

Üniversite Öğrencilerinde Acının Dönüştürücü Gücü ile Öz-Aşkınlık Arasındaki İlişkinin Yapısal Eşitlik Modeli ile İncelenmesi

Arş. Gör. Dr. Aynur KARABACAK-ÇELİK*

Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Erzurum / Türkiye, aynur.karabacak@atauni.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2225-1789

Dr. Nuray AŞANTUĞRUL

MEB Turhal Anadolu İmam Hatip Lisesi, Tokat / Türkiye,
nry.frt@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-6685-8734

Öz

Bu çalışmanın amacı, beliren yetişkinlik döneminde bulunan üniversite öğrencilerinin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançları ile öz-aşkınlıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın örneklemini Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim görmekte olan ve uygun örnekleme yöntemi ile belirlenen 252 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalamalarının 21 ve standart sapması 2.53'tür. Bu katılımcıların cinsiyete göre dağılımları ise 181'i (%71.8) kadın ve 71'i (%28.2) erkektir. Araştırmada veri toplamak amacıyla Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği ile Öz-Aşkınlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, acının dönüştürücü gücü ve öz-aşkınlık arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ve örtük değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modellemesi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda acının dönüştürücü gücü toplam puanı ile öz aşkınlık ölçeğinin kişilerarası

* Sorumlu Yazar. Tel: +90 442 23 13/550

Makale Tarih Bilgisi. Gönderim: 25.05.2020, Kabul: 20.06.2021, Basım: Aralık, 2022

alt boyutu ($r=.354, p<.01$) ile kendine ait (iç ruh hâli) alt boyutu ($r=.329, p<.01$) arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ayrıca acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlık arasındaki standardize edilmiş regresyon katsayısının .47 olduğu ve acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlıktaki varyansın %22'sini açıkladığı görülmüştür. Elde edilen bulgular, acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğunu ve acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın doğrultusunda değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Acının dönüştürücü gücü; Öz-aşkınlık; Pozitif psikoloji; Yapısal eşitlik modeli; Üniversite öğrencileri.

Investigation of the Relationship between the Transformative Power of Suffering and Self-Transcendence in University Students with the Structural Equation Model

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-transcendence and beliefs about the transformative power of suffering of university students in emerging adulthood. The sample consists of 252 undergraduate students studying at Atatürk University, and we determined them by the convenience sampling method. The mean age of the participants was 21 and the standard deviation was 2.53. The gender distribution of these participants was 181 (%71.8) female and 71 (%28.2) males. Data collection tools were the Transformative Power of Suffering Scale and the Self-Transcendence Scale. Determining the relationship between variables used Pearson correlation and structural equation model. Results revealed that there was a positive relationship between the transformative power of suffering total score and the interpersonal subscale of the self-transcendence scale ($r=.354, p<.01$) and its own (internal mood) subscale ($r=.329, p<.01$). Another finding is that the standardized regression coefficient between the transformative power of suffering and self-transcendence was .47 and that the transformative power of suffering predicted 22% of self-transcendence. The findings show a meaningful relationship between the transformative power of suffering experiences and self-transcendence and that the transformative power of suffering is a significant predictor of self-transcendence.

Keywords: Transformative power of suffering; Self-transcendence; Positive psychology; Structural equation model; University students.

Extended Summary

Purpose

Many people in the world may be exposed to traumatic events such as the death of a person around them, the devastating effects of natural disasters, human-threatening accidents, or infectious diseases and suffer (Dinçer, Ekşi, Demirci and Kardaş, 2015). Suffering is the state of feeling unwell, caused by the loss of feelings of integrity, consistency, completeness of the individual and causing by a distressing emotional, physical, or mental discomfort (Cas-sell, 1995; Travelbee, 1976). Many areas have been concerned with the different dimensions of suffering, but little has focused on transforming the individual after suffering (Dinçer et al., 2015; Joshanloo, 2014).

Joshanloo (2014) stated that suffering matures a person, and if a person welcomes the suffering experience with patience, real happiness can become after it. From this view, beliefs about the transformative power of suffering may constitute a motivation for individuals to successfully overcome the traumatic events, push individuals to become more mature, and take the individual to a higher level in overcoming their existing potential. Maslow (1954) and Yalom (1980) also stated that vital crises are changing mechanisms. Studies revealed that people who experienced traumatic events established strong ties with the people in their social environment (Joseph and Linley, 2008; Tedeschi and Calhoun, 2004). After these events, they understood the value of life more and felt more mature and powerfully (Tedeschi and Calhoun, 1996).

Self-transcendence is another concept examining more frequently where the positive effect of suffering on mental health determined in positive psychology researches in recent years. Individuals with high levels of self-transcendence are those who transcend their internal limits, have positive relationships with their environment, and have cognitive maturity (Hoshi, 2008; Reed, 2008). With this point of view, self-transcendence is examined together with the transformative power of pain in the research, considering that these features may have a relationship. In this context, research questions are in the below:

Is there a significant relationship between university students' beliefs about the transformative power of suffering and their self-transcendence?

Are the beliefs of university students about the transformative power of

suffering a meaningful predictor of their self-transcendence?

Method

Based on the relational model for determining the relationships between the variables. This model helps researchers to determine whether there is a relationship between variables and the direction of the relationships among variables (Karasar, 2015). The sample consists of 252 undergraduate students of Atatürk University Kazım Karabekir Faculty of Education who attended various departments in the spring semester of the 2019-2020 academic year. A convenience sampling from the universe and who voluntarily agreed to participate in the research.

181 (%71.8) female and 71 (%28.2) males participated in the study. Transformative Power of Suffering Scale and Self-Transcendence Scale were as data collection tools. Pearson correlation analysis and structural equation modeling using to determine the relationships between variables.

Results

Results revealed that there was a positive relationship between the transformative power of suffering total score and the interpersonal subscale of self-transcendence scale ($r=.354, p<.01$) and its own (internal mood) subscale ($r=.329, p<.01$). Another finding is that the standardized regression coefficient between the transformative power of suffering and self-transcendence was .47 and that the transformative power of suffering predicted 22% of self-transcendence. The findings showed a meaningful relationship between the transformative power of suffering events and self-transcendence and that the transformative power of suffering is a significant predictor of self-transcendence.

Discussion

Although there are not many studies in the literature on the concept of the transformative power of pain, the results obtained in the related studies show that the transformative power of pain is positive results (İzgüden and Erdem, 2017; Dinçer et al., 2015; Tedeschi and Calhoun, 2004).

There are features such as self-realization, reaching a certain level of maturity, and reaching the peak in look for meaning. It is known that individuals suffering from pain use the transformative power of suffering besides their traumatic perception of the situation which they experience and use the trauma they experience to reach a more positive life. Therefore, the fact that

individuals can look at the painful experiences they experience from a different perspective can help them get more satisfaction from life. And this situation can prepare a ground for the individual to realize himself and transcend his essence. It is related to the concept of transcendence. In the adaptation study of Sariçam's (2015) self-transcendence scale, there was a positive relationship between self-transcendence and the meaning of life. Biçer and Sariçam (2015) found a positive relationship between self-transcendence and spiritual well-being in their study. Based on this, the transformative power of pain affects the individual's spiritual well-being.

Conclusion

As a result, was a positive relationship between the transformative power of suffering and the transformative power of suffering is a significant predictor of self-transcendence. The results of this study are consistent with the results of the relevant studies in the literature. This research made on individuals without any traumatic experience. In future studies, the beliefs and self-transcendence of the groups with and without a traumatic experience regarding the transformative power of pain can compare comparatively.

In later studies, psychological resilience, post-traumatic growth, psychological, subjective, and social well-being variables can also include in the research process. Self-transcendence theory of self-determination theory or beliefs about the transformative power of suffering can consider within experimental studies in the context of positive psychotherapy. The research sample consists of university students. In the later studies, researchers can choose adults for sampling.

Giriş

Dünyanın her yerinde birçok insan, çevresindeki bir insanın hayatını kaybetmesi, doğal afetlerin yıkıcı etkileri, insanı tehdit eden kazalar veya bu- laşıcı hastalıklar gibi travmatik olaylara maruz kalmakta ve bundan dolayı bü- yük acılar çekmektedir (Dinçer, Ekşi, Demirci ve Kardaş, 2015). Acı çekme, bireyin bütünlük, tutarlılık, eksiksizlik duygularının kaybedilmesiyle harekete geçen, sıkıntı veren duygusal, fiziksel ya da ruhsal bir rahatsızlıktan dolayı ortaya çıkan kötü hissetme hâli olarak tanımlanabilir (Cassell, 1995; Travel- bee, 1976). Acı çekme alanyazında daha çok fiziksel acı ile ilişkilendirilmekte ve klinik çalışmalarda bu boyutu üzerinde daha fazla durulmaktadır (Coule- han, 2012). Yaşanan acının farklı boyutlarıyla birçok alan ilgilenmiş fakat acı

kavramı sosyal bilimler alanındaki çalışmalarda daha çok acı çekmenin ızdırap veren ya da travmatik olaylardan sonra bireyi değiştirme ve dönüştürme gücüne yoğunlaşmıştır (Dinçer ve ark., 2015; Joshanloo, 2014).

Acı kavramının kaçınılması gereken olumsuz bir durum olarak yorumlanmanın aksine ilk olarak Stoeber (2003) dönüştürücü acılar ve yıkıcı acılar ayrımını yaparak acı kavramının olumlu yanını ortaya koymuştur. Nietzsche'nin "*Beni öldürmeyen şey, bana güç katar.*" ifadesi, acının dönüştürücü gücünün temelini oluşturmaktadır. Özellikle bireylerin yaşamış oldukları travmalardan sonra kendilik algılarında, hayat felsefelerinde ve kişiler arası ilişkilerinde olumlu değişimler ve ruhsal dönüşümler algıladıklarına dair bulgular bulunmaktadır (Powell, Rosner, Butollo, Tedeschi ve Calhoun, 2003; Tedeschi ve Calhoun, 1996; Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998; Vishnevsky, Cann, Calhoun, Tedeschi ve Demakis, 2010).

Calhoun ve Tedeshi (1999) insanların travmatik bir olay yaşadığında veya acıya maruz kaldıklarında, ilk olarak bu olayın olumsuz etkilerinin akla getirdiklerini söylemektedir. Bu yaşantıların psikolojik veya davranışsal problemleri, karamsar bir ruh hâlini veya zihni ortaya çıkarabileceğini belirtmektedir. Fakat bazı çalışmalar (Collicutt, McGrath ve Linley, 2006; Holgersen, Boe ve Holen, 2010; Lerner ve Blow, 2011; Peterson, Park, Pole, D'andera ve Seligman, 2008) bu tarz yaşantıların bireyler üzerinde olumsuz etkileri olduğu kadar olumlu etkilere de sahip olduğunu göstermektedir. Yaşanılan travmatik olaylar sonucunda bireylerin kendilik algılarında, hayat felsefelerinde ve kişiler arası ilişkilerinde olumlu değişimler olduğunu (Tedeschi ve Calhoun, 1996), karakterinin güçlendiğini (Peterson ve ark., 2008) ortaya koyan araştırma bulguları mevcuttur. Dolayısıyla acı çekmenin her zaman olumsuz bir anlama karşılık gelmediği ve bireyler üzerinde olumlu etkiler ortaya çıkardığı söylenebilir.

Son yıllarda pozitif psikoloji araştırmalarında sıkça ele alınan ve ruh sağlığı üzerinde acının dönüştürücü gücü kavramında olduğu gibi pozitif etkisinin tespit edildiği diğer bir kavram ise öz-aşkınlıktır. Felsefe, din gibi birçok alanda var olan aşkınlık kavramı psikoloji terminolojisinde ise Victor Frankl'ın 1960'larda kendini aşma ya da öz-aşkınlık kavramı ile yer bulmuştur. Bu kavram, Reed'in ortaya koyduğu Öz Aşkınlık Teorisinde, bireyin kendi iç sınırlarını aşması, sosyal çevre ile ilişkili olma, zamansal düşünme ve insanüstü düşünme kapasitesi olarak ele alınmaktadır (Reed, 2008).

Frankl'a (2006) göre öz-aşkınlık ile bireyde varoluş ve anlam arayışı

zirveye ulaşmaktadır. Vanagas ve Rakšnys (2014) ise bireyin öz-aşkınlığa ulaşmadan kendini gerçekleştirme süreci tamamlayamadığını ifade etmektedir. Yani öz-aşkınlık ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağı olan kendini gerçekleştirmenin olgunlaşmış hâli denilebilir. Olgunlaşma ve bilgeliğin göstergesi olan bu kavramın ruhsal sağlığı ve hayat doyumu üzerinde pozitif etkisinin olduğunu belirten birçok çalışma bulunmaktadır (Coward, 1996; Nygren, Aléx, Jonsén, Gustafson, Norberg ve Lundman, 2005; Ramer, Johnson, Chan ve Barrett, 2006; Reed, 1991a; Reed, 1991b; Reed, 2008). Sarıçam'ın (2015) öz-aşkınlık ölçek uyarlama çalışmasında uyum geçerliği, yaşamın anlamı, depresyon, anksiyete ve stres ölçekleri ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda öz-aşkınlığın yaşamın anlamı ile pozitif; depresyon, kaygı, stres ile negatif ilişkisi olduğu saptanmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, acının dönüştürücü gücü ve öz-aşkınlık kavramlarının ruh sağlığı üzerinde olumlu etkilerinin olduğu görülmektedir.

Travmatik hayat olaylarının, olumsuzlukların ve doğal afetlerin yaşanmasının ardından bireyde pozitif değişimlerin de olabileceğine ilişkin inanç, acının dönüştürücü gücü olarak ifade edilmektedir (Dinçer ve ark., 2015; Joshanloo, 2014). Joshanloo (2014) acının kişiyi olgunlaştırdığını ve yaşanan acıların sabırla karşılanması durumunda gerçek mutluluğa erişilebileceğini ifade etmiştir. Bu açıdan bakıldığında acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançların bireylere, yaşanan olumsuz olayların altından başarıyla kalkabilmek için bir motivasyon oluşturduğu, bireyleri daha olgun olmaya yönlendirdiği ve var olan potansiyelini aşma konusunda daha ileri bir seviyeye taşıdığı söylenebilir. Maslow (1954) ve Yalom (1980) da benzer şekilde hayatî krizlerin değişim için bir yol olduğunu ifade etmişlerdir. Yapılan çalışmalar olumsuz olayları deneyimleyen insanların bu olaylar ardından sosyal çevresinde yer alan insanlarla daha güçlü bağlar kurduğu (Joseph ve Linley, 2008; Tedeschi ve Calhoun, 2004), hayatın değerini daha çok anladığını ve kendini daha olgun ve güçlü hissettiğini (Tedeschi ve Calhoun, 1996) ortaya koymuştur.

Yaşanılan olumsuz olaylar neticesinde bireyin kendini olgun hissetmesi ve bu olaylara daha derin anlamlar yükleyebilmesi ise bazı temel ihtiyaçlarını karşılamasının ardından ortaya çıkan öz-aşkınlık ihtiyacı ile ilişkilendirilmektedir (Hoshi, 2008). Öz-aşkınlığı yüksek olan bireylerin, kendi potansiyellerini aştığı, diğerleri ile olumlu ilişkileri olduğu ve geçmiş ile gelecek arasındaki bağlantıda daha çok şimdi odaklı oldukları ve yaşanan olayları daha derin algıladıkları bildirilmektedir (Reed, 2008). Bu özelliklerin ortaya çıkabilmesi

için de bireyin bazı temel ihtiyaçlarını karşılaması ve kendini gerçekleştirme basamağına da ulaşarak bu kavramın daha olgun hâli olan öz-aşkınlığa ulaşmalarından geçmektedir (Maslow, 1954). Bunun için de bireylerin, yaşadıkları travmatik olayları daha derin bir bakış açısıyla yorumlaması ve olumsuz olayların bazen de olumlu durumları beraberinde getireceğini görmesi gerekebilir. Bu durumlar da acının dönüştürücü gücü ile ilişkilidir. Dolayısıyla bu çalışma üniversite öğrencilerinde acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlar ile öz aşkınlık arasındaki ilişkinin belirlenmesi açısından önemli görülmektedir.

Acının dönüştürücü gücü konusunda yapılan çalışmalarda özgecil aşk, fedakârlık doyumunu (Dinçer ve Aydoğan, 2019), hayat doyumunu (İzgüden ve Erdem, 2017; Sarı, 2018) mutçuluk, haz ve dinî dünya görüşleri (Uğurluoğlu, Eroymak ve Erdem, 2018), öznel iyi oluş ve mutluluk (Joshanloo, 2015) gibi değişkenlerin ele alındığı görülmektedir. Alanyazında çok fazla çalışma olmamasına rağmen araştırmacıların acının dönüştürücü gücüne yönelik olumlu duygular, hayat doyumunu ve iyi oluş gibi değişkenler üzerinde durduğu belirlenmiştir. Bu çalışmada ise öz-aşkınlık bir değişken olarak ele alınmıştır. Öz-aşkınlık düzeyleri yüksek olan bireyler kendi iç sınırlarını aşan, çevresiyle olumlu ilişkileri olan ve bilişsel olgunluğa sahip kişilerdir (Hoshi, 2008; Reed, 2008). Dolayısıyla kişinin kendi iç sınırlarını aşabilmesi ve bilişsel olarak olgunluğa ulaşabilmesi bazen de yaşanan acı olaylar ve bu olayların bireyi olumluya dönüştürme etkisinden de kaynaklanabilir. Bu açıdan bu çalışmada acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlar ile öz-aşkınlık arasındaki ilişkilerin belirlenmesi hedeflenmiştir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- Üniversite öğrencilerinin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançları ile öz-aşkınlıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançları öz-aşkınlıklarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırma, değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi esasına dayalı olarak betimsel nitelikli ve ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, değişkenler arasında ilişkinin olup olmadığını ve ilişkinin yönünü belirlemeye yardımcı olmaktadır (McMillan ve Schumacher, 2010). Bu kapsamda acının dönüştürücü gücü ve öz aşkınlık

arasındaki yordayıcı ilişki yapısal eşitlik modeli ile incelenmiştir. Yapısal eşitlik modeli gözlenen ve gizil değişkenler arasındaki karşılıklı ve nedensel ilişkileri tek bir model üzerinde test eden bir istatistiksel yöntemdir (Hoyle, 1995). Bu araştırma için Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu Eğitim Bilimleri Birim Etik Kurulu'ndan (14.02.2020 tarih, 03 sayı ve 05 karar no) etik izin alınmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni 2019-2020 eğitim öğretim yılında Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi'nin çeşitli anabilim dallarına devam eden lisans öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem ise evrenden uygun örnekleme yoluyla belirlenen ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 252 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ait bilgiler Tablo 1'de verilmiştir:

Tablo 1. Araştırmanın Örnekleme İlişkin Tanılayıcı Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Kadın	181	71.8
	Erkek	71	28.2
Yaş	18-22	207	82.1
	23-27	36	14.3
	28 ve üstü	9	3.6
Sınıf	1. Sınıf	144	57.1
	2. Sınıf	48	19
	3. Sınıf	35	13.9
	4. Sınıf	25	9.9
Bölüm	Özel Eğitim Öğretmenliği	20	7.9
	Türkçe Öğretmenliği	33	13.1
	Almanca Öğretmenliği	41	16.3
	Okul Öncesi Öğretmenliği	74	29.4
	Fen Bilgisi Öğretmenliği	40	15.9
	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	44	17.5

Araştırmanın örnekleme incelendiğinde katılımcıların %71.8'inin kadın, %28.2'sinin erkek olduğu, yaş ortalamalarının 21 ve standart sapmasının 2.53 olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Örnekleme ait cinsiyet, yaş, sınıf, bölüm gibi özelliklerin belirlenmesi amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan bir formdur.

Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği

Acı çekmenin olumlu bir kişisel gelişim, dönüşüm ve olgunlaşmaya hizmet edip etmediği yönündeki inançları ölçmek amacıyla Joshanloo (2014) tarafından geliştirilen ölçek Dinçer ve arkadaşları (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek tek boyuttan ve beş maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması 217 kadın ve 66 erkek olmak üzere toplam 283 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda ölçeğin orijinal faktör yapısını Türk öğrencilerden oluşan örnekleme de tekrar ettiği ve yeterli düzeyde geçerliliğe ($\chi^2/sd=2.522$, CFI=.990, NNFI=.984, GFI=.985, AGFI=.945, IFI=.990, RFI=.959, RMR=.072, RMSEA=.073) sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .84, test-tekrar test korelasyon katsayısının .75 olduğu saptanmıştır. Bu araştırma kapsamında ölçeğin geneline ilişkin güvenirlik katsayısının .83 olduğu tespit edilmiştir.

Öz-Aşkınlık Ölçeği

Reed (1991) tarafından geliştirilen ve Sarıçam (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Öz-Aşkınlık Ölçeği, bireylerin kendi sınırlarını aşma, bakış açısını değiştirerek deneyimleri anlamlandırma gibi kavramlarla ifade edilen aşkınlık düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 15 maddeden ve kişiler arası ile kendine ait (iç ruh hâli) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin orijinal formuyla uyumlu olarak tek boyutta toplandığını göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksleri $\chi^2/sd=1.76$, RMSEA=.062, CFI=.97, GFI=.94, IFI=.97, NFI=.96, RFI=.95 ve SRMR=.042 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .87, test tekrar test korelasyonunun .80 olduğu ortaya konmuştur. Bu araştırma kapsamında ölçeğin güvenirlik katsayılarının kişilerarası alt boyutu için .64, iç ruh hâli alt boyutu için ise .74 olduğu görülmüştür.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma veri toplama merhalesinde, araştırmanın amacı kısaca öğrencilere anlatılmış ve gönüllü öğrencilerin ölçekleri doldurmaları sağlanmıştır. Ölçeklere gelişigüzel cevap veren ve boş bırakılan ölçekler değerlendirme dışı bırakılmıştır. Yapısal eşitlik modelinde analiz sürecine geçilmeden önce veri setinin çok değişkenli normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Bunun için çok değişkenli normalliğin belirlenmesinde çarpıklık ba-

sıklık değerleri, mahalnobis uzaklık katsayısı, Mardia katsayısı gibi değerlere göre incelenmiş ve yapısal eşitlik modellemesinin varsayımlarının karşılandığı belirlendikten sonra analiz sürecine geçilmiştir.

Toplanan veriler SPSS programına aktarılmış ve analizler için hazır hâle getirilmiştir. Veri analizi iki merhalede gerçekleştirilmiştir. İlk merhalede değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler incelenmiştir. İkinci merhalede ise değişkenler arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca örtük değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modellemesi kullanılmıştır. Acının dönüştürücü gücü örtük değişkeni beş maddeden oluşmakta ve öz aşkınlık örtük değişkeninin ise kişiler arası ve iç ruh hâli olmak üzere iki gözlenen değişkeni bulunmaktadır. Analizler SPSS 20.0 paket programı ve AMOS 20 programı yardımıyla yapılmış ve analiz sonuçlarının anlamlı olup olmamasında .001 ile .05 anlamlılık düzeyleri ele alınmıştır.

Bulgular

Acının Dönüştürücü Gücü ile Öz Aşkılık Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Acının dönüştürücü gücü ve öz aşkınlık arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir:

Tablo 2. Acının Dönüştürücü Gücü ile Öz Aşkılık Arasındaki İlişkiler

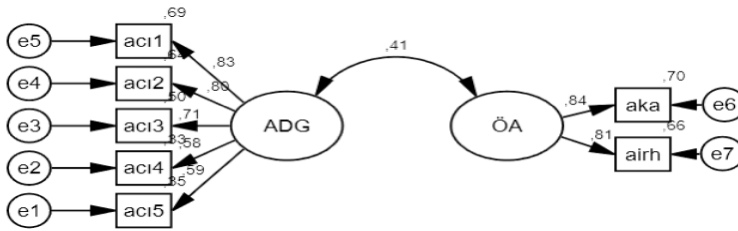
	1.	2.	3.
1. Acının Dönüştürücü Gücü	r 1		
	p -		
2. Öz Aşkılık Kişiler Arası Alt Boyutu	r .354**	1	
	p .000	-	
3. Öz Aşkılık İç Ruh Hâli Alt Boyutu	r .329**	.678**	1
	p .000	.000	-
\bar{X}	24.32	12.73	34.76
ss	7.03	2.18	4.70

** $p < .001$

Tablo 2 incelendiğinde acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlık ölçeğinin kişilerarası alt boyutu ($r = .354, p < .001$) ile iç ruh hâli ($r = .329, p < .001$) alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir.

Öz Aşkınlığın Yordanmasına İlişkin Bulgular

Acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlığın alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildikten sonra, acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlık üzerindeki yordayıcı etkisini test etmek için yapısal eşitlik modelinden yararlanılmıştır. Yapısal eşitlik modelinin bu çalışmada basit doğrusal regresyon analizi yerine tercih edilmesinin bazı nedenleri bulunmaktadır. Basit doğrusal regresyon modelinde tek bir bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı etkisi araştırılırken; yapısal eşitlik modelinde gözlenen ve gizil değişkenler arasındaki karşılıklı ve nedensel ilişkiler tek bir model üzerinde değerlendirilmekte, incelenen modeldeki ilişkiler ağına yönelik varsa yeni düzeltmeler önerilmekte ve ölçüm hataları da hesaba katılmaktadır (Tabachnick, Fidell ve Ullman, 2007). Bu amaçla tercih edilen yapısal eşitlik modelinde ilk merhalede acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlığın model uyumlarına ilişkin ölçüm modeli kurulmuş ve bu modele ilişkin sonuçlar Şekil 1’de gösterilmiştir:

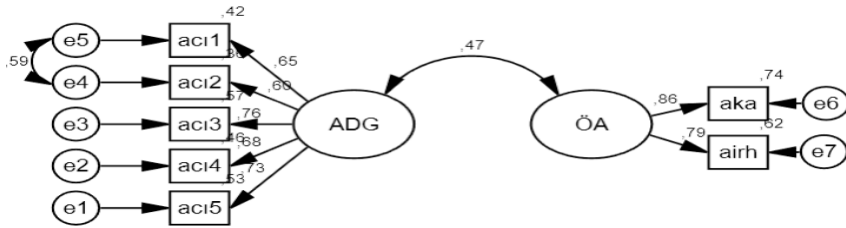


Şekil 1. Acının Dönüştürücü Gücü ve Öz Aşkınlık Arasındaki İlişkiye Dair Ölçüm Modeli (Modifikasyon Öncesi)

Şekil 1’de kurulan ölçüm modeline ilişkin uyum indeksleri incelendiğinde değerlerin kabul edilebilir aralıkta olmadığı görülmektedir ($\chi^2/sd=6.801$, $RMSEA=.152$, $SRMR=.072$, $CFI=.893$, $TLI=GFI=.892$, $AGFI=.768$, $NFI=.878$, $p<.05$). Bu nedenle uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir aralığa ulaşması amacıyla acının dönüştürücü gücü ölçeğinin maddelerine ait hata varyansları arasında (e4 ve e5) programın önermiş olduğu ve ki-kare değerinde en yüksek değişikliği oluşturacak olan modifikasyon çizilmiştir. Ölçüm modelinde önerilen modifikasyon çizildikten sonra analiz yeniden yapılmış ve model Şekil 2’de gösterilmiştir.

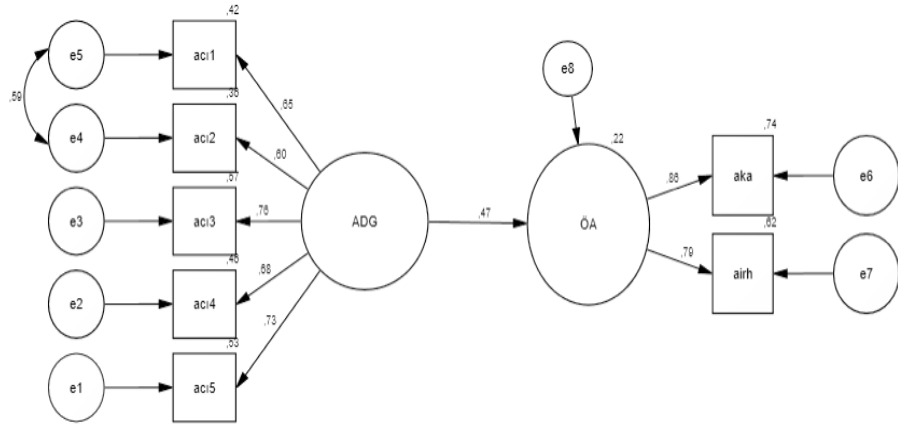
Şekil 2 incelendiğinde modifikasyon işleminden sonra ölçüm modeline ilişkin uyum indeksleri değerlerin mükemmel uyum gösterdiğini söylemek mümkündür ($\chi^2/sd=1.747$, $p<.05$, $RMSEA=.055$, $SRMR=.032$, $CFI=.987$,

TLI=.978, GFI=.975, AGFI=.942, NFI=.971). Bu değerlere göre modelin değişkenler arasındaki ilişkiyi ölçmeye uygun olduğu söylenebilir.



Şekil 2. Acının Dönüştürücü Gücü ve Öz Aşkınlık Arasındaki İlişkiye Dair Ölçüm Modeli (Modifikasyon Sonrası)

Ölçüm modeline ilişkin uyum indeksi değerlerin mükemmel uyum verdiği belirlendikten sonra yapısal model test edilmiş ve sonuçlar Şekil 3'te verilmiştir:



Şekil 3. Acının Dönüştürücü Gücü ve Öz Aşkınlık Arasındaki İlişkiye Dair Yapısal Model

Şekil 3 incelendiğinde, acının dönüştürücü gücü gizil değişkeni (ADG) ile öz aşkınlık gizil değişkenleri (ÖA) ile önerilen modele ilişkin uyum indeksleri değerlerinin iyi uyum verdiği ve önerilen modelin doğrulandığı görülmektedir ($\chi^2/sd=1.747$, $p<.05$, RMSEA=.055, SRMR=.032, CFI=.987, TLI=.978, GFI=.975, AGFI=.942, NFI=.971). Standardize edilmiş regresyon katsayısı incelendiğinde acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlığın pozitif yönlü ve anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir ($\beta=.47$, $p<.01$). Acının dönüştürücü gücü ve öz aşkınlık arasında önerilen yapısal eşitlik modelinde,

acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlıktaki varyansın %22'sini açıkladığı görülmüştür. Elde edilen bu bulgu, üniversite öğrencilerinde acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlık üzerinde orta düzeyde ve anlamlı bir etkisinin olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tartışma

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançları ile öz-aşkınlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlık ölçeğinin kişilerarası alt boyutu ($r=.354$ $p<.01$) ve iç ruh hâli ($r=.329$, $p<.01$) alt boyutu arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ayrıca acının dönüştürücü gücünün öz aşkınlığın anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Travmatik olayların olumsuz sonuçları olacağına kesin gözle bakılırken son yıllarda bu bakış açısı değişime uğrayarak bu tarz hayat olaylarının pozitif değişimlere katkı sağlayabileceğine yönelik görüşlere eğilim olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla araştırmacıların kavramın bu yönüne ilişkin açıklama getirmeye çalıştığı görülmektedir. Kavramsal olarak acının dönüştürücü gücü, zorlayıcı hayat olayları ve krizlerinin ardından olumlu psikolojik değişim ve dönüşümlerin gerçekleşeceğine yönelik inançlar olarak tanımlanmaktadır (Johanloo, 2014).

Acının dönüştürücü gücü kavramı ile ilgili alanyazında çok fazla çalışmaya rastlanılmamakla beraber ilgili çalışmalarda elde edilen sonuçlar acının dönüştürücü gücünün pozitif sonuçları olduğunu göstermektedir (Bolat, Bolat ve Taştan, 2020; Dinçer ve ark., 2015; İzgüden ve Erdem, 2017; Sarı, 2018; Uğurluoğlu, Eroymak ve Erdem, 2018). Bolat ve arkadaşlarının (2020) gerçekleştirdiği çalışma sonucunda da acının dönüştürücü gücüne dair inanç artıkça, örgütsel destek ve dünyaya ilişkin olumlu varsayımların travma sonrası büyüme üzerindeki etkisinin de artmakta olduğu görülmüştür. Ayrıca acının dönüştürücü gücünün, travma sonrası büyümenin istatistikî olarak anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Dinçer ve arkadaşları (2015) tarafından Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliğini incelemeye yönelik yapılan çalışmada acının dönüştürücü gücünün, hayat doyumu ve psikolojik sağlamlıkla pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. İzgüden ve Erdem (2017) ise hastane çalışanlarının hayat doyumu üzerinde acının dönüştürücü gücünü incelemişlerdir. Çalışma

sonucunda hastane çalışanlarının acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlarının olduğu ve bunun da hayat doyumlarına olumlu yönde etki ettiğini ortaya koymuşlardır. Benzer bir sonuç Sarı (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da ortaya konulmuş; acının dönüştürücü gücü ile hayat doyumunun ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Kısaca acının dönüştürücü gücü kavramı üzerinde yapılan çalışmalar acının dönüştürücü gücünün bireylerin olumlu duygularına katkıda bulunduğunu ortaya koymaktadır.

Çalışmamızın diğer kavramı olan öz aşkınlıkta kendini gerçekleştirme, belirli bir olgunluk seviyesine ulaşma ve anlam arayışında zirveye erişme gibi özellikler yer almaktadır. Acı yaşayan bireylerin ise yaşadıkları durumu travmatik algılamaları kadar acının dönüştürücü gücünü kullanıp yaşadıkları travmayı daha olumlu bir hayata kavuşmak için de kullandıkları bilinmektedir. Dolayısıyla bireylerin yaşadıkları acı tecrübelerine daha farklı bir gözle bakabilmeleri, hayattan daha çok doyum almalarına yardım edebilir. Zira nihâî noktada bu durum da bireyin kendini gerçekleştirmesine ve özünü aşmasına bir zemin hazırlayabilir. Bu da öz aşkınlık kavramıyla ilişkilidir.

Öz aşkınlık kavramı ile ilgili alanyazında henüz az sayıda çalışma yer almaktadır. Sarıçam'ın (2015) öz aşkınlık ölçeğinin uyarılma çalışmasında öz-aşkınlık ile hayat anlamı arasında pozitif ilişki olduğu; Biçer ve Sarıçam'ın (2015) yaptıkları çalışmada da öz-aşkınlık ve manevi iyi olma arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Benzer bir sonuç olarak Özcan, Ekşi ve Ekşi'nin (2020) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada öz-aşkınlık düzeyleri ile hayatın anlamı düzeyleri arasında pozitif yönde ve çok yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Çalışma sonuçlarından öz aşkınlık kavramı ile acının dönüştürücü gücü kavramında görüldüğü gibi olumlu kavramlar arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla buradan yola çıkarak bireylerin acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlarının artmasının öz aşkınlık düzeyini artıracığı düşünülmektedir.

Sonuç

Yapılan çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre acının dönüştürücü gücü ile öz aşkınlık arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonucun alanyazındaki ilgili çalışmaların sonuçlarıyla tutarlık gösterdiği görülmüştür. Fakat her çalışmada olduğu gibi bu çalışmanın da sınırlılıkları vardır. İlk olarak araştırma herhangi bir travmatik deneyimi olmayan bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Kavramlarla ilgili daha sonra yapılacak çalışmalarda ise bir travmatik yaşantısı olan ve olmayan grupların

acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançları ve öz aşkınlıkları karşılaştırmalı olarak ele alınması önerilmektedir.

Diğer bir unsur olarak araştırma, üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın belli bir yaş grubunun üzerindeki bireylerden elde edilen verilerle gerçekleştirilmesinin nedeni, öz aşkınlık kavramının ahlaki olgunluk yani yaş ile alakalı olmasıdır. İleriki çalışmalarda yetişkinler üzerinde de benzer çalışmalar ve öz aşkınlığa açıklayabileceği düşünülen psikolojik sağlamlık, travma sonrası büyüme, psikolojik, öznel ve sosyal iyi oluş değişkenleri de araştırma sürecine dahil edilmesi önerilmektedir.

Bu çalışma, betimsel nitelikli ve değişkenler arasındaki ilişkiyi bir model üzerinde ortaya koymayı hedeflemektedir. Yapılacak diğer çalışmalarda öz aşkınlık teorisi veya öz belirleme kuramına dayalı olarak başka model çalışmaları ya da acının dönüştürücü gücüne ilişkin inançlar pozitif psikoterapi bağlamında deneysel çalışmalarla ele alınabilir. Ayrıca bundan sonra yapılacak çalışmalarda farklı kavramları da araştırmaya dâhil etmenin pozitif psikoloji alanyazımına katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Biçer, B. ve Sarıçam, H. (2015, Kasım). *Öz-aşkınlık ile manevi iyi olma arasındaki ilişki* (Öz). Felsefe, Eğitim ve Bilim Tarihi Sempozyumu'nda sunulan bildiri, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
<http://febts.com/images/Bildiri-KitabFEB2015.pdf>
- Bolat, B., Bolat, O. İ. ve Taştan, S. (2020). Örgütsel destek, sosyal bağlılık ve dünyaya ilişkin varsayımların travma sonrası büyüme üzerindeki etkisinde acının dönüştürücü gücünün rolü: pozitif psikoloji bağlamında bir değerlendirme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(1), 361-402.
- Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Charlotte: Routledge.
- Cassell, E. J. (1995). Pain and suffering. W. T. Reich, (Ed.), *Encyclopedia of bioethics* (2. baskı) içinde (1897-1904). New York, NY: Simon ve Schuster.
- Collicutt McGrath, J. ve Linley, P. A. (2006). Post-traumatic growth in acquired brain injury: A preliminary small scale study. *Brain Injury*, 20(7), 767-773.
- Coulehan, J. (2012). *Suffering, hope, and healing*. Moore, R. (Ed.), *Handbook of pain and palliative care* içinde (s. 717-731). New York: Springer, Cham.
- Coward, D. D. (1996). Self-transcendence and correlates in a healthy population. *Nursing research*, 45(2), 116-121.
- Dinçer, D. ve Aydoğan, D. (2019). Evlilik ilişkisinin gizil güçleri: Özgecil aşk, acının dönüştürücü gücü ve fedakârlık doyumunu. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 65-77.
- Dinçer, D., Ekşi, H., Demirci, İ. ve Kardaş, S. (2015). Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 39, 409-421.

- Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. (I. Lasch, Çev.). Boston: Beacon. (Orijinal çalışma basım tarihi 1959.)
- Holgersen, K. H., Boe, H. J. ve Holen, A. (2010). Long-term perspectives on posttraumatic growth in disaster survivors. *Journal of Traumatic Stress*, 23(3), 413-416.
- Hoshi, M. (2008). *Self-transcendence, vulnerability, and well-being in hospitalized Japanese elders*. Yayınlanmamış doktora tezi, The University of Arizona, Tucson. https://repository.arizona.edu/bitstream/handle/10150/196094/azu_etd_10125_sip1_m.pdf?sequence=1&isAllowed=
- Hoyle, R. H. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. London: Sage.
- İzğüden, D. ve Erdem, R. (2017). The effect of transformative power of suffering on life satisfaction on hospital workers. *Journal of International Health Sciences and Management*, 3(5), 1-12.
- Joseph, S. ve Linley, P. A. (2008). Psychological assessment of growth following adversity: a review. S. Joseph ve P. A. Linley, (Ed.), *Trauma, recovery, and growth: positive psychological perspectives on posttraumatic stress* içinde (21-36). Hoboken, NJ: John Wiley and Sons Inc.
- Joshanloo, M. (2014). Differences in the endorsement of various conceptions of well-being between two Iranian groups. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(2), 138-149.
- Joshanloo, M. (2015). Conceptions of happiness and identity integration in Iran: A situated perspective. *Middle East Journal of Positive Psychology*, 1(1), 24-35.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Larner, B. ve Blow, A. A. (2011). Model of meaning-making coping and growth in combat veterans. *Review of General Psychology*, 15(3), 187-197.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper ve Row.
- McMillan, J. H. ve Schumacher, S. (2010). *Research in education: evidence-based inquiry*. Boston: Pearson.
- Nygren, B., Aléx, L., Jonsén, E., Gustafson, Y., Norberg, A. ve Lundman, B. (2005). Resilience, sense of coherence, purpose in life and self-transcendence in relation to perceived physical and mental health among the oldest old. *Aging and Mental Health*, 9(4), 354-362.
- Özcan, G., Ekşi, H. ve Ekşi, F. (2020). Üniversite öğrencilerinde yaşamın anlamı ile öz-aşkınlık ilişkisinde ölüm anksiyetesinin aracılık rolü. *Kriz Dergisi*, 28(2), 71-87.
- Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W. ve Seligman, M. E. (2008). Strengths of character and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 21(2), 214-217.
- Powell, S., Rosner, R., Butollo, W., Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2003). Posttraumatic growth after war: a study with former refugees and displaced people in Saravejo. *Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 71-83.
- Ramer, L., Johnson, D., Chan, L. ve Barrett, M. T. (2006). The effect of HIV/AIDS disease progression on spirituality and self-transcendence in a multicultural population. *Journal of Transcultural Nursing*, 17(3), 280-289.
- Reed, P. G. (1991a). Self-transcendence and mental health in oldest-old adults. *Nursing Research*, 40(1), 5-11.

- Reed, P. G. (1991b). Toward a nursing theory of self-transcendence: Deductive reformulation using developmental theories. *Advances in Nursing Science*, 13(4), 64-77.
- Reed, P. G. (2008). The theory of self-transcendence. M. J. Smith ve P. R. Liehr, (Ed.), *Middle range theory for nursing* içinde (145-166). New York: Springer.
- Sarı, T. (2018, Ekim). *Acının dönüştürücü gücü ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Öz). 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunulan bildiri. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
https://2018.pdrkongreleri.org/dosyalar/files/pdrkongre2018_tammetin.pdf
- Sarıçam, H. (2015). Öz Aşkınlık Ölçeği Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Eurasian Academy of Sciences Social Sciences Journal*, 5, 25-34.
- Stoeber, M. (2003). Transformative suffering, destructive suffering and the question of abandoning theodicy. *Studies in Religion/Sciences Religieuses*, 32(4), 429-447.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (5. baskı). Boston, MA: Pearson.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: 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.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L. ve Calhoun, L. G. (1998). *Posttraumatic growth: positive changes in the aftermath of crisis*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Travelbee, J. (1976). *Interpersonal aspects of nursing*. Philadelphia, PA: Davis Company.
- Uğurluoğlu, D., Eroymak, S. ve Erdem, R. (2018, Ekim). *Bireylerin mutçuluk, haz ve dini dünya görüşlerinin acının dönüştürücü gücü üzerine etkisi* (Öz). 2. Uluslararası 12. Ulusal Sağlık ve Hastane İdaresi Kongresi'nde sunulan bildiri. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
http://shyk2018.mu.edu.tr/Belgeler/34/34/Bildiri_Kitab%C4%B1.pdf
- Vanagas, R. ve Rakšnyš, A. V. (2014). The dichotomy of self-actualization and self-transcendence. *Verslo Sistemos ir Ekonomika Business Systems and Economics*, 4(2), 196-203.
- Vishnevsky, T., Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G. ve Demakis, G. J. (2010). Gender differences in self-reported posttraumatic growth: Meta-analysis. *Psychology of Woman Quarterly*, 34(1), 110-120.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy* (1. cilt). New York: Basic Books.