

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI**

**ERİŞKİN BİREYLERDE MANEVİYAT VE**  
**MANEVİYAT İLE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Ayşe ASRİ**

**İstanbul**

**Mayıs-2024**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI**

**ERİŞKİN BİREYLERDE MANEVİYAT VE MANEVİYAT İLE**  
**İLİŞKİLİ FAKTÖRLER**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Ayşe ASRİ**

**Tez Danışmanı**

**Prof. Dr. Rukiye Pınar BÖLÜKTAŞ**

**İstanbul**

**Mayıs-2024**

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Prof. Dr. Rukiye Pınar BÖLÜKTAŞ İmza

Üye Doç. Dr. Esra TÜRK İmza

Üye Doç. Dr. Turgay ŞİRİN İmza

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

## **BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ**

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Erişkin Bireylerde Maneviyat ve Maneviyat ile İlişkili Faktörler**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Ayşe ASRİ

## ÖN SÖZ

Tez çalışmam boyunca verdiği yakın destek, yönlendirme ve katkılarından dolayı kıymetli danışmanım Prof. Dr. Rukiye Pınar BÖLÜKTAŞ'a, araştırmanın başlangıcından sonuna kadar bilgisi, desteği ve analizleri ile çalışmamı güçlendiren ve hoca kavramını zihin dünyamda anlamlı kılan Prof. Dr. Arif ÖZER'e, kıymetli yorum ve katkılarıyla tezimi zenginleştiren Doç. Dr. Ümit GÜLER'e, bu eğitim sürecinde yola çıkmama vesile olan motivasyon kaynağım, değerli dostum Özlem KOYUNCU'ya, yüksek öğrenim sürecinde ve hayatımın her anında dualarını esirgemeyen aileme, hayatımın her alanında ve tez çalışmam da beni koşulsuz bir şekilde destekleyip, sabır ve özverisini esirgemeyen, her türlü maddi manevi desteğini yakından hissettiğim değerli eşim Halil İbrahim ASRİ'ye sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

**Ayşe ASRİ**

**İstanbul-2024**

## ÖZET

# ERİŞKİN BİREYLERDE MANEVİYAT VE MANEVİYAT İLE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER

Ayşe ASRİ

Yüksek Lisans, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Rukiye Pınar BÖLÜKTAŞ

Mayıs, 2024 –X+73 Sayfa

Bu araştırma erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörlerin incelenmesi amacıyla 2120 kişide tamamlanmıştır. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Maneviyat Ölçeği, OK- Dini Tutum Ölçeği Kısa Versiyonu, Yaşamın Anlamı Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ile toplanmıştır. Google forms’da hazırlanan anketler sosyal platform (WhatsApp, Facebook, Instagram ve LinkedIn) üzerinden katılımcılar ile paylaşılmış ve online doldurulmuştur. Toplanan veriler SPSS IBM 24.0 kullanılarak analiz edilmiş, istatistiksel test olarak bağımsız gruplarda student t testi, ANOVA Varyans analizi, Pearson korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, yaş ortalaması 34.2 yıl olan erişkinlerin yarıdan fazlası kadındır (%59.5). Katılımcıların yaşı arttıkça maneviyat ortalama puanı artmaktadır. Kadınların maneviyat ortalama puanları erkeklerden daha yüksektir. Maneviyat ortalama puanlarında medeni durum, eğitim durumu, aile tipi, çalışma durumu ve gelir durumu düşük düzeyde etkiye sahiptir. Maneviyat ortalama puanı ile psikolojik iyi oluş, var olan anlam ve dini tutum arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Maneviyat, Psikolojik İyi Oluş, Yaşamın Anlamı, Dini Tutum

**ABSTRACT**  
**SPIRITUALITY AND FACTORS RELATED TO SPIRITUALITY**  
**IN ADULTS**

**Ayşe ASRİ**

Master's Thesis, Spiritual Counseling and Guidance

Thesis Advisor: Professor Rukiye Pınar BÖLÜKTAŞ

May, 2024 - X+73 Pages

This research was conducted on 2120 adults to examine spirituality and factors related to spirituality in adults. Data were collected using a Personal Information Form, Spirituality Scale, OK- Religious Attitude Scale Short Version, Meaning of Life Scale, and Psychological Well-Being Scale. Questionnaires in Google forms were shared with participants via social platforms (WhatsApp, Facebook, Instagram and LinkedIn) and filled out online. The collected data were analyzed using SPSS IBM 24.0, and student t test in independent groups, ANOVA variance analysis, Pearson correlation analysis and regression analysis were used as statistical tests. According to research findings, more than half of adults, with an average age of 34.2 years, were women (59.5%). As participants' age increased, the mean spirituality score increased. Women had higher mean spirituality scores than men. Marital status, educational status, family type, employment status and income status had a low level of impact on the mean spirituality scores. There was a positive significant relationship between the mean spirituality score and psychological well-being, existing meaning, and religious attitude.

**Key Words:** Spirituality, Psychological Well-Being, Meaning of Life, Religious Attitude.

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>v</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vi</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>KISALTMALAR LİSTESİ</b> .....	<b>x</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem .....	1
1.2. Amaç .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	3
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	4
1.5. Tanımlar .....	5
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>6</b>
<b>KAVRAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>6</b>
2.1. Maneviyat .....	6
2.1.1. Maneviyatın Tanımı.....	6
2.1.2. Tarihsel Perspektiften Maneviyat Kavramı .....	8
2.2. Din ve Maneviyat .....	10
2.2.1. Din, Dini Tutum Kavramları ve Dini Tutumun Unsurları.....	10
2.2.2. Alanyazında Din ve Maneviyat .....	13

2.3. Yaşamın Anlamı, Psikolojik İyi oluş ve Maneviyat .....	17
2.3.1. Yaşamın Anlamı .....	17
2.3.2. Psikolojik İyi Oluş .....	19
2.3.3. Yaşamın Anlamı, Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat Arasındaki İlişki ..	23
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>25</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>25</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	25
3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme.....	25
3.3. Araştırmanın Değişkenleri .....	27
3.4. Veri Toplama Araçları .....	27
3.5. Verilerin Toplanması.....	29
3.6. Verilerin Değerlendirilmesi.....	30
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>31</b>
<b>BULGULAR .....</b>	<b>31</b>
4.1. Katılımcıların Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamaları .....	31
4.2. Katılımcıların Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Ortalama Puanları .....	32
4.3. Katılımcıların Maneviyatı ile İlişkili Faktörler .....	33
4.3.1 Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özellikler ile Karşılaştırılması.....	33
4.3.2. Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamalar ile Karşılaştırılması.....	36
4.3.3. Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlam ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki.....	37

<b>BEŞİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>39</b>
<b>TARTIŞMA VE YORUM</b> .....	<b>39</b>
5.1. Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-Demografik Özellikler ile Karşılaştırılmasından Elde Edilen Bulguların Tartışılması.....	39
5.2. Maneviyat, Dini Tutum, Psikolojik İyi Oluş ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkilere İlişkin Elde Edilen Bulguların Tartışılması .....	42
<b>ALTINCI BÖLÜM</b> .....	<b>46</b>
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	<b>46</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>48</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>61</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	<b>73</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri .....	26
Tablo 4.1: Katılımcıların Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamaları .....	32
Tablo 4.2: Katılımcıların Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Ortalama Puanları .....	33
Tablo 4.3: Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özelliklerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediği.....	35
Tablo 4.4: Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamalara Göre Farklılık Gösterip Göstermediği.....	37
Tablo 4.5: Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki .....	38
Tablo 4.6: Regresyon Analizi Sonuçları .....	38

## KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
APA	: American Psychology Association (Amerikan Psikoloji Derneği)
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
SPSS	: Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi (Statistical Package for Social Sciences)
vd.	: Ve Diğerleri

## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

Çalışmanın bu bölümünde sırasıyla “problem durumuna, araştırmanın amacına, önemine, varsayımlarına, sınırlılıklarına ve araştırmada kullanılan temel kavramların tanımlarına” yer verilmiştir.

#### 1.1. Problem

Bireylerin iç dünyasının yansıması olan davranışının temelinde duygu ve düşüncelerin olduğu bilinen bir gerçektir. Bu düşünce ve duyguları etkileyen birçok unsur vardır. Bunların en önemlilerden biri maneviyat, diğeri inançlardır. Bireyin dünyadaki varlığının başlangıcı aslında inançlarının da başlangıcıdır. İnsanoğlu her zaman bir varlığa inanmıştır. Bu inanç bazen tek bir Tanrıya, bazen de kendi eliyle yaptığı veya oluşturduğu putlara yönelik olmuş; bununla birlikte insanlar hiçbir anında maneviyattan uzaklaşmamış; muhakkak aşkın bir gücü kendisine dayanak olarak görmüş ve o gücün peşinden gitmiştir (Tosyalıoğlu, 2021).

Kişinin fizyolojik kısmının gıdası yiyecekler iken, ruhsal kısmının gıdası inançları ve maneviyatıdır. Bireyler maneviyatları ve inançları doğrultusunda davranışlarını şekillendirmektedirler (Tosyalıoğlu, 2021).

Din “*Tanrı'ya, doğüstü güçlere, çeşitli kutsal varlıklara yönelik inançları kurallar, kurumlar, töreler ve semboller biçiminde sistemleştiren ve tapınmayı bir düzene, sisteme bağlayan kurumdur*” (Türk Dil Kurumu, 2021).

Maneviyat “*Maddi olmayan, manevi şeyler; inanç, ahlak, erdem vb. değerler bütünü; karşılaşılan zorluk ve tehlikeler karşısında inanç ve ahlaki değerlere*

*bağlılıktan doğan dayanma gücü, moral” olarak tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2021).*

Maneviyat insanın aşkın olan kutsal bir varlıkla ilişki kurması olarak açıklanmaktadır (Kasapoğlu, 2019). O halde maneviyat kavramı kutsal olan ile başlayıp kutsal olan ile bitmektedir (Atak, 2016). Sayar (2014), maneviyatı iyiliğin, güzelliğin ve hakikatin peşinden gitmek olarak tanımlanmış ve bireylerin bu değerlerin bir yolcusu veya arayıcısı olduğunu belirtmiştir.

Literatür incelendiğinde din ve maneviyat kavramlarının bazı çalışmalarda aynı anlamda kullanıldığı görülse de din, daha sosyal bir yapı içerisinde tanımlanır. Bu sosyal ve geleneksel yapının da bazı kuralları vardır (Delgada, 2005). Anlamsal olarak aralarında bir ilişki olmasına rağmen maneviyat dinden farklı olarak bireysel ve deneyime odaklı bir olgudur (Zinnbauer vd., 2013). Genel anlamıyla bakıldığında toplumda din, dogma, emir ve kurallara uyma, ibadethaneye gitme ve yasaklardan uzak durma ile bağdaştırılırken; maneviyat mistik deneyimler, yaşamın özüne ulaşma, tabiat ve yaratıcılık gibi olgulara dayandırılmaktadır (Pargament ve Mahoney, 2002).

Maneviyatın din ilişkili değerler içermesi/içermemesi kişiden kişiye, kültürden kültüre değişiklik gösterir (Frame, 2003). Bir başka ifade ile dindar olanların manevi yönleri zayıf olabilir ya da tam tersine maneviyatı yüksek birinin dini inancı hiç olmayabilir (Miller ve Thoresen, 2003; Horozcu, 2010; Weber vd., 2012; Moestrup ve Hvidt, 2016). Yine de dünyadaki birçok insan için din maneviyatı besleyen temel unsurdur (Özdoğan, 2007; Düzgüner, 2013) ve hem din hem de maneviyat bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarını etkiler (Faiver ve O’Brier, 2004).

İnsanlar yaşamlarını anlamlı bir biçimde geçirebilmek için büyük çaba gösterirler, farklı farklı yollar deneyimleyerek kendileri için uygun olan, arzuladıkları hayata ulaşmak için çalışırlar (Kerimov, 2020). Esasen yaşamda anlam arama insanlık tarihi kadar eskidir. Frankl (2017) bireyin bir şeyler başarması, başladığı işi bitirmesi; tüm canlıları, doğayı ve sanatı sevmesi ve acı tecrübeleri sükûnetle kabullenmesi yoluyla yaşamda anlam bulacağını ifade eder. Yaşamda anlam arama ve anlam bulma insanın temel gereksinimlerinden biri olup (Demirci Seyrek, 2017), yaşamın anlamı en olumsuz şartlarda dahi bireyin direnme gücünün temelini oluşturur (Frankl, 2017).

Psikolojik iyi oluş, kişisel amaçlar belirleme ve onları sürdürebilme, diğer insanlarla anlam dolu ilişkiler kurabilme ve kişisel gelişimini hayat boyu devam ettirebilme gibi boyutlar içerir ve birey bu boyutlarda ne kadar işlevsel ise yaşamından duyduğu memnuniyet o derece artar (Ryff ve Keyes, 1995; Kermen, Tosun ve Doğan, 2016); yaşamın anlamı ve maneviyat (Doswell vd., 2003; Sorenson vd., 2015; Bamonti vd., 2016; Frank, 2017); keza iyi oluş ve maneviyat birbiri ile pozitif yönde ilişkilidir (Ryff, 2021). Maneviyat yaşamı anlamlı kılar (Emmons, 2003) ve psikolojik iyi oluşu artırır (Hodges, 2002; Jahan ve Khan, 2014; Katsogianni ve Kleftras, 2015; Toprak 2018).

Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde; maneviyat ve dindarlık, maneviyat ve dini tutum, maneviyat ve yaşamın anlamı ve maneviyat ve psikolojik iyi oluş ilişkisinin ayrı ayrı incelendiği çalışmalar mevcuttur; ancak bu kavramların tümünün birlikte ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yukarıdaki bölümde ifade edildiği gibi, bu kavramlar birbiri ile ilişkilidir.

Bu araştırmanın problemi, erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörleri tespit etmektir.

## **1.2. Amaç**

Bu çalışmanın amacı erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörlerin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranması amaçlanmıştır:

1. Katılımcıların maneviyata ilişkin görüş ve uygulamaları nasıldır?
2. Katılımcıların maneviyat ortalama puanları nasıldır?
3. Katılımcıların maneviyat ortalama puanları sosyo-demografik özelliklere göre farklılık gösterir mi?
4. Katılımcıların maneviyat ortalama puanları maneviyata ilişkin görüş ve uygulamalara göre farklılık gösterir mi?
5. Maneviyat, dini tutum, psikolojik iyi oluş ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki var mıdır?
6. Dini tutum, psikolojik iyi oluş ve yaşamın anlamı maneviyatı yordamakta mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Dünyadaki herkes daha iyi bir yaşam arzusu içindedir. Dünya Sağlık Örgütü sağlığı “*Yalnızca hastalık ve sakatlığın olmayışı değil, aynı zamanda fiziksel, ruhsal tam bir iyilik halidir*” olarak tanımlar (Basic Documents, World Health Organization, 2020).

O halde sağlık için fiziksel ya da ruhsal hastalığın olmayışı yetmez, aynı zamanda bireyin psikolojik olarak ta kendini iyi hissetmesi gerekir. Bireyin tüm yaşantısını etkileyen psikolojik iyi oluş olumlu duygular, yaşamın amacı ve anlamı, yaşama bağlılık, ilişkiler, kişisel gelişim, başarı, erdemli yaşam ve özerklik gibi birçok boyutu içerir. Bireyin yaşamından duyduğu memnuniyet bu boyutlarda işlevselliğinin ne kadar sağlandığına göre değişir (Ryff, 1989; Ryff ve Keyes, 1995; Seligman, 2011; Kermen, Tosun ve Doğan, 2016).

İyi oluşu etkileyen faktörlerden biri de maneviyat olup, maneviyat ve yaşamın anlamı (Iyrtzan vd., 2013; Sorenson vd., 2014; Bamonti, 2016), maneviyat ve iyi oluş arasında doğal bir ilişki vardır (Ryff, 2021).

Maneviyat ve manevi değerler ise doğu kültüründe büyük bir öneme sahiptir. Özellikle gelişen modern dünya bunalımı sonucunda, psikiyatri ve psikoloji gibi alanlarda maneviyat konusu araştırmacılar tarafından oldukça dikkat çeken bir unsur haline gelmiştir. Ülkemizde ise maneviyat ve manevi değerlere büyük bir önem verilmesine rağmen, çalışmaların son dönemlere kadar daha çok ilahiyat alanı ile sınırlı kaldığı görülmüştür. Aynı şekilde dindarlık, psikolojik iyi oluş, yaşamın anlamı değişkenleri ile çalışmalar yapılmasına rağmen, bu değişkenlerin birlikte maneviyat ile ilişkisini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durumun alanyazın için önemli bir eksik olduğu düşünülerek araştırmanın konusu erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörlerin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Çalışmada maneviyat, dini tutum, psikolojik iyi oluş ve yaşamın anlamı arasındaki ilişkilerin bütün olarak incelenmesi araştırmanın özgün yönünü oluşturmaktadır. Bu çalışma ile alandaki boşluk doldurulmaya çalışılacaktır.

### 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma verilerinin online olarak toplanması araştırmanın en önemli sınırlılığını oluşturmaktadır.

## 1.5. Tanımlar

**Maneviyat:** “Maddi olmayan, manevi şeyler; inanç, ahlak, erdem vb. değerler bütünü; karşılaşılan zorluk ve tehlikeler karşısında inanç ve ahlaki değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü, moral” olarak tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2021).

**Yaşamın anlamı:** Bireylerin yaşamlarında belirli sorumlulukları olduğuna dair inancının ve hedefinin olması yaşamın anlamı olarak ifade edilmektedir (Reker, Peacock ve Wong, 1987).

**Psikolojik iyi oluş:** Psikolojik iyi oluş, kişinin başkalarıyla olan ilişkisini ve kişinin ustalık ve kişisel gelişim duygusunu içermektedir. Bireyin kendini değerlendirmesini ve başkaları ile pozitif işlevsellik düzeylerini ifade etmektedir (Burns, 2016).

**Dini tutum:** Kişinin, din hakkındaki bilgi ve inançları, dinden hoşlanması veya hoşlanmaması ve din ile ilgili gerçekleştirmiş olduğu her davranış onun dini tutumu olarak tanımlanabilmektedir (Peker, 2019). “Bilişsel boyutla kişinin dinle ilgili genel görüşünün nasıl olduğu, davranışsal boyutla kişinin davranışlarının dini değerler tarafından ne düzeyde yönlendirildiği ve duygusal boyutla kişinin dinin duyguya hitap eden yönü tarafından ne düzeyde etkilendiği ölçülmektedir”. Dinde Tanrı merkezi bir konuma sahip olduğundan anılan öğelere Tanrıyla ilişki ögesini de eklenmiştir (Ok, 2011)

## İKİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Maneviyat

##### 2.1.1. Maneviyatın Tanımı

Maneviyatın toplumların kültürel ve dini özelliklerine göre farklı tanımları mevcut olup, bu konuda fikir birliği mevcut değildir. Batıda maneviyat spiritualite ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Spiritualite Latince spiritus kelimesinden türemiş olup, nefes almak, yaşamı hissetmek anlamındadır (Çınar ve Eti Aslan, 2017).

Spiritualite yerine dilimizde Arapça kökenli maneviyat kullanılmaktadır (Erişen ve Karaca Sivrikaya, 2017). Maneviyat Arapça “Mâna” kelimesinden türetilen ve mâna ile ilgili olan, maddi olmayan, duyularla sezilebilen anlamlarında kullanılan manevi kavramının Arapça çoğul eki “-ât” almasıyla türetilmiştir (Tosyalıoğlu, 2021).

Maneviyatı Hutchison (1997), “*Bireyin üstün güçle/Tanrıyla (kişi nasıl tanımlıyorsa) dinamik ilişkisini sürdürmesi için gerekli faktör veya faktörler*” olarak tanımlamıştır. White, Peters ve Schim’e göre (2011) maneviyat “*Kişinin iç dünyası ile ilgili şeyler, maddi olmayan doğaüstü güç-kuvvet; güçlükler, tehlikeler karşısında inanç ve ahlaki değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü, ruh, kuvvet ve moral*” dir.

Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlüğünde (2021) maneviyat “*Maddi olmayan, manevi şeyler; inanç, ahlak, erdem vb. değerler bütünü; karşılaşılan zorluk ve tehlikeler karşısında inanç ve ahlaki değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü, moral*” olarak tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2021).

2009 yılı Palyatif Bakım Uzlaşma Konferansı Raporu’nda maneviyat “*Bireylerin anlam ve amaç arama ve bunu ifade etme tarzı, içinde bulunulan ana, kendisine, başkalarına, doğaya, anlamlı ve kutsal olana bağlanma biçimi*” olarak tanımlamıştır (Puchalski vd. 2009).

Maneviyat bireyin kendinden daha üstün bir güçle bağlantıda olması, içsel yolculuğu, kendisi ve çevresiyle iletişimi, yaşam deneyimleri sonucunda insan hayatına ve kendi varoluşuna yüklediği anlamdır (Bostancı Daştan ve Buzlu, 2010). Maneviyat, insanın kendisi ve diğerleri ile ilişkisini, dünyadaki yerini ve amacını kavrama, anlamlandırma ve kabul etme sürecidir (Çetinkaya, Altundağ ve Azak, 2007).

Maneviyat, yaşama yönelik olan ve bireye cesaret veren bir enerjidir. Bu enerji bireyi sevgiye, anlama, umuda, bilgiye, aşkınlığa, şefkate ve bağlanmaya ulaştırır. Ayrıca doğuştan gelen bir insan yeteneği olan maneviyat din, ruh ve ben ötesini kapsamaktadır (Ekşi, Kaya ve Çiftçi, 2016).

Özdoğan'ın (2009) değindiği insanın özüyle arasındaki iletişimin ilahî olanla da gerçekleşiyor olması ve dolayısıyla insanın böyle yaşamasının onu içsel olarak güçlendirmesi, maneviyatın insanın yaratıcısı ile kurduğu bağ olduğunu desteklemektedir.

Neal ve Harpham'a göre (2012) maneviyat *"Bize yaşamda anlam ve amaç veren ve bizi kendimizden daha büyük bir şeye bağlayan şeydir"*.

Kushner (1989) maneviyatı Tanrı varlığını kabullenme, moral değerler, yaşamda anlam bulma ile ilişkilendirerek şöyle demiştir:

*Tanrı'sız bir dünya düz, tek renk; renksiz ve dokusuz bir dünya da her gününün aynı olduğu bir dünya olurdu. Evlilik sadakat meselesi değil, biyoloji meselesi olurdu. Yaşlılık bilgelik değil, elden ayaktan düşme dönemi olarak görülürdü. Böyle bir dünyada fütursuzca kendimize oyalanmalık, hayatlarımızın işe yaramazlığından farklı bir şeyler arardık, çünkü bazı günleri ve saatleri nasıl özel kılacağımızı asla bilemezdik* (Kushner, 1989).

Şirin (2018) manevi yaşamı üç şekilde açıklanmaktadır; bunların ilki Tanrı yönelimli bir manevi yaşamdır. Diğerleri insan ve doğa ilişkisini kapsayan dünya yönelimli bir yaşamdır. Sonuncusu ise, insanı merkeze alır ve insanın kendisinde barındırdığı potansiyeli vurgulayan hümanistik yaşam tarzıdır.

Farklı tanımlardan da anlaşılacağı gibi, maneviyat umut ve güç, güvenme, dayanma gücü, hayatın anlamı ve amacı, affetme, kendine, başkalarına inanç, iman, sevgi ve ilişkiler, moral-ahlaki değerler, yaratıcılık ve kendini ifade etme biçiminin tümüdür.

Maneviyat, tanımı güç olsa da birçok disiplinin ilgi alanına girmiş olup, günümüzde bilimsel olarak çalışılabilir ve davranışsal olarak gözlemlenebilir bir kavramdır (Miller ve Thoresen, 2003). Seligman'a (2011) göre, pozitif psikolojinin temel öğelerinden olan maneviyat, bireylerin kişilik gelişiminde çok büyük bir etkiye sahiptir.

### **2.1.2. Tarihsel Perspektiften Maneviyat Kavramı**

Maneviyata yüklenen anlamların ve maneviyat ile ilişkili faktörlerin değiştiğini tarihsel süreçte görmekteyiz. Maneviyat kavramı, 12. yüzyılda insan psikolojisini açıklamak için kullanılırken, 15. yüzyılda dindar kişilerin tanımlanması amacıyla kullanılmaya başlanmıştır; 16. yüzyılda salgın hastalıklara bağlı birçok kişinin yaşamını yitirmesi, yaşamın anlam ve amacına ilişkin sorgulamalar maneviyata olan bakış açılarını değiştirmiş ve maneviyata olan ilgiyi arttırmıştır (Aksoy, 2015).

Modern anlamda maneviyat kavramından 17. yüzyılda söz edilmeye başlanmış, 20. yüzyılda ise maneviyat din ile ilgili ve din ile ilgili olmayan anlamları ile ele alınmaya başlamıştır (Aksoy, 2015).

Maneviyat, 20. yüzyılın başlarından itibaren psikologlar tarafından göz ardı edilmiş, patolojik görülmüş ve fizyolojik işlevlere indirgenerek incelenmiştir (Pargament ve Mahoney, 2002).

Psikolojinin bilim dünyasında kendine yer bulmaya çalıştığı ilk yıllarda, dönemin ünlü psikologlarının etkisiyle, psikoloji diğer bilim alanları gibi test edilebilir ve denenebilir bir alan olarak ampirik bir yaklaşımla ele alınmış, bu dönemde din ve maneviyat psikolojiden ayrı tutulmuştur (Frager, 2018).

İlk psikologlardan azınlıkta olan bir grup, din ve maneviyat konuları ile ilgilenmiş olsalar da bilim adamlarının çoğunlukla pozitivist paradigma ve metodolojiyi benimsemiş olmaları nedeniyle, davranışçı yaklaşımın etkisiyle varoluşçu ekolün ortaya çıkışına kadar, din ve maneviyat psikoloji dışında tutulmuş ve hatta psikolojiye bir rakip olarak görülmüştür (Frager, 2018).

Örneğin Freud'un dinin illüzyondan ibaret olduğu ve dinsel öğretilerin çelişkiler ve şüphelerle dolu olduğu için güvenilir olmadığı yönündeki söylemi maneviyat ve

dinin psikolojinin dışında tutulduğunu ve önemsenmediğini gösteren belirgin örneklerden biridir (Freud, 2011).

Maneviyat ve dinin psikolojinin dışında tutulmasının temel sebepleri, maneviyatın öznel olması dolayısıyla tanımlanmasının zor olması, toplumların çoğunluğunun dindar olması, dolayısıyla dine daha az duyarlı olanların küçümsenmesi ve dini ve manevi toplumlar arasındaki rekabettir (Pargament, 1997).

Freud'un, veliahdı olarak gördüğü, Carl Gustav Jung, Freud ile görüş ayrılıklarına düşerek, inanç, din ve Tanrı kavramlarını yorumlamış, bu kavramlar ile insan arasındaki ilişkinin doğal ve kendiliğinden olduğundan söz etmiştir (Mehmedoğlu, 2013).

Psikoloji biliminde yapılan çalışmalar arttıkça uzmanlık alanları da oluşmaya başlamış ve bireyin manevi yönünü de içeren din psikolojisi ayrı bir bilim dalı olarak kabul edilmiştir. 1899 yılında Edwin Starbuck tarafından yazılan, alanında ilk kitap olan "*Din Psikolojisi*" (*The Psychology of Religion*); bundan üç yıl sonra da 1902 yılında William James tarafından yazılan *Dinsel Deneyimin Çeşitli Biçimleri: İnsan Doğası Üzerine Bir Araştırma* (*Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*) kitabı yayınlanmıştır (Hökelekli, 2010).

Ülkemizde din psikolojisi alanındaki ilk eser 1952 yılında Bedia Ziya Egemen tarafından yazılan "*Din Psikolojisi, Saha, Kaynak ve Metod Üzerine Bir Deneme*" isimli kitaptır. Neda Armaner tarafından 1967 yılında "*İnanç ve Hareket Bütünlüğü Bakımından Din Terbiyesi*", 1973 yılında "*Psikopatolojide Dini Belirtiler*" ve 1980 yılında yazılan "*Din Psikolojisine Giriş*" isimli kitaplar yazılmıştır. Hem Egemen hem de Armaner'in eserleri ülkemizde din psikolojisi alanında öncülü olmayan çalışmalardır (Hökelekli, 2010).

Hem dünyada, takiben de Türkiye'de yapılan öncü çalışmalar din psikolojisi alanında çalışmaların yapılmasında motivasyon kaynağı olmuştur. Din psikoloji ile maneviyat ile ilgili çalışmalar da hız kazanmış, ek olarak küreselleşme ve sosyal medyanın da etkisi ile Budizm, hinduzim, Konfüçyanizm ve sufizm vb. asya ve doğu kültürlerine ait inanç sistemlerinin Batı'da da taraftar bulmasına yol açmış ve maneviyat, üzerinde araştırılması gereken bir konu olarak dikkatleri çekmiştir (Tosyalıoğlu, 2021).

Yine de maneviyat son 40 yıla kadar bireyin kutsalla kurduğu ilişki biçimi ile sınırlandırılmış ve daha çok dini inanç ve pratikler ekseninde ele alınmıştır. Sosyal bir bilim olan psikolojide bu zamana kadar bireylerin kutsal (öz aşkın) varlıkla kurduğu ilişkisini farklı ritüeller ve dini inançlar doğrultusunda incelemiştir (Atak, 2016). Bununla birlikte dünyada sekülerleşme ve küreselleşmeye yönelik gelişmeler bireylerin kutsalla ilişkisi konusunun farklı disiplinler tarafından araştırılmaya başlamasına neden olmuştur. Bu yaklaşımlar sonucunda maneviyat, din, kutsalla ilişki kavramları hakkında bilinenler değişmiş, kavramların farklı bakış açılarından yeniden tanımlanması için çalışmalar yapılmaya başlanmıştır (Atak, 2016).

## 2.2. Din ve Maneviyat

### 2.2.1. Din, Dini Tutum Kavramları ve Dini Tutumun Unsurları

Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlükte din kavramı “*Tanrı'ya, doğaüstü güçlere, çeşitli kutsal varlıklara inanmayı ve tapınmayı sistemleştiren toplumsal bir kurum*” ve “*İnanılıp çok bağlanılan düşünce, inanç veya ülkü, kült*”, din bilimi “*Bu nitelikteki inançları kurallar, kurumlar, töreler ve semboller biçiminde toplayan, sağlayan düzen*” şeklinde tanımlanmaktadır.

Bireylerin bir nesneyi veya bir olayı olumlu ya da olumsuz bir biçimde değerlendirme eğilimine tutum denir (İnceoğlu, 2011). Tutumlar doğuştan var olmazlar, insanlar sonradan yaşadığı durumlardan veya etkileşimde olduğu gruplardan etkilenecek kendilerine has tutumlar geliştirirler (Şerif ve Şerif, 1996). Araştırmaların çoğu küçük yaşlarda somut konulara dair tutumların, daha ileri yaşlarda ise hem somut hem de soyut konulara ilişkin tutumların geliştiğini göstermektedir (Kağıtçıbaşı, 1997).

İnançlar ile tutumlar her zaman birlikte bulunurlar. Çünkü tutumlar, tutumların konusu olan objelere yönelik inançlardan oluşur ve bireyler, duygu ve inançlarına bağlı olarak davranma eğilimindedirler (Peker, 2019).

Dini tutum, bireyin olumlu veya olumsuz din ile ilgili duygu, düşünce ve davranışlarını belirleme şekli olarak tanımlanabilir (Uysal, 1996). Kişinin dine ilişkin bilgisi ve inançları, dinin genelinden veya herhangi bir konusundan hoşlanması veya hoşlanmaması ve din ile ilgili olumlu ya da olumsuz faaliyet ve davranışları kişinin dini tutumunu oluşturur (Peker, 2019).

İnsanların din ve dini inanç ile ilgili farklı tutumları vardır. Mesela, bir kişi dinin insanlara mutluluk getirdiğine dair bir düşünceye sahip olduğunda olumlu bir tutum geliştirirken, bir başkası, dini bireylerin geri kalmasına sebep olan bir olgu olarak görebilir ve dine yönelik olumsuz bir tutum geliştirebilir (Peker, 2019).

Dini tutumlar da diğer tutumlara benzer şekilde çocukluk döneminde görülmeye, oluşmaya başlar. Dini tutum ve davranışın ortaya çıkması ve şekillenmesinde en belirleyici faktör ailedir (Yavuz, 1987).

Bireyin yaşamında bir tutum belirgin bir hal alır ve bireyin diğer tutumlarına da etki ederek, birçok davranışına yön vermeye başlar. Böylelikle bu tutum, merkezi tutum özelliği kazanmış olur. Yani merkezi tutum, kişinin en önem verdiği konu veya nesneye ait tutumdur (Certel, 2011; Peker, 2019).

Kişinin dini tutumunun merkezi bir role sahip olması, yaşamının diğer alanlarına dair tutumlarının da şekillenmesine etki eder. Böylelikle bireyin diğer tüm tutumları bu merkezi dini tutumun etkisiyle oluşur ve onunla uyumlu şekilde gelişir (Certel, 2011).

Tutumlar bilişsel, duygusal ve davranışsal olmak üzere üç unsurdan oluşmaktadır. Dini tutum da aynı şekilde bu üç unsur çerçevesinde oluşur. Tutumların unsurları ele alınırken hepsinin bir arada incelenmesi daha doğrudur. Çünkü bilişsel, duygusal ve davranışsal unsurların her biri birbiri ile karşılıklı olarak etkileşim halindedir (Coşkun, 2012).

#### *Bilişsel Unsur*

Bilişsel unsur, bireyin tutuma dair bilgi, deneyim ve inançlarıdır. Tutumlar ile ilgili bilgiler, gerçeklikle uyum içerisinde olursa ve inanılırsa tutumlar kalıcı hale gelir (Certel, 2011). İnsan yaşamında inanç ve tutumlar önemli işlevlere sahiptir. Kişinin şahsiyetine devamlılık, düşünce ve davranışlarına anlam katarlar. Bununla beraber hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olurlar (Şentürk, 2008).

Bilişsel unsur, bireylerin bir nesneye yönelik geliştirdikleri düşünceler, bilgiler ve inanışlardan ortaya çıkar. Bununla beraber bilgilerin gerçeklikleri kalıcılığını da etkilemektedir. Bir bilgi ne kadar gerçekse o kadar kalıcılığı fazladır. Bilgiler bir değişime uğrarsa tutumlarda değişime uğrayacaktır. Bireyin tutum nesnesine dair inanış ve bilgilerinin doğru olması gerekmez (Coşkun, 2012). Birey sigaranın kansere sebep olduğu yönünde bir tutuma sahip değilse, bu bilimsel açıdan yanlış

dahi olsa o birey için doğrudur. Tutumların bilişsel boyutları hakkında yanlış veya doğru demek mümkün değildir (Sakallı, 2001).

Bilişsel unsur bireyin dini inanışını, dini duygu ve düşüncelerini ve dine dair edindiği bilgilerini kapsar (Kaya, 1998). İnsanlar genellikle doğuştan inanmaya yatkındırlar. Var olan bu yatkınlık çocuklarda merakı ve merak ta beraberinde arayışla dini inançları kabul etmelerine sebep olur. Dini inanç aynı zamanda bireylerin güvende hissetme ihtiyacını da karşılayan bir güven kaynağıdır (Karacoşkun, 2013).

Bilişsel unsur kişinin bilgileri ve bu bilgileri yoluyla geliştirdiği düşüncelerin birleşiminden ortaya çıkmaktadır. Bireyler var olan bilgiler ve ortaya çıkardıkları fikirler yoluyla dine yönelik bir bakış açısı geliştirirler. Kişinin dini inancının ağır basması dini tutum ve davranışlarına da yansır ve bu durum kişinin ibadete yönelmesini sağlar (Şentürk, 2010).

Duygusal, bir başka ifade ile zihinsel unsur inançlardan meydana gelmektedir. İnançlara duygusallık ta eklendiği zaman inançlar tutum haline gelir. Her tutumun bir inanç temeli vardır; fakat her inanç bir tutuma dönüşmez (İnceoğlu, 2011). İnançlar davranışı gerektirmese de imanı ortaya çıkarabilir. İman da beraberinde teslimiyeti ve ibadeti gerektirir. Duygusal unsur, bireyin tutumları hoşlanılan veya hoşlanılmayan sonuçlarıyla ilişkilendirmesi ile gelişen duygularıdır (Tekarslan, 1989).

Bireyin iç yaşantısında dine dair heyecan ve duygular dini tutumun duygusal ögesini ortaya çıkarmaktadır. Dine ilişkin konulara ilgi duyma veya duymama, hoşlanma veya hoşlanmama dini tutumun duygusal tarafıdır (Kaya, 1998).

Duygusal unsurlar, bilişsel unsurlara göre, daha durağan ve sürekli dir. Dini duygusal öğeler, dini tutumun en önemli ögesi denilebilir. Dinin, duygusal boyutu olmazsa veya eksik kalırsa bir felsefi düşünceden veya bir ideolojik görüşten farksız olur. Dini duygular inanmada en önemli işleve sahip derin duygulardır (Karacoşkun, 2013).

Duygusal unsur, bireylerin bir tutum nesnesine yönelik duygusal reaksiyonlarını içermektedir. Bilişsel öğelere göre daha basit yapılıdır ve bireylerin değerleriyle de yakından ilişkilidir. Bireyler bir tutum nesnesini olumlu ya da olumsuz şekilde değerlendirerek bir duygu oluşturur ve bu duyguların kendi içindeki organizasyonu tutumun duygusal ögesini oluşturmaktadır (Coşkun, 2012).

Duygusal unsurlar bazen saygı, sevgi olurken, bazen ise, öfke ve nefret olabilir. Tutumun duygusal ögesi önceden yaşanan tecrübelerle ilgili olarak oluşur. Bilişsel unsura göre duygusal unsur daha basittir. Fakat duygusal unsuru daha baskın olan bir tutumun değişmesi oldukça zor ve davranışları yönlendirme gücü daha fazladır. Kısacası, duygusal unsurlar tutuma süreklilik ve yönlendiricilik sağlar (Tekarslan, 1989).

Davranışsal unsur, tutumla ilişkili pozitif ya da negatif her çeşit davranışa hazırlıklı olma halidir. Birey inanç ve bilgileri sonucu vardığı kaniya bağlı olarak tutum konusu olan nesne veya duruma karşı olumlu veya olumsuz aksiyon geliştirebilir (Certel, 2011).

Dini tutumlar kişinin dini yaşamına ve ibadetlerine yön verir. Dini tutumun davranışsal unsurları, ibadetler, dini faaliyetler, işler ve hareketlerdir (Kaya, 1998). Kişinin camiye gitmesi, namaz kılması, dua etmesi, oruç tutması vb. davranışlar dini tutumun davranışsal boyutunu oluşturur (Pazarlı, 1987). Bir sistem olarak incelendiğinde dini düşünce, dini duygu, dini inanç ve dini davranış dini tutumun alt fonksiyonlarıdır (Kaya, 1998).

### **2.2.2. Alanyazında Din ve Maneviyat**

Din ve maneviyat kavramları kültürden kültüre farklılıklar göstermektedir. Din ve maneviyat kavramlarını birbirinden ayırma eğiliminde olan batı literatüründe din daha toplumsal bir vurguyla ele alınmakta, buna karşın maneviyat daha esnek ve bireysel bir anlama işaret etmektedir (Düzgüner, 2013).

Bash tarafından yazılan “*Maneviyat: İmparatorun Yeni Giysileri (Spirituality: The Emperor’s New Clothes)*” isimli eserde din ve maneviyat ayrı kavramlar olarak ele alınmış, maneviyat Tanrıca olmayan bir yaklaşım ile bir topluma ait olma anlamında incelenmiştir (Bash, 2004).

McKernan’ın “*Sosyal Hizmetin Manevi Boyutunu Keşfetmek (Exploring the Spiritual Dimension of Social Work)*” isimli çalışmasında da benzer şekilde din ve maneviyatın ayrı olduğu ileri sürülmektedir. Buna göre, dinler daha biçimsel iken, maneviyat yaşamda anlam bulmanın bir yoludur (McKernan, 2005).

Emmons (2006) maneviyat ve dini birbirinden ayırmış, maneviyatı “*kendiliğinden ve sonsuz olana aidiyetle ilgili evrensel bir duygu*” olarak tanımlamıştır.

Tuncay’a göre (2007) inanış, kurallar, ritüeller ve pratiklerden oluşması nedeniyle din kuramsal ve karmaşık bir yapıdır, kutsallık temeline dayanan bu yapıda Tanrı’ya teslimiyet ve inanç şartken, maneviyat ben merkezlidir.

Din daha sosyal ve geleneksel bir yapıdır, kendi içinde birtakım kurallar barındırır ve birliktelik anlamına gelir (Faiver ve O’Brier, 2004); maneviyat ise bundan farklı olarak kurallardan bağımsız öznel bir deneyimdir (Coyle, 2008). Webb vd’ye göre de (2014) maneviyat öznel, dinler ise kurallı bir sistemler bütünüdür.

2013 yılında da “*APA Psikoloji, Din ve Maneviyat El Kitabı (APA Handbook of Psychology, Religion and Spirituality)*” yayınlanması, psikoloji biliminde din ve maneviyatın resmi bir şekilde birbirinden ayrıldığını göstermiştir (Pargament vd., 2013).

Din ve maneviyatı aynı kabul eden çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Hill vd. (2000), din ve maneviyatı ayırmanın kavram kirliliğinden başka bir şey olmadığını ileri sürer. Frame’in “*Din ve Maneviyatı Danışmanlığa Entegre Etmek: Kapsamlı Yaklaşım (Integrating Religion and Spirituality Into Counseling: A Comprehensive Approach)*” isimli çalışmasında maneviyatın dinin temsil edilme biçimleri olarak varlığını sürdürdüğü belirtilmiştir (Frame, 2003).

Türkiye’de yazılan iki eserde de (*Sosyal Çalışmada Çağdaş Eleştirel Perspektifler*, Akbaş, 2014 ve *Hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*, Ayten ve Özkan, 2020) benzer şekilde, din ve maneviyat aynı potada ele alınmış ve dinsel anlamda Tanrı ile yakın olmanın pratik karşılığının maneviyat olduğu öne sürülmüştür.

Başka bir çalışmaya göre ise, din ve maneviyat insanın yaşamına anlam katma yolları olarak kabul edilip, aynı amaca giden farklı yollar olarak ele alınmıştır (Şirin ve Dursun, 2021).

La Cour ve Hvidt (2010), laik bakış açısı ile, maneviyat ve dinin birbiri ile ilişkili, ancak tamamen farklı iki kavram olduğunu; maneviyatın Tanrı olmaksızın üstün bir gücü arama ya da üstün bir güce inanma olarak ele alınmasının en doğru yaklaşım olduğunu açıklamıştır.

Sheafor ve Horejsi (2014) “*Sosyal Hizmet Uygulaması Temel Teknikler ve İlkeler*” isimli kitapta din, maneviyatı besleyen bir olgu olarak alınmış, ikisi arasında hiyerarşik bir ilişki kurulmuştur (Sheafor ve Horejsi, 2014: 590).

Bedel’e göre (2009) maneviyat, herkes tarafından bilinen, bununla birlikte herkesin farklı anlamlar yüklediği bir kavramdır, bu nedenle de öznel ve yegâne olup bireyin deneyimleri ile ilişkilidir.

James’in “*Dinsel Deneyimin Çeşitli Biçimleri: İnsan Doğası Üzerine Bir Araştırma*” isimli kitabında din “*Bireylerin ilahi olduğunu düşündükleri herhangi bir şey ile kendilerini ilişki içinde görmeleri bakımından tek başlarına yaşadıkları duygular, eylemler ve tecrübeler*” şeklinde sade bir biçimde tanımlanmıştır (James, 1901). James hissetmenin dinin en derin kaynağı olduğunu, hatta teolojik ve felsefi söylemlerin bu hislerden sonra geldiğini belirtir ve dini tek bir biçimde tanımlamaz, “kişisel din kavramı” üzerinden ele alır. Bu açıdan bakıldığında din ve maneviyat iç içe geçmiş iki kavram gibi görünmektedir.

Yarım asırdır Batıda dinin, “*önemsiz ve değişime engel*”, “*aşkının bireysel tecrübesini geliştirmesinden ziyade onu engelleyen*” bir yapı olduğu iddia edilmektedir (Hökelekli, 2010). Bu doğrultuda yapılan araştırmalar, insanların kilisenin yaptığı uygulamalardan kendilerini uzaklaştırdıkları ve manevi deneyimlere yöneldiklerini göstermektedir (Atak, 2016). Özellikle ABD’de yapılan çalışmalarda dini uygulamalardan uzaklaşılarak manevi deneyimlere odaklanılmıştır (Zinnbauer ve Pargament, 2013; Yücer, Tül ve Erol, 2019).

Baldacchino ve Draper’e göre (2001) maneviyat dini de kapsayan geniş bir kavram olup, dini inanç ve ritüelleri içerir, yaşamın anlam ve amacını bulmayı amaçlar. Nelson’a göre (2009) ise maneviyat, belirli bir dini gelenek içinde ya da aslında geleneksel dinin sınırlarının ötesinde dinin deneyimidir.

Ergeshov’a göre (2011) maneviyat çoğunlukla dinde aranan bir kavramdır; maneviyatı bulmak hem kolaydır hem de her toplumda bulunan manevi değer dindir. Bazı toplumlar ise maneviyatı dinden tamamen ayırarak doğa, müzik, resim vb. din dışı değerlerde maneviyat bulurlar.

Maneviyat dinin ilk şartlarından sayılmasına rağmen, kapsamı dinden çok daha geniş bir kavram olup, sağlık, hastalık, ölüm, günah, ölüm sonrası yaşam, yaşamın anlamı

ve amacını anlamaya yönelik hisleri içinde barındırır (Çetinkaya, Altundağ ve Azak, 2007; Ergül ve Temel, 2007).

Kostak'a göre (2007) maneviyat dini pratikleri de kapsar (ancak öznel), bununla birlikte din ritüelleri, gelenekleri olan özel bir öğretilerdir. Mensup olunan dinin özelliklerine göre dini pratikler kişiden kişiye farklılık gösterebilir; maneviyat ise her insanın temel ihtiyacıdır ve bir dine mensup olmayanların da manevi yönleri güçlü olabilir.

Frame'e göre (2003) maneviyat din ile ilişkili değerler içerebileceği gibi, dini değer içermeyen de var olabilir. Horozcu'nun aktardığına dayanarak, Erich Fromm'a göre dindar olmayan, hatta bir ateistin bile manevi ve mistik bir dünyasının olması mümkündür. Bazı insanlar dini vecibelerini yerine getirmeseler de kendilerini Tanrı'ya yakın hissederken, bazıları çok ibadet etmesine karşın zihinlerinden geçen vesveseler nedeniyle kendini Tanrıya yakın görmemektedirler (Horozcu, 2010). Kendini manevi olarak tanımlayan kimseler belli bir dine mensup olmayabilirler, aynı şekilde herhangi bir dine mensup olan kişiler kendini manevi olarak tanımlayabilirler (Miller ve Thoresen, 2003).

Maneviyat sıklıkla dini inanç olarak algılsa da dini inanç ve uygulamaların ötesinde bir kavramdır. ABD'de 2012 yılında yapılan bir çalışmada katılımcıların %37'si herhangi bir dine bağlı olmadığını, ancak maneviyatlarının yüksek olduğunu (Pew Research Center, 2012); Danimarka'da palyatif bakım hastaları ile yapılan çalışmada, hastaların tamamı Lutheran Kilisesine bağlı olduklarını, ancak dindar olmadıklarını, dinin pratiklerini gerçekleştirmediklerini, Tanrı'ya ve ölüm sonrası yaşama inanmadıklarını; kimi hastalar enerji ya da doğaüstü bir güç olarak tanımlanabilecek bir şeye inandıklarını belirtmişlerdir (Moestrup ve Hvidt, 2016). Bir diğer meta analizde (Weber vd., 2012), ateizm diye bir şeyin olmadığı, zor durumlarda, özellikle yaşamı tehdit eden hastalık durumlarında, kişilerin bir güce, inanca, umuda sarıldıkları, bunun da bir şekilde maneviyat olarak tanımlanabileceği ifade edilmiştir.

Dünyadaki birçok insan için din maneviyatı besleyen temel unsurdur; bu da geçmişten günümüze insanlığın temel yapısında bulunan maneviyatın farklı dinler aracılığıyla hayata geçirilmesine sebep olmuştur (Özdoğan, 2007).

Hamer'a göre (2005), maneviyat ve dindarlık arasındaki ayrımı yapmak gerekli olsa da maneviyatları yüksek olan bireylerin dine yönelimlerinin de yüksek olması beklenir. Dini faaliyetlere dâhil olma vb. sosyal davranışlar kişilerin sosyal çevresinden edindiği davranışlar olarak görülmektedir, ancak maneviyat içgüdüsel olup, düşünülmeden, öğrenilmeden insan hayatına giren, insanın davranışlara ve yaşam biçimine yansıyan bir güdüdür. Hamer maneviyatın kendini aşma duygusu ve Tanrı'ya ilişkin duygu olduğunu öne sürer.

Maneviyat kavramı, zamanla kişinin kendini insanlığın hizmetine adanması, aileye verilen değer, sanatsal yönlerin geliştirilmesi vb. yönleri de kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Düzgüner'in (2013) yorumuna göre maneviyat terimi, dini tecrübenin zamanla içeriklerinin daralmasıyla, yeni oluşan alanın dışında kalan kısımları ifade etmektedir. Bu doğrultuda Düzgüner, maneviyat ve dinin birbirini etkilediğini ve maneviyatın din ve dindarlık kavramlarının tanımına göre şekillendiğini belirtmiştir. Maneviyat ve dindarlık için önemli olan temel kavramlar "anlam", "arayış" ve "kutsal" dır. Pargament'in de (1997) belirttiği gibi, "anlam", etkilenme, umursama ve bağlanma deneyimi ile ilgilidir. "arayış" kavramı insanların amaç yönelimli ve önemsedikleri her şeyin peşine düşen varlıklar olduğunu açıklar. Arayışın keşif, koruma ve dönüşüm şeklinde kendisini göstermesinin sebebi insanların kendi hayatlarında önem verecekleri birtakım şeyler bulduklarında onları yanlarında tutmaya ve onlara tutunmaya çalışarak onu korumaya çalışırlar. "Kutsal" kavramı ise yüce güçler, Tanrı, yaşamın kutsallaştırılmış diğer yönlerini ve aşkın varlıklar kavramlarını yansıtır (Zinnbauer ve Pargament, 2013).

Hem din hem de maneviyat farklı ya da birbiri ile ilişkili kavramlar olsa da bireylerin duygu, düşünce ve davranışlarını etkiler (Faiver ve O'Brier, 2004).

### **2.3. Yaşamın Anlamı, Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat**

#### **2.3.1. Yaşamın Anlamı**

İnsanların anlam arayışı insanlık tarihi kadar eski bir konudur. Eski çağlardan bu yana yaşamın anlamına ilişkin birçok filozof, sanatçı, bilim insanı ve teolog farklı farklı görüşler öne sürmüşlerdir. Sonuç olarak yaşamın anlamının bilinip bilinemeyeceği ve ne olduğu sorularına verilen yanıtlar özneliğini korumuştur.

Yaşamın genel bir anlamından bahsetmek düşünsel olarak mümkün görünse de yaşantısal anlamda mümkün değildir (Baş ve Hamarta, 2015).

İkinci dünya savaşı sonrasında soğuk savaş döneminde anlam arayışı konusu psikolojinin temel konularından biri olmuştur. Psikolojinin yapısı gereği bu konu kişisel anlam arayışı şeklinde incelenmiştir (Sezer, 2012).

Frank'a göre (2017) yaşamın anlamı, yaşam amaçları ve yaşamda anlam arayışını da içerir; yaşamın anlamı yaşamın temel motivasyonunu oluşturur, yaşamda anlam arama ve anlam bulma doğuştan gelen bir güçtür. Frankl yaşamın anlamının üç şekilde keşfedilebildiğinden bahseder. İlki; bireyin bir şeyler başarması veya başladığı işi bitirmesidir. İkinci yol; bireyin doğayı, insanı, hayvanı ve sanatı sevmesi ve sevgi göstermesidir. Üçüncü yol ise; bireyin başına gelen acı bir olay karşısında kaderin değiştirilemez olduğunu bilmesi ve bu olayı uygun bir davranış ile karşılamasıdır.

Adler (2016) bireylerin yaşamlarında herhangi bir yenilgiye uğradıkları zaman yaşamın anlamını sorgulamaya yöneldiklerini ifade etmiş; ilgi ve sevgiyle topluma ve insana faydalı işlerle ilgilenerek yaşamın anlamlandırılabilirliğini söylemiştir. Adler'e göre, atalarımızın bizlere miras olarak bıraktığı yaratıcı çalışmalar kendileriyle beraber yok olup gitmemiştir. Tecrübeleri, gelenekleri, sanat eserleri, tarıma açtıkları toprakları, demiryolları ve doğa bilimleri hem toplumsal yaşama hem de kişisel olarak bizlere birçok katkı sağlamıştır.

Bir başka görüşe göre yaşamın anlamı yaşamın ta kendisidir, yalnızca bireyin kendisinin bulabileceği bir şey olması sebebiyle de benzersiz ve özeldir (Göka, 2013). Wong (2016), yaşamın anlamını bireyin kendini aşması, daha büyük bir amaca hizmet etmesi olarak tarif eder.

Yaşamın anlamına yönelik çok farklı görüşler olsa da fikir birliğine varılan nokta, yaşamda anlam arama ve anlam bulmanın temel bir gereksinim olduğudur. Yaşamın anlamı kavramı, hayatı birey için yaşanılabilir kılan geliştirici ve iyileştirici esas bir dayanaktır (Demirci Seyrek, 2017); en olumsuz şartlarda dahi bir insanın yaşamını sürdürebilmesine olanak sağlayan en etkili düşünce, yaşamın anlamlı olduğu düşüncesidir (Frankl, 2017).

Yalom'a göre (2001) yaşamın iki farklı anlamı vardır: bunlardan ilki kozmik anlamdır. Yaşamın kozmik anlamı, dinsel geleneğe bağlı olarak bireyin hayat

amacının mükemmellik olduğu ve bu mükemmellik için gayret etmek gerektiği düşüncesidir. Yaşamın kişisel anlamı ise din haricinde hayatı anlamlı kılacak diğer faktörleri kapsar. Bu faktörler; bir sebep için var olmak ve o sebebe kendini adanmak, özgecilik, yaratıcılık ve kendini gerçekleştirir.

Her bireyin anlam arayışı ve anlam bulma gayreti kendisine özgüdür. Yani her bireyin yaşamını anlamlandırmada gösterdiği çaba kendine hastır, yaşamın anlamını kavramış bireyler ne için yaşadıklarını, neden var olduklarını ve her varoluşun bir anlamı olduğunu fark edebilmiş kişilerdir (Tagay, Nalbant ve Acar, 2016).

Bireyin yaşamda anlam bulup bulmadığına bağlı olarak hayata karşı duruşunun farklılaştığı, yaşamında anlam bulan bireylerin zorluklara karşı daha dirençli ve sağlam duruşlu oldukları, negatif duygularla daha rahat başa çıktıkları belirtilmektedir (Yüksel, 2012). Yine, yaşamın anlamı kadar bu anlamı bulmaya dair gösterilen çabanın da bireyin daha sağlıklı bir yaşam sürmesine olanak sağladığı öne sürülmektedir (Frankl, 2017).

### **2.3.2. Psikolojik İyi Oluş**

İyi oluş, kişinin yaşadığı basit bir haz deneyimi değil, kendi potansiyelini gerçekleştirmesini temsil eden mükemmel ulaşma çabası olarak tanımlanır (Ryan ve Deci, 2001). Seligman (2011) İyi Oluş Teorisi'ni tanımlamıştır. Teorinin İngilizce baş harflerinden oluşan ve kısaca PERMA adı beş temel ögesi aşağıda verilmiştir.

Positive Emotion (olumlu duygular)

Engagement (yaşama bağlılık)

Relationships (ilişkiler)

Meaning (hayatının anlamı)

Accomplishment (başarı)

Beş temel öge aşağıda kısaca açıklanmıştır.

*Olumlu Duygular (Positive Emotions):* Olumlu duygulara odaklı olmak bir gülümsemeden daha fazlası olup, bireyin içinde bulunduğu ve bulunacağı zaman dilimlerine daha olumlu bir açıdan bakma ve iyimser olma yeteneğidir. Bireyin yaşadığı hayata karşı geliştirdiği bu iyimser ve olumlu bakış açısı, karşı karşıya

kalınan keyifsiz durumlara rağmen insan ilişkilerine yardım eder, bireyi sorunları çözümlenmeye yönlendirir, daha yaratıcı olmasına ve risk almasına katkıda bulunur.

*Yaşama Bağlılık (Engagement):* Kişisel mutluluğu öğrenmeye ve büyütüp beslemeye yardımcı olan yaşama tam bağlılığı mümkün kılacak aktiviteleri bulmak ve onları hayatına dahil etmek bireyin ne yaptığına olan bağlılığını da göstermektedir. Yaşama bağlılık, kişisel tatminleri bireyin hayatında ne kadar deneyimlediği ile ilişkilidir.

*İlişkiler (Relationships):* Hayatın en önemli yönlerinden biri ilişkiler ve sosyal bağlardır. İnsanlar kendi doğaları gereği sosyal bir varlıktır, dolayısıyla insanın bağ kurmak, sevmek ve başkalarıyla fiziksel ve duygusal temaslar kurmak gibi ihtiyaçları vardır. Bireyler için aile, arkadaş gibi yakın çevreleri ile olumlu ilişkiler kurabilmek sevgiyi paylaşabilmek önemlidir; sağlam ilişkilere sahip olmak kişinin geçirdiği zorlu zamanların üstesinden gelmesine yardım eder.

*Hayatın Anlamı (Meaning):* Kişinin kendi hayatına dair gerçek, insana yaşama nedeni veren bir anlam ve amaç bulmak, mutlu ve tatminkâr bir yaşam geçirmesine yardımcı olur. Bireylerin yer aldıkları işlerinin hayatlarına ne kadar büyük bir etkisinin olduğunu ve bu işleri neden sürdürmek istediklerini anlaması, sahip oldukları sorumluluklardan daha keyif alıp mutlu ve tatminkâr hissetmelerini sağlar. Anlamlı bir hayata sahip olmak ve onu sürdürmek bireylerin sadece kendisiyle ilgili değil, özgecilikle ve bireyin içinde bulunduğu bütüne olan katkısını hissetmekle ilişkilidir.

*Başarı (Accomplishment):* İnsanın onu hayata bağlayacak tutku ve hedeflerinin olması önemlidir. Belirlenen hedefe ulaşırken gösterilen çaba kişiye tatmin hissi sağlar, sonunda varılan nokta kişinin kendisiyle gurur duyması ve memnuniyet olur. Başarılan, elde edilen, kazanılan, üstesinden gelinen durumların kişinin kendisi için olması bireyin kişisel gelişimi için çok önemlidir.

İyi oluş kavramı zaman zaman öznel iyi oluş, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, yaşam kalitesi ve mutluluk gibi kavramlar ile aynı anlamlarda kullanılıyor olsa da tam olarak aynı şeyi ifade etmemektedir (Batan, 2016). Bireyin olumlu duygularla sıkça karşılaşmasının ve hayatından memnun olmasının yanı sıra olumsuzları daha az yaşaması *öznel iyi oluş* olarak tanımlanır. Bu tanım esas alındığında, öznel iyi oluş kişinin içinde bulunduğu şartların iyi olduğunu düşünmesi, kendi yaşamını idealine yakın görmesi ve yaşamından memnun olduğunu ifade etmesi gibi

bilişsel değerlendirmeler olarak da ifade edilebilir (Batan, 2016). Bireyin öznel iyi oluşu, *psikolojik iyi oluş* düzeyinin ne kadar yüksek olduğu ile ilişkilidir.

*Psikolojik iyi oluş*, hayatın ne kadar keyifli yaşandığından ziyade ne kadar erdemli yaşandığı, potansiyelinin ortaya çıkarıldığı ve işlevselliğinin en üst seviyede sürdürüldüğü ile ilgilidir. Kişisel amaçlar belirleme ve onları sürdürebilme, diğer insanlarla anlam dolu ilişkiler kurabilme ve kişisel gelişimini hayat boyu devam ettirebilme gibi boyutlar *psikolojik iyi oluşu* oluşturmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995; Kermen, Tosun ve Doğan, 2016). Bireyin hayatından duyduğu memnuniyet bu boyutlarda işlevselliğin ne kadar sağlandığına göre değişecektir.

Ryff (1989) psikolojik iyi oluşun “kendini kabul”, “olumlu ilişkiler”, “özerklik”, “çevresel hakimiyet”, “hayatın amacı” ve “kişisel gelişim” olmak üzere altı boyutlu olduğunu ileri sürmüştür.

*Kendini Kabul*: İyi oluşun en fazla yinelenen ve değinilen kriteri kendini kabuldür. Kuramcılar bu hissi kendini gerçekleştirmenin, tam işlevselliğin, psikolojik sağlığın ve olgunluğun temeli olarak tanımlamıştır (Ryff, 1989). Kendini kabul, bireyin sahip olduğu güçlü ve zayıf yönlerine yönelik farkındalığı ve bunların kabulü doğrultusunda yaptığı değerlendirmedir (Ryff ve Singer, 2008).

Bireyin geçmişte yaşadıklarına dair pozitif ve olumlu duygular hissetmesi, onun kendiyile ilgili olumlu değerlendirmeleri olduğunu ve olumlu ve olumsuz tüm yönlerini kabul ettiği anlamına gelir. Tam tersi olarak kişi geçmişini ve kendini kabul noktasında zorlanıyorsa kendiyile ilgili doyumsuz hissettiği noktalar, geçmiş hayatına dair hayal kırıklıkları ve şu anki hâlden farklı bir hâlde olma isteği vardır (Ryff, 1989).

*Olumlu İlişkiler*: İyi oluşun ve yaşamın bir diğer merkezi özelliği kişilerarası ilişkilerdir. İyi bir yaşam için yakın ilişkilerin öneminden “*Nikomakhos’a Etik (Nicomachean Ethics)*” kitabında bahseden Aristo (1997) sevgi ve dostluğa vurgu yapmıştır (Aristoteles, 1997). Çevremizdekileri sevebilmek için kapasiteye sahip olmak, empati yeteneğine sahip olmak ve derin, değerli arkadaşlıklar kurmak iyi bir yaşama ulaşmak için önemi olan birkaç husustur (Ryff ve Singer, 2008).

Bireyin olumlu ilişkileri, diğer insanlarla samimi, tatmin edici ve güvenilir ilişkiler kurabilmesi, onların mutluluğu ile ilgilenebilmesi ve empati kurabilmesi olarak ifade edilirken, bireyin çok az yakın ve güvenilir ilişkilerinin olması ilişki kurmakta

zorlandığı ve engellendiği, samimi ve güvenilir ilişkiler kurmayı güç bulduğu anlamlarına gelir (Ryff, 1989).

*Özerklik:* Yıllardır süregelen literatürde özgür irade, kimseye bağlı olmama ve bunlarla ilgili tutumların düzenlenmesi konuları vurgulanmıştır. Değerlendirme odağı içsel olan bireylerin işlevselliği yüksek seviyededir ve bu kimseler çevresindekilerin onayına ihtiyaç duymazlar, kendi yaşam prensiplerine göre hareket ederler. Bu noktada bireyin özerkliği, toplumsal yasalardan, günlük hayat normlarından, korkulardan ve kolektif inançlardan ayrışır. Özerkliği yeterince elde edememiş bireyler düşüncelerinde ve hareketlerinde başkalarının baskısı altında kalıp, başkalarının yargılarını ve değerlendirmelerini dikkate alırken özerkliğini kazanmış bireyler bağımsızdır. Kendini kişisel ilkelerine göre değerlendirir ve toplum baskısıyla ilgilenmeden hayatını devam ettirir (Ryff, 1989). Deci ve Ryan'a göre (2008) özerklik, kişinin başkalarıyla ilişki durumunda olmaması değil, ilişki durumundayken kendi tercihlerini yapabilmesi hâlidir.

*Çevresel Hâkimiyet:* Kişinin kendisine uygun bir çevre oluşturmak için isteklerini gerçekleştirme veya var olanlardan seçebilme becerisi ruh sağlığının önemli bir unsurudur. Olgunlaşma Kuramı, çevresel hâkimiyet kavramını, bireyin kendisi haricinde anlamlı aktivitelere katılma isteği olarak tanımlar. Yaşam Boyu Gelişim Kuramı ise çevresel hâkimiyeti çevreyi değiştirebilme ve kontrol edebilme yeteneği olarak açıklar (Ryff, 1989).

Çevrelerini kontrol etmede kendini yeterli hisseden ve karmaşık dışsal aktiviteleri yönetebilen bireylerin çevresel hâkimiyeti yüksektir. Tersine, bireyler çevresel hâkimiyet konusunda sıkıntılar yaşıyorsa, karşısına çıkan fırsatları fark etmez ve dışsal aktiviteleri yönetmede sorun yaşarlar (Ryff, 1989).

*Hayatın Amacı:* Ruhsal sağlığın önemli bileşenlerinden biri bireylerin yaşamın anlam ve amacının olduğuna inanmasıdır (Ryff, 1989). Ağırlıklı olarak varoluşçuluktan beslenen iyi oluşun bu boyutu özellikle Frankl'in (2017) anlam arayışı ile çevrelenmiştir. Yaşamda bir anlam ve amaç belirleme, özgün yaşamın en esas mücadelesidir.

*Kişisel Gelişim:* Bu unsur bireyin kendisi için uygun olan psikolojik işlevsellik düzeyine ulaşması, kendini gerçekleştirmek ihtiyacına sahip olması ve potansiyelini

kullanmasıyla mümkün olmaktadır. Deneyime açıklık kişisel gelişim açısından önem arz etmektedir (Ryff, 1989).

Bu altı boyutun her biri bireylerin yaşamlarındaki farklı fonksiyonları ölçmektedir. Boyutlar iyi yaşam için mücadele edilirken karşılaşılan zorluklarla ilişkilidir. Örneğin, kendini kabul boyutu ile bireyler kendi zayıflıklarının farkında olarak kendileriyle ilgili iyi değerlendirmeler yapabilmek için çabalarlar. Başkalarıyla olumlu ilişkiler boyutu bireylerin samimi, sürdürülebilir ve güvenilir ilişkiler bulmak için uğraştıklarını ifade eder. Çevresel hâkimiyet insanların sahip oldukları ve içinde buldukları çevrelerini kendi istekleri ve ihtiyaçları doğrultusunda şekillendirmesidir. Diğer yandan insanlar kendi hayatlarını şekillendirmek, özerklik durumuna ulaşmak için de mücadele eder. Yaşamın amacı boyutu insanların yaptıklarında bir anlam için çabalamasıyken, kişisel gelişim boyutu insanların kapasitesini kullanabilmesini tanımlar (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

### **2.3.3. Yaşamın Anlamı, Psikolojik İyi Oluş ve Maneviyat Arasındaki İlişki**

Literatürde maneviyat, yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş ilişkisine dikkat çeken birçok çalışma bulunmaktadır. Bamonti vd., (2016), yaşamın anlamı ve maneviyat birbiri ile pozitif ilişki gösteren kavramlardır derken, Ryff vd'e göre (1999) maneviyat ve iyi oluş arasında doğal bir ilişki vardır. Frank (2017) maneviyatı anlam arama ve anlam yaratmayla ilişkilendirirken; Doswell vd. (2003), maneviyatın yaşamın amacı ve anlamını oluşturma ile ilgili olduğunu ve beden ve zihin ilişkisinin bir bütün olarak algılanması ile ilişkili olduğunu ileri sürer.

Yaşama anlam katan maneviyat (Emmons, 2003), aynı zamanda psikolojik sağlık göstergeleri ile pozitif ilişki içindedir (Katsoganni ve Kleftaras, 2015). Ivtzan vd. (2013) çalışmasında yaşamın anlamı ve manevi aşkınlık arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Sorenson vd' de de (2015) benzer sonuçlar bulmuştur.

Maslow, insanın ulaşabileceği en yüksek mertebenin kendini gerçekleştirme olduğunu ve kendini gerçekleştirmede maneviyatın karşılanması gereken temel ihtiyaçlardan biri olduğunu belirtir. Tasavvuftaki kâmil insan olma arzusu da bireyin manevi dünyasını düzenlemesinden geçmektedir; bu açıdan maneviyat iyi oluş ile doğrudan ilişkilidir sonucu çıkarılabilir (Koltko-Rivera, 2006).

Hodges'e göre (2002) aktif bir manevi yaşamı olan, hayatta anlam ve amaç bulan ve yaşamları içerisinde çalışma ve kararlarına içsel bir değer sisteminden yola çıkarak yön veren kişiler duygusal açıdan sağlıklı bireylerdir. Hodges maneviyatın dört boyutunu yaşamın anlamı, içsel değerler, öz aşkın bir amaç ve manevi topluluk sıralamış ve bu boyutlar ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğunu bildirmiştir.

Holder vd., (2010), yaşları 8-12 arasında değişen çocuklarda yaptığı çalışmada, ibadethaneye gitmek gibi dini pratikleri içermeyen manevi uygulamaların çocukların mutluluklarını artırdığını bulmuşlardır; bir başka ifade ile bu çalışmada maneviyatın mutluluğun önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Çalışmada başkalarına yardım etmek için gönüllü çalışma veya bir topluluğa yaptığı katkıları günlüğe kaydetme vb. uygulamaların yaşamın anlamını artırma yoluyla maneviyatı ve sonuçta mutluluğu artırabileceği vurgulanmıştır (Holder vd., 2010). Yani maneviyat hem yaşama anlam katan (Emmons, 2003) bir unsur olan hem de bir yaşam amacı (İlhan, 2009) olan topluma katkı gibi yaşam amaçlarına katkıda bulunarak iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilir.

Hindistan'da yapılan bir araştırmada günlük manevi deneyimler ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ilişki olduğu bulunmuş (Jahan ve Khan, 2014); Toprak'ın çalışmasında (2018) maneviyatın hem içsel yaşam amacını hem de psikolojik iyi oluşu yordadığı gösterilmiştir.

Türkiye'de yaşamın anlamı arayışında insanların en çok faydalandıkları alan din olmuştur. Din, yaşamın anlamı sorusuna en kapsamlı yanıtı verebilmekte ve ölümden sonrasını da açıklayabilmektedir. Din, güçlü sebepler sunarak bireylere önemli katkı sağlayan bir alandır. Dinlerin en öne çıkan özelliği, bireylerin yaşamlarını anlamlandırmalarına katkı sağlaması (Tokur, 2017); insanın ruhunda var olan kendini ve var edeni bilmek için girdiği anlam arayışı isteğini karşılamasıdır (Hökelekli, 2010).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, araştırmanın değişkenleri, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin değerlendirilmesi konusunda bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyata ilişkin faktörlerin incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır.

#### 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini araştırmaya katılmaya gönüllü ve 18 yaş ve üzerinde olan erişkin bireyler oluşturmuştur. Araştırma verileri pandemi döneminde (05.05.2021-30.06.2021 tarihleri arasında) toplandığı için, katılımcılar ile yüzyüze görüşme imkanı olmadığından, veri toplamada sosyal ağ platformlarından yararlanılmıştır. Böylece çalışmanın örneklemini araştırma tarihleri arasında kartopu yöntemi ile Facebook, Instagram, Whatsapp'ı içeren sosyal ağ platformlarından araştırmaya katılmayı kabul eden ve Google forms üzerinden elektronik ortamda anket formunu dolduran 2120 kişi oluşturmuştur. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri Tablo 3.1'de sunulmuştur. Tabloda görüldüğü gibi, yaş ortalaması 34.2 yıl olan erişkinlerin %41.5'i 26-40 yaş grubundadır, yarıdan fazlası kadın (%59.5), evli (%52.3), %67.6'sı lisans düzeyinde eğitim tamamlamış olup çoğunluğu (%83.7) çekirdek aileye sahiptir. %55.6'sı çalışan katılımcıların %48.2'si gelir durumunu orta olarak tanımlamıştır, %60.8'i il merkezinde ikamet etmektedir.

**Tablo 3.1: Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri**

<i>Sosyo-demografik özellikler</i>	<i>N (sayı)</i>	<i>% (yüzde)</i>
<i>Yaş</i>		
18-25	654	30.8
26-40	880	41.5
41-59	495	23.3
60 ve üzeri	91	4.3
<i>Yaş (Ort±ssyl, min-max) 34.22±12.30, 18-65</i>		
<i>Cinsiyet</i>		
Kadın	1261	59.5
Erkek	859	40.5
<i>Medeni Durum</i>		
Evli	1108	52.3
Hiç evlenmemiş	872	41.1
Boşanmış, eşi ölmüş, ayrı yaşıyor	140	6.6
<i>Eğitim Durumu</i>		
İlkokul	161	7.6
Ortaokul	138	6.5
Lise	387	18.3
Üniversite	1434	67.6
<i>Aile Tipi</i>		
Çekirdek aile	1775	83.7
Geniş aile	211	10.0
Parçalanmış aile	134	6.3
<i>Çalışma Durumu</i>		
Çalışıyor	1186	55.9
Çalışmıyor	934	44.1
<i>Gelir Düzeyi</i>		
Düşük	71	3.3
Düşük-orta	1021	48.2
Orta- yüksek	884	41.7
Yüksek	144	6.8
<i>Yaşadığı Yer</i>		
İl	1289	60.8
İlçe	671	31.7
Köy	160	7.5

### 3.3. Araştırmanın Değişkenleri

Bağımlı değişkenler: Maneviyat ortalama puanları

Bağımsız değişkenler: Sosyo-demografik değişkenler, dini tutum, yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş

### 3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Maneviyat Ölçeği”, “Ok-Dini Tutum Ölçeği-Kısa Versiyon”, “Yaşamın Anlamı Ölçeği” ve “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır.

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Literatür doğrultusunda araştırmacı ve danışmanı tarafından hazırlanan bu form sosyo-demografik özellikler ve manevi ve dini inanç ile ilgili özellikler olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Sosyo-demografik özellikler bölümü cinsiyet, yaş, medeni durum, aile tipi, yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer, yaşanan şehir, eğitim durumu, ailenin gelir durumu, mesleği, çalışma durumu, çalışıyorsa yapılan iş olmak üzere 12 sorudan oluşmaktadır. Manevi ve dini inanç bölümünde “*Manevi ve dini inancınızı nasıl tanımlarsınız?*”, ve “*Manevi olarak sizi rahatlatan etkinlikler nelerdir?*” olmak üzere toplam 2 soru bulunmaktadır.

#### *Maneviyat Ölçeği*

Ölçek Şirin (2018) tarafından ilahi olana bağlanma hissi ve kurulan bağ, evrenle bütünlük hissi, yaşamın anlamı gibi maneviyatın farklı boyutlarını ölçmek amacı ile geliştirilmiştir.

Maneviyat Ölçeği 27 madde içerir, bunların 3’ü (8, 13, 26 nolu maddeler) ters kodlanması gereken olumsuz maddedir. Maddeler Ölçek maddeleri “Bana hiç uygun değil (1)” ve “Bana tamamen uygun (5)” arasında değerlendirilen 5’li likert tipidir. Değerlendirmede maddelere verilen yanıtlar toplanır, böylece 27-135 arasında değişen bir ölçek puanı elde edilir; yüksek puan, yüksek maneviyat düzeyini gösterir.

Maneviyat Ölçeğinin güvenilirlik ve geçerliği yaşları 16-67 arasında değişen 573 kişide yapılmış ve Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı .90 bulunmuştur. Mevcut çalışmada yeniden değerlendirilen iç tutarlılık katsayısı .96’dır.

### *Ok-Dini Tutum Ölçeği-Kısa Versiyon*

İslami kültürde dindarlığı ölçmek amacıyla Ok (2011) tarafından geliştirilen ölçek tutumun sosyal psikolojide vurgulanan üç ögesi (bilgi, duygu ve davranış) dikkate alınarak hazırlanmıştır. Ok'un belirttiğine göre;

*“Bilişsel boyutla kişinin dinle ilgili genel görüşünün nasıl olduğu, davranışsal boyutla kişinin davranışlarının dini değerler tarafından ne düzeyde yönlendirildiği ve duygusal boyutla kişinin dinin duyguya hitap eden yönü tarafından ne düzeyde etkilendiği ölçülmektedir”.*

Dinde Tanrı merkezi bir konuma sahiptir; bu nedenle OK yukarıda anılan üç ögeye Tanrıyla ilişki ögesini de eklenmiş, böylece dört maddeden oluşan Ok-Dini Tutum Ölçeği-Kısa Versiyon oluşturulmuştur. Ölçekte bulunan maddelerin her biri kesinlikle katılmıyorum (1) ve kesinlikle katılıyorum (5) arasında değişen 5'li Likert tipi cevap seçeneğine sahiptir. Puanlamada 3 nolu madde tersine çevrilir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 4 en yüksek puan ise 20'dir, puanın yüksek olması dini tutumun yüksek olduğunu gösterir. Ok tarafından ölçeğin 930 ve 388 üniversite öğrencisinden oluşan iki ayrı örnekleme güvenirlik-geçerlik çalışması yapılmış, iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .81 ve .90 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada yeniden değerlendirilen iç tutarlılıkta Cronbach alpha değeri .90 olarak bulunmuştur.

### *Yaşamın Anlamı Ölçeği (The Meaning in Life Questionnaire)*

Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ) bireylerin yaşamın anlamına ilişkin değerlendirmelerini ölçmek için 2006 yılında Steger vd. tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte “Kesinlikle Yanlış” ile “Kesinlikle Doğru” arasında değişen 7'li likert tipi puanlamaya sahip 10 madde (9 pozitif, 1 negatif) bulunur, 9 nolu ifade dışındaki tüm maddeler pozitifdir. Ölçek var olan anlam (1, 4, 5, 6 ve 9 nolu maddeler) ve bulunmaya çalışılan anlam (2, 3, 7, 8 ve 10 nolu maddeler) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Her iki boyuttan alınabilecek puan 5-35 arasında değişmektedir.

Demirdağ ve Kalafat tarafından 2015 yılında Türkçeye uyarlanan ve 322 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan güvenirlik geçerlik çalışmasında iç tutarlılık güvenirlik var olan anlam alt ölçeği için .81, bulunmaya çalışılan anlam alt ölçeği için .85 bulunmuştur. Mevcut çalışmada Cronbach alpha değerleri var olan anlam alt ölçeği için .93, bulunmaya çalışılan anlam alt ölçeği için .85'dir.

### *Psikolojik İyi Oluş Ölçeği*

Diener vd. (2009) tarafından geliştirilen Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOÖ) olumlu ilişkilerden yeterlik hislerine, anlamlı ve amaçlı bir yaşama sahip olmaya kadar bireyin fonksiyonunun önemli öğelerini tanımlamaktadır. Diener vd. (2009) ölçeğin ismini önce Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (Psychological Well-Being Scale) olarak adlandırmışlar; daha sonra ölçeğin ismini iyi oluşun içeriğini daha doğru bir şekilde yansıtacağı düşünölen “Flourishing Scale” şeklinde değiştirmişlerdir. Bu araştırmada “Flourishing” kelimesinin tam olarak Türkçe karşılığı bulunmadığından dolayı ölçeğin ismi “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” olarak kullanılmıştır. Sekiz maddeden oluşan PİOÖ’ünde yer alan tüm maddeler pozitif olarak ve “Kesinlikle katılmıyorum” ile “Kesinlikle katılıyorum” arasında değişen 7’li likert tipi puanlanır. Ölçeğin toplam puanı 8-56 arasında değişir; ölçekten alınan puanın yüksekliği kişinin birçok psikolojik kaynak ve güce sahip olduğunu, bir başka ifade ile psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olduğunu gösterir (Diener vd., 2010). Ölçek Telef (2013) tarafından Türk kültürüne uyarlanmış ve üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmada iç tutarlılık katsayısı .87 bulunmuştur. Mevcut çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise .92’dir.

### **3.5. Verilerin Toplanması**

Veriler online sosyal platform üzerinden 05.05.2021-30.06.2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Katılımcılara WhatsApp, Facebook, Instagram ve LinkedIn kullanılarak duyuru yapılmış ve Google forms’da hazırlanan anketler sosyal medya platformlarında paylaşarak doldurmaları sağlanmıştır.

Çalışma öncesinde Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurul Başkanlığı’ndan izin onay alınmıştır (30/04/2021 tarih ve 2021/04 sayılı izin, Ek 6). Araştırmaya dahil olan herkes gönüllölük esasına göre katılmış; katılımcılara çalışma öncesinde araştırmanın amacı, bilgilerin çalışma dışında kullanılmayacağı ve paylaşılmayacağı konusunda yazılı bilgi verilerek onamları alınmıştır. Çalışmada kullanılan tüm ölçekler için yazarlarından elektronik posta yolu ile kullanım izin alınmıştır (Ek 7-10).

### 3.6. Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada kullanılan ölçeklerin iç tutarlılıkları Cronbach'a Alpha iç tutarlılık katsayısı ile incelenmiştir. Tanımlayıcı istatistikler için sayı, ortalama min-max değerler hesaplanmış, iki grup ortalamasının karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda student t testi, ikiden fazla grup ortalamalarının karşılaştırılmasında ANOVA Varyans analizi kullanılmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde ise Pearson korelasyon ve doğrusal çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen korelasyon değerleri aşağıdaki gibi yorumlanmıştır (Mukaka, 2012).

<i><b>Korelasyon katsayısı</b></i>	<i><b>Yorum</b></i>
0.90-1.00	Çok yüksek (çok güçlü) korelasyon
0.70-0.90	Yüksek (güçlü) korelasyon
0.50-0.70	Orta düzeyde korelasyon
0.30-0.50	Düşük (zayıf) korelasyon
0.00-0.30	Korelasyon yok

Veriler SPSS IBM 24.0 paket veri programı ile analiz edilmiş, anlamlılık için  $P < 0,05$  kriter alınmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmadan elde edilen bulgular “Katılımcıların Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamaları”, “Katılımcıların Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Ortalama Puanları” ve “Katılımcıların Maneviyatı ile İlişkili Faktörler” olmak üzere üç başlıkta sunulmuştur.

#### 4.1. Katılımcıların Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamaları

Katılımcıların maneviyata ilişkin görüş ve uygulamaları Tablo 4.1’de verilmiştir. Tabloda görüldüğü gibi, katılımcıların %49.6 dindar olduğunu ve dinin gerekliliklerini yerine getirdiklerini, %36.9’u ise dindar olduğunu, ancak dinin gerekliliklerini yapamadıklarını belirtmiştir. Manevi olarak size rahatlatan etkinlikler nelerdir? sorusuna verilen cevaplar arasında ilk beş sırada %75 oranı ile “Dua okumak”, %73.6 oranı ile “Kur’an okumak,” %57.8 oranı ile “Doğada olmak”, %52.4 oranı ile “Dini yerleri ziyaret etmek” ve %37.9 oranı ile “Dini müzik dinlemek” gelmektedir.

**Tablo 4.1: Katılımcıların Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamaları**

	N (sayı)	% (yüzde)
<i>Manevi ve dini inancınızı nasıl tanımlarsınız?</i>		
Dindarım ve dinin gerekliliklerini yerine getiriyorum.	1051	49.6
Dindarım, ancak dinin gerekliliklerini yeterince yerine getiremiyorum	782	36.9
Bir yaradan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum	106	5.0
Dini inancım yok, ancak maneviyatı yüksek biriyim.	33	1.6
Hiçbir dini inancım yok	148	7.0
<i>Manevi olarak sizi rahatlatan etkinlikler nelerdir?*</i>		
Tesbih çekmek	2	0.04
Dini müzik dinlemek	804	37.9
Dua okumak	1591	75.0
Kur'an okumak	1560	73.6
Dini yerleri ziyaret etmek	1110	52.4
Meditasyon yapmak	134	6.3
Yoga yapmak	66	3.1
Doğada olmak	1225	57.8
Cevaplamayanlar	315	14.9

\*Satır yüzdesi alınmıştır.

#### **4.2. Katılımcıların Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Ortalama Puanları**

Tablo 4.2’de görüldüğü gibi, katılımcıların maneviyat, dini tutum, psikolojik iyi oluş ve var olan anlam ortalama puanları yüksek düzeyde, aranan anlam puanı orta düzeydedir. Yine Tablo 4.2’de eğiklik katsayılarının negatif olduğu, yani puan dağılımlarının sola eğik olduğu görülmektedir. Bu, katılımcıların çoğunlukla ortalamanın üstünde (yüksek) puanlar alması durumunda ortaya çıkmaktadır. Basıklık katsayıları ise aranan anlam dışında pozitiftir. Pozitif basıklık puan dağılımının normal dağılıma göre daha sivri olduğunu ya da puanların homojen dağıldığını göstermektedir.

**Tablo 4.2: Katılımcıların Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Ortalama Puanları**

<b>Ölçekler</b>	<b>Ort±ss</b>	<b>Min-max</b>	<b>Eğiklik</b>	<b>Basıklık</b>
<i>Maneviyat</i>	107.92±23.22	27-135	-1.43	1.80
<i>Dini Tutum</i>	16.50±4.49	4-20	-1.59	1.58
<i>Yaşamın Anlamı</i>				
Var olan anlam	29.02±5.90	5-35	-1.08	0.86
Aranan anlam	20.18±9.41	5-35	-0.33	-1.14
<i>Psikolojik İyi Oluş</i>	46.69±7.80	8-56	-1.31	3.02

### **4.3. Katılımcıların Maneviyatı ile İlişkili Faktörler**

Bu başlık altında bulgular “Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özellikler ile Karşılaştırılması”, “Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamalar ile Karşılaştırılması” ve “Maneviyat, Dini Tutum Psikolojik İyi Oluş ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki” olmak üzere üç alt başlıkta sunulmuştur.

#### **4.3.1. Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özellikler ile Karşılaştırılması**

Tablo 4.3’te maneviyat ortalama puanlarının sosyo-demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin analiz sonuçları verilmiştir. Tabloda görüldüğü gibi, yaş arttıkça maneviyat ortalama puanı artmaktadır ( $r=0.208$ ). Yaş gruplarına göre maneviyat ortalama puanı karşılaştırıldığında, 18-25 yaş grubu ile 60 yaş ve üzeri grup arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

Kadınların maneviyat ortalama puanları erkeklerden daha yüksek ( $P<0.001$ ) olup Cohen d katsayıları kadın ve erkeklerin maneviyat ortalama skorları arasındaki farkın orta düzeyde önemli olduğuna işaret etmektedir.

Bu çalışmada medeni duruma göre maneviyat ortalama puanlarının farklı olduğu, evli olanların maneviyat puanının hiç evlenmemiş ( $P<0.001$ ), boşanmış, eşi ölmüş veya ayrı yaşayanlardan ( $P<0.001$ ) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kısmi etki

büyüklikleri (kısmi eta-kare) maneviyat ortalama puanlarında medeni durumun düşük düzeyde etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Maneviyat ortalama skorları eğitim durumuna göre istatistiksel anlamlı fark göstermekle ( $P<0.001$ ) birlikte, kısmi etki büyüklükleri eğitim düzeyinin maneviyat üzerindeki etkilerinin pratikte düşük olduğunu ortaya koymuştur. Eğitim düzeyi gruplarının dağılımlarının varyansları eşit olmadığından, farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Dunnett C testi, ilkökul ve ortaokul düzeyinde eğitimi olanların maneviyat puanlarının lise ve üniversite düzeyinde eğitimi olanlardan daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Parçalanmış aileye mensup olanların maneviyat skoru en düşükken, bunu geniş aile ve en yüksek puan ile çekirdek aile izlemektedir. Yapılan post-hoc analizinde anlamlı farkın çekirdek-geniş aile ( $P<0.01$ ) ve geniş-parçalanmış aile ( $P<0.01$ ) arasında olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara rağmen, kısmi düzeydeki etki büyüklükleri aile tipinin maneviyat üzerindeki etkisinin pratikte düşük/önemsiz olduğunu göstermektedir. Bu durum araştırmanın örnekleminin büyük olmasından ve bu büyüklükteki bir örnekleme küçük farklılıkları saptamanın mümkün olmamasından kaynaklanmaktadır.

Çalışanların maneviyat skorları çalışmayanlardan daha yüksektir ( $P<0.05$ ), bununla birlikte Cohen d testi ortalamalar arasındaki farkın düşük düzeyde önemli olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların gelir durumuna göre maneviyat ortalama puanları arasındaki fark istatistiksel bakımdan anlamlıdır ve gelir durumu düşük-orta grupta olanların maneviyat puanları orta, orta-yüksek ve yüksek gruptan daha düşüktür; post-hoc analizinde gelir durumu düşük-orta grupta olanlar ve yüksek grupta olanlar arasında istatistiksel fark görünmekle birlikte ( $P<0.01$ ), kısmi etki büyüklüğü gelir düzeyinin maneviyat üzerindeki etkisinin düşük olduğunu göstermektedir.

Son olarak maneviyat puanı katılımcıların yaşadıkları yere göre fark göstermekte olup, köyde yaşayanların ilde yaşayanlara göre maneviyat ortalama puanları istatistiksel anlamlı fark olacak şekilde daha yüksektir ( $P<0.05$ ), ancak kısmi etki büyüklükleri pratikte yaşanan yerin maneviyat puanları üzerinde etkili olmadığını göstermektedir.

**Tablo 4.3: Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özelliklerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediği**

Sosyo-demografik Değişkenler	Maneviyat (Ort±ss)	İstatistiksel Analiz, P Değeri	Serbestlik Derecesi	Kısmi Etki Büyüklüğü
<i>Cinsiyet</i>				
Kadın	110.92±17.32	t:7.30	6.67	Cohen d: .31
Erkek	103.51±29.29	P: .000***		
<i>Yaş</i>				
18-25	100.19±26.78	F:39.25		η <sup>2</sup> : 0.05
26-40	110.05±20.73	P: .000***		
41-59	113.24±18.86	Anlamlı fark grup 1 - grup 4 (P: 0.000)		
60 ve üzeri	113.78±25.72	arasındadır.		
<i>Medeni durum</i>				
Evli	113.90±18.03	F:83.26		η <sup>2</sup> : 0.07
Hiç evlenmemiş	101.16±26.57	P: .000***		
Boşanmış, eşi ölmüş, ayrı yaşıyor	102.64±24.59	Anlamlı fark grup 1 - grup 3 (P: 0.000) ***		
<i>Eğitim durumu</i>				
İlkokul	117.20±17.65	F: 17.38		η <sup>2</sup> : 0.02
Ortaokul	115.76±22.22	P: .000***		
Lise	108.22±21.04	Anlamlı fark grup 1 - grup 4 (P: .000) ***		
Üniversite	106.04±24.01	grup 2 - grup 4 (P: .000) ***		
<i>Aile tipi</i>				
Çekirdek	108.24±23.10	F: 7.13		η <sup>2</sup> : 0.01
Geniş	109.73±21.08	P: .001**		
Parçalanmış	100.81±26.60	Anlamlı fark grup 1 - grup 2 (P: .001) **, grup 2 - grup 3 (P: .001) **		
<i>Çalışma durumu</i>				
Çalışıyor	108.88±22.43	F: 2.17	2.17	Cohen d: 0.09
Çalışmıyor	106.69±24.13	P: .030*		

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$

**Tablo 4.3: Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özelliklerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediği (Devamı)**

Sosyo-demografik Değişkenler	Maneviyat (Ort±ss)	İstatistiksel Analiz, P Değeri	Serbestlik Derecesi	Kısmi Etki Büyüklüğü
<i>Gelir düzeyi</i>				
Düşük-orta	95.00±29.15	F: 8.65		η <sup>2</sup> : 0.01
Orta	108.85±20.15	P: .000***		
Orta-Yüksek	108.29±24.18	Anlamlı fark		
Yüksek	105.33±31.10	grup 1- grup 4 arasındadır (P: .005)** arasındadır.		
<i>Yaşadığı yer</i>				
İl	106.86±25.05	F:4.39		η <sup>2</sup> : 0.00
İlçe	109.01±19.40	P: .013*		
Köy	111.85±21.98	Anlamlı fark grup 1- grup 3 arasındadır (P: .016)* arasındadır.		
<i>Yaş</i>				
		r: 0.208		
		P:0.000***		

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$ , \*\*\* $p < 0.001$

#### 4.3.2. Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamalar ile Karşılaştırılması

Tabloda 4.4'te görüldüğü gibi, dindar grubun, inançlı grup, bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum diyen grup, dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grup ve hiçbir dini inancı olmayan gruptan; inançlı grubun bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum diyen grup, dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grup ile hiçbir dini inancı olmayan gruptan; bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum diyen grubun hiçbir dini inancı olmayan gruptan; son olarak dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grubun bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum diyen grup ve hiçbir dini

inancı olmayan gruptan maneviyat ortalama puanları daha yüksektir. Dindar grup ile diğer gruplar arasında istatistiksel anlamlı fark bulunmaktadır ( $P<0.001$ ).

**Tablo 4.4: Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Maneviyata İlişkin Görüş ve Uygulamalara Göre Farklılık Gösterip Göstermediği**

<i>Maneviyata ilişkin Görüş ve Uygulamalar</i>	Maneviyat Ort±ss	F ve P	$\eta^2$
Dindarım ve dinin gerekliliklerini yerine getiriyorum.	120.85±11.37	F: 1348 P:.000*	.67
Dindarım ancak dinin gerekliliklerini yeterince yerine getiremiyorum.	106.33±12.86		
Bir yaratan olduğuna inanıyorum ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum	83.44±16.40		
Dini inancım yok, ancak maneviyatı yüksek birisiyim.	90.18±18.40		
Dini inancım yok	45.93±11.02		
Anlamlı fark grup 1-grup 2 (P: .000)*, grup 1-grup 3 (P: .000)*, grup 1-grup 4 (P: .000)* ve grup 1-grup 5 (P: .000)* arasındadır.			

\* $P<0.001$

### **4.3.3. Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki**

Maneviyat, dini tutum, yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki Tablo 4.5'te, regresyon analizi sonuçları Tablo 4.6'da sunulmuştur.

Katılımcıların maneviyat düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır ( $P<0.01$ ). Maneviyat arttıkça bireylerin psikolojik iyi oluşları da artmaktadır. Aynı zamanda bireylerin maneviyat düzeyleri ile var olan anlam arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $P<0.01$ ). Fakat aranan anlam ile bireylerin maneviyatları arasında önemli bir ilişki olmadığı bulunmuştur ( $P>0.05$ ). Katılımcıların dini tutumları ile maneviyat düzeyleri arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur ( $P<0.01$ ).

**Tablo 4.5: Maneviyat, Dini Tutum, Yaşamın Anlamı ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki**

Değişkenler	Pearson Korelasyon Katsayıları				
	1	2	3	4	5
1. Maneviyat	1.00				
<i>Yaşamın Anlamı</i>					
2.Var olan anlam	.54**	1.00			
3.Aranan anlam	.03	-.22**	1.00		
4. Psikolojik iyi oluş	.36**	.63**	-.20**	1.00	
5. Dini tutum	.87**	.45**	.04*	.29**	1.00
Maneviyat	1.00				

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Tablo 4.6’da regresyon sonuçları görülmektedir. Tabloya göre dini tutum bir birim arttığında maneviyat 4.04 birim artmaktadır. Benzer şekilde psikolojik iyi oluş var olan anlam ve aranan anlam birer birim arttığında, maneviyat sırasıyla 0.12, 0.67 ve 0.10 puan artmaktadır. Standartlaştırılmış regresyon katsayısı maneviyatın yordamasında en önemli değişkenin dini tutum olduğunu göstermektedir. Modele ilişkin  $R^2 = .79$ ’dur ( $F_{4, 2115} = 1952.58$ ,  $p = .00$ ). Diğer bir deyişle, yordayıcılar maneviyat değişkenindeki varyansın %79’unu açıklamaktadırlar.

**Tablo 4.6: Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişkenler	Maneviyat				
	B	Beta	sh	t	p
<i>Yaşamın Anlamı</i>					
1.Var olan anlam	0.67	0.17	0.06	12.05	<b>0.00*</b>
2.Aranan anlam	0.10	0.04	0.03	3.76	<b>0.00*</b>
3. Psikolojik iyi oluş	0.12	0.04	0.04	3.19	<b>0.00*</b>
4. Dini tutum	4.04	0.78	0.06	68.61	<b>0.00*</b>

$R^2 = 0.79$ ; ( $F_{4, 2115} = 1952.58$ ,  $P = .00$ ).

\* $P < 0.01$

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA VE YORUM

Erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyata ilişkin faktörlerin incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırmada elde edilen bulgular literatür doğrultusunda “*Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özellikler ile Karşılaştırılmasından Elde Edilen Bulguların Tartışılması*” ve “*Maneviyat, Dini Tutum, Psikolojik İyi Oluş ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkilere İlişkin Elde Edilen Bulguların Tartışılması*” olmak üzere iki başlıkta tartışılmıştır.

#### **5.1. Katılımcıların Maneviyat Puanlarının Sosyo-demografik Özellikler ile Karşılaştırılmasından Elde Edilen Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada kadınların maneviyat ortalama puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur (Tablo 4.1). Yapılan alan yazın araştırmasında; Rodrigues vd. (2017) yaşlılarda, Masat (2018) onkoloji hastalarında, Tosyalıoğlu (2021) üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışmada maneviyat ortalama skorunun kadınlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmaların sonuçları mevcut çalışma bulgularını destekler niteliktedir. Buna karşın Rakhshanderou ve Ghaffari (2017) ve Kalaycı'nın (2019) üniversite öğrencilerinde, Aydın (2019), Kılıç (2019) ile Şirin ve Dursun'un (2021) yetişkin bireylerde yaptıkları çalışmalarda maneviyat ortalama puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı gösterilmiştir. Ulusal ve uluslararası çalışmalar arasındaki bu farklılıklar farklı kültürel yapılardan kaynaklanmış olabilir. Bununla birlikte erkeklerle kıyaslandığında kadınların daha duygusal olmaları, annelik, bakım rolü gibi rollerin geçmişten günümüze kadınlar tarafından yürütülmesi gibi faktörlerin de etkisi olmuş olabilir.

Bu çalışmada yaş ve maneviyat skoru arasında pozitif korelasyon bulunmuştur (Tablo 4.1). Konu ile ilgili yapılan çalışma sonuçları birbirinden farklılık göstermektedir. Örneğin Amerika'da 21-67 yaşları arasındaki 201 kişide yapılan çalışmada (Stearns vd., 2018) yaş arttıkça dindarlık ve maneviyatın arttığı bulunmuştur. İran'da yaş ortalaması 22.6 olan 540 üniversite öğrencisinde yapılan çalışmada yaş ve maneviyat arasında ilişki bulunmamıştır (Rakhshanderou ve

Ghaffari, 2017). Ülkemizde yapılan iki çalışmada da (Kılıç 2019; Tosyalıoğlu, 2021) yaşın maneviyatı yordamadığı bulunmuştur. Kılıç'ın (2019) "*Çocuk Evlerinde Çalışan Bakım Elemanlarında Psikolojik Sermaye Algısı, İş Doyumu ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*" isimli çalışmasında %93.2'si kadın olan 118 kişi çalışmaya dahil edilmiş, katılımcılar 35 yaş altı ve 36 yaş ve üzeri olarak iki gruba bölündüğünde maneviyat ortalama puanının yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Tosyalıoğlu'nun 525 üniversite öğrencisinde yaptığı çalışmada (2021) öğrencilerin maneviyat ölçeği puanları yaş gruplarına göre farklılaşmamıştır. Literatür incelendiğinde, daha çok genç grupta ve özellikle öğrencilerde yapılan çalışmalarda yaşın maneviyat düzeylerini yordamadığı, buna karşın erişkin ve yaşlı gruplarda yapılan çalışmalarda yaş ve maneviyat arasında pozitif yönde beklenen bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Brezilya'da yaşlılarda yapılan bir çalışmada (Rodrigues vd., 2017), çalışma sonucumuza benzer şekilde yaş arttıkça dindarlık ve maneviyatın arttığı saptanmıştır. Yine Brezilya'da 60 yaş ve üzerinde 720 kişiden oluşan örnekleme yapılan çalışmada yaş arttıkça bireylerin dini pratikleri daha fazla yaptıkları görülmüştür (Zenevics vd., 2013). Yaş arttıkça, özellikle emeklilik sonrasında iş ve çalışma hayatının baskısı olmaksızın kişiler daha çok maneviyata yönelebilirler, dini aktiviteler, kültürel ve sosyal aktiviteler ile sosyal ağlarını genişletmeye çalışırlar. Yaşlılarda dini pratikler emosyonel desteğin önemli bir kaynağını oluşturur. Yaşın artmasına bağlı olarak yaradan ile kurulan yakın ilişki başarılı yaşlanmada önemli olan pozitif manevi gelişime yol açar (Rodrigues vd., 2017).

Bu çalışmada evli olanların maneviyat puanları bekarlardan daha yüksek olmakla birlikte, kısmi etki büyüklükleri medeni durumun maneviyat üzerinde düşük düzeyde etkiye sahip olduğunu göstermiştir (Tablo 4.4). Evlilik yaşamıyla maneviyatın olumlu yöndeki ilişkisi pek çok çalışmada incelenmiştir. Örneğin yapılan bir çalışmada çiftlere ilişkilerinde bağlılığı nasıl tanımladıkları sorulduğunda, katılımcıların bir kısmı bağlılığı maneviyatla ilişkilendirmiş, duygusal ve fiziksel yakınlık, güven ve açık iletişimin bağlılıkta önemli unsurlar olduğu gösterilmiştir (Nelson, Kirk, Ane ve Serres 2011). Karimi vd'nin sistematik gözden geçirme çalışmasında (2019) evliliğin istikrarlı şekilde sürdürülmesinde maneviyatın önemli olduğu saptanmıştır. Genel olarak maneviyat din kavramıyla birlikte kullanılmakla birlikte, din olmadan da maneviyat olabilir (Summermatter ve Kaya, 2017).

Maneviyat bazı ailelerde dini inanç olarak yaşanabilirken, bazı ailelerde insanlarla birlik içinde olma hissi şeklindedir (DeFarin, 1999). Din ve maneviyat, zor durumlarda çiftlere bağlılık, zorlukları kabul etme yeteneği ve aile birliği ve istikrar duygusu veren başa çıkma stratejileridir. Ülkemizde Kublay ve Oktan'ın çalışmasında (2015) öznel mutluluk ve evlilik uyumunun evli bireylerin maneviyatı bir değer olarak benimsemeleri ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Kasapoğlu ve Yabanigül'ün çalışmasında (2018) evlilik doyumuyla yaşam doyumunu arasındaki ilişkide maneviyatın kısmi rol oynadığı bulunmuştur (Kasapoğlu ve Yabanigül, 2018). Rakhshanderou ve Ghaffari'nin (2017), Kılıç'ın (2019) çalışması ile Şirin ve Dursun'un çalışmasında (2021), maneviyat ortalama puanları medeni duruma göre farklılık göstermemiştir.

Çalışmalarda görüldüğü gibi, maneviyat ve evlilik arasındaki ilişki, Kılıç'ın (2019), Şirin ve Dursun'un çalışmasında (2021) ve bizim çalışmada olduğu gibi yalnızca medeni durum üzerinden incelenmemiştir. Evlilik ilişkilerinde maneviyatın nasıl etkili olduğunu anlamak için evlilik ilişkisinden memnuniyet, eşler arasındaki uyum vb. farklı faktörlerinde değerlendirilmesi gerekir. Bu bakımdan bizim çalışmamızın sınırlı çerçevesi maneviyatın etkisini ortaya koymada yetersiz kalmış olabilir.

Bu çalışmada parçalanmış aileye mensup olanların maneviyat skoru en düşük bulunmuş, bunu geniş aile ve en yüksek puan ile çekirdek aile izlemiştir. Yukarıdaki bölümde belirtildiği gibi, maneviyat evlilik yaşamında önemli bir unsurdur. Aile tipi ve maneviyat ilişkisini doğrudan araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bilindiği gibi, tüm dünyada dinin katı kurallarının terk edilmeye başlandığı ve dindarlıktan maneviyata doğru bir evrilme olduğu belirtilmektedir. Günümüzde çoğu ailenin çocuklarını güçlü ahlaki ve manevi değerler ile yetiştirmeye çalıştıkları, bunun çocukların sağlıklı yetişmesinde önemli olduğu vurgulanmaktadır. 2000 yılında yapılan bir çalışmada katılımcılara aileyi güçlendiren temel faktörler sorulmuş; ilk üç sırada aile bağları, sadakat ve gelenekler yer almış, bunu ahlak ve manevi değerler izlemiştir (Gallup ve Lindsay, 2000). Afrika'da yapılan bir çalışmada (Greeff vd., 2007) eşi ölen bireylerin psikolojik dayanıklılığında maneviyatın etkili olduğu bulunmuştur. Çalışma sonucumuz maneviyatın aile bütünlüğünün korunmasını işaret etmesi açısından önemlidir.

Maneviyat ortalama skorları eğitim durumuna göre istatistiksel anlamlı fark göstermekle ( $P<0.001$ ) birlikte, kısmi etki büyüklükleri eğitim düzeyinin maneviyat

üzerindeki etkilerinin pratikte düşük olduğunu ortaya koymuştur (Tablo 4.4). Rakhshanderou ve Ghaffari (2017), bizim çalışma sonucumuza benzer şekilde, eğitim durumunun maneviyatı etkilemediği bulunmuştur.

Mevcut tezde çalışanların maneviyat skorları çalışmayanlardan daha yüksek bulunmuştur. Bilindiği gibi, ruh sağlığı, bireyin kendi yeteneklerinin farkına vardığı, yaşamın normal stresleriyle baş edebildiği, verimli çalışabildiği ve topluma katkıda bulunabildiği iyilik halidir (Schramme, 2023). Bu çalışmada ileriki bölümlerde tartışılacağı gibi maneviyat-yaşamın anlamı, maneviyat-psikolojik iyi oluş ve yaşamın anlamı-psikolojik iyi oluş arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Tablo 4.6). Çalışma bulgularımız ve ilgili literatür bilgisinden hareket ile çalışan bireylerin yaşamlarının daha anlamlı ve amaçlı olduğu, bunun psikolojik iyi oluşu etkileyebileceği, çalışma yaşamının sosyal etkileşimler yoluyla maneviyatı, anlamlı ve yararlı bir yaşam sürme duygusunu artıracaklarını düşünmekteyiz.

Bu çalışmada gelir durumunun maneviyat üzerindeki etkisinin düşük olduğu bulunmuştur (Tablo 4.4). Rodrigues vd. (2017), Masat (2018) ve Kılıç (2019) yaptığı çalışmalarda gelir-ekonomik durum ile maneviyat arasında ilişki saptanmamıştır. Bu karşın Rakhshanderou ve Ghaffari (2017) ekonomik durum ve maneviyat arasında anlamlı ilişki olduğunu belirlemişlerdir.

## **5.2. Maneviyat, Dini Tutum, Psikolojik İyi Oluş ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişkilere İlişkin Elde Edilen Bulguların Tartışılması**

### ***Maneviyat ve Dini Tutum İlişkisi***

Maneviyat son 40 yıla kadar bireyin kutsalla kurduğu ilişki biçimi ile sınırlandırılmış ve daha çok dini inanç ve pratikler ekseninde ele alınmıştır. Bununla birlikte küreselleşme, sekülerleşme ve postmodernizmin etkisi ile batıda dinden uzaklaşmış, kutsalla ilişki farklı bakış açılarından ele alınarak din ve maneviyatın tanımları yeniden yapılmış, çerçevesi yeniden çizilmiştir. Bunun etkisini özellikle ABD kaynaklı alan yazın çalışmalarında dini uygulamalardan uzaklaşarak manevi deneyimlere odaklanması şeklinde görmekteyiz (Zinnbauer ve Pargament, 2013; Yücer, Tül ve Erol, 2019). Emmons (2006) maneviyat ve dini birbirinden ayırmış, maneviyatı; “kendiliğinden ve sonsuz olana aidiyetle ilgili evrensel bir duygu” olarak

tanımlamıştır. Hill vd. (2000), maneviyatın anlamının bireysel, dinin anlamının ise toplumsal olduğunu ileri sürmüştür.

Batı din ve maneviyatı birbirinden ayırmakla birlikte, din ve maneviyat kavramlarının ayrışması ya da birbiri ile örtüşmesi kültüre göre farklılık gösterebilmekte, bazı kültürlerde, maneviyatın ifadesi olarak, kutsal ile bağlantı, dini pratikler ve ritüeller yoluyla kurulmakta, bazı kültürlerde ise dini pratikler dışında uygulamalar tercih edilmekte ve din ve maneviyat tamamen ayrılmaktadır (Hökeliçli, 2010). Buradan hareketle maneviyat ve dinde/dindarlık ortak paydanın kutsal olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada maneviyat ile dini tutum arasında güçlü korelasyon (0.87) bulunmuştur (Tablo 4.6). Yine kendisini dindar olarak tanımlayanların maneviyat ortalama puanları en yüksek olup, bunu inançlılar, “bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum” diyen grup, “dini inancım yok, ancak maneviyatı yüksek biriyim” diyenler ve en düşük ortalama puanla hiçbir dini inancı olmayanlar izlemiştir ( $P<0.001$ ), (Tablo 4.5). Çalışma bulgularımız Türk kültüründe dinin ve dini pratiklerin maneviyat açısından önemini göstermektedir.

Demir Çelebi vd. (2020) yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada maneviyat ve dindarlık eğilimi arasında orta düzeyde ilişki olduğunu bulmuştur. Acar’ın konu ile ilgili araştırmaları derlediği çalışmasında (2014), genel olarak dinin/dindarlığın manevi iyi oluşa katkı verdiği sonucuna ulaşılmıştır. Hem bizim çalışmamız hem de Türk kültüründe yapılan diğer çalışmalarla birlikte değerlendirildiğinde, ülkemizde maneviyatta dinin önemli bir rolü olduğunu söyleyebiliriz.

### ***Maneviyat ve Yaşamın Anlamı Arasındaki İlişki***

Yaşamın anlamı ve yaşamın amacı kavramları çoğunlukla birbirinin yerine ya da birlikte kullanılmışlardır. Frank (2017) yaşamın anlamını yaşam amaçları ile birlikte ele alınması gereken, yaşamda anlam arayışını da içeren, yaşamın sağlıklı ve doğal temel içgüdüleri olan ve doğuştan gelen güç olarak tanımlar. Göka’ya göre (2013), yaşamın amacı bireyin ulaşmak istediği hedef/sonuç iken, yaşamın anlamı yaşamın kendisi, yaşama meselesidir. Wong’a göre (2016) yaşamın anlamı, materyalizm ötesinde, bireyin kendini aşması, daha büyük bir amaca hizmet etmesidir.

Birçok çalışmada yaşamın anlamı ve amacı ile maneviyat arasında ilişki olduğuna vurgu yapılmıştır. Doswell vd. (2003), maneviyatın yaşamın amacı ve anlamını oluşturma ile ilgili olduğunu ve beden ve zihin ilişkisinin bir bütün olarak algılanması ile ilişkili olduğunu ileri sürer. Frank (2017) maneviyatı anlam arama ve anlam yaratmayla ilişkilendirir. Şahin vd. çalışmasında (2017) manevi anlamın maneviyatın dindarlık boyutu ile orta düzeyde ve pozitif ilişkili olduğu gösterilmiştir. Aydın ve Kaya'nın çalışmasında (2021) maneviyat ve yaşamın anlamı arasında ortanın altında pozitif korelasyon bulunmuş ( $r= 0.36$ ), yaşamın anlamına ilişkin toplam varyansın %13.3'ünün maneviyat tarafından açıklandığı bildirilmiştir. Toprak'ın 600 üniversite öğrencisinde yaptığı çalışmada (2018) maneviyatın hem içsel yaşam amacını hem de psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır.

Bu çalışmada maneviyat ve yaşamda anlam bulma arasında orta düzeyde pozitif ilişki ( $r=0.54$ ) bulunmuştur, bununla birlikte maneviyat ve anlam arama arasında ilişki yoktur (Tablo 4.6). Bu bulgumuz, Doswell vd. (2003) ve Frank'ın (2017) maneviyatı yaşamın amaç ve anlamını ile ilişkilendiren ve tanımlayan görüşü ve maneviyat ve yaşamın anlamı arasında ilişki bulan çalışmaların (Sørensen vd., 2015; Bamonti vd., 2016; Şahin vd., 2017) sonuçları ile uyumludur.

### ***Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi***

Maneviyat insanın hayatına anlamlı bir farkındalık katan önemli bir güçtür. Maneviyatın psikolojik iyi oluş için önemi büyüktür; çünkü maneviyat yordadığı içsel yaşam amaçları aracılığıyla psikolojik iyi oluşa katkıda bulunur (Toprak, 2018). Bu bağlamda da maneviyat ve psikolojik iyi oluş ilişkisi yaşamın anlamı ve amacı ile ilişkilidir denilebilir (Atak, 2016).

Benzer şekilde inanç bireyin yaşamdaki zorluklarla başa çıkmasında ve hayatı anlamlandırmasında önemli bir destekleyici mekanizmadır. İbadet etmenin manevi değerler içinde olduğu ve bireyin zor zamanlarında inancına sığınıp güç almasının psikolojik iyi oluşu etkilediği bildirilmektedir. 57 ülkeden yaklaşık 83 000 kişide Dünya Değerler Araştırması kullanarak yapılan çalışmada (Lun ve Bond, 2013) maneviyat ve dindarlık ile iyi oluş arasında yordayıcı ilişkiler bulunmuştur. Yoon vd. (2015) çalışma sonuçlarına göre günlük manevi/dini deneyimler yaşamın anlamı ve

psikolojik iyi oluş ile ilişkilidir. Ülkemizde yapılan bazı çalışmalarda dini inanç (Balcı, 2011) ve yönelimin (Göcen, 2012), yanı sıra ibadetin (Kaya ve Küçük, 2017) yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğu gösterilmiştir. Yaş aralığı 20-35 arasında olan dindar ve dindar olmayan 100 kişide yapılan çalışma sonuçlarına göre maneviyat ve psikolojik iyi oluş ilişkilidir (Saleem, 2017). Holdervd (2010) çocuklarda yaptığı çalışmada dini uygulama yönü olmayan meditasyon yapma, ibadethane ziyareti, dua etme vb. manevi pratiklerin çocukların kişisel hayatını daha anlamlı kılarak mutluluklarını artırdığını bulmuşlardır. Bir başka çalışmada maneviyatın dini katılım yoluyla yaşanıp yaşanmadığı fark etmeksizin psikolojik iyi oluşa katkı verdiği gösterilmiştir (İvtzan vd., 2013). Bulut ve Dilmaç (2018) üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada maneviyatı da içeren değerler ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif ilişki olduğunu, manevi değerler arttıkça psikolojik iyi oluşun arttığını göstermiştir. Tosyalıoğlu'nun üniversite öğrencilerinde yaptığı çalışmada (2021) maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında ilişki bulunmuştur.

Sonuç olarak çalışmalar göstermiştir ki dini yönü olsun ya da olmasın maneviyat ve manevi uygulamalar bireyin içsel yaşam amaçlarını inşa etmesi ve yaşamına anlam katmasını etkileyerek psikolojik iyi oluşu artırmaktadır.

Bu çalışmada literatüre uygun şekilde, maneviyat düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki incelendiğinde pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır. Maneviyat arttıkça bireylerin psikolojik iyi oluşları da artmaktadır (Tablo 4.6).

## ALTINCI BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörlerin incelenmesi amacı ile yapılan bu çalışmada aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Katılımcıların maneviyat, dini tutum, psikolojik iyi oluş ve var olan anlam ortalama puanları yüksek düzeyde, aranan anlam puanı orta düzeydedir.

Maneviyat ortalama puanı kadınlarda erkeklerden; evli olanlarda hiç evlenmemiş, boşanmış, eşi ölmüş veya ayrı yaşayanlardan; ilkokul ve ortaokul düzeyinde eğitimi olanlarda lise ve üniversite düzeyinde eğitimi olanlardan; çalışanlarda çalışmayanlardan daha yüksektir.

Gelir durumu düşük-orta grupta olanların maneviyat puanları orta ve orta-yüksek gruptan daha düşüktür.

Dindar grubun, inançlı, deist, dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grup ve ateist gruptan; inançlı grubun deist, dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grup ile ateist gruptan; deist grubun ateist gruptan, son olarak dini inancı olmayan, ancak maneviyatı yüksek grubun deist ve ateist gruptan maneviyat ortalama puanları daha yüksektir.

Maneviyat ile dini tutum, yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif ilişki mevcuttur.

Bu sonuçlar doğrultusunda önerilerimiz aşağıda özetlenmiştir.

Yaşama anlam katmak ve psikolojik iyi oluşu artırmak amacı ile birey, aile ve toplumun maneviyatını ve dini tutumunu artırıcı eğitim ve uygulamaların yaptırılması yararlı olacaktır.

Özellikle maneviyatın artırılmasına yönelik girişimlerde hedef grup olarak erkeklerin, evli olmayanların, lise ve üniversite düzeyinde eğitimi olanların, çalışmayanların ve gelir durumu düşük-orta grupta olanların alınması önerilmiştir.

Maneviyat ve dini tutum arasında yüksek korelasyon bulunduğundan, dini tutum ve pratiklerin artırılmasına yönelik uygulamaların toplumun genelini kapsayacak şekilde yaygınlaştırılması önerilmiştir.

Maneviyat ve yaşamın anlamı arasında ilişki bulunduğundan yaşamını anlamlı bulmayan, anlam arayan bireylerin maneviyat ile ilgili uygulamalara yönelmeleri yararlı olabilir.

İnsanın biyo-psiko-sosyal ve manevi bir varlık olduğu noktasından hareket ile maneviyatı ve spiritüel iyi oluşu artırıcı eğitim, uygulama vb. girişimlerin hayatın her alanına yaygınlaştırılması önerilmiştir.

## KAYNAKÇA

- Acar, H. (2014). Manevi iyi oluş ile dindarlık arasındaki ilişki üzerine bir değerlendirme. *C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18 (2), 391-412.
- Adler, A. (2016). Yaşamın anlam ve amacı. (Çev: Kamuran Şipal). Ankara: Say Yayınları.
- Aksoy, M. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin maneviyat ve manevi bakımı algılayışı. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Erzurum Atatürk Üniversitesi.
- Akbaş, A. (2014). Sosyal Çalışmada Çağdaş Eleştirel Perspektifler. Ankara: Sabev Yayınları.
- Aristoteles. (1997). Nikomakhos'a Etik. Ankara: Ayraç Yayınevi.
- Atak, M. (2016). Maneviyat Psikolojisi. İstanbul: Elit Kültür Yayınları.
- Aydın, M. (2019). Genç yetişkinlerde mutluluğun maneviyat ve kanaat açısından incelenmesi. *The Journal of Social Science*, 3(6), 439-448.
- Aydın, C. & Kaya, M. (2021). Maneviyat ve öznel iyi oluş değişkenlerinin hayatın anlamını yordaması. *Amasya İlahiyat Dergisi-Amasya Theology Journal* 17, 41-77.
- Ayten, A., & Özkan, A. (2020). Hastanelerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı.
- Baldacchino, D. & Draper, P. (2001). Spiritual coping strategies: Are view of the nursing research literature. *Journal of Advanced Nursing*, 34 (6), 833- 841.
- Bamonti, P., Lombardi, S., Duberstein, P. R., King, D. A., & Van Orden, K. A. (2016). Spirituality attenuates the association between depression symptom severity and meaning in life. *Aging & Mental Health*, 20(5), 494-499. <https://doi.org/10.1080/13607863.2015.1021752>
- Bash A. (2004). Spirituality: The emperor's new clothes?. *Journal of Clinical Nursing*, 13(1), 11-16. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2702.2003.00838.x>
- Basic documents: forty-ninth edition (including amendments adopted up to 31 May 2019). Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://www.who.int/about/accountability/governance/constitution>

- Baş, V. & Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Batan, N. (2016). Yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve dini başa çıkmanın yaşam doyumuna etkileri. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul Marmara Üniversitesi.
- Bedel, G. (2009). The validity and reliability study of the Turkish version of the Spirituality Scale. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Bilgi Üniversitesi.
- Bostancı Daştan, N., & Buzlu, S. (2010). Meme kanseri hastalarında maneviyatın etkileri ve manevi bakım. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3(1), 73-77.
- Bulut, S. & Dilmaç, B. (2018). Üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler psikolojik iyi oluş ve mutluluk düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Opus International Journal of Society Researches*, 9(16), 349-374. DOI: 10.26466/opus.472450
- Burns, R. (2016). Psychosocial well-being. N. A. Pachana (Ed.), *Encyclopedia of geropsychology içinde* (s. 1-8). Singapore: SpringerScience.
- Certel, H. (2011). *Din Psikolojisi*. Isparta: Tuğra Ofset.
- Coşkun, H. (Ed.) (2012). *Sosyal Psikoloji*. İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Coyle, A. (2008). Qualitative methods and ‘the (partly) ineffable’ in psychological research on religion and spirituality. *Qualitative Research in Psychology*, 5(1), 56-67.
- Çetinkaya, B., Altundağ, S., & Azak, A. (2007). Spiritüel bakım ve hemşirelik. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(1): 47-50.
- Çınar, F., & Eti Aslan, F. (2017). Spiritüalizm ve hemşirelik: Yoğun bakım hastalarında spiritüel bakımın önemi. *Jaren Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 3(1), 37-42.
- Deci, E. L. & R. M. Ryan. (2008). Hedonia, eudaimonia and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*. 9, 1-11.

- Delgada, C. (2005). A discussion of the concept of spirituality. *Nursing Science Quarterly*, 18(2), 157-162.
- Demir Çelebi, Ç., Ekşi, H., & Musa H. (2020). Yabancı uyruklu öğrencilerin dindarlık eğilimi ile spiritüel iyi oluş seviyeleri arasındaki ilişkide maneviyatın aracı rolünün incelemesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 13(79), 31-40.
- Demirci Seyrek, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinde kabul ve kararlılık terapisine dayalı psikoeğitim programının yaşamın anlamı düzeyine etkisi. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Samsun On Dokuz Mayıs Üniversitesi.
- Demirdağ, S., & Kalafat, S. (2015). Yaşamın Anlamı Ölçeği (YAÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(2), 83-95. DOI: 10.17679/iuefd.16250801
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Social Indicators Research Series*, 39, 67-100.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New Well-Being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
- Doswell, W. M., Kouyate, M. & Taylor, J. (2003). The role of spirituality in preventing early sexual behavior. *American Journal of Health Studies*, 18(4), 195-202.
- Düzgüner, S. (2013). Maneviyat algısı ve diğerkâmlıkla ilişkisi (Kan bağıışı örneğinde Türkiye ve Amerika karşılaştırmalı nitel bir araştırma). [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Ekşi, H., Kaya, Ç., & Çiftçi, M. (2016). Maneviyat ve Psikolojik Danışma. İçinde: H. Ekşi, Ç. Kaya (Eds.), İçinde: Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma, İstanbul: Kaknüs, s.13-28.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-005>

- Emmons, R. A. (2006). Spirituality: Recent progress. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 62–81). Oxford University Press.
- Ergeshov, E. (2011). Kırgız Türklerinin kültüründe müzikterapi uygulamaları ve maneviyat ilişkisi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Ergül, Ş., & Temel, A. B. (2007). Maneviyat ve Manevi Bakım Dereceleme Ölçeği'nin Türkçe Formu'nun geçerlilik ve güvenilirliği. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 23(1), 75-87.
- Erişen, M., & Karaca Sivrikaya, S. (2017). Manevi bakım ve hemşirelik. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 184-190.
- Faiver, C. M. & O'Brien, E. M. (2004). Spirituality and counseling. *American Journal of Pastoral Counseling*, 7(4), 25-49.
- Fragar, R. (2018). Kalp, Nefs ve Ruh, çev. İbrahim Kapaklıkaya, 1.b, İstanbul: Sûfi Kitap, s.34-37.
- Frankl, V. E. (2017). İnsanın Anlam Arayışı (Çev. S. Budak). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Frame, M. W. (2003). *Integrating Religion and Spirituality Into Counseling: A Comprehensive Approach*. Thomson/Brooks-Cole
- Freud, S. (2011). Bir Yanılsamanın Geleceği, çev. Aziz Yardımlı, 2.b., İstanbul: İdea Yayınları. s.37,43.
- Gallup, G. H., Jr., & Lindsay, D. M. (2000). *Surveying the religious land scape: Trends in U.S. beliefs*. Harrisburg, PA: Morehouse
- Greeff, A. P., & Joubert, A. M. (2007). Spirituality and resilience in families in which a parent has died. *Psychological Reports*, 100 (3 Pt 1), 897–900. <https://doi.org/10.2466/pr0.100.3.897-900>
- Göcen, G. (2012). Şükür ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişki üzerine bir alan araştırması. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Göka, E (2013). *Hayatın Anlamı Var mı?* İstanbul: Timaş Yayınları

- Hamer, D. (2005). *The god gene: How Faith Is Hard wired Into Genes*. New York: Anchor Books.
- Hill, P.C., Pargament, K. I., JrHood, R. W., Mc Cullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B. & Zinnbauer, B. J. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *The Journal for the Theory of Social Behavior*, 30(1), 51-77.
- Hodges, S. (2002). Mental health, depression, and dimensions of spirituality and religion. *Journal of Adult Development*, 9(2), 109–115. <https://doi.org/10.1023/A:1015733329006>
- Holder, M. D., Coleman, B. & Wallace, J. M. (2010). Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years. *Journal of Happiness Studies*, 11(2), 131-150.
- Horozcu, Ü. (2010). Tecrübî araştırmalar ışığında dindarlık ve maneviyat ile ruhsal ve bedensel sağlık arasındaki ilişki. *Milel ve Nihal Dergisi*, 7(1): 209- 240.
- Hökelikli, H. (2010). *Din Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkez Yayınları.
- Hutchison, M. G. (1997). *Healing the whole person: The spiritual dimension*. Learn Well Institute, Inc, a California nonprofit public benefit Corporation. [https://members.tripod.com/~Marg\\_Hutchison/nurse-4.html](https://members.tripod.com/~Marg_Hutchison/nurse-4.html). Erişim tarihi: 03/04/2024.
- Ivtzan, I., Chan, C. P., Gardner, H. E. & Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological well-being: Examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *Journal of Religion and Health*, 52(3), 915-929.
- İlhan, T. (2009). Üniversite öğrencilerinin benlik uyum modeli: Yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Gazi Üniversitesi.
- İnceoğlu, M. (2011). *Tutum, Algı, İletişim*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Jahan, M. & Khan, S. (2014). Psychological well-being: Spirituality and successful aging. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(7), 68-71.

- James, W. (1901). The Varieties of religious experience. A study in human nature. [https://csrs.nd.edu/assets/59930/williams\\_1902.pdf](https://csrs.nd.edu/assets/59930/williams_1902.pdf). Erişim Tarihi: 23/03/2024.
- Karimi, R., Bakhtiyari, M., & Masjedi Arani, A. (2019). Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: A systematic review. *Epidemiology and Health*, 41, e2019023. <https://doi.org/10.4178/epih.e2019023>
- Kasapoğlu, F. (2019). Psikolojik danışmanların danışma sürecinde manevi konulara ilişkin tutumlarının manevi yönelimleri ve etkili danışman nitelikleri açısından incelenmesi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Malatya İnönü Üniversitesi.
- Kasapoğlu, F., & Yabanigül, A. (2018). Marital satisfaction and life satisfaction: The mediating effect of spirituality. *Spiritual Psychology and Counseling*, 3(2), 177-195.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1997). İnsan ve İnsanlar. İstanbul: Beta Basım.
- Kalaycı, A. (2019). Maneviyat ve ödomanik iyi oluş arasındaki ilişkide bilgeliğin aracılık rolü. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Karacoşkun, M. D. (2013). Din Psikolojisi El Kitabı (2. baskı). Ankara: Grafiker Yayınları.
- Kasapoğlu, F. (2019). Psikolojik danışmanların danışma sürecinde manevi konulara ilişkin tutumlarının manevi yönelimleri ve etkili danışman nitelikleri açısından incelenmesi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Malatya İnönü Üniversitesi.
- Katsogianni, I. V., & Klettaras, G. (2015). Spirituality, meaning in life, and depressive symptomatology in drug addiction. *International Journal of Religion & Spirituality in Society*, 5(2), 11-24.
- Kaya, M. (1998). Din Eğitiminde İletişim ve Dinî Tutum. Samsun: Etüt Yayınları.
- Kaya, M., & Küçük, N. (2017). İbadetler ile hayatın anlamı ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (42), 17-43.

- Kerimov, E. (2020). Üniversite öğrencilerinde dini tutum ve yaşam doyumunun mutluluk üzerindeki rolü (Azerbaycan örneği). [Yayınlanmamış Doktora Lisans Tezi]. Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Kermen, U., İlçin Tosun, N., & Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022.
- Kılıç, F. (2019). Çocuk evlerinde çalışan bakım elemanlarında psikolojik sermaye algısı, iş doyumu ve maneviyat arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Koltko-Rivera, M. E. (2006). Rediscovering the later version of maslow's hierarchy of needs: Self-transcendence and opportunities for theory, research, and unification. *Review of General Psychology*, 10(4), 302–317. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.10.4.30>
- Kostak, M. (2007). Hemşirelik bakımının spiritüel boyutu. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 6, 105-115.
- Kublay, D. & Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- Kushner, H. S. (1989). Who needs God? New York: Summit Books. p.206
- la Cour, P., & Hvidt, N. C. (2010). Research on meaning-making and health in secular society: Secular, spiritual and religious existential orientations. *Social Science & Medicine* (1982), 71(7), 1292–1299. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.06.024>
- Lun, V. M.-C., & Bond, M. H. (2013). Examining the relation of religion and spirituality to subjective well-being across national cultures. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 304–315. <https://doi.org/10.1037/a0033641>

- Masat, S. (2018). Onkoloji hastalarında psikososyal sorunlar ile manevi yönelim ve dini başa çıkma tarzları arasındaki ilişki. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- McKernan, M. (2005). Exploring the spiritual dimension of social work. *Critical Social Work*, 6(2). <https://doi.org/10.22329/csw.v6i2.5670>
- Mehmedoğlu, A. U. (2013). C. G. Jung'un Tanrı anlayışı. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7(14), 15-26.
- Miller, W. R., & Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion, and health. An emerging research field. *The American psychologist*, 58(1), 24–35. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.58.1.24>
- Moestrup, L., & Hvidt, N. C. (2016). Where is God in my dying? A qualitative investigation of faith reflections among hospice patients in a secularized society. *Death Studies*, 40(10), 618–629. <https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1200160>
- Mukaka M. M. (2012). Statistics corner: A guide to appropriate use of correlation coefficient in medical research. *Malawi Medical Journal*, 24(3), 69–71.
- Neal, J., & Harpham, A. (2012). Spirit of project management. Book Review. *Journal of Spirituality Leadership and Management*, 6(1), 74-75. DOI:10.15183/slm2012.06.1118
- Nelson, J.A., Kirk, A.M., Ane, P. & Serres, S.A. (2011). Religious and spiritual values and moral commitment in marriage: Untapped sources in couples counseling? *Counseling and Values*, 55(2), 228-246.
- Nelson, J.M. (2009). Introduction to Psychology, Religion, and Spirituality. In: Nelson, J.M. (eds) Psychology, Religion, and Spirituality. Springer, New York, NY. [https://doi.org/10.1007/978-0-387-87573-6\\_1](https://doi.org/10.1007/978-0-387-87573-6_1)
- Ok, Ü. (2011). Dini Tutum Ölçeği: Ölçek geliştirme ve geçerlik çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 528-549.
- Özdoğan, Ö. (2007). İsimsiz hayatlar. Ankara: Lotus.
- Özdoğan, Ö. (2009). Aşkın Yanımız Maneviyat. Ankara: Özdenöze Yayınları.

- Pargament, K. I., Exline, J. J., Jones, J. W., Mahoney, A., & Edward P. Shafranske, E. P. (Eds.). (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion and Spirituality* (1st edition). American Psychological Association.
- Pargament, K. I. & Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and conserving the sacred. C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of positive psychology* içinde (s. 646–659). New York, NY, US: Oxford University Press.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford.
- Pazarlı, O. (1987). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Peker, H. (2019). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Pew Research Center. (2012). ‘‘Nones’’ on the rise: One-in-five adults have no religious affiliation. *The Pew Forum on Religion and Public Life*, Washington.
- Puchalski, C., Ferrell, B., Virani, R., Otis-Green, S., Baird, P., Bull, J., Chochinov, H., Handzo, G., Nelson-Becker, H., Prince-Paul, M., Pugliese, K., & Sulmasy, D. (2009). Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: The report of the Consensus Conference. *Journal of Palliative Medicine*, 12(10), 885–904. <https://doi.org/10.1089/jpm.2009.0142>
- Rakhshanderou, S., & Ghaffari, M. (2017). The relationship between spirituality and demographic factors among students living in dormitory of Shahid Beheshti University of Medical Sciences. *Journal of Research on Religion & Health*, 3(4),78-88.
- Reker, G.T., Peacock, E.J. & Wong, P.T.P. (1987). Meaning and purpose in life and wellbeing: a life-span perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44-49.
- Rodrigues, L. R., Nader, I. D., Melo e Silva, A. T., Tavares, D. M. S., Assunção, L. M. & Molina, N. P. F. M. (2017). Spirituality and religiosity related to sociodemographic data of the elderly population. *Rev Rene*, 18(4), 429-36.
- Ryan, R. M., & E. L. Deci. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). Forging macro-micro link ages in the study of psychological well-being. In C. D. Ryff, V. W. Marshall (Eds.), *The Self and Society in Aging Processes* (pp. 247–278). New York: Springer.
- Ryff, C. D. (2021). Spirituality and well-Being: Theory, science, and the nature connection. *Religions*, 12(11), 914. <https://doi.org/10.3390/rel12110914>
- Sakallı, N. (2001). *Sosyal Etkiler / Kim Kimi Nasıl Etkiler?* Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Saleem, R. (2017). Spirituality in relation to quality of life and psychological well-being among religious and non-religious persons. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(3), 420-424.
- Sayar, K. (2014, Mayıs). *Psikiyatri & Kutsal. I. Ulusal Maneviyat Psikolojisi Sempozyumu Bildiriler Kitabı*. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Schramme, T. (2023). Health as complete well-being: The WHO definition and beyond. *Public Health Ethics*, phad017, <https://doi.org/10.1093/phe/phad017>. Erişim Tarihi: 24/01/2024.
- Seligman, M. E. P. (2011). Gerçek Mutluluk: Kalıcı doyuma ulaşma potansiyelini gerçekleştirmek için yeni olumlu psikolojinin kullanılması. (S. Kunt Akbaş, Çev.). Ankara: Hyb Yayınları.
- Sezer, S. (2012). Yaşamın anlamı konusunda kuramsal ve psikometrik çalışmalar açısından bir bakış. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45(1), 209-227. [https://doi.org/10.1501/Egifak\\_0000001242](https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001242)

- Sheafor, B. W., & Horejsi, C. J. (2014). Sosyal Hizmet Uygulaması: Temel Teknikler ve İlkeler (3. Baskı). (Çev. Baran Çiftçi, D). Ankara: Nika Yayınları.
- Sørensen, T., Lien, L., Landheim, A., & Danbolt, L. J. (2015). Meaning-making, religiousness and spirituality in religiously founded substance misuse services—A qualitative study of staff and patients' experiences. *Religions*, 6(1), 92-106.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Stearns, M., Nadorff, D. K., Lantz, E. D., & McKay, I. T. (2018). Religiosity and depressive symptoms in older adults compared to younger adults: Moderation by age. *Journal of Affective Disorders*, 238, 522–525. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.05.076>.
- Summermatter, A. & Kaya, Ç. (2017). An overview of spiritually oriented cognitive behavioral therapy. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(1), 31-53.
- Şahin, R., Sarıkaya, Y. & Baloğlu, M. (2017). Manevi anlam ile maneviyat ilişkisinin incelenmesi. *Turkish Studies*, 12(28), 681-702. [https://www.researchgate.net/publication/326517897\\_Manevi\\_Anlam\\_ile\\_Maneviyat\\_Iliskisinin\\_Incelenmesi](https://www.researchgate.net/publication/326517897_Manevi_Anlam_ile_Maneviyat_Iliskisinin_Incelenmesi)
- Şentürk, H. (2010). İslami Hayatın Psikolojik Temelleri. İstanbul: İz Yayınları.
- Şentürk, H. (2008). İbadet Psikolojisi. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Şerif, M. & Şerif, C. W. (1996). Sosyal Psikolojiye Giriş. İstanbul: Sosyal Yayınlar.
- Şirin, T. (2018). Maneviyat Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Studies*, 13(18), 1283-1309.
- Şirin, T., & Dursun, N. (2021). Evli ve bekâr bireylerde yaşamın anlamı ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 25(85), 469-482.

- Tagay, Ö., Voltan-Acar, N. & Nalbant, A. (2016). Logoterapide kullanılan kavramların ve tekniklerin Türk kültüründe uygulanabilirliği. *Ege Eğitim Dergisi*, 17 (1), 105-126. Doi: 10.12984/Eed.53493
- Tekarslan, E. (1989). Sosyal Psikoloji. İstanbul: Filiz Kitabevi.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Tokur, B. (2017). Stres ve Din. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Toprak, Y. (2018). Maneviyat, yaşam amaçları ve iyi oluş arasındaki ilişki. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Tosyalıoğlu, M.B. (2021). Üniversite öğrencilerinde maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Tuncay, T. (2007). Kronik hastalıklarla baş etmede tinsellik. *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 17(2), 13-20.
- Türk Dil Kurumu Güncel Türkçe Sözlük. (2021). <https://sozluk.gov.tr/>. Erişim Tarihi: 15/04/2024.
- Uysal, V. (1996), Din Psikolojisi Açısından Dinî Tutum Davranış ve Şahsiyet Özellikleri. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları.
- Webb, J. R., Toussaint, L., & Dula, C. S. (2014). Ritualistic, theistic, and existential spirituality: initial psychometric qualities of the RiTE measure of spirituality. *Journal of Religion and Health*, 53(4), 972–985. <https://doi.org/10.1007/s10943-013-9697-y>
- Weber, S. R., Pargament, K. I., Kunik, M. E., Lomax, J. W., 2nd, & Stanley, M. A. (2012). Psychological distress among religious nonbelievers: A systematic review. *Journal of Religion and Health*, 51(1), 72–86. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-9541-1>

- White, M. L., Peters, R., & Schim, S. M. (2011). Spirituality and spiritual self-care: Expanding self-care deficit nursing theory. *Nursing Science Quarterly*, 24(1), 48–56. <https://doi.org/10.1177/0894318410389059>
- Wong, P. T. (2016). Meaning-seeking, self-transcendence, and well-being. In *Logo therapy and existential analysis*(s. 311-322). Springer International Publishing.
- Yalom, I. (2001). Varoluşçu psikoterapi. (Çev. Z. İyidoğan-Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yavuz, K. (1987). Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi. Ankara: DİB Yayınları.
- Yoon, E., Chang, C. C. T., Clawson, A., Knoll, M., Aydin, F., Barsigian, L., & Hughes, K. (2015). Religiousness, spirituality, and eudaimonic and hedonic well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 28(2), 132-149.
- Yücer, H. M., Tül, H. & Erol, K. (2019). Maneviyat psikolojisi. *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 83-88.
- Yüksel, R. (2012). Genç yetişkinler de yaşamın anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2), 69-83.
- Zenevicz, L, Madureira V. S. &Moriguchi, Y. (2013). The religiosity in the process of living gettin gold. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 47(2), 433-439. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342013000200023>
- Zinnbauer, B.J. & Pargament, K.I. (2013). Dindarlık ve Maneviyat. (Çev. Düzgüner, S.). R. F. Paloutzian, & L.C Park (Eds). Din ve Maneviyat Psikolojisi Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları içinde (s. 61-103). Çeviri Editörleri: İ, Çapçioğlu, & A, Ayten. Ankara: Phoenix Yayınları.

## EKLER

### Ek 1. Genel Bilgi Formu

*Değerli Katılımcılar*

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez çalışması olarak “Erişkin bireylerde maneviyat ve maneviyat ile ilişkili faktörler” isimli araştırma yapmaktayım. Araştırmanın gerçekleştirilmesi ve sonuçlara ulaşılabilmesi için sizlerin verilerine ihtiyaç duymaktayım. Elde edilen verilerden ve sonuçlardan yalnızca araştırma amaçlı yararlanılacak olup bireysel değerlendirme yapılmayacaktır. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına bağlıdır. Katkı ve iş birliğiniz için şimdiden teşekkür ederim.

Ayşe ASRİ

Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum

1. Yaşınız:

2. Cinsiyet

Kadın  Erkek

3. Medeni Durum

Evli  Hiç evlenmemiş  Boşanmış, eşi ölmüş, ayrı yaşıyor

4. Eğitim durumu

İlkokul  Ortaokul  Lise  Üniversite

5. Aile tipi

Çekirdek aile  Geniş aile  Parçalanmış aile

6. Çalışma Durumu

Çalışıyor  Çalışmıyor

7. Gelir düzeyi

Düşük  Düşük-orta  Orta- yüksek  Yüksek

8. Yaşadığı yer

İl  İlçe  Köy

1. Manevi ve dini inancınızı nasıl tanımlarsınız?

- Dindarım ve dinin gereklerini yerine getiriyorum
- Dindarım, ancak dinin gereklerini yeterince yerine getiremiyorum
- Bir yaratan olduğuna inanıyorum, ancak kendimi hiçbir dine ait hissetmiyorum
- Dini inancım yok, ancak maneviyatı yüksek biriyim
- Hiçbir dini inancım yok

2. Aşağıdaki listeden manevi olarak sizi rahatlatan etkinlikleri işaretleyiniz (birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

- Tesbih çekmek
- Dini müzik (İlahi vb.) dinlemek
- Dua okumak
- Kur'an okumak
- Dini yerleri (Cami, türbe vb.) ziyaret etmek
- Meditasyon yapmak
- Yoga yapmak
- Doğada olmak (Doğada yürüyüş yapmak vb.)
- Diğer (Lütfen açıklayınız)

## Ek 2. Maneviyat Ölçeği

Aşağıdaki ifadeler maneviyatınız ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak size uygun yanıtı (X) işareti koyarak belirtiniz.

	(1) Bana Hiç Uygun Değil	(2) Bana Uygun Değil	(3) Bana Biraz Uygun	(4) Bana Oldukça Uygun	(5) Bana Tamamen Uygun
1. Allah'ın beni sevdiğini hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Bir sorunla karşılaştığımda dua ederim.	( )	( )	( )	( )	( )
3. Dini etkinliklere katılırım.	( )	( )	( )	( )	( )
4. Dua ettiğimde Allah'a kendimi yakın hissederim.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Enerjisine inandığım şeyleri (nazar boncuğu, cevşen vb.) üzerimde taşıırım.	( )	( )	( )	( )	( )
6. Hayata dair bir hoşnutluk duygusu hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
7. Hayata gelmemin bir amacı olduğuna inanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
8. Hayatımda büyük bir boşluk varmış gibi hissediyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
9. Maneviyatım bana güç verir.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Yediğim şeylerin enerjisinin beni etkilediğine inanıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
11. Hayatımı manevi kabullerime (inançlarıma) göre yaşarım.	( )	( )	( )	( )	( )
12. Maneviyat stresli durumlarla başa çıkmamı sağlar.	( )	( )	( )	( )	( )

13. Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim.	( )	( )	( )	( )	( )
14. Hayatta hiçbir şey sebepsiz olmaz.	( )	( )	( )	( )	( )
15. Hayatta iyilikle kötülüğün bir savaşı var.	( )	( )	( )	( )	( )
16. Her canlının taşıdığı bir enerji vardır.	( )	( )	( )	( )	( )
17. Her insan hayatının anlamını bulmaya çalışmalıdır.	( )	( )	( )	( )	( )
18. İlâhî bir gücün beni koruduğunu hissederim.	( )	( )	( )	( )	( )
19. Kâinatta, aşkın (ilâhî) bir varlığın olduğuna inanıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
20. Maneviyat hayatın anlamıyla ilişkilidir.	( )	( )	( )	( )	( )
21. Maneviyata önem veririm.	( )	( )	( )	( )	( )
22. Kâinatta her şeyin bir bütünün parçası gibi birbirine bağlı olduğuna inanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
23. Maneviyatım davranışlarım üzerinde etkilidir.	( )	( )	( )	( )	( )
24. Maneviyatımı güçlendirmek için bazı manevi egzersizler (zikir, meditasyon, dua vb.) yaparım.	( )	( )	( )	( )	( )
25. Maneviyatla ilgili bir eğitim olduğuna görürsem katılmaya çalışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
26. Olduğum kişi olmaktan mutlu değilim.	( )	( )	( )	( )	( )
27. Maneviyat konusunda eğitim almak gerektiğine inanıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )

### Ek 3. Yaşamın Anlamı Ölçeği

Aşağıdaki ifadeler **yaşamın anlamı** ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak cevaba ilişkin rakamı parantez içine yazarak işaretleyiniz.

- (1) Kesinlikle doğru değil (2) Çoğunlukla doğru değil (3) Kısmen doğru değil  
(4) Kararsızım (5) Kısmen doğru (6) Çoğunlukla doğru (7) Kesinlikle doğru

1. Yaşamımın (hayatta olmamın) anlamını anlıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
2. Hayatımı anlamlı kılacak bir şey arıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
3. Sürekli hayatımın amacını bulmaya çalışıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
4. Yaşamımın (hayatımın) net bir amacı var							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
5. Yaşamımı (hayatımı) neyin anlamlı kıldığına dair iyi bir fikrim var.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
6. Beni tatmin edecek bir yaşam amacı keşfettim (buldum).							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
7. Her zaman hayatımı önemli hissettirecek bir şey arıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
8. Hayatta olmamın, yaşamamın amacının ne olduğunu arıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
9. Yaşamımın (hayatımın) net bir amacı yoktur.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
10. Hayatın anlamını arıyorum.							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

#### Ek 4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Aşağıdaki ifadeler **psikolojik iyi oluş** ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak size uygun yanıtı işaretleyiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum (1)	Katılmıyorum (2)	Biraz katılıyorum (3)	Kararsızım (4)	Biraz katılıyorum (5)	Katılıyorum (6)	Kesinlikle katılıyorum (7)
1. Amaçlı ve anlamlı bir hayat sürdürüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
2. Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
3. Günlük aktivitelerimle bağlı ve ilgiliyim.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
4. Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
5. Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
6. Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
7. Geleceğim hakkında iyimserim.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
8. İnsanlar bana saygı duyar.	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

### Ek 5. Ok-Dini Tutum Ölçeği-Kısa Versiyon

Aşağıdaki ifadeler **dini tutumunuz** ile ilgilidir. Her bir ifadeyi dikkatle okuyarak size uygun yanıtı işaretleyiniz.

	Kesinlikle katılmıyorum (1)	Biraz katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Çoğunlukla Katılıyorum (4)	Kesinlikle katılıyorum (5)
1. Ezan, dua veya ayet gibi dini okumaları dinlediğimde duygulanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
2. Zor zamanlarda Allah'ın bana yardım ettiğini düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
3. Dini inancın insanlara yararından çok zararı olduğunu düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )	( )
4. Yaşantımın dini değerlere uygun olup olmadığına dikkat ederim.	( )	( )	( )	( )	( )

## Ek 6. Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 27.05.2021-E.7127



T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı :E-20292139-050.01.04-7127  
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Ayşe KILIÇ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

"Erişkin Bireylerde Maneviyat ve Maneviyat ile İlişkili Faktörler" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 30.04.2021 tarihli ve 2021/04 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU  
Kurul Başkanı

Ek:3-Ayşe Kılıç Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Mevcut Elektronik İmzalar

NASUH USLU (Etik Kurulu Başkanlığı - Kurul Başkanı) 27.05.2021 15:57

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu :\*BSPHKRFM5\* Pin Kodu :06512  
Adres:Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul  
Telefon:444 97 98 Faks:+90 (212) 693 82 29  
e-Posta: bilgi@izu.edu.tr Web: www.izu.edu.tr  
Kep Adresi: izu@h01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://ebys.izu.edu.tr/en/Vision/Dogrula/0N3>

Bilgi için: Zeynep Funda TEZ  
Urvan: Yeminli Katip  
Tel No: 2126929606



## Ek 7. Maneviyat Ölçeği Kullanım İzni

----- Forwarded message -----

Gönderen: **Turgay Şirin** <[turgaysirin@gmail.com](mailto:turgaysirin@gmail.com)>

Date: 20 Ara 2023 Çar 22:23

Subject: Re: Ölçek kullanım izni hk

To: Rukiye PINAR BÖLÜKTAŞ <[rukiye.boluktas@izu.edu.tr](mailto:rukiye.boluktas@izu.edu.tr)>

Rukiye hocam öğrencinizle birlikte yaptığınız yüksek lisans çalışmasında Maneviyat Ölçeğini kullanabilirsiniz. Ekte ölçek yönergesi ve makalesini yolluyorum. Bu belgede ölçek kullanımında dikkat etmeniz gereken hususlarla ilgili bilgiler bulunuyor. Bunun dışında ölçek kullanımında dikkat edilmesinde fayda olan bazı önemli hususları hatırlatmakta fayda görüyorum.

Birincisi ölçekte ters maddeler bulunuyor. Bu maddelerin, ölçek yorumlanmadan önce ters çevrilerek kodlanması gerektiğini unutmayınız. Yönergede alt ölçekler ve toplam puan avarajları ve puanların nasıl yorumlandığı bilgisi bulunuyor. Bunlar da sizin için yorumlamada ve ölçeğin kullanımında önemli olacaktır.

Diğer bir husus ise ölçeğin maddelerine müdahale edilmemesi gerektiğidir. Hiçbir gerekçe ile ölçek maddeleri değiştirilemez, çıkarılamaz, müdahale edilemez.

Son olarak çalışmanız tamamlandığında çalışmanızın bir nüshasını benimle elektronik veya basılı şekilde benimle paylaşmanızı talep ediyorum. Ölçeği çalışmanızda kullandığınızda bu şartları ve uyarıları kabul ettiğinizi anlamış olacağım.

Bu vesile ile çalışmalarınızda kolaylıklar ve başarılar diliyorum.

Selamlarımla.

Doç. Dr. Turgay ŞİRİN

## Ek 8. Ok-Dini Tutum Ölçeği-Kısa Versiyon Kullanım İzni

Fwd: Ölçek kullanım izni Gelen Kutusu x



**Rukiye Pinar**

Alıcı: ben ▾

20 Ara Çar 16:09 (17 saat önce)



----- Forwarded message -----

Gönderen: **Üzeyir Ok** <[uzeyirok2002@yahoo.co.uk](mailto:uzeyirok2002@yahoo.co.uk)>

Date: 20 Ara 2023 Çar, 11:36

Subject: Re: Ölçek kullanım izni

To: Rukiye Pinar <[rukiyepinar@gmail.com](mailto:rukiyepinar@gmail.com)>

Merhaba hocam,

PDR öğrenciniz Ayşe Asri Kılıç dini tutum ölçeğini kullanabilir.

Kolaylıklar dilerim

Prof. Dr. Üzeyir Ok

BAIBU Eğitim Fakültesi Dekanı

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi

14030 Gököy BOLU

Tel: +90 536 730 9869

On Wednesday, 20 December 2023 at 10:20:50 GMT+3, Rukiye Pinar <[rukiyepinar@gmail.com](mailto:rukiyepinar@gmail.com)> wrote:

Sayın Hocam

Danışmanlığımı yaptığım Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı öğrencisi Ayşe Asri Kılıç "Erişkin Bireylerde Maneviyat ve Maneviyat ile İlişkili Faktörler" isimli yüksek lisans tezini tamamlamıştır. Etik Kurul başvurusunu yapmadan önce sizin geliştirdiğiniz "Dini Tutum Ölçeği" için kullanım iznini aldığımı ifade etmiş idi. Ancak halihazırda deprem bölgesinde manevi hizmet vermek üzere görevli olan öğrenci izin yazısını bulamadığımı belirtmektedir. Tekrar izin yazısı yazabilerseniz çok makbule geçecek. Katkı ve işbirliğiniz için şimdiden teşekkür ederim.

Saygı ve iyi dileklerle

Prof. Dr. Rukiye Pinar Bölüktaş

## Ek 9. Yaşamın Anlamı Ölçeği Kullanım İzni

Fwd: Ölçek kullanım izni Gelen Kutusu x



**Rukiye Pinar**  
Alıcı: ben ▾

20 Ara Çar 16:10 (17 saat önce) ☆ 😊 ↶ ⋮

----- Forwarded message -----

Gönderen: **Seyithan Demirdag** <seyithandemirdag@gmail.com>  
Date: 20 Ara 2023 Çar, 11:41  
Subject: Re: Ölçek kullanım izni  
To: Rukiye Pinar <rukiyepinar@gmail.com>

Merhaba Hocam,

Ölçeği kullanabilirsiniz.  
İlgili dosyalar ektedir.

İyi çalışmalar,

Rukiye Pinar <rukiyepinar@gmail.com>, 20 Ara 2023 Çar, 10:14 tarihinde şunu yazdı:

Sayın Hocam

Danışmanlığımı yaptığım Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı öğrencisi Ayşe Asrı Kılıç "Erişkin Bireylerde Maneviyat ve Maneviyat ile İlişkili Faktörler" isimli yüksek lisans tezini tamamlamıştır. Etik Kurul başvurusunu yapmadan önce öğrenci Kalafat ile birlikte güvenilirlik geçerliğini yaptığınız "Yaşamın Anlamı" için kullanım iznini aldığını ifade etmiş idi. Ancak halihazırda deprem bölgesinde manevi hizmet vermek üzere görevli olan öğrenci izin yazısını bulamadığını belirtmektedir. Tekrar izin yazısı yazabilirseniz çok makbule geçecek. Katkı ve işbirliğiniz için şimdiden teşekkür ederim.

Saygı ve iyi dileklerle

Prof. Dr. Rukiye Pinar Bölüktaş

2 ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



## Ek 10. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni

Fwd: Ölçek kullanım izni Gelen Kutusu x



**Rukiye Pinar**  
Alıcı: ben ▾

20 Ara Çar 16:10 (17 saat önce) ☆ 😊 ↶ ⋮

----- Forwarded message -----

Gönderen: **Bulent Baki Telef** <bakitelef@gmail.com>

Date: 20 Ara 2023 Çar, 10:06

Subject: Re: Ölçek kullanım izni

To: Rukiye Pinar <rukiyepinar@gmail.com>

Merhabalar,

Ekte ölçeği, geçerlik ve güvenilirliğini gönderiyorum. Araştırmanızda kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

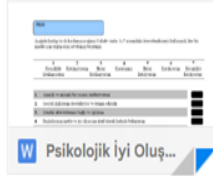
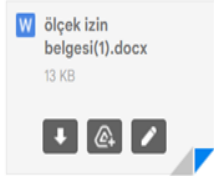
20 Ara 2023 Çar 10:05 tarihinde Rukiye Pinar <rukiyepinar@gmail.com> şunu yazdı:

Sayın Hocam

Danışmanlığını yaptığım Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı öğrencisi Ayşe Asri Kılıç "Erişkin Bireylerde Maneviyat ve Maneviyat ile İlişkili Faktörler" isimli yüksek lisans tezini tamamlamıştır. Etik Kurul başvurusunu yapmadan önce öğrenci sizin güvenilirlik geçerliğini yaptığınız "Psikolojik İyi Oluş" için kullanım iznini aldığını ifade etmiş idi. Ancak halihazırda deprem bölgesinde manevi hizmet vermek üzere görevli olan öğrenci izin yazısını bulamadığını belirtmektedir. Tekrar izin yazısı yazabilirseniz çok makbule geçecek. Katkı ve işbirliğiniz için şimdiden teşekkür ederim.

Saygı ve iyi dileklerle

3 ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



# ÖZGEÇMİŞ

## Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Ayşe ASRİ

## Eğitim Bilgileri

	Mezun Olduğu Kurumun Adı	Mezuniyet Yılı
<b>Yüksek Lisans</b>	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi	2022
<b>Lisans</b>	İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi, Sosyoloji Bölümü	2018
<b>Lisans</b>	Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi	2013

## İş Tecrübesi

	Süre
Karamürsel İlçe Müftülüğü Kur'an Kursu Öğreticisi	2012-Halen
Gazanfer Bilge Öğrenci Yurdu Manevi Danışmanlık ve Rehberlik	2018-Halen
Gazanfer Bilge Çocuk Evi	2019-Halen