traumatic Growth

Atıf İçin / Please Cite As:


Başarıkan, R. ve Seki, T. (2023). Boşanma yaşantısı olan bireylerin yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile travma sonrası büyümeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(1), 258-269. doi:10.33206/mjss.1166664

Geleş Tarihi / Received Date: 23.09.2022


Kabul Tarihi / Accepted Date: 10.11.2022

¹ Bu makale, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürütölen yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

² Uzman Psikolojik Danışman- Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Faköltesi, refisbasarikan@gmail.com

 ORCID: 0000-0002-6198-0028

³ Dr. Öğretim Üyesi - Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Faköltesi, tlg.seki@gmail.com

 ORCID: 0000-0001-5594-0786

Giriş

İnsan, doğası gereği yaşamın ilk anlarından itibaren çevresi ile uyumlu ilişkiler ve dostluklar kurma ihtiyaçı duyan sosyal bir varlıktır. İlişkiler, insan hayatının önemli bir yönünü oluşturmaktadır (Dana, 2021). Ruh sağlığı alanındaki birçok kuram insanın sosyal yönüne eğilmiştir (Burger, 2006; Corey, 2008). Bowlby'e göre her insan, yakın duygusal bağlar kurma ihtiyaçı içindedir ve erken dönemde kurulan bağlanma/sevgi ilişkisi bireyin yaşamı boyunca devam etmektedir (Atak ve Taştan, 2012). Erikson (1968), özellikle genç yetişkinlik döneminde deneyimlenen romantik ilişki ve evliliklerin bireylerin hayatında kritik bir önem taşıdığını söylemektedir. Ayrıca günümüzde güncelliğini koruyan ve giderek daha fazla çalışmayla desteklenen yaşam seyri yaklaşımı, sosyal değişimlerin ve sosyal bağlanmaların insan yaşantısına etkisini ortaya koymaktadır (Umberson, Williams, Powers, Chen ve Campbell, 2005). Evlilikler ve romantik ilişkiler bu yaklaşımda ele alınan önemli konulardandır (Settersten, 2015). İlişkiler; bireyler için ait olma, mutluluk, doyum gibi olumlu duygulara kaynaklık edebilirken; aynı zamanda öfke, değersizlik, incinme ve mutsuzluk gibi olumsuz duygulara ve çatışmalara da sebep olabilmektedir. Doyum elde etmekten mutsuzluğa kayan bu süreç, çiftlerin ilişkilerini bitirmesine ve boşanmasına yol açabilmektedir (Tosun, Yazıcı ve Altun, 2017).

Boşanma, toplumda ivedilikle artış gösteren psikolojik ve sosyolojik bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. İlişkideki çöküş yüksek düzeyde stres oluşturmakta ve maddi manevi kayıplar yaşatmaktadır (Bloom, Asher ve White, 1978). Aksu'ya göre (2019, s. 79) boşanma; "toplumsal olarak kabul gören uygulamayla başlayan evliliğin, kültürün mümkün kılması halinde, yine toplumsal kabul gören bir uygulamayla sonlandırılmasıdır". Nuhoğlu (2019), boşanmanın tek bir nedeninden bahsetmenin güç olduğunu söylemektedir. Ona göre, boşanma nedeni, sadece spesifik bir konuya ilişkin değil; evlilik içinde yaşanan çatışma konularının çözülmemesi ile ilgilidir. Yani insanlar çeşitli aile sorunları nedeniyle boşanmazlar; sorunların üstesinden gelemedikleri ve ilerleyen zamanlarda da gelemeyeceklerini düşünmeleri sebebiyle boşanırlar.

Bireylere yaşam çizgisinde kırıma yaşatan beklenmedik olaylar "travmatik olay" olarak isimlendirilmektedir. Boşanma da bireyin hayatındaki önemli değişimlerden biridir ve bu sebeple de travmatik bir yaşantı olarak düşünölmektedir (Keskin, 2013; Korkut, 2003). Couto ve diğerleri (2011), araştırmalarında en çok stres oluşturan olayların, boşanma ve kayıp (eř, ebeveyn, çocuk) olduğunu belirtmektedir. Dreman'ın görüşüne göre (1991); klinik araştırma bulguları göz önüne alındığında boşanma, travmatik bir yaşantıdır ve boşanmış bireylerin savunma davranışları, diğer travma yaşantısı olan bireylerle benzerlik göstermektedir. Herhangi bir travmatik olay gibi boşanmanın da psikolojik, fiziksel, davranışsal, sosyal ve ekonomik açıdan birçok olumsuz sonuç doğurabileceğine dair güçlü kanıtlar vardır (Graff-Reed, 2004; Hetherington, 2002; Shahbeik, Khanekeshi ve Khanmohammadi, 2018). Boşanma, çoğu aile üyesi tarafından acı verici ve stresli bir olay olarak deneyimlenmekte (Hetherington, 2002), boşanma sonrası ilk yıl boyunca hem erkek hem de kadınlar öfke, stres, depresyon, sosyal ve cinsel rollerde karışıklık gibi duygusal sorunlar yaşamaktadır (Ünal, 2016). Boşanma aynı zamanda, kimlik, öz değer, mali durum, yaşam tarzı, çocuk yetiştirme ve yaşam hedefleri ile ilgili birden fazla kriz durumunu içerebilmektedir (Graff-Reed, 2004).

Sürerbiçer (2008), boşanmayı bireylerin dehşete kapılmadan giremediği bir kurum olarak değerlendirmiştir. Ona göre, boşanma sürecinde bireyler duygusal olarak kendilerini incinmiş ve kızgın; hukuki olarak olaylar tarafından sürükleniyor gibi ve kontrolünü kaybetmiş; ekonomik olarak, mal ve para paylaşımı sebebiyle kandırılmış; anne-baba olarak çocukların ne olacağı ile ilgili kaygılı ve suçlu; toplumsal olarak arkadaşlıklarının verimliliği konusunda sorgulayıcı ve bazı arkadaşlıklara kızgın; ruhsal olarak ise tekrar bağımsız hale gelmekten dolayı korkmuş hissedebilmektedir. Ancak tüm bunlara rağmen, bu sürecin başarılı bir şekilde çözüme kavuşması ve halledilmesi, kişilerde bir şeyi "başarmışlık" hissine sebep olup tatmin de yaşatabilmektedir.

1990 öncesi çalışmaları, boşanmanın birçok problemlili sonuç ile ilişkili olduğunu göstermekle birlikte; 1990'larda boşanmanın bireylerin uyum sağladığı geçici kriz durumu mu yoksa süresi belirsiz olarak devam eden kronik zorlanma kaynağı mı olduğu çözülmemiş bir mesele olarak karşımıza çıkmaktadır (Amato, 2000). Boşanma toplumsal sorunlara önemli bir katkı olarak görülürken, aynı zamanda yetişkinlere ikinci bir mutluluk şansı sağlayan, çocukları sağlıksız bir ev ortamından kurtaran faydalı bir güç olarak da görölmektedir. Boşanma bazı bireylere yarar sağlarken, bazılarının iyi oluşunda daha sonra zamanla iyileşebilecek geçici düşüşler yaşatır; bazılarını ise, daha sonra belki de hiç toparlayamayacakları bir düşüş döngüsüne zorlar (Amato, 2000; Härkönen, 2013). Sonuç olarak boşanma deneyimleyen bireyler homojen

bir grup olarak değerlendirilmemelidir (Anderson ve Sabatelli, 2000, Akt: Korkut, 2003). Bu açıdan incelendiğinde, kriz içeren boşanma yaşantısının sonucunda kişiler bazı değişkenler aracılığıyla büyüme yaşayabilmektedir (Tekin, 2017; Veevers, 1991). Bu da karşımıza “travma sonrası büyüme” kavramını çıkarmaktadır.

Travma sonrası büyüme, sarsıcı bir travmatik olay sonrası meydana gelebilecek olumlu değişimlere işaret eden bir kavramdır (Tedeschi ve Calhoun, 1995, Walsh vd., 2018). Bu kavram, yaşamın takdir edilmesi ve değişen öncelikler, yeni fırsatlar, başkalarıyla daha samimi, anlamlı ve sıcak ilişkiler, artan kişisel güç duygusu ve manevi gelişim olarak beş alt başlıkta toplanabilmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Travmatik bir yaşam olayının pozitif katkı sağlayabileceği fikri yeni bir konsept değildir. Nietzsche’ nin “beni öldürmeyen güçlendirir” (1889, s. 6) sözü bu kavramı ifade etmektedir ve bazı önde gelen davranışsal, hümanist ve sosyal bilimciler (örn. Caplan, 1964; Frankl, 1959; Maslow, 1954) de benzer görüşü benimsemektedir. Büyüme alanındaki araştırmalar, 1980’nin sonlarından itibaren katlanarak artmıştır ve psikoloji alanında yalnızca travmanın olumsuz etkilerine odaklanan bir anlayıştan, çeşitli travmatik olaylardan sonra yaşanan olumlu değişimlerin araştırılmasına yönelen bir anlayış ortaya çıkmıştır (Eve ve Kangas, 2015). Bu açıdan boşanma da travma oluşturabilecek bir yaşam olayı olarak kabul edilmektedir ve boşanmış bireylerin büyümesine etki edecek belli başlı faktörlerin araştırılması önem arz etmektedir.

Yaşamda anlam bulma ve aramanın, boşanma geçiren kişilerin büyüme deneyimlerine katkı sağladığı düşünülmektedir. Çünkü hayatlar belli ilişkiler çevresinde düzenlenir ve bu ilişkiler insanların hayatlarında anlam bulması için oldukça önemlidir. Kişi, kendisi için önemli bir ilişkiyi kaybettiğinde, günlük rutinle birlikte; ilişkinin etrafındaki diğer bütün anlam yapılarını ve rutinleri de yitirmektedir. Bu kayıplar genellikle sıkıntıya, strese ve kedere yol açmaktadır (Bevino ve Sharkin, 2003). Boşanma yaşantısı olan bireyler, psikiyatrik ve fiziksel hastalıklar, intihar, kazalar, alkolizm, cinayet ve genel ölüm oranı açısından daha büyük risk altındadır (Bloom vd., 1978). Bu nedenle, diğer travma türlerinde olduğu gibi, insanlar boşanma deneyimlerinde de, bu deneyimle başa çıkmanın ve onlardan kurtulmanın bir yolu olarak anlam bulmaya çalışabilmektedir. Yaşamın anlamı, kişinin varoluşuna ilişkin hissettiği önem ve ürettiği anlam olarak tanımlanmıştır (Steger, Frazier, Oishi ve Kaler, 2006). Anlamın varlığı ve anlam arayışı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Anlamın varlığı, kişinin hayatını ne kadar anlamlı gördüğü ile ilgiliyken; anlam arayışı ise, bireyin hayatında anlam bulmaya çalışmasını ifade eder (Steger vd., 2006). Frankl'a göre anlam arayışı, genellikle acı çekmenin yol açtığı birincil insan motivasyonudur ve pozitif psikolojik uyumun temelini oluşturur (Bevino ve Sharkin, 2003).

Yaşamda anlamın bireyi psikolojik sorunlara karşı koruyucu bir faktör olduğu söylenebilir (Masten ve Reed, 2002; Steger, Fitch-Martin, Donnelly ve Rickard, 2015). Yaşamda anlam, bireylerin psikolojik uyumlarını artırır, psikolojik sorunlara ya da ruhsal bozukluklara karşı dayanıklılık geliştirmelerine ve stresle baş etmelerine yardım eder (Mesrabadi, Jafariyan ve Ostovar, 2013; Şimşir, Hamarta ve Dilmaç, 2020). Bunlara ek olarak, sıkıntı içinde anlam bulmanın, olumlu duyguyu besleyen ve bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığına zararı en aza indirgeyen etkili bir güç olduğu belirtilmektedir (Park, 2010; Park ve Folkman, 1997). Ayrıca mevcut literatür, algılanan anlamın psikolojik dayanıklılık sonuçları için önemli bir bileşen olduğunu ileri sürmektedir (Weber, Pavlicic, Gawlik, Schulenberg ve Buchanan, 2020).

Bazı insanların aynı stres ve zorlukları yaşayan diğerlerine nazaran daha iyi sonuçlar elde ettiği düşünüldüğünde boşanma yaşantısı olan bireylerin büyümesiyle ilişkili olduğu düşünülen bir diğer kavram da “psikolojik dayanıklılık” olarak karşımıza çıkmaktadır (Rutter, 2012). Psikolojik dayanıklılık; “insanın yaşamındaki olumsuzluklar karşısında uyum gösterebilme, başa çıkabilme ve ruh sağlığını koruyabilme becerisi” olarak tanımlanmıştır (Soylu, 2018, s. 82). Alanyazında, psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkmasını sağlayan belli risk faktörleri vurgulanmaktadır. Risk, yaşamda bireyi olumsuz etkileyen ve sağlıklı bir yaşam sürmesini engelleyen durumlardır (Eren, 2019). Boşanmanın da, psikolojik dayanıklılık literatüründe göze çarpan risk faktörlerinden biri olduğu dikkat çekmektedir (Gizir, 2007; Güloğlu ve Kararımak, 2010). Yapılan araştırmalar, psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin düşük olanlara kıyasla travmatik olaylarla daha etkili baş ettiğini göstermektedir (Min vd., 2013). Ayrıca psikolojik dayanıklılık, travma sonrası büyümeyle çeşitli açılardan ilişkili bulunmasının yanı sıra bireyin iyi oluşuna ve yaşam kalitesine de katkı sağlamaktadır (Üzar-Özçetin ve Hiçdurmaz, 2017).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verileri, ülkemizde boşanma oranının son yirmi yılda nerdeyse üç kat daha fazla arttığını ortaya koymaktadır ve 2021 yılında, bu sayı 174 bin 85’e ulaşmıştır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2021). Boşanmaya ilişkin literatür incelendiğinde, yapılan araştırmaların

çoğunlukla boşanma nedenleri (Amato ve Previti, 2003; Doğan, 2016; Kır ve Bülbül, 2012) ile ebeveyni boşanan çocuklara (Altundağ, 2013; Amato, 2000; Bilici, 2014; Tok, 2021) odaklandığı ve boşanmış bireylerin yaşadığı olumlu değişimleri inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Keskin, 2013). Travma deneyimlemek veya tanık olmak tek başına travma sonrası gelişimi sağlamadığı için (İnci ve Boztepe, 2013); travma sonrası büyüme kavramının ilişkili olduğu düşünülen kavramlarla birlikte araştırılması ve bu kavramların etkilerinin ortaya konması gerekmektedir (Kına, 2019). Bu sebeple, boşanma yaşantısı olan bireylerin psikolojik dayanıklılık ve yaşamda anlam düzeylerinin travma sonrası büyümelerine katkı sağlayıp sağlamadığı, sağlıyorsa katkının hangi düzeyde olduğunun araştırılması önem arz etmektedir. Bütün bunlar dikkate alınarak bu araştırmada, ilgili literatür doğrultusunda boşanmış bireylerin yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılıklarının travma sonrası büyümelerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt bulunmaya çalışılmıştır:

- Boşanma yaşantısı olan bireylerin travma sonrası büyüme, psikolojik dayanıklılık, yaşamda anlam düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?
- Boşanma yaşantısı olan bireylerin psikolojik dayanıklılıkları travma sonrası büyümelerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
- Boşanma yaşantısı olan bireylerin yaşamda anlam düzeyleri travma sonrası büyümelerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma, ilişkisel tarama modeline göre hazırlanmıştır. Karasar'a göre (2005) ilişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin birlikte değişip değişmediğini, eğer birlikte değişim söz konusu ise bu değişimin düzeyinin anlaşılabilmesi için kullanılan araştırma modelidir. Araştırmada boşanma yaşantısı olan bireylerin travma sonrası büyümeleri ile yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenini, travma sonrası büyüme oluştururken, bağımsız değişkenlerini, yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılık oluşturmaktadır.

Araştırma Grubu

Araştırmaya Türkiye'nin 55 farklı şehirden boşanma yaşantısı olan 345 kişi katılmıştır. Katılımcıların 200'ü kadın (%58), 145'i erkektir (%42). Katılımcıların yaşları incelendiğinde 18-25 yaş arasında 9 (%2,6), 26-35 yaş arasında 94 (%27,2), 36-45 yaş arasında 143 (%41,4), 46 yaş ve üzeri 99 (%28,7) kişi bulunmaktadır. Katılımcıların 230'u çalışan (%66,7) bireylerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu. Araştırmaya katılan kişilerin demografik özelliklerini belirlemek için (yaş, cinsiyet, şehir, eğitim düzeyi, çalışma durumu, çocuk sayısı, sosyoekonomik durum) oluşturulan soruları içermektedir.

Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (TSBÖ). Ölçek travma sonrası olumlu değişimleri belirlemek amacıyla Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye uyarlaması Dürü (2006) tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmakta ve her bir madde 0-5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, travmatik olay sonrası yaşanan büyümenin yüksek olmasına işaret etmektedir. Ölçeğin kişilerarası ilişkilerde olumlu değişim, kendiliğın algılanmasında olumlu değişim, yaşamın değerini anlama, yeni seçeneklerin fark edilmesi ve inanç sistemindeki gelişim olmak üzere beş alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğine temel eksenler faktörlemesi varimax rotasyonu ile bakılmıştır ve beş faktörlü bu çözüm, varyansın %67.84'ünü açıklamıştır. Ölçeğin Türkçe formu için iç tutarlılık katsayısı .93 iken, bu çalışmadaki örneklem için hesaplanan Cronbach α değeri ise .92'dir.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ). Bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyini ölçmek amacıyla Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye uyarlaması Doğan (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek 6 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 1-5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olmasına işaret etmektedir. Ölçeğe ilişkin yapılan DFA sonucu uyum iyiliği indeksleri, $\chi^2/sd= 1,83$, NFI= .99, NNFI= .99, CFI= .99, IFI= .99, RFI= .97, GFI= .99, AGFI= .96, RMSEA= .05, SRMR= .03 olarak bulunmuştur. Türkçe ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .83'tür. Bu çalışmadaki örneklem için hesaplanan Cronbach α değeri ise .80'dir.

Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ). Ölçek yaşamda anlam düzeyini belirlemek amacıyla Steger ve diğerleri (2006) tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye uyarlaması Demirbaş (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçek 10

madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 1-7 arasında puanlanmaktadır. Yaşamda anlamın varlığı alt boyuttan alınan yüksek puan kişinin yaşamında anlam olduğu; yaşamda anlamın aranması alt boyuttan alınan yüksek puan ise; kişinin yaşamında anlam aradığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DAF) sonucunda, yeterli uyum iyiliği değerlerine sahip olduğu görülmüştür [$\chi^2/sd= 1.86$, $p < .05$; GFI= .96; CFI= .98; SRMR= .052; RMSEA= .054]. Türkçe ölçeğin iç tutarlılık katsayısı anlamın varlığı için .88, anlamın aranması için .93 olarak bulunmuştur. Bu çalışmadaki örneklem için hesaplanan Cronbach α değeri ise sırasıyla .80 ve .89 olarak elde edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Veri toplama aşamasında öncelikle araştırmada kullanılan ölçme araçları için ölçek sahiplerinden ve Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan (2021/316) izin alınmıştır. Oluşturulan ölçek formları uygulanmadan önce katılımcıların bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Veriler Haziran-Aralık 2021 tarihleri arasında elektronik ortamda toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada frekans, yüzdelik, güvenilirlik, normallik ve korelasyon analizleri için SPSS paket programı kullanılmıştır. Değişkenler arası etki değeri AMOS programı ile Yapısal Eşitlik Modellemesi oluşturularak test edilmiştir. Yapısal eşitlik modellemesinde ölçme hatalarını azaltabilmek ve daha iyi sonuçlar alabilmek için parselleme yöntemi kullanılmıştır (Little, Cunningham, Shahar ve Widaman, 2002; Rocha ve Chelladurai 2012). Araştırmada anlam arayışı, anlamın varlığı ve psikolojik dayanıklılık iki parsel halinde model oluşturmuştur. Ayrıca etki büyüklüklerinin anlamlılık değeri Bootstrapping yöntemi ile %95 güven aralığı ve 5.000 örneklem ile test edilmiştir.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde travma sonrası büyüme, kısa psikolojik sağlamlık, anlamın varlığı ve anlam arayışı ölçeklerine ait tanımlayıcı istatistikler ve korelasyon sonuçları verilmiş ardından, bu değişkenler arasındaki yol analizi yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanların ortalama, standart sapma, çarpıklık-basıklık ve korelasyon değerleri Tablo 1'de verilmiştir. Analiz sonuçları, değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.15 ile .71 arasında değiştiğini göstermiştir. İki küçük çarpıklık ve basıklık değerleri ileri analizler için normal dağılım özelliklerini gösterir (George ve Mallery, 2010). Travma sonrası büyüme ile kısa psikolojik sağlamlık ($r=0.29$, $p < .001$), anlamın varlığı ($r=0.49$, $p < .001$) ve anlam arayışı ($r=0.12$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 1. Tanımlayıcı İstatistikler, Güvenirlilik Değerleri ve Korelasyon Sonuçları

	<i>AO</i>	<i>S</i>	<i>Skew.</i>	<i>Kurt.</i>	<i>TS</i>
1. Travma Sonrası Büyüme	67.71	22.59	-0.88	0.43	-
2. Kısa Psikolojik Sağlamlık	19.86	5.84	-0.32	-0.12	0.29**
3. Anlamın Varlığı	27.68	6.92	-1.09	0.71	0.49**
4. Anlam Arayışı	20.68	9.37	-0.12	-1.15	0.12*

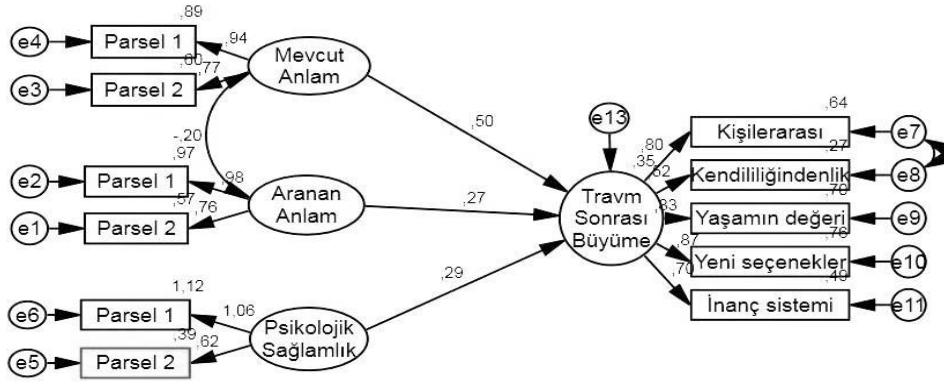
* $p < .05$, ** $p < .01$

Araştırmada yapısal model test edilmeden önce modele ait değişkenler doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Anlam arayışı, anlamın varlığı ve psikolojik dayanıklılık iki parsel, travma sonrası büyüme beş alt boyut halinde olacak şekilde model oluşturulmuştur. Oluşturulan doğrulayıcı faktör analizi sonucu standardize edilmiş regresyon katsayıları .53 ile .95 arasında değişmektedir ($p < .01$). Göstergeler gizil değişkenleri önemli ölçüde temsil etmektedir. Modele ait uyum indeksleri $\chi^2/sd= 3.16$, CFI = .96, GFI = .94, AGFI = .90, NFI = .95, TLI = .94, SRMR = .05 olarak bulunmuştur. $\chi^2/sd \leq 5$; CFI, NFI, TLI, GFI $\geq .90$; AGFI $\geq .85$; SRMR $\leq .10$ değerleri yeterli kabul edilmektedir (Byrne, 2010; Kline, 2001). Elde edilen bulgular ölçme modelinin yeterli uyum iyiliği değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Ölçme Modeline ve Yapısal Modele Ait Uyum İndeksleri

Uyum indeksleri	İyi uyum ölçütleri	Mükemmel uyum ölçütleri	Ölçme modeline ait uyum değerleri	Yapısal modele ait uyum değerleri
χ^2/sd	$3 < \chi^2/sd \leq 5$	$\chi^2/sd \leq 3$	3.16	4.57
CFI	$.90 \leq CFI < .95$	$.95 \leq CFI \leq 1.00$.96	.93
GFI	$.85 \leq GFI < .90$	$.90 \leq GFI \leq 1.00$.94	.92
AGFI	$.85 \leq AGFI < .90$	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$.90	.86
NFI	$.90 \leq NFI < .95$	$.95 \leq NFI \leq 1.00$.95	.91
TLI	$.90 \leq TLI < .95$	$.95 \leq TLI \leq 1.00$.94	.90
SRMR	$.05 < SRMR \leq .10$	$.00 \leq SRMR \leq .05$.05	.10

Araştırmada anlam arayışı, anlamın varlığı ve psikolojik dayanıklılığın travma sonrası büyüme üzerindeki etkisi yapısal model ile test edilmiştir. Oluşturulan model Şekil 1’de gösterilmiştir. Yapısal eşitlik modeline ait uyum indeksleri $\chi^2/sd= 4.57$, CFI= .93, GFI= .92, AGFI= .86, NFI= .91, TLI= .90, SRMR= .10 olarak bulunmuştur. Elde edilen bulgular modelin yeterli uyum iyiliği değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (Tablo 2).

**Şekil 1.** Yaşamın Anlamı ve Psikolojik Dayanıklılığın Travma Sonrası Büyüme Üzerindeki Etkisine İlişkin YEM

YEM sonucunda anlamın varlığı ($\beta = .50$) ve anlam arayışının ($\beta = .27$) travma sonrası büyümeyi pozitif yönde etkilediği bulunmuştur (Tablo 3). Ayrıca psikolojik dayanıklılığın da travma sonrası büyümeyi ($\beta = .29$) pozitif yönde etkilediği görülmektedir. Test edilen YEM de tüm yollar istatistik olarak anlamlı bulunmuştur ($p < .01$). Ayrıca yaşamın anlamı ve psikolojik dayanıklılığın, travma sonrası büyümeye ilişkin varyansın (R^2) %35’ini açıkladığı belirlenmiştir. Yapısal modelde test edilen yolların anlamlılığı Bootstrapping işlemi ile incelenmiştir. Bootstrapping işlemi 5.000 yeniden örnekleme ile %95 güven aralığında gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3. Etki Büyüklüğü ve Güven Aralığı Sonuçları

Doğrudan Etki	Yol Analizi			%95 C.I.	
	B	SE	C.R.	L.L.	U.L.
Anlamın varlığı → Travma Sonrası Büyüme	.50	.17	7.89**	0.35	0.62
Anlam arayışı → Travma Sonrası Büyüme	.27	.10	4.88**	0.13	0.39
Psikolojik Dayanıklılık → Travma Sonrası Büyüme	.29	.16	5.33**	0.16	0.43

** $p < .001$

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmada boşanmış bireylerin anlamın varlığı ve anlam arayışı düzeylerinin travma sonrası büyümelerini pozitif ve anlamlı bir şekilde etkilediği bulunmuştur. Yaşamı anlamlı bulma, bireyin zor koşullara ve acıya dayanabilme gücünü artırmaktadır (Seligman, 2007). Mascaro ve Rosen (2006), yapmış oldukları bir çalışmada yaşamda anlamın varlığının strese karşı koruyucu bir etki sağladığını ortaya koymuştur. Masten ve Reed’e göre de benzer şekilde (2002); yaşamda anlamın varlığı, bireyler için koruyucu bir faktördür. Yıkılmaz ve Demir-Güdül (2015), yapmış oldukları çalışmada, yaşamda anlamın dayanıklılıkla yakından ilişkili olan yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığını bulmuştur. Yaşamda

anlam, potansiyel bir aracı değişken olarak kabul görmektedir (Jim ve Andersen, 2007; Kiang ve Fuligni, 2010) ve psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Brassai, Piko ve Steger, 2011). Anlam, uyum sağlayıcı davranışların kullanımını destekleyen ve iyi oluşu artıran önemli bir dayanıklılık kaynağıdır (Platsidou ve Danilidou, 2021).

Powell, Gilson ve Collin (2012) çalışmalarında anlam ve amacın büyümenin önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur. Adelstein, Anderson ve Taylor (2014), anlam oluşturma katılımcıların potansiyel büyüme düzeylerini artırmada etkili olan merkezi bir tema olduğunu ifade etmiştir. Buna ek olarak, Dursun, Saracli ve Konuk (2014) üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları çalışmada, yaşamda anlam alt boyutlarının toplam büyüme puanlarını anlamlı ve pozitif bir şekilde yordadığı belirlenmiştir. Sel felaketinden etkilenenlerle yapılan bir çalışmada, anlamın varlığı ve anlam arayışı katılımcıların büyüme puanlarını yordamıştır (Boullion, Pavlacic, Schulenberg, Buchanan ve Steger, 2020). Kronik rahatsızlığa sahip bireylerle yapılan başka bir çalışmada, kadın olmak ve anlamın varlığı birlikte, travma sonrası büyümeyi açıklamıştır (Zeligman, Varney, Grad ve Huffstead, 2018). Başka bir çalışmada, anlamın varlığı, büyümenin yaşam doyumu üzerindeki etkisine dolaylı yoldan katkı sağlamıştır (Mostarac ve Brajković, 2022). Zeligman ve diğerleri (2018) hasta bireylerle yaptıkları bir çalışmada, anlamın varlığının anlam arayışından çok daha fazla büyümeyi yordadığını bulmuştur. Linley ve Joseph'e göre (2011), anlam arayışı, insanların anlam bulabilmesi için gerekli olan bilişsel sürecin oluşumu için gereklidir ve bu bilişsel süreç büyümeye doğrudan ilişkilidir (Walsh, vd., 2018).

Araştırmada boşanmış bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin travma sonrası büyümeyi pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Benzer şekilde Duan, Guo ve Gan (2015) yapmış olduğu çalışmada, psikolojik dayanıklılığın travma sonrası büyümeyi anlamlı bir şekilde yordadığını bulmuş ve dayanıklılığın travma sonrası büyüme için gerekli olduğunu ifade etmiştir. Kronik ağrının depresyon ve büyüme üzerindeki etkisine dayanıklılığın aracı rolünün incelendiği bir çalışmada dayanıklılık, travma sonrası büyümeyi pozitif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır (Min vd., 2014). Başka bir çalışmada da benzer şekilde dayanıklılık, sosyal destek ve olumlu başa çıkma birlikte, çocuk sahibi olamayan kadınların travma sonrası büyümesini açıklamıştır (Yu vd., 2014). Sel felaketinden kurtulanlarla yapılan diğer bir çalışmada da, dayanıklılığın travma sonrası büyümenin olumlu bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Boullion vd., 2020). Araştırma sonuçlarından hareketle, dayanıklılığın birçok travmatik yaşam olayı sonrası bireylerin büyümesine katkı sağladığı söylenebilir (Duan vd., 2015; Karataştan, 2021; Min vd., 2014; Murad ve Thabet, 2017; Thabet, Elheloub ve Vostanis, 2015).

Özetle yapılan çalışmalar, anlamın travmatik bir olaydan hızlı bir şekilde iyileşmeyi sağlayan davranışları harekete geçirdiğini göstermektedir (Melton ve Schulenberg, 2008; Reker, 1994; Ryff ve Singer, 1998; Savolaine ve Granello, 2002; Schulenberg, Hutzell, Nassif ve Rogina 2008; Zika ve Chamberlain, 1992). Ayrıca dayanıklı olmak da büyümeyi deneyimleyebilmek için gerekli görülmektedir (Bensimon, 2012; Wilson, Morris ve Chambers, 2014; Wu, Zhang, Liu, Zhou ve Wei, 2015; Yu vd., 2014). Sonuç olarak ilgili literatür araştırma bulgusu olan yaşamın anlamı ve psikolojik dayanıklılığın travma sonrası büyümeye etkisini destekler niteliktedir.

Bu araştırmanın çalışma grubu, 2021 yılında Türkiye’de yaşayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan boşanma yaşantısına sahip bireylerle; araştırmanın bulguları ise, ölçme araçlarının ölçtükları nitelikler ile sınırlıdır. Araştırma sürecinde katılımcıların araştırma sorularına gerekenden daha detaylı bilgi verdiği ve mail aracılığıyla yaşadıklarını daha detaylı paylaşmak istedikleri görülmüştür. Bu da boşanmış bireylerin boşanma deneyimlerini ve yaşadıkları sıkıntıları paylaşmaya yönelik ihtiyaç içinde olduklarını göstermektedir. Bu sebeple boşanmış bireylere psikolojik destek hizmetlerinin ulaştırılması önemli bir gereklilik olarak görülmektedir. Boşanmış bireylerin travma sonrası büyümesine katkı sağlayacağı düşünülen diğer değişkenlerin nitel ve nicel çalışmalarla araştırılması önemli bulunmaktadır. Boşanma sonrası bireylere uygulanan travma sonrası büyüme programlarına, bireylerin yaşamda anlam bulmalarına ve psikolojik dayanıklılık geliştirmelerine yardımcı modüllerin de eklenmesi faydalı olacaktır.

Etik Beyan

“Boşanma Yaşantısı Olan Bireylerin Yaşamda Anlam ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ile Travma Sonrası Büyümeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Gerekli olan etik kurul izinleri Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu’nun 21.05.2021 tarih ve 2021-316 sayılı toplantısında alınmıştır.

Kaynakça

- Adelstein, K. E., Anderson, J. G. ve Taylor, A. G. (2014). Importance of meaning-making for patients undergoing hematopoietic stem cell transplantation. *Nursing Forum*, 41(2), 172-184.
- Aksu, C. (2019). *Kadınların ekonomik katılımlarının boşanmalar üzerine etkisi ve iş dışı zamanlarının yeniden değerlendirilmesi: Avrupa örneği – panel veri analizi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası boşanmış ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Amato, P. R. ve Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626. <https://doi.org/10.1177/02F0192513X03254507>
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546. <https://doi.org/10.5455/cap.20120431>
- Bensimon, M. (2012). Elaboration on the association between trauma, PTSD and posttraumatic growth: The role of trait resilience. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 782-787. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.011>
- Bevino, D. L. ve Sharkin, B. S. (2003). Divorce adjustment as a function of finding meaning and gender differences. *Journal of Divorce and Remarriage*, 39(3-4), 81-97. https://doi.org/10.1300/J087v39n03_04
- Bilici, A. B. (2014). Boşanma sürecinin çocuklar üzerindeki psiko-sosyal etkileri. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 79-110. <https://doi.org/10.18505/cuifd.254667>
- Bloom, B. L., Asher, S. J. ve White, S. W. (1978). Marital disruption as a stressor: a review and analysis. *Psychological Bulletin*, 85(4), 867-894. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.4.867>
- 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(1), 44-51. <https://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6>
- Boullion, G. Q., Pavlacic, J. M., Schulenberg, S. E., Buchanan, E. M. ve Steger, M. F. (2020). Meaning, social support, and resilience as predictors of posttraumatic growth: A study of the Louisiana flooding of August 2016. *American Journal of Orthopsychiatry*, 90(5), 578-585. <https://doi.org/10.1037/ort0000464>
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik: Psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri* (Çev: İ.D.Ergüvan-Sarioğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (2nd ed.). New York: Taylor & Francis.
- Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. New York: Basic Books.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Couto, M. C. P., Koller, S. H. ve Novo, R. (2011). Stressful life events and psychological well-being in a brazilian sample of older persons: The role of resilience. *Ageing Int*, 36, 492-505. <https://doi.org/10.1007/s12126-011-9123-2>
- Dana, D. A. (2021). *Terapide polivağal teori: Rubsal düzenlemenin ritmine uymak* (Çev: D. Olgaç). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 3(1), 93-102. Erişim adresi: <https://www.tayfundogan.net/>
- Doğan, Ş. (2016). Boşanma nedenlerine yönelik tutumlar: Boşanmayı artırıcı veya engelleyici faktörlere yönelik tutum ölçeği geliştirme çalışması. *İtobiad: Journal of the Human and Social Science Researches*, 5(4), 991-1001. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/206385>
- Dreman, S. (1991). Coping with the trauma of divorce. *Journal of Traumatic Stress*, 4(1), 113-121. <https://doi.org/10.1002/jts.2490040109>
- Duan, W., Guo, P. ve Gan, P. (2015). Relationships among trait resilience, virtues, posttraumatic stress disorder, and post-traumatic growth. *PloS one*, 10(5), 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0125707>
- Dursun, P., Saracli, S. ve Konuk, O. (2014). The roles of meaningful life and posttraumatic stress in posttraumatic growth in a sample of Turkish university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 159, 702-706. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.454>
- Dürü, Ç. (2006). *Trauma sonrası stres belirtileri ve trauma sonrası büyümenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve bir model önerisi* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eren, B. (2019). *Hematoloji hastalarında psikolojik sağlamlık ve etkileyen faktörler* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- Eve, P. ve Kangas, M. (2015). Posttraumatic growth following trauma: Is growth accelerated or a reflection of cognitive maturation?. *The Humanistic Psychologist*, 43(4), 354-370. <https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.8.821>
- Frankl, V. E. (1959). The spiritual dimension in existential analysis and logotherapy. *Journal of Individual Psychology*, 15(2), 157.
- George, D. ve Mallery, P. (2020). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. UK: Routledge.

- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21448/229850>
- Graff-Reed, R. L. (2004). *Positive effects of stressful life events: Psychological growth following divorce* [Doctoral Dissertation]. Miami University, Oxford.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlık. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(2), 73-88. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/eggeefd/issue/4907/67229>
- Härkönen, J. (2013). Divorce: Trends, patterns, causes, consequences (Working paper 2013:3). Stockholm: Stockholm University Linnaeus Center on Social Policy and Family Dynamics in Europe, SPaDE.
- Hetherington, E. M. (2002, April 8). Marriage and divorce American style: A destructive marriage is not a happy family. The American Prospect On-Line, Family Relations Special Collection 13, 62-63. Erişim adresi: <http://prospect.org/article/marriage-and-divorce-american-style>
- Holmes, T. H., ve Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(2), 213-218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- İnci, F. ve Boztepe, H. (2013). Travma sonrası büyüme: Öldürmeyen acı güçlendirir mi?. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(2), 80-84. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/167324/>
- Jim, H. S. ve Andersen, B. L. (2007). Meaning in life mediates the relationship between social and physical functioning and distress in cancer survivors. *British Journal of Health Psychology*, 12(3), 363-381. <https://doi.org/10.1348/135910706X12278>
- Karataştan, D. (2021). *Suriyeli sığınmacılarda bağlanma biçimlerinin travma sonrası büyüme psikolojik dayanıklılık üzerine etkileri* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Keskin, G. S. (2013). *Travmatik bir yaşantı olarak boşanma: Aile içi şiddet, travmatik stres ve sosyal desteğin travma sonrası büyüme ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kına, D. (2019). *23 yaş üstü bireylerde travma sonrası büyüme düzeyinin travmatik yaşantı türü, algılanan sosyal destek, dünyaya ilişkin varsayımlar, psikolojik sağlık ve verusal belirti düzeyi değişkenleri ile yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kır, İ. ve Bülbül, Ö. (2012). İslahiye ilçesinde boşanma olgusu üzerine sosyolojik bir inceleme. *Kabramanmaraş Sütcü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 99-122. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/ksusb/issue/10275/126068>
- 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(11), 1253-1264. <https://doi.org/10.1007%2Fs10964-009-9475-z>
- Kiecolt-Glaser, J. K., Fisher, L. D., Ogrocki, P., Stout, J. C., Speicher, C. E., ve Glaser, R. (1987). Marital quality, marital disruption, and immune function. *Psychosomatic Medicine*, 49(1), 13-34. Erişim adresi: [http://pni.osumc.edu/stressandhealth/KG%20Publications%20\(pdf\)/018.pdf](http://pni.osumc.edu/stressandhealth/KG%20Publications%20(pdf)/018.pdf)
- Kline, R. B. (2001). *Principles and practices of structural equation modeling* (3rd ed.). NY: Guilford.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practices of structural equation modeling*. New York: The Guildford Press.
- Korkut, Y. (2003). Bir geçiş krizi olarak boşanma. *Psikoloji Çalışmaları*, 23, 99-112. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/100083>
- Linley, P. A. ve Joseph, S. (2011). Meaning in life and posttraumatic growth. *Journal of Loss and Trauma*, 16(2), 150-159. <https://doi.org/10.1080/15325024.2010.519287>
- Little T. D., Cunningham W. A., Shahar G. ve Widaman K. F. (2002). To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits. *Structural Equation Modeling*, 9(2), 151-73. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_1
- Mascaro, N. ve Rosen, D. H. (2006). The role of existential meaning as a buffer against stress. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 168-190. <https://doi.org/10.1177%2F0022167805283779>
- Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of Personality*, 22(3), 326-347. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-6494.1954.tb01136.x>
- Masten, A. S. ve Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Melton, A. M. A. ve Schulenberg, S. E. (2008). On the measurement of meaning: Logotherapy's empirical contributions to humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 36, 31-44. Erişim adresi: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08873260701828870>
- Mesrabadi, J., Jafariyan, S. ve Ostovar, N. (2013). Discriminative and construct validity of meaning in life questionnaire for Iranian students. *International Journal of Behavioral Sciences*, 7(1), 83-90. Erişim adresi: http://www.behavsci.ir/article_67816_226be7ed3fb0f0229ab7b237b07ae91f.pdf
- Min, J. A., Lee, C. U., Hwang, S. I., Shin, J. I., Lee, B. S., Han, S. H., ... ve Chae, J. H. (2014). The moderation of resilience on the negative effect of pain on depression and post-traumatic growth in individuals with spinal cord injury. *Disability and Rehabilitation*, 36(14), 1196-1202. <https://doi.org/10.3109/09638288.2013.834985>
- Min, J. A., Yoon, S., Lee, C. U., Chae, J. H., Lee, C., Song, K. Y. ve Kim, T. S. (2013). Psychological resilience contributes to low emotional distress in cancer patients. *Supportive Care in Cancer*, 21(9), 2469-2476. Erişim adresi: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00520-013-1807-6.pdf>

- Mostarac, I. ve Brajković, L. (2022). Life After Facing Cancer: Posttraumatic Growth, Meaning in Life and Life Satisfaction. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 29(1), 92-102. <https://doi.org/10.1007/s10880-021-09786-0>
- Murad, K. ve Thabet, A. A. (2017). The relationship between traumatic experience, posttraumatic stress disorder, resilience, and posttraumatic growth among adolescents in Gaza strip. *Global Journal of Intellectual and Developmental Disabilities*, 555-616.
- Nuhoğlu, H. (2019). *Boşanma sircinde çatışma deneyimlerinin stratejik aile terapisi temelinde analizci bir karma yontem araştırması* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Pallant, J. (2016). *SPSS Survival Manual. A step by step guide to data analysis using IBM spss*. Berkshire: Open University Press.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0018301>
- Park, J. ve Baumeister, R. F. (2016). *Meaning in life and adjustment to daily stressors*. *The Journal of Positive Psychology*, 12(4), 333-341. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1209542>
- Park, C.L. ve Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, (1), 115-144. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Platsidou, M. ve Daniilidou, A. (2021). Meaning in life and resilience among teachers. *Journal of Positive School Psychology*, 5(2), 97-109. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.259>
- Powell, T., Gilson, R. ve Collin, C. (2012). TBI 13 years on: Factors associated with posttraumatic growth. *Disability and Rehabilitation*, 34(17), 1461-1467. <https://psycnet.apa.org/doi/10.3109/09638288.2011.644384>
- Reker, G. T. (1994). Logotherapy and logotherapy: Challenges, opportunities, and some empirical findings. *The International Forum for Logotherapy*, (17), 47-55.
- Rocha C. M. ve Chelladurai P. (2012). Item parcels in structural equation modeling: An applied study in sport management. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*. 2(1), 46-53.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335-344. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, (9), 1-28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Savolaine, J. ve Granello, P. F. (2002). The function of meaning and purpose for individual wellness. *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 41, 178-189. <https://doi.org/10.1002/j.2164-490X.2002.tb00141.x>
- Schulenberg, S. E., Hutzell, R. R., Nassif, C. ve Rogina, J. M. (2008). Logotherapy for clinical practice. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 45(4), 447-463. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0014331>
- Seligman, M. (2007). Positive Psychology: Pursuit of Fulfillment at Work. Keynote presentation: Positive Psychology, well being and business: Cutting edge science for organisational success Conference, 8 November. London, UK: University of East London.
- Settersten, R. A. (2015). Relationships in Time and the Life Course: The Significance of Linked Lives. *Research in Human Development*, 12(3-4), 217-223. <https://doi.org/10.1080/15427609.2015.1071944>
- Shahbeik, S., Khanekhesi, A. ve Khanmohammadi, A. (2018). Coping strategies and resilience in divorced and non-divorced females: A comparative study. *J Health Promot Manag*, 7(2), 44-9. http://jhpm.ir/browse.php?a_id=914&sid=1&slc_lang=en
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, (15), 194-200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Soylu, Y. (2018). Boşanmış kadınlarda psikolojik sağlamlığı ağıklamaya yonelik bir model geliştirme. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 81-100. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/580803>
- Steger, M. F., Fitch-Martin, A. R., Donnelly, J. ve Rickard, K. M. (2015). Meaning in life and health: Proactive health orientation links meaning in life to health variables among American undergraduates. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 583-597. Erişim adresi: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10902-014-9523-6.pdf>
- 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(1), 80-93. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Sürerbiçer, F. S. (2008). *Boşanmış bireylerin deneyimlerine göre evlilik eğitimi gereksinimi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- şimşir, Z., Hamarta, E., ve Dilmaç, B. (2020). Stresle başa cikmanın yordayıcısı olarak yaşamın anlamı ve manevi deneyim. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 10(2), 509-528.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. Sage.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471. <https://doi.org/10.1007/bf02103658>
- Tekin, N. İ. (2017). *Boşanmış kadınlarnn yaşam doyumlarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Thabet A. A., Elheloub M.W. ve Vostanis P (2015). Exposure to war traumatic experiences, post traumatic growth and resilience among university students in Gaza. *American Journal of Advanced Medical Sciences (AJAMS)*, 1(1), 1-8. Erişim adresi: <https://dspace.alquds.edu/handle/20.500.12213/735>
- Thomas, C., ve Ryan, M. (2008). Women's perception of the divorce experience: A qualitative study. *Journal of Divorce and Remarriage*, 49(3-4), 210-224. <https://doi.org/10.1080/10502550802222394>
- Tok, G. (2021). *Ebeveynleri boşanmış üniversite öğrencileri ile ebeveynleri boşanmamış üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, bilişsel duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık açısından karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tosun, C. , Yazıcı, H. ve Altun, F. (2017). Evlilik öncesindeki ve evli bireylerin ilişki nitelikleri, benlik kurguları ve özgeci davranış düzeyleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17(38), 73-94. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/336650>
- TÜİK (2021). Türkiye istatistik kurumu, evlenme ve boşanma istatistikleri 2020. Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=37211&dil=1>
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D. ve Campbell, A. M. (2005). As good as it gets? A life course perspective on marital quality. *Social Forces*, 84(1), 493-511. <https://doi.org/10.1353/sof.2005.0131>
- Ünal, A. (2016). *Sosyal bir öğü olarak boşanmanın nedenleri ve sonuçları* (Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Üzar-Özçetin, Y. S. Ü. ve Hiçdurmaz, D. (2017). Kanser deneyiminde travma sonrası büyüme ve psikolojik sağlamlık. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(4), 388-397. <https://doi.org/10.18863/pgy.290285>
- Veevers, J. E. (1991). Traumas versus Strens. *Journal of Divorce and Remarriage*, 15(1-2), 99-126. https://doi.org/10.1300/J087v15n01_07
- Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J. G., Jang, K. L., ve Stapleton, J. (2006). *Literature review of concepts: Psychological resiliency* (Contract Report No. W7711-057959/A). Toronto, Canada: Defence Research and Development.
- Walsh, D. M., Morrison, T. G., Conway, R. J., Rogers, E., Sullivan, F. J., ve Groarke, A. (2018). A model to predict psychological-and health-related adjustment in men with prostate cancer: the role of post traumatic growth, physical post traumatic growth, resilience and mindfulness. *Frontiers in Psychology*, 9, 136. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00136>
- Weber, M. C., Pavlacic, J. M., Gawlik, E. A., Schulenberg, S. E. ve Buchanan, E. M. (2020). Modeling resilience, meaning in life, posttraumatic growth, and disaster preparedness with two samples of tornado survivors. *Traumatology*, 26(3), 266-277. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/trm0000210>
- Wilson, B., Morris, B. A. ve Chambers, S. (2014). A structural equation model of posttraumatic growth after prostate cancer. *Psycho-Oncology*, 23(11), 1212-1219. <https://doi.org/10.1002/pon.3546>
- Wu, K., Zhang, Y., Liu, Z., Zhou, P. ve Wei, C. (2015). Coexistence and different determinants of posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among Chinese survivors after earthquake: Role of resilience and rumination. *Frontiers in Psychology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01043>
- Yıkılmaz, M. ve Demir-Güdü, M. (2015). Üniversite öğrencilerinde yaşamda anlam, bilinçli farkındalık, algılanan sosyoekonomik düzey ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 297-315. <https://doi.org/10.12984/eed.09530>
- Yu, Y., Peng, L., Chen, L., Long, L., He, W., Li, M. ve Wang, T. (2014). Resilience and social support promote posttraumatic growth of women with infertility: The mediating role of positive coping. *Psychiatry Research*, 215(2), 401-405. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.10.032>
- Zeligman, M., Varney, M., Grad, R. I. ve Huffstead, M. (2018). Posttraumatic growth in individuals with chronic illness: The role of social support and meaning making. *Journal of Counseling and Development*, 96(1), 53-63. <https://doi.org/10.1002/jcad.12177>
- 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>

EXTENDED ABSTRACT

Divorce is considered as a crisis situation that comes second after the loss of a spouse (Holmes & Rahe, 1967) and can cause psychological trauma depending on various variables (Keskin, 2013). Research findings show that soon after the divorce, divorced people experience symptoms similar to those of PTSD, such as denial, anxiety, pessimism, and depression, guilt, and a marked decrease of interest in activities (Dreman, 1991). In addition, it has been revealed by research findings that the divorce process can cause physiological repercussions, inhibit the immune system, and make family members vulnerable to diseases (Kiecolt-Glaser et al., 1987). However, divorce is a subjective experience that can differ from person to person. Not all individuals experience the changes and losses brought about by divorce in the same intensity, in the same way, or at the same pace. Divorce, like other traumatic events, causes both negative and positive changes. It is a fact that individuals learn many lessons, either positive or negative, from their divorce experience, and the divorce experience provides many opportunities for personal growth (Thomas and Ryan, 2008). What is meant by the growth experienced after the divorce is those positive changes in the individual's relationship with others, self-perception, and spirituality, a greater

appreciation of life and realizing new opportunities. It is known in the literature that individuals can experience post-traumatic growth through some variables. For this study, these variables constitute resilience and meaning in life.

Resilience basically means positive adaptation or the ability to maintain or regain mental health despite adversity/difficulty (Wald, Taylor, Asmundson, Jang, & Stapleton). People with high resilience cope with traumatic events more effectively (Min et al., 2013) and resilience has a positive effect on the well-being and life quality of individuals (Üzar-Özçetin & Hızdurmaz, 2017). When it comes to meaning in life, it is defined as the importance that a person feels about his existence and the meaning he produces (Steger et al., 2006). It has two sub-dimensions, the presence of meaning and the search for meaning. As with other types of trauma, individuals can find meaning in their experiences of divorce as a way of coping with or growing out of divorce (Bevino & Sharkin, 2003). Through this meaning they find, they are better able to show resilience against challenges and experience growth.

Besides aforementioned, the relationship between the meaning of life and psychological resilience levels of individuals who have experienced divorce and their post-traumatic growth has been examined in this study. Relational screening technique which is one of the quantitative research methods was used in the study. The study group of the research consists of 200 females and 145 males from 55 different cities living in Turkey from the year 2021 to 2022. They volunteered to participate in the research and have experienced divorce. "The Post Traumatic Growth Scale", "The Brief Resilience Scale", "The Meaning in Life Scale" and "The Personal Information Form" developed by the researcher to obtain the sociodemographic information of the participants were used as data collection tools in the study.

The effects of meaning in life and psychological resilience on post-traumatic growth were examined using the Structural Equation Model. SPSS package program was used for frequency, percentage, reliability, normality and correlation analyzes in the research. Also, The AMOS 24 Program was used for the analysis of Structural Equation Model. As a result of the analyzes, it was seen that the data showed normal distribution and the data collection tools had sufficient reliability. It's found that there is a significant and positive correlation between post-traumatic growth and resilience ($r=0.29$, $p<.001$), present meaning ($r=0.49$, $p<.001$) and seeking meaning ($r=0.12$, $p<.001$). Before the structural model was tested in the research, the variables of the model were subjected to confirmatory factor analysis. The model was created in two parcels of seeking meaning, present meaning and psychological resilience, and five sub-dimensions of post-traumatic growth. Goodness-of-fit values of the model tested with SEM were found to be sufficient. As a result of SEM, it was seen that the present meaning ($\beta= .50$), seeking meaning ($\beta= .27$) and psychological resilience ($\beta= .29$) levels of divorced individuals positively affect post-traumatic growth. All pathways in the tested SEM were found to be statistically significant ($p<.01$). In addition, it was determined that meaning of life and resilience explained (R^2) 35% of the variance in post-traumatic growth.

Research results provide evidence that helping divorced individuals make sense of their experiences and strengthen their resilience will make a significant contribution to their growth. In this respect, it is recommended to add modules that help individuals find meaning in life and develop psychological resilience to post-traumatic growth programs applied to individuals after divorce. In addition, the fact that the answers given to the research questions contain more than necessary information and people's desire to share their experiences through e-mail in more detail show that divorced individuals need to share their experiences of divorce and the problems they have with alimony and custody. For this reason, it is seen as an important necessity to provide psychological support services to divorced individuals. It is thought that the research will make an important contribution to the relevant literature as there is a limited study investigating the positive changes experienced by divorced individuals. However, there is a need for more quantitative and qualitative studies researching the post-traumatic growth of divorced individuals with various variables.