

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

MANEVİ DANIŞMALIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI

MANEVİYAT VE İNFAKIN TRAVMA SONRASI STRES
BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sema Nur EREN

İstanbul

Haziran-2024

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

MANEVİ DANIŞMALIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI

MANEVİYAT VE İNFAKIN TRAVMA SONRASI STRES
BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sema Nur EREN

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

İstanbul

Haziran-2024

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim 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 Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

Üye Doç. Dr. Esra TÜRK

Üye Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Kaya GÖKTEPE

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Maneviyat ve İnfakın Travma Sonrası Stres Bozukluğu ile İlişkisi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe (EK-1) 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.

Sema Nur EREN

ÖN SÖZ

Araştırmamı hazırlamaya başladığım günden beri bana yardımcı olan değerli tez danışmanın Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ'a,

Katkılarından dolayı Doç. Dr. Esra TÜRK ve Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Kaya GÖKTEPE hocalarıma,

Eğitim hayatım, yüksek lisans ve araştırma sürecim boyunca beni maddi manevi destekleyen aileme, özellikle biricik annem Hatice EREN'e ve beni destekleyen arkadaşlarıma ve tüm yakınlarıma

Teşekkürlerimi Sunarım...

Sema Nur EREN

İstanbul-2024

ÖZET
MANEVİYAT VE İNFAKIN TRAVMA SONRASI STRES
BOZUKLUĞU İLE İLİŞKİSİ

Sema Nur EREN

Yüksek Lisans, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ahmet Canan Karakaş

Haziran, 2024 - 75 Sayfa

Bu çalışmada maneviyat, infak ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışma farklı demografik özelliklerine sahip 464 katılımcı ile yürütülmüştür. Araştırma veri toplama araçları olarak; araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, *Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeği* kullanılmıştır. Araştırma da elde edilen veriler SPSS 22 programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistikleri hesaplanarak, iki grup arasındaki farkın anlamlılık analizlerinde t testi, ikiden fazla grup için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Araştırmada travma sonrası stres düzeyi, maneviyat ve paylaşma tutumu düzeyleri arasında ilişkinin anlamlılığını test etmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Maneviyat düzeyi ve paylaşma tutum düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bireylerin travma sonrası stres düzeyleri ile maneviyat düzeyi arasında negatif ($r = -.203$), maneviyat ile paylaşma tutumu arasında pozitif ($r = .485$) yönlü ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Maneviyat, Paylaşma Tutumu, İnfak

ABSTRACT
THE RELATIONSHIP OF SPIRITUALITY AND INFAQ TO
POST TRAUMATIC STRESS DISORDER

Sema Nur EREN

Master, Spiritual Counselling and Guidance

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Dr. Ahmet Canan Karakaş

June, 2024 – 75 pages

This study aims to examine the relationship between spirituality, infak and posttraumatic stress disorder. Relational survey method, one of the quantitative research methods, was used in the study. The study was conducted with 464 participants with different demographic characteristics. Demographic information form prepared by the researcher, Posttraumatic Stress Disorder Short Scale Spirituality Scale and Sharing Attitude Scale were used as data collection tools. The data obtained in the research were analyzed through SPSS 22 program. Descriptive statistics of the scales used in the study were calculated, t test was used to analyze the significance of the difference between two groups, and one-way analysis of variance (ANOVA) was applied for more than two groups. In the study, correlation analysis was applied to test the significance of the relationship between posttraumatic stress level, spirituality and sharing attitude levels. There is a significant difference between spirituality level and sharing attitude level and gender. There was a negative correlation ($r = -.203$) between the level of posttraumatic stress and the level of spirituality, and a positive correlation ($r = .485$) between spirituality and the attitude of sharing.

Keywords: Posttraumatic Stress Disorder, Spirituality, Sharing Attitude, Infaq

İÇİNDEKİLER

| | |
|--|-------------|
| TEZ ONAYI | i |
| BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ | ii |
| ÖN SÖZ | iii |
| ÖZET | iv |
| ABSTRACT | v |
| İÇİNDEKİLER | vi |
| TABLolar LİSTESİ | viii |
| KISALTMALAR LİSTESİ | ix |
| BİRİNCİ BÖLÜM | 1 |
| GİRİŞ | 1 |
| 1.1. Araştırmanın Problemi | 3 |
| 1.2. Araştırmanın Alt Problemleri..... | 5 |
| 1.3. Araştırmanın Önemi..... | 5 |
| 1.4. Araştırmanın Varsayımları..... | 6 |
| 1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları | 6 |
| 1.6. Tanımlar | 7 |
| İKİNCİ BÖLÜM | 8 |
| KAVRAMSAL ÇERÇEVE | 8 |
| 2.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu..... | 8 |
| 2.1.1. Travma ve Maneviyat | 10 |
| 2.2. Maneviyat..... | 14 |
| 2.2.1. Din ve Maneviyat..... | 16 |
| 2.2.2. Dini / Manevi Başa Çıkma..... | 18 |
| 2.3. İnfak | 19 |
| 2.3.1. Zekat..... | 21 |
| 2.3.2. Sadaka | 21 |

| | |
|---|-----------|
| ÜÇÜNCÜ BÖLÜM | 24 |
| YÖNTEM | 24 |
| 3.3. Veri Toplama Araçları | 26 |
| 3.3.3. Maneviyat Ölçeği | 27 |
| 3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi | 28 |
| DÖRDÜNCÜ BÖLÜM | 30 |
| BULGULAR | 30 |
| 4.1. Betimleyici Verilerin Analizi..... | 30 |
| 4.2. Araştırmanın Problemine Yönelik Bulgular | 31 |
| BEŞİNCİ BÖLÜM | 38 |
| TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER | 38 |
| 5.1. Tartışma..... | 38 |
| 5.2. Sonuçlar | 44 |
| 5.3. Öneriler | 45 |
| KAYNAKÇA | 46 |
| EKLER | 60 |
| ÖZGEÇMİŞ | 66 |

TABLolar LİSTESİ

| | |
|---|----|
| Tablo 3. 1: Demografik Özelliklerin Dağılımı..... | 25 |
| Tablo 3. 2: Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Puanlarının Normal Dağılımı İçin Yapılan Basıklık - Çarpıklık Test Sonuçları..... | 28 |
| Tablo 4. 1: TSSB, Maneviyat, Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Ortalamaları | 30 |
| Tablo 4. 2: Çalışmaya Yer Alan Bireylerin Cinsiyetine Göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Bağımsız t Test Sonuçları | 31 |
| Tablo 4. 3: Çalışmaya Yer Alan Bireylerin Medeni Durumuna Göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Bağımsız t Test Sonuçları | 31 |
| Tablo 4. 4: Çalışmaya Katılan Bireylerin TSSB Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları..... | 32 |
| Tablo 4. 5: Araştırmaya Katılan Bireylerin Maneviyat Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları | 34 |
| Tablo 4. 6: Çalışmaya Katılan Bireylerin Paylaşma Tutumu Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları | 35 |
| Tablo 4. 7: Çalışmada Kullanılan TSSB Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Korelasyon Analizi | 36 |
| Tablo 4. 8: Çalışmada Kullanılan TSSB Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Regresyon Analizi..... | 36 |

KISALTMALAR LİSTESİ

TSSB: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

PTÖ: Paylama Tutum Ölçeği

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı

ABD: Amerika Birleşik Devletleri



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan yaşamının düz bir çizgide gitmediği, hayatın içinde inişlerin çıkışların olduğu, bazı zamanlarda daha hafif sayılabilecek, bazı zamanlarda ise daha ağır gelebilecek yaşantılarla karşılaşılacağı geçmiş tecrübelerle dayanılarak gözlemlenebilmektedir. İnsan mücadele ettiği bu dünyada yaşamını sürdürebilecek bir motivasyona, bir güce ihtiyaç duyabilmektedir. Yaşantılar psikolojik halini olumlu veya olumsuz durumlar neticesinde etkilemekle birlikte manevi hali de etkileyebilmektedir. Aynı zamanda manevi durum da yaşanan olaylara yönelik bir başa çıkma fenomeni olabilmektedir. İnsanın varoluşundan itibaren insan kendi varlık, duygu, düşünce dünyasının içinde olduğu gibi inanç düzeyinde de kendine özgüdür. Her birey kendi iç dünyasında yaşadıklarını kendi tecrübe etmiştir. Bu nedenle yaşanan olumsuz durumlarda kimin nasıl tepki vereceği, durumdan nasıl etkileneceği ve sonrasında nasıl başa çıkabileceği ancak kişinin kendisine bağlıdır. Bu bağlamda dini inanış ve maneviyat yaşanan olaylar karşısında verilen mücadele için bir destek kaynağı olabilir.

Din veya kutsal atfedilen bir varlığa inanma ihtiyacı tarihin bilinen en eski ihtiyaçlarından biridir. Nitekim arkeolojik kazılar sonucu yakın zamanda ortaya çıkan tarihin en eski kazılarından biri olan Göbekli Tepe buluntusunda dahi görülebilmektedir (Kurt & Göler, 2017). Bu da insanın ruhsal ihtiyacı doğrultusunda karşılaşılan bir şey olduğunu göstermektedir. Din, farklı şekillerde de olsa her toplumda var olan bir olgudur. Dini inanış ve ritüelleri insan hayatlarına bir şekilde dahil edilmektedir. Psikoloji alanı ise eski uygarlıklara uzanmakla birlikte o dönemlerde felsefe alanının içerisinde yer almaktadır. Psikoloji biliminin felsefeden ayrılışı ve deneysel çalışmaları içine alışı 19. yüzyıl ile olmuştur (Schultz, 1981). Psikolojik araştırmalar her dönem gelişerek ve her geçen gün daha derine inip farklı konulara değinerek devam etmektedir. Dini konuların psikoloji bilimine dahil olması ise 19. yüzyılın sonlarındadır (Zinnbauer & Pargament, 2005). Din psikolojisi adı altında bilimsel araştırmalarda yerini almaya başlamıştır. Buradaki amaçlardan biri bireyin ruhani hayatı için kendinden daha yüce ve kutsal bir varlıktan güç elde

etmektedir. Bireyin ruh sağlığı açısından dini ritüellerin ve manevi yaşantısının önemi bulunmaktadır.

İnsanın öznel ve tecrübi yapısını tanımlamak adına maneviyat terimi kullanılmıştır (Apak & Acar, 2018). Maneviyat bireyin kutsal güç ile bağlantısı, tecrübesi şeklinde yorumlanabilmektedir. Maneviyat çok yönlü kavram olmakla birlikte evrensel olarak kabul gören bir tanımı da olmadığını görülmektedir. Farklı dini, kültürel ve felsefi geçmişlerden gelen bireylerin maneviyatı anlama, yorumlama ve yaşayış biçimleri de farklılık göstermektedir. Bazı bireyler için maneviyat yaşamlarının merkezi iken bazı bireyler için çok da fazla önem arz etmemektedir. Maneviyatın anlamı son derece kişisel ve öznel olmakla birlikte bireyin inanışlarını, deneyimlerini ve değerlerini yansıtmaktadır. İnsanlar yaşamları boyunca kendi bireysel maneviyatlarını geliştirirler. Belirli ilke ve uygulamaların önemi hem bireyler arasında hem her inanan insan için zaman içinde büyük ölçüde değişecektir. Maneviyat, din ile alakalı olsun veya olmasın bireyin yaşamda anlam ve amaca yönelik kişisel bir arayışıdır. Hayata anlam katan, böylece bireylere en iyi varlıklarına ulaşmaları için ilham veren ve onları motive eden kendi seçtikleri dini inançlar, değerler ve uygulamalarla bağlantı kurmayı gerektirir. Bu bağlantı insana huzur ve güçlenme getirmektedir. Neşe, kendini ve başkalarını affetme, zorlukların farkına varma, ölümlülüğün farkındalığı ve durumun kabul etme, güçlü fiziksel ve duygusal refah duygusu ve varoluşun sakatlıklarının ötesine geçme becerisi bunun sonucu olarak elde edilir (Tanyi, 2002). Yaşamsal olaylar genellikle inanç sistemlerini dramatik şekillerde değiştirebilir. Travmalar, krizler ve hatta sıradan geçişler kişiyi değerler, inançlar ve anlam arayışı üzerinde düşünmeye zorlar. Walsh (1999), insanların meydana gelen travmatik olayı geri alamazlar bile duygusal ve ruhsal olarak iyileşebileceklerini kabul eder ve iyileşmenin bütün olma ya da kayıplara uyum sağlamak ve telafi etmek için bir yol bulma süreci olduğunu vurgular. Kadın tecavüzü geri alamaz, asker savaşta katliamı geri alamaz, anne herhangi bir şeyin ailesine ve evine verdiği zararı geri alamaz, çocuk istismarı geri alamaz ancak kişinin hayatında iyileşme gerçekleşebilir. Walsh (1999) maneviyatı, tehlikeli bir duruma anlam verebilmek daha büyük bir amaç ya da gücün iş başında olduğuna inanmak ve bu bakış açılarında teselli bulmak olarak tanımlamaktadır. Pargament ve Brandt (1998) ise dini, insanın yetersizliği sorununu ele almaya yardımcı olarak tanımlamaktadır. İnsanlar temel kırılma noktalarını fark etmeye zorlandıklarında din,

onlara manevi destek, zor yaşam olayları için açıklamalar ve kontrol duygusu gibi bazı çözümler sunmaktadır (Pargament & Brant, 1998).

Maneviyat ile sorunlarla başa çıkmak, hayatın zorluklarının üstesinden gelmek ve anlam, amaç ve iç huzuru bulmak için manevi inançları, uygulamaları ve kaynakları kullanmayı içerir. Bunun için birçok manevi yöntem vardır. Bu yöntemlerden biri de paylaşmak, yardımda bulunmak, malından harcama yapmak manasına gelen infaktır. İnfak maddi olarak bireyin servetinden harcama yapmasıdır. İnfak fakire, yoksula yapılabileceği gibi kendi ailesine, yakınlarına, toplum için çalışan kurumlara harcanan parada infaktır (Çağrı, 2000). Yani bunun bir sınırlaması yoktur. İslam dininde infak etmek övülen davranışlardan biri olmakta ve İslam inancı ile yaşayan bireyler zorunlu olarak harcama yapmaları emredilmiş olup, fazladan infakta bulunmanın öneminden bahsedilmektedir (Bakara 195; Bakara 261; Tevbe 60). Hem yardım alanlar hem de yardımda bulunanların genellikle zihinsel ve duygusal refahta iyileşme yaşadıkları belirtilmektedir. Başkalarına yardım etmek bir amaç, tatmin ve memnuniyet duygusu sağlayarak genel ruh sağlığına katkıda bulunabilir.

1.1.Araştırmanın Problemi

Hayatta olumlu veya olumsuz birçok durumla karşı karşıya kalılabilmektedir. Bu olumsuz olaylarda yaşadığımız zorlu duruma travma denilmektedir (Özen, 2017). Ne yazık ki, travma yaratan olaylar bu dünyada her zaman var olan bir gerçektir. Çaresiz insanlar savaşın ve terörizmin yıkımlarıyla yüzleşip ondan kaçmaya çalışıyorlar. Toplumlar yangın, sel ve diğer doğal afetler nedeniyle harap oluyorlar. Çocuklar ve yetişkinler aile içi şiddetin acısı ile mücadele ediyorlar. İnsanlar mahallelerinde ya da rastgele şiddet eylemlerine maruz kalabiliyorlar. Bu gibi travmatik durumlarda oluşan psikolojik rahatsızlığa psikoloji bilimi travma sonrası stres bozukluğu tanımını yapmaktadır (Özgen & Aydın, 1999). Hayatta karşılaştığımız olumsuz durumların ardından oluşan travmalar ruh sağlığını etkilemekte ve bu hayatı zorlaştırdığı gibi tedavi sürecine girilmezse bireyle birlikte var olabilmektedir. Aynı zamanda bu travmatik durumlar bireyin manevi hayatını da etkilemektedir. Yalnızca benliğin psikolojik boyutunu değil aynı zamanda kişinin hayatına anlam katan inanç sistemlerini ve maneviyatını da olumsuz etkilerinin olduğu ileri sürülmektedir (Wilson & Moran, 1998). Maneviyat kısaca bireyin kutsal güç ile bağlantısı, tecrübesi şeklinde yorumlanabilir. Sahip olunan bu maneviyat yaşanan bu strese karşı baş etme kaynağı da olabilmektedir. Savaş, tecavüz, işkence, istismar veya doğal afetler gibi travmatik

stresörler özellikle korkutucudur ve bireyi yaşam, ölüm ve yaratıcının varlığına ilişkin varoluşsal sorular sormaya sevk eder. Maneviyat travma sonrası stres ile başa çıkmayı sağlayabilir (Gall, ve diğerleri, 2005). Bireylerin ve toplumların dini ve manevi yönelimleri, herhangi bir olumsuz yaşantı ardından bir direnç ve güç kaynağı olabilir. Ayrıca din ve maneviyatla ilgili olmak olumlu duygusal, fiziksel ve zihinsel sağlığın bir belirleyicisi olabilir (Tarakeshwar, Stanton, & Pargament, 2003). Tersine mağdurlar olumsuz yaşantıların ardından varoluşsal sorunlarla yüzleşirken inanç sistemlerine meydan okunabilir ve bu da inanç krizine yol açabilir. ‘Tanrı bunun olmasına neden izin verdi?’ gibi sorular sorularak hayatın anlamı, kişisel ve toplumsal ilişkilerin durumu, kişinin emniyet ve güvenlik duygusunu tanımlayan kavramlar ve yapılar, uzun süredir devam eden dini inançlar sorgulanabilir (Furman, ve diğerleri, 2016). Normal başa çıkma becerilerini aşan son derece sıkıntılı ve üzücü bir deneyim olan travma, bireyleri bunalmış, yönünü kaybetmiş ve başkalarına güvenemez ya da gerçekliği algılayamaz halde bırakabilir. Travmaya yanıt olarak, maneviyatı tutarlı teoloji ile desteklenen düzenli bir ruhani uygulamada temellendirmek gerekebilir (Blink, 2008). Bu sayede travma ve kalıcı sonuçlarıyla uğraşanların iyileşmesine katkıda bulunulabilir.

Psikolojik rahatsızlıklar ile başa çıkma stratejisi olarak maneviyat yaklaşımı yavaş yavaş kendini psikoloji alanının içinde göstermeye başlamıştır. Maneviyat yaklaşımında kendi içerisinde yöntemleri vardır. Bu yöntemlerden biri de paylaşmak, maddi olarak yardımda bulunmaktır. İnfak kavramı da İslami bir fenomen olup elinde olan malı paylaşmak olarak tanımlanmaktadır. Batı literatürüne bakıldığında daha çok bağış (charity/donation) kavramı yer almaktadır. İnsanlar ellerinde olanı paylaşarak yardımsever bir tutum sergilemektedirler. Birey içsel veya dışsal etkenler ile infak yapabilirler. Her ne sebep ile yapılırsa yapılsın kişiye manevi bir katkı sağlayabilmektedir. Maneviyat ve infak kavramları kişinin ruhani dünyasıyla bir şekilde ilişkilidir. Travma yaşamış bireylerin kendilerinin yaşadıkları sorunlara benzer sorunlar yaşayan bireylere destek olmak isteyebilecekleri düşünülmektedir. Böylece yaşanan olayların karışında başkalarını yaşadıkları olumsuz durumlar için onlara destek vermeye yönelik manevi güç elde edebileceklerdir. Bu bağlamdan bakılacak olursa travma sonrası stres bozukluğu ile infakın yani paylaşma tutumu ile ilişkilerinin araştırılması faydalı olacaktır.

Maneviyat, duygu, düşünce ve davranışlarla bireyin yaşantısına olumlu etki edeceği düşünülmektedir. Yaşanılan herhangi bir sorunda bireyin kendi içinde başvurabileceği

bir güç, bir dayanak olduğu, insanın kendi özünde bu gücü bulabilmesi bakımından da önemli görülmektedir. Bu sebeple çalışmanın temel problemi maneviyat ve infak ile travma sonrası stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek olarak belirlenmiştir.

1.2. Araştırmanın Alt Problemleri

Bu araştırmanın temel problemi maneviyat ve infakın travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkisinin incelenmesidir. Araştırma alt problemleri ise aşağıdaki şekildedir;

1. Travma sonrası stres bozukluğu düzeyleri; cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Maneviyat düzeyleri; cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Paylaşma tutum düzeyleri; cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Travma sonrası stres düzeyi, maneviyat ve paylaşma tutum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki mevcut mudur?
5. Travma sonrası stres düzeyi, maneviyat ve paylaşma tutum düzeylerini yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Günümüz dünyasında ister fiziksel ister ruhsal rahatsızlıklar olsun bunlara modern bilim adı altında geliştirilen tedaviler ile yaklaşılmaktadır. Batı dünyası bu gibi tedavilerin ana merkezi sayılacağı gibi, doğu dünyası da bu tedavi yöntemlerini benimsemiş durumdadır. Psikoloji alanı da seküler bir yaklaşım ile tedavi yöntemleri geliştirmiş olup dini olguları dahil etmekten uzak durmuştur. Psikoloji bilimi insanın davranışlarını, zihinsel süreçlerini ve onların altında yatan nedenleri anlamayı hedefleyerek çalışmalar yapmaktadır (Morgan, 1974). İnsanın daha çok anlaşılması hedefleniyorsa yüzyıllardır süre gelen din ve maneviyat fenomenlerinin bu konunun dışında tutulması uygun olmayacaktır. Bu noktadan bakılacak olursa dini hassasiyetleriyle yaşayan bir bireye seküler bir yaklaşım ile yaklaşmak ne kadar doğru olacağı tartışılır. Dini bir yaklaşımın yanı sıra İslami bir yaklaşım psikolojik alanda kendini daha yeni yeni yer bulmaya çalışmaktadır. Oysa yüzyıllar öncesinde İslam alimleri psikolojik konulara eserlerinde yer vermişlerdir (Özgen & Aydın, 1999).

İslami değerlerin psikolojik alanla ilişkisinin olması, araştırmaların yapılması ve öğretilerinin dahil edilmesi gerekmektedir ki İslami değerlere sahip olan bireylerin psikolojik rahatsızlıkları esnasında yardım eli uzatılabilir.

İnsanlar bir olaya veya konuya farklı tepkiler vermektedir. Herkesin psikolojik gelişim süreci birbirinden farklı (Özgen & Aydın, 1999) olduğu gibi maneviyat gelişimi süreci de farklılık göstermektedir (Çelik C. , 2017). Bireylerin psikolojik rahatsızlıklardan birçok farklı nedenden kaynaklı olabilmektedir ki bunlardan biri de travma sonrası stres bozukluğudur. Travma sonrası stres bozukluğu yaşayan bireyin duygu ve düşünce durumu olumsuz etkilenmektedir. Aynı zamanda dini inanç ve düşünce sistemi de olumsuz etkilenebilmektedir. İşlevsiz olan düşünceler bireyin tutum ve davranışını etkileyerek bireye zor durumlar yaşatabilir. Bu bağlamda bireyin manevi hayatı onun yaşamış, yaşıyor ve yaşayacak olduğu zorlukları aşmasında belirli bir güç kaynağı olabilir. İslami bir kavram olan infak ise psikolojik rahatsızlıklar karşısında baş etme yöntemi olarak kullanılabilir. Birey karşılıksız, beklentisiz yardımlar kişinin manevi dünyasını etkileyebileceği (Demirkol, 2019) gibi psikolojik açıdan da etkileyebilir (Ayten, 2014).

İnfak ile travma üzerine gerek yerel gerek yabancı literatürde bir çalışma gözlemlenmemiştir. Travma ile maneviyat ilişkisi ise yabancı kaynaklı olup daha çok savaş gazisi bireyler üzerinde durulmuştur. Bu çalışma literatüre yeni bir kaynak olmasının yanında İslami ve psikolojik alan dahilindedir. Bu bağlamdan bakılacak olursa İslami değerlerin psikolojik alana yönelebilir olduğunu gösterebilmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan katılımcıların ölçekleri cevaplar ken herhangi bir etki altında kalmadan, gerçeği olduğu gibi yansıtan cevaplar verdikleri varsayılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın verileri, 2023 yılında ve katılımcı sayısı ile sınırlıdır.
2. Araştırmadan elde edilen veriler, uygulanan Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutum Ölçeğinin ölçtüğu özellikler ve puanlar ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Travma: Travma, Amerikan Psikiyatri Derneği'nin yayınlamış olduğu DSM 5 (Association, 2013) tanı ölçütleri kitabına göre; doğrudan örseleyici olayları yaşamak; başkalarının başına gelen olaylara tanıklık etmek; yakınının örseleyici olaylar yaşadığını öğrenmek; örseleyici olayların sevimsiz ayrıntılarıyla aşırı ve yineleyici şekilde maruz kalmak olarak tanımlanmaktadır.

Travma Sonrası Stres Bozukluğu: Travma sonrası stres bozukluğu ise yaşanan olumsuz olay ve durumların ardında gösterilen tepkiler bütünü olarak tanımlanabilir.

Maneviyat: Hayatın anlamı, yüce bir varlıkla karşılaşma ve bağlanma hissi, nihai bir gerçek değer arama, aşkın bir varlığa saygı, kişisel değişim ve tecrübelerin bütünü denilebilir (Şirin, 2018).

İnfak: Daha çok “para veya malı elden çıkarmak” manasın da kullanılmakla birlikte “bitirmek, yok etmek” manaları da vardır. İslami bir terim olan infak Allah'ın hoşnutluğunu ulaşabilmek için kendi servetinden harcama yapmasıdır (Çağrııcı, 2000).

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma sözcüğünün kökenine bakıldığında ‘yara’ anlamına gelmektedir. Travma, Amerikan Psikiyatri Derneği’nin yayınlamış olduğu DSM 5 (Association, 2013) tanı ölçütleri kitabına göre; doğrudan örseleyici olayları yaşamak; başkalarının başına gelen olaylara tanıklık etmek; yakınının örseleyici olaylar yaşadığını öğrenmek; örseleyici olayların sevimsiz ayrıntılarıyla aşırı ve yineleyici şekilde maruz kalmak olarak tanımlanmaktadır. Travma, sıklıkla hem sıkıntı yaratan olumsuz olaylara hem de sıkıntının kendisine atıfta bulunmak için kullanılabilir (Briere & Scott, 2012).

Travma sonrası stres bozukluğu ise yaşanan olumsuz olay ve durumların ardında gösterilen tepkiler bütünü olarak tanımlanabilmektedir. Travma sonrası stres bozukluğunun psikolojik tanı olarak DSM I’de (1952) yer alması ilk önce II. Dünya Savaşı sonrasında olmuştur. Askerlerin yaşamış olduğu ağır psikolojik etkiler gözlemlenmiş ve tanı kriterleri belirlenmiş olup “Büyük Stres Reaksiyonu” (Gross Stress Reaktion) olarak isimlendirilmiştir. DSM II’de (1968) “Geçici Ruhsal Bozukluk” (Transient Situational Disturbance) şeklinde isimlendirilmiştir. Vietnam Savaşının ardından travma tanımlanması ve travma sonrası etkilerin gözlemlenmesinin sonucu olarak DSM III’de (1980) “Travma Sonrası Stres Bozukluğu” olarak yerini almıştır. DSM III-R (1987) yeni tanımlamalar ve kriterler eklenerek geliştirilmiştir ve belirtilerin 30 gün devam etmesi zorunluluğu getirilmiştir. DSM IV (1994) te ağır hastalıklar, fiziksel olmayan saldırılar ve uygun olmayan cinsel deneyimler eklenmiştir. Aynı zamanda akut ve kronik tanımlaması da yapılmıştır. Süresine bağlı olarak, üç aydan kısa süreli ise akut, aksi takdirde kronik olarak adlandırılmaktadır. DSM V (2013)’te ise tanı ölçütleri değiştirilmiştir (Çolak, Kokurcan, & Zsan, 2010). Son halini alarak da günümüze kadar devam etmektedir.

İnsanın bedeni, zihni ve duyguları birbiriyle bütünleşmiş bir sistemle çalışmaktadır (Hook, 2016). Travma bu üç sistemi de ayrı ayrı etkilemektedir. Buna bağlı olarak bu sistemin bütünleşmesini bozmaktadır. Aynı zamanda travma kişilerarası ve ruhsal yaşamlarını üzerinde de etkisi olabilmektedir (Hook, 2016). Travma bendeni birkaç

şekilde etkilemektedir (Herman, 1997). Bunlar; Travmatik olayların yarattığı potansiyel fiziksel hasar, Travmanın vücut hafızası, Vücut bütünlüğünün kaybı hissi, Strese bağlı hormonların hücumu, Nöro-biyolojik etki olarak, duygusal, bilişsel ve davranışsal başa çıkma üzerindeki etkisi şeklinde sıralanabilmektedir.

İnsanların stres faktörlerini zihinsel olarak işleme biçimi, travmanın yaşanıp yaşanmayacağına dair karar vermede kritik öneme sahiptir. Bir araştırmaya göre, bazı özellikler travma sonrası stres bozukluğu sendromunun bir parçası olsa da travmadan kurtulanların sadece yaklaşık yüzde onunda travma sonrası stres bozukluğu görülmektedir (Peres, Moreire-Almeida, Nasello, & Koenig, 2007).

DSM 5'e göre travma sonrası stres bozukluğu yaşayan bireylerde görülebilecek durumlar şu şekildedir;

- Yaşanılan olumsuz olayın yineleyici, istemsiz veya istençdışı gelen sıkıntı veren anıları
- İçeriği yaşanılan olayla ilgili olan yineleyici sıkıntı veren rüyalar
- Olumsuz olayın tekrar yaşıyormuş gibi hissettiği ya da davrandığı çözümlenme tepkileri
- Olumsuz olayı simgeleyen ve çağrıştıran iç ya da dış uyarılar ile karşılaşınca yoğun ya da uzun süreli sıkıntılar yaşama
- Olumsuz olayı simgeleyen ve çağrıştıran iç veya dış uyarılar ile zıt fizyolojik reaksiyonlar sergileme
- Olumsuz olay ile ilişkili, sıkıntı veren anılar, düşünceler ve duygulardan kaçınma
- Olumsuz olay ile ilişkili dış anımsatıcılardan kaçınma (insan, mekân, konuşma, etkinlik, nesne)
- Olumsuz olayın önemli bir yönünü hatırlamama
- Kendisi, başkaları veya dünya ile ilgili sürekli ve abartılı olumsuz inanışlar ve beklentiler
- Olumsuz olayın nedenleri ve sonuçları ile ilgili bireyin kendisini veya başkalarını suçlamasına yönelik çarpık bilişler
- Devamlılık gösteren olumsuz duygusal haller
- Önemli etkinliklere yönelik duyulan ilgide azalma
- Başkalarından kopma veya yabancılaşma

- Olumlu duygular yaşayamama
- İnsanlara veya nesnelere karşı öfke kontrol bozukluğu
- Kendine zarar veren davranışlarda sergileme
- Her an tedbirli olma
- Abartılı irkilme tepkisi
- Odaklanmada güçlük
- Uyku bozuklukları

Bunlarla birlikte travmanın hem süresi hem de yoğunluğu önemli risk faktörleri arasındadır. Olaydan uzaklık ve olaya verilen tepkinin derecesi, durumun ne kadar kontrol altında olduğuna dair hisler, sevilen veya yakın bir kişinin kaybı veya incinmesi ve mağdurların olay sonrasında aldıkları yardım ve desteğin düzeyi kişinin travma sonrası stres bozukluğu geliştirme olasılığını etkileyen değişkenlerdir (Javidi & Yadollahie, 2012). Travma sonrası stres bozukluğu semptomları normal yaşamı bozarak günlük aktivitelere devam etmeyi zorlaştırmaktadır.

2.1.1. Travma ve Maneviyat

Travmatik olaylar, hayatın amacı ve dünyadaki acı ve adaletin doğası hakkında sorular ortaya çıkararak anlam krizlerini hızlandırabilir ve insanları olayların neden meydana geldiğini ve gelecekleri için sonuçlarının ne olacağını anlamakta zorlanabilir (Lazarus, 1993). Bu bağlamda travma üzerinden adaletsizlik veya ıstırap yaşayan insanlar için, dini bir inanç sistemi ve bununla ilgili hedefler, deneyimlerinden anlam çıkarmanın önemli bir yolu olabilir. İnsanlar, travma ile yüzleşirken binlerce yıldır dünyada var olan dinlerin kaynaklarından yaralanabilirler. Maneviyat ve dindarlık insanların inançlarını, tutumlarını, duygularını ve davranışlarını güçlü bir şekilde etkilemektedir (Roman, Mthembu, & Hoosen, 2020). Zorlu yaşam durumlarıyla karşı karşıya kalan insanlar için din, bir mücadele kaynağı, başa çıkmanın zorluğuna başka bir boyut kazandırabilmektedir. Allport (1966)'a göre seküler amaçların kutsal araçlarla takip edilmesinde uygunsuz bir şey olmadığıdır. Allport'un (1966) kendisi de temel insan ihtiyaçlarının kutsal yollarla karşılanmasının daha yüksek manevi hedeflerin peşinde koşmaya zemin hazırladığını belirtmiştir. Kiriz zamanlarında dinin öne çıkmasının nedenlerinden biri, insanlar için dinin; travmatik olaylar tarafından tehdit edilebilecek veya ihlal edilebilecek küresel inanç ve hedeflerin bir parçası olmasıdır (Paloutzian & Park, 2005). Diğer bir neden ise din, zorlukları ve acıları anlamının yeniden

yorumlamanın ve bunlara değer katmanın yollarını sunmaktadır (Park, 2005). Bir kriz veya travmanın anlamındaki değişiklikler genellikle bireyin stresli durumu daha az rahatsız edici bir şekilde görmesine izin verir. Din, açıkça durumun anlamını yeniden değerlendirilmesinde önemli bir rol oynar. Din genellikle daha olumlu anlamların oluşturulmasını kolaylaştırır da dini yeniden yorumlamalar her zaman olumlu değildir. İnsanlar bazen yaratıcının onlara kasten hareket ederek ya da edilgenlik ve ihmal yoluyla zarar verdiğine inanmaya başlar. Anlam oluşturma sürecinin sonuçları yaratıcıya karşı güvensizliğe, öfkeye, incinmeye ve hayal kırıklığına, hatta yaratıcının varlığından şüphe duymaya yol açabilir (Paloutzian & Park, 2005). Travma öncesinde kutsal ile güçlü bir ilişkisi olan kişilerin inançlarından yararlanma ve inançlarını sağlam bir şekilde ortaya çıkarma olasılığı daha yüksekken, daha zayıf veya istikrarsız dini bağları olanların inançlarını kaybetme veya onlardan yararlanamama olasılığı daha yüksektir (Smith S. , 2004).

Dini/manevi başa çıkma, stresli yaşam olaylarıyla dine dayalı ya da doğası gereği manevi olan inançlar ve uygulamalar aracılığıyla başa çıkılmasıdır (Canda & Furman, 1999). Örneğin, dua, meditasyon, Tanrı'nın başa çıkabileceğinizden fazlasını vermeyeceği inancı ve sosyal destek gibi şeyleri içerebilir. Bununla birlikte, dini/manevi başa çıkmanın olumsuz etkileri de olabilmektedir. Örneğin; bireyler yaratıcı tarafından cezalandırıldıklarını hissedebilmektedirler (Krause & Wulff, 2005). Travma öncesindeki dini düşünce ve uygulamaların doğası, travma ve din etkileşimini etkileyebilir. Travma öncesinde güçlü bir ilişkisi olan kişilerin inançlarından yararlanma ve inançlarını sağlam bir şekilde ortaya çıkarma olasılığı daha yüksekken, daha zayıf veya istikrarsız dini bağları olanların inançlarını kaybetme veya onlardan yararlanamama olasılığı yüksektir (Smith S. , 2004). Travma, bir kişinin bilişsel, duygusal, fiziksel, kişilerarası ve ruhsal yaşamı üzerinde derin etkiye sahip olabilir. Maneviyat, travma yaşamış bireyler için potansiyel olarak şifa, umut ve değer duygusu kaynakları sunabilir. Travma, kişinin maneviyatı üzerinde olumsuz bir etkiye de sahip olabilir. Maneviyatı travma geçirmiş bireylerle sosyal hizmet sürecine dahil etmek, onların kendi kaderlerini tayin etmelerine, güvenlik koşullarına saygı gösterilmesine ve travmanın etkisini ele almak için olumlu bilişlerin, ilişkilerin ve başa çıkma stratejilerinin güçlendirilmesine yardımcı olmayı gerektirir (Hook, 2016). Travma potansiyel olarak maneviyatı aşağıdaki şekillerde etkileyebilir (Bryant-Davis, ve diğerleri, 2012);

- İnsanlar bir kriz yaşayabilirler. Tanrı bunun benim başıma gelmesine nasıl izin vermiş olabilir.
- İnsanlar teselli, umut ve anlam için Tanrıya ya da ruhani yaşama yönelebilirler.
- İnsanlar rahatlık bulabilir – insanlar terk edilmiş hissedebilir.
- İnsanlar hayatın anlamı hakkında sorular sorabilir.
- İnsanlar hayatlarında bazen yeni anlamlar ve amaçlar arayabilir.
- İnsanlar varlıklarının, duygularının, manevi benliklerinin en temelinde ihmal edilmiş hissedebilir.

Maneviyatın travmaya olan olumlu ve olumsuz etkileri olabilmektedir. Pozitif manevi başa çıkma, başlarına gelenleri yönetmek ve anlamlandırmak için anlam, teselli ve destek bulmak amacıyla maneviyatı ve daha yüksek bir güce inancı kullanmayı içerir (Ahrens C. , Abeling, Ahmad, & Hinman, 2009). Birçok çalışma maneviyatın travma mağdurlarının istismar içeren ilişkilerinden ayrılmalarına yardımcı olduğunu ortaya koymuştur (Ahrens, Abeling, Ahmad, & Hinman, 2009; Pargament & Brant, 1998). Maneviyat, manevi aleme açılma fırsatı sunmakta ve bazı durumlarda manevi bir uyanış yaşamlarına neden olmakta, onlara umut vermekte ve büyüme imkânı sunmaktadır (Adams, 1995; Vis, 2008). Maneviyat, insanların olayı tanrının planının bir parçası olarak yeniden tanımlayarak acılarını aşmalarına, deneyimlerinde faydalı bir şeyler bulmalarına yardımcı olmuştur (Fallot, 2007). Maneviyat, travma mağdurlarının boşluk ve umutsuzluğunu umut, anlam, rahatlık ve yön ile değiştirmiştir (Frankl, 1962). Maneviyat, birçok travma mağdurunun hayatlarını bir perspektife oturtmalarını sağlamış ve travma sonrası büyüme sürecine katalize etmiştir (Poetter, 2007).

Negatif manevi başa çıkma, bireylerin başlarına olumsuz, incitici şeyler gelmesine izin veren yaratıcıya olan inançlarıyla mücadele etmelerini içerir. Yaratıcıya veya maneviyata yönelik bu olumsuz duygular, bu kişilerin yaratıcının varlığını reddetmelerine ve bir zamanlar rahatlık sağlayan manevi inançlardan uzaklaşmalarına neden olmuştur (Ahrens C. , Abeling, Ahmad, & Hinman, 2009). Maneviyat hakkında olumsuz duygulara sahip olan travma mağdurları, yaratıcının yapabilecek güce sahip olmasına rağmen travmatik olayı engellemeyerek veya durduramayarak istismarın gerçekleşmesine izin verdiğine inandıkları için yaratıcıya karşı güvensiz, korkulu, terk edilmiş ve korumasız hissetmektedir (Ryan, 1998). Bazı travma mağdurları yaratıcının kendilerini cezalandırdığına ve dolayısıyla ihtiyaç duydukları anda onları terk ettiğine

inanmıştır (Harris, ve diğeri, 2008). Diğeri travma mağdurları ise dinleri ya da belirli ruhani uygulamalar tarafından susturulduklarını ve faili sorumlu tutmak yerine istismar için suçlandıklarını hissetmişlerdir (Taylor & Fontes, 1995). Bu duygular, dini/manevi bir bileşen içeren durumlarda veya dini figürlerin travmayı gerçekleştirdiği durumlarda daha da kötüleşmiştir (Ryan, 1998).

Travmatik bir olay ister bir şiddet eylemi ister bir afet ya da yaşamı tehdit eden bir hastalık olsun, genellikle bireyin kontrol ve öz-değer kaybı hissetmesine ve dünya görüşünün tehdit altında olmasına neden olur (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016). Travma sonrası stres bozukluğu ile dini manevi başa çıkma üzerine yapılan araştırmalar, yaşamdaki anlamın daha düşük travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ve daha yüksek olumlu duygularla ilişkili olduğunu, manevi mücadelenin ise daha fazla travma sonrası stres bozukluğu semptomları ve olumsuz duygularla ilişkili olduğunu göstermektedir (Ano & Vasconcelles, 2005). Gall ve Guirguis-Younger (2013) tarafından yapılan bir incelemeye göre, cinayet kurbanlarının aile üyelerinin, yaşlı ebeveynlerin ve aile içi istismardan kurtulan kadınların çoğunluğu, travma sonrası bir teselli ve güç kaynağı olarak yaratıcıya güvendiklerini bildirmiştir. Dini ve manevi başa çıkma yöntemleri bu gibi durumlarda benzersiz bir şekilde yardımcı olabilir. Zira bu yöntemler yeni bir anlam, umut, tutarlılık ve güvence sunabilecek aşkın bir dünya ile bağlantı kurmayı sağlar. Daha düşük travma sonrası stres bozukluğu ve depresif belirtilerle ilişkili koruyucu psiko-sosyal faktörleri inceleyen bir çalışmada 2005'teki Pakistan depreminden kurtulan yetişkinlerde, yaşam amacı daha düşük semptom seviyeleri ve daha yüksek pozitif duygularla ilişkilendirilmiştir (Feder, ve diğeri, 2013). Olumsuz dini başa çıkma yöntemlerinin daha fazla kullanılması ise duygusal sıkıntıya, fiziksel semptomların ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarında artışa neden olabilir. Janoff-Bulman (1988) göre travmatik olaylar bireyin olumlu dünya görüşünü parçalayabileceği için meydana geldiğini öne sürmektedir. Bireyin inanç sistemi anlam oluşturma sürecini sürdürmediğinde veya bireyin amacını bulmasına yardımcı olmadığında travma, yaratıcı, adalet ve yaşam amacının yeniden sorgulanmasını tetikleyebilir ve bu da daha fazla düzeyde travma sonrası stres bozukluğu semptomlarına ve iyileşme yolunda komplikasyonlarına neden olabilir (Gerber, Boals, & Schuettler, 2011).

2.2. Maneviyat

Maneviyat için literatüre bakıldığında birçok anlam ve tanımlamalar bulunmaktadır. Kelime manasından yola çıkılacak olursak maneviyat, ‘maddi olmayan, manevi şeyler’ ve ‘görülmeyen ancak sezilebilen, soyut, ruhani, tinsel ve maddi karşıtı’ şeklinde açıklanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2020). Maneviyat anlamına gelen ‘spirituality’ kelimesi ise Latince nefes anlamına gelen ‘spiritus’ kökünden gelmektedir (Hoshi, 2008). The OXFORD English Dictionary’den (1989) ruhaniyetin ilk tanımı elde edilmiş ve ruh anahtar kelimesi ile ruhani kelimesi üzerine çok sayıda tanım verilmiştir. Spirit yani ruh kelimesinin birkaç tanımı şu şekildedir; bir kişinin ruhu, yaşam nefesi, ölen kişinin bedenden ayrılmış ruhu, insandaki canlandırıcı ya da hayati ilke, cisimsiz veya maddi olmayan varlık. Spiritual yani manevi kelimesinin tanımları da şu şekildedir; ruha veya yüksek ahlaki niteliklere ait veya bunlarla ilgili, bunları etkileyen, akıldan veya daha yüksek bir akıldan kaynaklanan veya ona ait olan, kutsala ait, onunla ilgili olan. Spirituality yani maneviyat anlamına gelen kelimenin tanımı ise şu şekildedir; ruhani bir karaktere sahip olan şey, ruhani olma niteliği veya koşulu, maddi olmayan veya cisimsiz bir şey veya madde. Türk dili açısından ise ruh kelimesi revh kökünden gelmekle birlikte canlılarda hayatı sağlayan unsur şeklinde tanımlanmıştır (Yavuz, 2018). Yavuz (2018) Kur’an-ı Kerim’de ruh kelimesinin yirmi bir yerde geçtiğini belirtmekle birlikte farklı anlamlar içerisinde yer aldığını belirtmiştir. Maneviyat, anlam ve önem bakımından kişiden kişiye büyük ölçülerde değişebilen son derece kişisel ve öznel kavramdır. Bireyin kutsal güç ile bağlantısı ve tecrübesi şeklinde yorumlanabilmektedir. Yaşamda anlam veya amaç arayışını da kapsayabilir. Maneviyat diğer her şeyden (değerler, ahlak, ruh sağlığı) kutsal olana, aşkın olana bağlılığıyla ayrılır. Aşkın olan, benliğin ve aynı zamanda benliğin içinde olan şeydir (Koenig, 2012). Walsh’ın (1999) maneviyat, öz farkındalık, yüksek bilinç ve olağan benliğin ötesine geçme gücü sağlayan, insanın sahip olduğu bir şey olarak tanımlanmaktadır. Maneviyat doğüstü, mistik ve örgütlü din ile yakından bağlantılıdır ancak örgütlü dinin ötesine de uzanmaktadır (Gall & Guirguis-Younger, 2013). Dini inançlar veya uygulamalarla sınırlı olmayıp huşu, merak ve aşkınlık duygularını da içerebilir (George, Larson, Koenig, & Meccullough, 2000). Maneviyat hem aşkın olanın arayışını hem de aşkın olanın keşfini içerir ve bu nedenle düşünmemekten sorgulamaya, inançsızlıktan inanca, inançlıysa bağlılığa ve son olarak teslimiyete giden yolda seyahat etmeyi içerir (Koenig, McCullough, & Larson,

2021). Bu bağlamda maneviyat tanımı dine çok benzemektedir ve açıkça örtüşmektedir.

Worthington ile Aten (2009) çalışmalarında, maneviyatı 4 ana başlıkla tanıtmışlardır. Bunlar; dini maneviyat, insancıl maneviyat, doğa maneviyatı ve evren odaklı maneviyattır.

- Dini maneviyat; belirli bir din tarafından yüksek güce yakınlık duygusu.
- İnsancıl maneviyat; kişinin beslediği sevgi, fedakârlık veya derin düşünme ile bir topluluk ile ilişkili olma, yakınlık duygusu.
- Doğa maneviyatı; doğa ile bağlantılı olma, doğada gözleme ve düşünme deneyiminin verdiği huşu hissi.
- Evren odaklı maneviyat; evrende olup bitenlerin derin düşüncesi, yaratılışla bağlantılı hayranlık hissi. (Worthington & Aten, 2009)

Koenig (2012) göre ise maneviyat tanımının çok çeşitli bireyleri kapsayacak şekilde geliştiğini öne sürmektedir. Koenig çalışmasında 5 farklı tanımla ile maneviyat türlerini açıklamıştır.

Bunlardan ilki, hayatlarını dinlerine adayan ve öğretilerini örnek alan bireylerin uyguladığı dini geleneklerde derin köklere sahip geleneksel ve tarihsel maneviyat türüdür. İkincisi geleneksel dini uygulamaların ötesine geçmekte olup daha geniş bir inanç ve uygulama yelpazesini içeren modern maneviyattır. Doğa ile bağlantı, sevdiklerinizle ilişkiler veya insan potansiyelinin gerçekleştirilmesi gibi hem dini hem de dini olmayan yönleri kapsamaktadır. Ruhani ama dindar değil şeklinde adlandırılan üçüncü tür maneviyat, kendini ruhani olarak tanımlayan ancak herhangi bir dini geleneğe bağlı olmayan bireyleri içermektedir. Bu kişiler yerleşik kurumların dışında kutsal arayışa girebilirler. Dördüncü tür olan totolojik maneviyat ise sadece geleneksel dindarlığı veya kutsal arayışı değil aynı zamanda yaşamda amaç ve anlam, başkalarıyla bağlantı, huzur, uyum ve esenlik gibi olumlu psikolojik durumları da kapsamaktadır. Son olarak kapsayıcı maneviyat ateistler ve agnostikler de dahil olmak üzere herkesi kapsamaktadır. Maneviyatı insan deneyiminin evrensel bir yönü olarak kabul eder ve hiçbir bireyi inançlarına veya inançsızlıklarına göre dışlamamaktadır. Bu farklı maneviyat türleri maneviyatın zaman içinde katı bir dini kavramdan ziyade çeşitli inanç ve uygulamaları kapsayan daha kapsayıcı ve çeşitli bir kavrama doğru evrilen anlayışı ve tanımını göstermektedir.

2.2.1. Din ve Maneviyat

Dindarlık ve maneviyat, insanlık tarihinin uzunluğu ve genişliği boyunca insan deneyiminin bir parçası olmuştur. İnsan çabasının her alanını aşarak sanatın, müziğin, şiirin, kültürün, ahlakın, tefekkürün, çatışmanın ve daha birçok insani faaliyetin konusu ve nesnesi olmuştur. Dini ve manevi olgular birbirinden net bir şekilde ayrılmasından ziyade din kavramının geniş şemsiyesi altında toplanmış ya da din ve maneviyat terimlerinin birbirleri yerine kullanılmış olduğu da görülmektedir (Spilka & McIntosh, 1996). Dindarlık ve maneviyat birçok yönden tanımlanmıştır. İnsanın öznel ve tecrübi yapısını tanımlamak adına maneviyat terimi kullanılmıştır (Apak & Acar, 2018). Dindarlık genellikle sosyal veya grup analiz düzeyi ile ilişkilendirilirken, maneviyat genellikle bireysel analiz düzeyi ile ilişkilendirilmektedir (Zinnbauer & Pargament, 2005). Pargament (1999)'a göre maneviyat kutsal olana yönelik arayış iken dindarlık kutsalla ilgili yollarla anlam arayışını ifade etmektedir. Hill, ve diğerleri (2000)'ne göre maneviyat için ölçüt, kutsalı arayışından doğan duygu, düşünce, deneyim ve davranışların tamamıdır. Burada arayış kelimesi; tanımlama, ifade etme, sürdürme veya dönüştürme girişimlerini ifade etmektedir. Kutsal teriminin ise kişi tarafından idrak ettiği şekliyle yüce bir varlık, ilahi bir nesne, nihai gerçeklik ya da nihai hakikat anlamına geldiği belirtilmektedir. Maneviyat ve dindarlık yaşam ve anlam ile ilgili soruları anlamaya yönelik kişisel bir arayışa güçlü bir şekilde dayanır. Dindarlık sadece yaratıcı hakkındaki inançlar değildir. Maneviyat da sadece yaşamla bütünlük değildir. Her iki yapıda bunlarla sınırlı olmamak üzere; biyoloji, duyum, duygulanım, anlam, ahlak, ilişkiler, roller, kişilik, öz farkındalık ve sağduyu olmak üzere çoklu boyutlar içermektedir (Zinnbauer & Pargament, 2005). Dini ve manevi inanç, davranış, algı ve benzerlerinin araç ve amaçları, bireyler ve gruplar için farklı gelişim aşamalarını yansıtır ve bunlarla birlikte değişir (Worthington E. L., 1989). Dindarlık ve maneviyat kendi gelişimsel yörüngesine sahiptir. Ancak aynı zamanda biliş, duygulanım ve ahlak alanındaki gelişmeler gibi diğer gelişmelerden de etkilenmektedir. Dindarlık ve maneviyat yaşam boyu geliştiği gibi insan gelişiminin diğer yönlerini de yansıtır ve birbirlerine bağımlıdırlar (Hill, ve diğerleri, 2000) Maneviyat dinin temel işlevi olup önemli bir insanların kutsalı yaşam yollarına ve hedeflerine tam olarak entegre etmelerine yardımcı olmaktadır. Dindarlık ise maneviyattan daha geniş bir olgu olup, kutsal ve fani olmak üzere insani işleyişin tüm yönleriyle ilgilenen bir olgudur. (Spilka & McIntosh, 1996) Tanımlamalara

bakıldığında dindarlık grup veya sosyal uygulama ve öğretileri kapsarken, maneviyat kişisel deneyim ve inançlara atıfta bulunma eğilimindedir. Zinnbauer ve Pargament (2005) önceki eleştirel özetler ve araştırma çabalarından dindarlık ve maneviyatın anlamları hakkında birkaç genel sonuca varmışlardır. Bunlar aşağıda sıralanmıştır;

1. Dindarlık ve maneviyat, diğer süreçlere veya olgulara indirgenemeyen kültürel olgulardır.
2. Çoğu insan kendini hem dindar hem de ruhani olarak tanımlar
3. Belirlenebilir bir azınlık kendini ruhani olarak tanımlar ancak dindar değildir ve maneviyatı dini reddetmenin bir aracı olarak kullanır.
4. Dindarlık ve maneviyat ABD nüfusunda önemli ölçüde örtüşmektedir ve yapılar genellikle “ilişkili ancak özdeş değil” olarak kabul edilir.
5. Dindarlık ve maneviyat çok boyutlu, karmaşık yapılardır.
6. Dindarlık ve maneviyat hem akıl sağlığı hem de ruh sağlığı ile ilişkilendirilebilir.
7. Hem dindarlığın hem de ruh sağlığının önemli ve işlevsel yönleri vardır.
8. Dindarlık ve maneviyat çok düzeyli yapılardır. Biyolojik, duygusal, bilişsel, ahlaki, ilişkisel, kişilik, sosyal, kültürel ve küresel olgular ile birbirleriyle ilişkilidirler.
9. Dindarlık ve maneviyat bireyler için zaman içinde gelişebilir ve değişebilir.
10. Dindarlık ve maneviyat, kullanımları arttıkça farklı anlamlar kazanmaktadırlar. Dindarlık genellikle sosyal veya grup analiz düzeyi ile ilişkilendirilirken maneviyat genellikle bireysel analiz düzeyi ile ilişkilendirilir.

Din ve maneviyat arasında keskin bir zıtlık veya karşılıklı dışlayıcılık görmeyen için, araştırmacılar bireyleri, ‘maneviyattan çok dindar, dindardan çok maneviyatçı, eşit derecede dindar ve maneviyatçı, ne dindar ne maneviyatçı’ şeklinde dört dini-manevi kimliğinden birine gruplamak için ‘daha fazla’ ifadesini kullanmışlardır (Chen, Cowden, & Streib, 2023).

Pew Research Religion & Public Life Project isimli araştırmada 2012 yılında kendini herhangi bir dinle özdeşleştiremeyen ve dini bağlılığı olmayan Amerikalıların sayısında hızlı bir artış olduğu bildirilmiştir (Mathur, Barak, Zhang, Lee, & Yoo, 2018). Daha önceden çalışılmış olan araştırmada Amerikalıların oranı 1990’larda iki katına çıkarak %7’den %14’e yükselmiştir (Hout & Pargament, 2003). Pew raporuna göre 2007’den 2012’ye kadar yapılan kamuoyu yoklamalarının ‘dine bağlı olmayan’

kategorilerin tüm ABD’li yetişkinlerin %15’inden %20’sine yükseldiğini ortaya koymaktadır. Ancak burada şaşırtıcı olan şey ise kendini dine bağlı olmadığını tanımlayan bireylerin aynı zamanda kendilerini ruhani olarak tanımlamasıdır. Pew raporunun sonucuna istinaden “ruhani ama değil” terimi ortaya çıkmıştır (Mathur, Barak, Zhang, Lee, & Yoo, 2018). Bunun sonucunda ise örgütlü dini reddeden ancak ilahi olana ve doğaüstüne inanan kişilerle ilgili bir maneviyat boyutu olduğu görülmektedir.

2.2.2. Dini / Manevi Başa Çıkma

Başta çıkma, yaşamın zorluklarıyla başta çıkmak için bireyin düşüncelerini, duygularını, davranışlarını ve ilişkilerini içeren çok boyutlu bir süreçtir (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016). Dolayısıyla dini ve manevi başta çıkma, stresle başta çıkmak için dini ve manevi araçların kullanılmasıdır. Koenig (2012) dini/manevi başta çıkma terimini fiziksel, psikolojik ve sosyal zorluklara uyum sağlama olarak dini inançların veya uygulamaların kullanılması anlamında kullanmaktadır. Dini ve manevi başta çıkma psikolojik ve fiziksel sağlık üzerinde etkileri olduğunu öne süren literatürün giderek artmasıyla birlikte, dini başta çıkma üzerine yapılan araştırmalarda büyümektedir. Dini inançlar, anlam ve önem arama, duygusal rahatlık hissetme, başkalarıyla yakınlık kurma ve stres zamanlarında manevi destek arama gibi başta çıkma yöntemlerine dönüştürülebilir (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016). Dinin ve maneviyatın nasıl kullanıldığına ve bunun sorun yaşayan bireyi nasıl etkilediğine bağlı olarak dini veya manevi başta çıkmanın olumlu veya olumsuz etkileri olabilmektedir. Olumlu dini başta çıkma, kişinin maneviyatını güçlendirir ve kişi sıkıntılı bir dönemden geçerken büyüme yaşarken olumsuz dini başta çıkma ile daha fazla sıkıntıya maruz kalabilmektedir (Bryant-Davis & Wong, 2013). Manevi mücadele kutsalı sorgulamayı manevi gerginlik hissetmeyi, yaratıcı tarafından terk edilmiş hissetmeyi, hayal kırıklığı ve öfkeyi içerebilir. Olumlu dini başta çıkma stratejileri arasında manevi destek arama, dini bağışlama ve iyiliksever değerlendirmelerde bulunma gibi yöntemler yer alırken, negatif başta çıkma yöntemleri ise manevi hoşnutsuzluk ve cezalandırıcı dini yeniden değerlendirmeleri içermektedir (Pargement, Smith, Koenig, & Perez, 1998). Olumlu dini ve manevi başta çıkma, daha düşük sıkıntı seviyeleri, daha az depresyon ve anksiyete ve daha az algılanan travma sonrası stresle ilgili semptomlarla bağlantılıdır (Gall & Guirguis-Younger, 2013). Afro-Amerikan ergenleri inceleyen bir çalışma, günlük manevi deneyimlerin toplumda şiddete maruz

kalmanın etkisini hafiflettiğini ve olumlu dini başa çıkmanın yaşam memnuniyetine ve olumlu duygulara katkıda bulunduğunu öne sürmüştür (Shannon, Oakes, Scheers, & Richardson, 2012).

Siegel, Anderman, ve Schrimshaw (2001) literatürü gözden geçirdikten sonra din ve maneviyatın başa çıkma sürecini etkilediği üç yol önermişlerdir. Din ve maneviyatın yorumlayıcı bir çerçeveye sunduğu, başa çıkma çabalarını artırdığını ve sosyal destek ve entegrasyona erişimi kolaylaştırdığını öne sürmektedirler. Onlara göre güçlü bir maneviyata sahip olmak veya bir dinle özdeşmek, bireyin sıkıntılarını anlam bulabileceği ve değerlendirme süreçlerini şekillendirebileceği yorumlayıcı bir çerçeve sunar (Siegel, Anderman, & Schrimshaw, 2001). Yaratıcının iradesine veya daha yüksek bir güçten gelen daha kalıcı bir anlama inanmak, olumsuz olayların etkisini en aza indirebilir ve ruhani bireyleri savunmasızlık ve öngörülmezlik korkularına karşı koruyabilir (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016). Siegel, Anderman ve Schrimshaw'ın (2001). Önerdiği ikinci yol olan başa çıkma çabalarının artırılması maneviyatın bireyin hakimiyet, kontrol ve öz-değer duyguları üzerindeki etkisinden etkilenmektedir. Maneviyat ve din, dua ve ritüeller aracılığıyla aktif başa çıkma fırsatları ve yaratıcı ile iş birliğine dayalı bir sorun çözme ilişkisi kurma şansı sağlar (Ladd & McIntosh, 2008). Din genellikle bireylerin fiziksel durumlarının ötesindeki önem ve değerlerini vurgulayarak, bireylerin manevi niteliklerine, ahlaklarına, dini topluluğa aktif katılımlarına ve başkalarına hizmetlerine güven duymalarını sağlar (Ellison & Levin, 1998). Siegel, Anderman ve Schrimshaw (2001) tarafından önerilen son yol ise sosyal desteğe erişimin kolaylaştırılması ve sosyal entegrasyonun teşvik edilmesidir. Dini kurumlara ve cemaatlere katılım, zor yaşam koşullarındaki bireylerin güvenilir duygusal, bilişsel ve maddi destek almalarını sağlar (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016). Sosyal destek ve manevi sistem olumsuz olayların bireyin dünya ve kendisiyle ilgili tutarlı şemasına entegre edilmesini de kolaylaştırabilir ve bu da daha olumlu ruh sağlığı sonuçlarına yol açar (Ladd & McIntosh, 2008).

2.3. İnfak

Para veya mali eden çıkarmak manasıyla kullanılan infak kelimesi 'tükenmek, tamamlanmak, son bulmak' manasına gelen nefk kökünden türetilmiştir (Çağrı, 2000). İnsanların başka kişiler ve toplumlar için yaptığı harcamalar ile kişilerin kendileri için yaptıkları harcamalarda infak kavramının içine dahildir (Gül, 2005).

Allah'ın rızasını kazanmak için kişinin kendi mal varlığından muhtaçlara yardımda bulunması ve karşılıksız harcama yapması da infaktır (Çağrıcı, 2000). Allah (c.c), Kur'an'da insanlara bahşetmiş olduğu malı nasıl harcamaları gerektiğini açıklanmıştır. Ra'd 22 suresinde "Onlar, Rablerinin rızasını kazanmak için her türlü sıkıntıya sabrederler, namazı dosdoğru kılarlar, kendilerine verdiğimiz rızıklardan gizlice ve açıktan Allah yolunda harcar, kötülüğü iyilik yaparak kendilerinden uzaklaştırırlar. Dünya hayatının güzel sonu sadece onlarındır." Böylece Allah yolunda harcama yapmanın gizliden ve açıktan yapılabileceğini insanlara bildirilmiştir. İnfak yapmanın herhangi bir kısıtlaması yoktur. Sadece yoksula veya fakire yapılabilecek diye bir kaidenin olmadığı gibi bireyin kendi ailesine yakınlarına, toplum refahını sağlayacak şeylere yani kendi malından yapabileceği her harcama infak sayılabilmektedir. İnfak etmek, malından harcama yapmak İslam dininde övgüye layık görülen bir davranıştır. Nitekim yine Kur'an'da Allah (c.c.) buyurmuştur; "Onlar ki; bollukta ve darlıkta infak ederler, öfkelerini yenerler, insanların kusurlarını bağışlarlar. Allah, ihsan edenleri sever." (Al-i İmran 134).

İnfak sadece Allah yolunda iyilik yapmakla birlikte aynı zamanda sosyal işler veya bağışlar içinde geçerlidir. Kur'an'da her türlü harcama ve malın harcanması infak olarak adlandırılır ve kapsamı şu şekildedir; Malın bir kısmının vermek (Enfal 63), kocanın eşinin ve ailesinin harcamalarını finanse etmesi, geçimini sağlaması (Nisa 34), zekat vermek (Bakara 267).

Allah (c.c), Bakara Suresi 262. ayetinde "Mallarını Allah yolunda harcayan, sonra da harcadıklarının peşinden bunları başa kakmayan ve gönül incitmeyenlerin, Rab'leri katında mükafatları vardır. Onlar için korku yoktur. Onlar üzülmeyeceklerdir de." buyurmaktadır. Burada insan yaptığı bir yardımın mükafatına kavuşacakları anlaşılmaktadır ki yapılan her yardımın karşılığını alacağını bilen insan bundan geri durmak istemez. Allah (c.c) infak için insanları güzel bir şekilde teşvik eder. İnsanın en büyük imtihanlarından biri mal varlığıdır. İnsan malını kaybedeceğini düşünüp, fakirlik korkusuna kapılabilir. Ancak burada insanın korkuya kapılmaması gerektiği aksine onun üzülmeyeceği buyrulmuştur. Ayrıca Allah (c.c) "Mallarını Allah yolunda harcayanların örneği, her başağında yüz tanenin bulunduğu yedi adet başak çıkaran bir tohum tanesi gibidir. Allah dilediğine katlayarak verir. Allah (zat ve sıfatlarında) sınırsızdır, her şeyi bilmektedir." buyurmaktadır (Bakara 261). Bu ayetten anlaşılacağı

üzere de infak yapan bir insanın maddi olarak daha fazla elde edebileceği bildirilmiş olup infaka teşvik edilmiştir.

2.3.1. Zekat

Sözlük manasıyla “artma, arıtma; övgü ve bereket” anlamına gelen zekat kelimesi terim anlamı olarak da Kur’an’da belirtilen şekliyle sınıflara sarf etmek üzere dinen zengin sayılan Müslüman kişilerin malından alınan belli bir pay demektir (Erkal, 2013). Ayrıca İslam’ın beş şartından biri olmakla birlikte her Müslümanın yapması zorunlu olan vazifelerinden biri sayılmaktadır. Allah (c.c.) Tevbe suresi 60. ayet-i kerimede “Zekatlar, Allah’tan bir farz olarak ancak fakirler, düşkünler, zekat toplayan memurlar, kalpleri İslam’a ısındıracak olanlarla (özgürlüğüne kavuşturulacak) köleler, borçlular, Allah yolunda cihat edenler ve yolda kalmış yolcular içindir. Allah hakkıyla bilendir, hüküm ve hikmet sahibidir.” şeklinde zekatın zorunlu yapılması gerektiği konusunda bildiride bulunmuştur.

2.3.2. Sadaka

“Gerçek olmak; doğruluk” gibi manası olan sıdk kökünden türetilen sadaka kelimesi, Allah (c.c.) rızasını kazanmak için yapılan bireyin servetinden gönüllü maddi yardımları ifade eder (Duman, 2008). Sadaka kelimesi Ku’ân’da 13 yerde geçmektedir. Sadaka verenlerin verildiklerinin karşılığını kat kat arttırıldığı (Hadid 18), mükafatlandırıldığı (Yusuf 88) ve Allah’ın (c.c.) rızasına erişebileceği (Nisa 114), günahlara kefarete olacağı (Bakara 271) Kur’an’da bildirilmiştir.

İslam’da infak, sadaka ve zekatın farklı amaçları vardır. İnfak ve sadaka gönüllülük esasına dayanırken, zekat zorunlu yapılan bir şeydir. Zekat için belirli bir mal varlığına ve uygunluk koşullarına sahip olmak gerekirken infak ve sadaka da bu aranmaz. İnfak ve sadakada kişinin durumu ne olursa olsun tüm Müslümanlar için tavsiye edilen ve övülen bir davranıştır. Zekatın verilebilmesi için belirli alıcının uygun kriterlerine olması gerekmektedir. Ancak infak ve sadaka da öyle bir sınırlama yoktur ve herkese verilebilmektedir. Ayrıca zekatın verilmesi gereken belirli bir miktara sahip olması gerekirken, infak ve sadakada bireyin isteğine göre verilir. Genel olarak zekat zorunlu ve belirli koşullara ve alıcılara sahipken, infak ve sadaka gönüllüdür ve daha geniş uygulamalara sahiptir (Ritonga & Mahyudin, 2018). Bu da İslam’da daha geniş yardım etme biçimlerini sunmuş olur.

İnsan dünyada tek başına değildir ve tek başına olmadıkları gibi her bir insan, her bakımdan birbirinden farklıdır. İnsanlar, tek bir millet, tek bir ümmet ve tek bir devlet olmayacakları da tarihsel açıdan bakıldığında anlaşılmıştır. Allah (c.c) her topluluğa, her bireye ayrı ayrı yaşantılar nasip etmiştir. Allah (c.c) bir kişiye, bir topluma ihtiyacından fazlasını vermişse eğer, onu paylaşması gerektiğini ve buna teşvik ettiğini yukarıda açıklanan bazı ayetlerden görülmüştür. Yapılan araştırmalarda dindarlığın hayırsever bağışları öngördüğü yönündedir (Nilsson, Erlandsson, & Västfjäll, 2020). İnfak kavramı sadece İslam dinine özgü olsa da diğer dinlerde de yadımda bulunmak önemli vazifelerden biridir. Batı kültüründe ‘charity/donation’ yani bağış şeklinde yerini almaktadır. Bağış yapmak toplumlar için sosyal düzeni sağlamak için çok önemlidir. Yardıma muhtaç insanlar için her devletin kendi kurumlarıyla birlikte birçok özel kurumda bulunmaktadır. Bu gibi kurumlar varlıklı insanların bağış yapabilmeleri için bir vesiledir. Böylece toplumlar sosyal düzeni sağlamakla birlikte, insanlar arası bağıda güçlendirmiş olmaktadır. Hayırsever bağışlar modern dünyada, özellikle de kayda değer kişisel fedakarlıklar gerektirmeyen bağışların bile diğer insanların yaşamları üzerinde muazzam bir etkiye sahip olabildiği gelişmiş ülkelerde en önemli ahlaki davranış biçimleri arasında yer almaktadır (Singer, 2009).

Prososyal davranış, gönüllü olarak başkalarının yararına yapılan davranışlardır (Eisenberg, Fabes, & Spinard, 2016). Bu davranış biçimi içerisine sadece maddi değil tüm yapılan yardım hareketleri girmektedir. Prososyal davranış biçiminin refahı artırıp artırmadığına ilişkin tartışmalar Aristoteles’in yaşamın amacının modern mutluluk kavramıyla yakından bağlantılı olan “eudaemonia” ya ulaşmak olduğunu savunduğu Antik Yunan’a kadar uzamaktadır. Aristoteles’e göre eudaemonia, haz veren hedonik bir deneyimden daha fazlasıdır ve bireyin ahlaki görevini başarıyla yerine getirmesinden mutluluk duyduğu bir durumdur (Anik, Aknin, Norton, & Dunn, 2009). Yapılan bir araştırmada fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) kanıtları, hayır kurumuna para vermenin, zevk ve ödül deneyimine dahil olan bölgelerde benzer beyin faaliyetlerine yol açtığı gösterilmiştir (Harris & Huang, 1973). Dunn, Aknin ve Norton (2008) yapmış oldukları çalışmada hediye verme ve hayırsever bağışlar gibi özgeci finansal davranışlarının mutluluğu teşvik edebileceğini göstermişlerdir. Çalışmalarının sonucunda prososyal harcamalara daha fazla para ayıran bireyler daha fazla mutluluk bildirirken, kişisel harcamaların mutlulukla ilişkisi olmadığını belirtmişlerdir (Dunn, Aknin, & Norton, 2008). Bu çalışlardan çıkan sonuca göre

paylaşma tutumu insanın psikolojik halini olumlu yönde etkilemektedir. Bireyler paylaştıkça mutlu olmuşlardır. Aynı zamanda mutlu olan bireylerin de hayırsever davranışlarda bulunduğunu ve başkalarına yardım etme olasılıklarının daha yüksek olduğu gösterilmiştir (Isen & Levin, 1972). Dolayısıyla kendini iyi hisseden insanların yardım etme olasılığı daha yüksektir. Wang ve Graddy (2008) mutlu insanların hem başkalarına yardım etmek için duygusal olarak daha yetenekli olduklarını hem de daha iyimser kişiliklere sahip olduklarını ve hayırsever bağış davranışını teşvik ettiklerini öne sürmektedir. Know ve Earley (2008) de daha mutlu insanların olumlu duygularıyla beslendikleri için daha fazla bağışta bulduklarını ileri sürmüşlerdir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişkenin arasındaki ilişkiyi belirlemek ve neden-sonuç kapsamında ipuçları elde etmek amacıyla kullanılan yöntemdir (Büyüköztürk, Kılıç, Akgün, & Karadeniz, 2018).

Araştırmada 492 katılımcı bulunmaktadır. Her katılımcı kendilerine sunulan Kişisel Bilgi Formu, Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeğine cevap vermişlerdir.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma grubu 2023 yılında İstanbul'da ikamet eden tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilen 18 yaş ile 50 yaş arasındaki 492 yetişkin katılımcılardan oluşmaktadır. Bu araştırma 492 (304 kadın, 188 erkek) kişi ile yürütülmüştür. Katılımcılara Bilgilendirilmiş Gönüllük Onam Formu aracılığıyla da araştırmanın amacı ve katılımcının gönüllük esasına dayalı olduğuna dair bilgilendirilme yapılmıştır (EK-2). Araştırmada "Kişisel Bilgi Formu" içinde yer alan sorulara katılımcıların yanıtları doğrultusunda dağılım gösteren demografik değişkenlerinin frekans ve yüzdeleri aşağıda Tablo 3. 1'de verilmiştir.

Tablo 3. 1: Demografik Özelliklerin Dağılımı

| Demografik Bilgiler | Gruplar | N | % |
|-----------------------|---------------|-----|--------|
| Cinsiyet | Kadın | 280 | 60.3% |
| | Erkek | 184 | 39.7% |
| Yaş | 18-30 | 247 | 53.2% |
| | 31-40 | 124 | 26.7% |
| | 41-50 | 93 | 20.1% |
| Medeni Durum | Bekâr | 251 | 54.1% |
| | Evli | 213 | 45.9 % |
| Eğitim Durumu | Lise | 49 | 10.6 % |
| | Lisans | 332 | 71.6 % |
| | Lisansüstü | 83 | 17.8 % |
| Sosyo-ekonomik Düzeyi | 1- 6000 | 148 | 31.9 % |
| | 6001- 10000 | 76 | 16.4 % |
| | 10001- 15000 | 67 | 14.4 % |
| | 15001- 20000 | 111 | 23.9 % |
| | 20001 ve üstü | 62 | 13.4 % |

Tablo 3.1. incelendiğinde; araştırmaya katılan 464 bireyin 280'ü (%60.3'i) kadın, 184'i (%39.7'si) ise erkeklerden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş düzeyleri 247'si (%53.2'si) 18-30 yaş, 124'ü (%26.7'ü) 31-40 yaş, 93'si (%20.1'i) ise 41-50 yaş aralığındadır. Katılımcıların medeni durumu 251'si (%54.1'si) bekâr, 213'si (%45.9'ü) evlidir. Katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında, 49'i (%10.6'si) lise, 332'ü (%71.6'si) lisans ve 83'ü (%17.8'u) lisansüstü eğitim düzeyindedir. Katılımcıların sosyo-ekonomik düzeyleri ise 148'i (%31.9'i) 1-6000 TL, 76'ü (%16.4'i) 6001- 10000 TL, 67'i (%14.4'si) 10001- 15000 TL, 111'u (%23.9'si) 15001- 20000 TL ve 62'ü (%13.4'ü) 20001 ve üzeri ekonomik düzeyine sahiptir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, veri toplama aracı olarak sosyo-demografik özelliklerin belirlenmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu”, katılımcıların maneviyat düzeylerini ölçmek amacıyla travma sonrası stres düzeylerini ölçmek için Evren ve diğeri (2016) tarafından Türkçe versiyonu oluşturulan “Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği”, Şirin (2018) tarafından geliştirilen “Maneviyat Ölçeği” ve katılımcıların infakta bulunma düzeylerini ölçmek için Karakaş (2013) tarafından geliştirilen “Paylaşma Tutumu Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan form ve ölçeklerin cevaplanma süresi ortalama 15 dakika olarak hesaplanmıştır. Veri toplama araçlarından olan ölçekler ekte sunulmuş olup gerekli izinler alınarak kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya dahil olan katılımcıların kişisel bilgilerini öğrenme sebebiyle oluşturulmuş formdur. Araştırmada için kullanılan bu bilgi formunda katılımcıların cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim durumu ve ekonomik düzeyini (2023 yılında asgari ücret net 8506 idi.) öğrenmek için bu sorular yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır (EK-3).

3.3.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği

Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği LeBeau, ve diğeri (2014) tarafından geliştirilmiştir ancak Evren, ve diğeri (2016) tarafından ölçeğin kısa formunun Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır (EK-4). Ölçek travma sonrası stres düzeyinin ölçülmesi adına geliştirilmiştir (LeBeau, ve diğeri, 2014). Ölçek 5’li likert tipli olmakla birlikte 9 maddeden ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek “(0) Hiç, (1) Biraz, (2) Orta, (3) Oldukça, (4) Aşırı şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan travma sonrası stres düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek toplam puan aralığı 0 – 36’dır. Ölçeğin Türkçe versiyonunun Cronbach’s Alpha değeri 0.87 olarak belirtilmiştir (Evren, ve diğeri, 2016). Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0,853’tür.

3.3.3. Maneviyat Ölçeği

Maneviyat Ölçeği, Şirin (2018) tarafından Türkiye örnekleminde geliştirilmiş bir ölçek olup kişinin maneviyat düzeyini ölçmek amacıyla kullanılmaktadır (EK-5). Maneviyat Ölçeği, 5’li likert tipi bir ölçek olup 3 olumsuz 24 olumlu toplam 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri “(1) Bana Hiç Uygun Değil, (2) Bana Uygun Değil, (3) Bana Biraz Uygun, (4) Bana Oldukça Uygun, (5) Bana Tamamen Uygun” şeklinde 5’li likert tarzında hazırlanmıştır. Ölçekte yer alan olumsuz maddeler değerlendirmeye alınmadan önce ters kodlanmaktadır. Ölçek toplam puanı açısından değerlendirildiğinden ölçekten alınacak en yüksek puan 135, en düşük puan 27’dir. Ölçeğin alt boyutları manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi yaşantı, anlam arayışı, manevi hoşnutluk, bağlantı, tabiatla uyum boyutudur. Manevi Başa Çıkma (5 madde 9, 12,20,21, 23), Aşkınlık (2 madde 19, 22), Manevi Yaşantı (5 madde 3, 11, 24, 25, 27), Anlam Arayışı (4 madde 7, 14, 15, 17), Manevi Hoşnutluk (4 madde 6, 8, 13, 26), Bağlantı (4 madde 1, 2, 4, 18), Tabiat ile Uyum (3 madde 5, 10, 16). Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde test edilen modelin uyum endekslerinin uygun olduğu saptanmıştır [χ^2 (833,651, sd=303, p= .000); $\chi^2/ sd= 2.75$; RMSEA= 0.05; SRMR = 0.04; GFI=0.90; AGFI=0.88; CFI=0.91; IFI= 0.91; NFI=0.90; RFI=0.85]. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasından elde edilen sonuç ise, Cronbach Alpha 0.90; Guttman 0,91; Spearman Brown 0.89; test-tekrar test güvenilirlik kat sayısı $r=.95$ olarak bulunmuştur (Şirin, 2018). Ölçekten alınan yüksek puan, kişide maneviyatın yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada kullanılan maneviyat ölçeğinin Cronbach Alpha değeri 0,929’dir.

3.3.4. Paylaşma Tutumu Ölçeği

Paylaşma Tutumu Ölçeği, Karakaş (2013) tarafından Türkiye örnekleminde geliştirilmiş bir ölçek olup kişinin paylaşma tutum düzeyini göstermektedir (EK-6). Paylaşma Tutumu Ölçeği 6’lı likert şeklinde hazırlanmış olup “(0) Hiç Katılmıyorum, (1) Çok Az Katılıyorum, (2) Bazen Katılıyorum, (3) Katılıyorum, (4) Oldukça Katılıyorum, (5) Tamamen Katılıyorum” şeklindedir. Ölçek, Kurumsal Paylaşma, Bireysel Paylaşma ve Sosyal Paylaşma şeklinde 3 alt boyut içermektedir. Ölçeğin elde edilen değerleri Kaiser Meyer Olkin = 0.800, Bartlett’s Test of Sphericity = 885,529, $df=91$, $p=0.000$ şeklindedir. Cronbach’s Alpha değeri ise 0,76 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların Cronbach’s Alpha değerleri; kurumsal alt boyut için $\alpha=.736$, Bireysel

Paylaşma alt boyutu için $\alpha=,496$, Sosyal Paylaşma alt boyutunun ise $\alpha=,644$ şeklinde hesaplanmıştır (Karakaş, 2013). Ölçekten alınan yüksek puan, kişide paylaşma tutumunun yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu araştırma için ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0,818'tür.

3.4.Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmada yer alan veri toplama araçlarının kullanımı için gerekli ölçek izinleri ve diğer izinler üniversitenin etik kurul onayına sunulmuş 2023/02 tarih sayılı onay alınmıştır. Araştırmaya katılan bireyler tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiştir. Uygulama öncesi katılımcılara araştırma amaçları açıklanarak çalışmanın gönüllülük esasına dayandığı bilgisi verilmiştir. Ölçekler hakkında bilgilendirme yapılarak veriler toplanmış ve ölçeklerin 15 dakikada cevaplandığı gözlemlenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için IBM SPSS Statistics 22 programı kullanıldı. Verilerin analizi yapılmadan önce ölçeklerden alınan puanların normal dağılımı test edilmiştir. Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Maneviyat ve Paylaşma Tutum Ölçek puanlarının basıklık ve çarpıklık değerleri hesaplanmış ve tablo 3.2. de açıklanmıştır.

Tablo 3. 2: Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Puanlarının Normal Dağılımı İçin Yapılan Basıklık- Çarpıklık Test Sonuçları

| | N | \bar{X} | Çarpıklık (Skewness) | Basıklık (Kurtosis) | SS |
|-----------|-----|-----------|-------------------------|------------------------|------|
| TSSB | 464 | 25.6 | -0.049 | -0.291 | 7.79 |
| Maneviyat | 464 | 112 | -1.59 | 2.915 | 16.8 |
| PTÖ | 464 | 47.3 | -0.732 | 0.436 | 10.1 |

Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin normal dağılım olması için çarpıklık ve basıklık değerleri -2 ile +2 arasında (veya -3 ile +3) arasında yer alması gerekmektedir (Karaalioğlu, 2015). Araştırmanın ölçeklerinin çarpıklık ve basıklık değerleri analizine göre Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ölçeği; çarpıklık (-0.049), basıklık (-0.291), Maneviyat ölçeği; çarpıklık (-1.59), basıklık (2.915), Paylaşma tutumu ölçeği; çarpıklık (-0.732), basıklık (0.436)'dir. Normallik analizinde

maneviyat ölçeği basıklığın (-2, +2) arasında değil (-3, +3) arasında olduğu tespit edilmiş ve normal dağılım sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden parametrik testler uygulanmıştır. Çalışmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistik değerleri, iki grup ortalamaları ilişkilerinde anlamlılık olup olmadığının analizi için bağımsız t testi, ikiden fazla gruplar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan travma sonrası stres bozukluğu, maneviyat ve paylaşma tutum leklerinin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alpha) değerleri ve ölçekler arasında ilişkini tespit etmek amacıyla korelasyon analizleri, Maneviyat ile Paylaşma Tutumu leklerinin TSSB üzerinde etkisi olup olmadığına bakmak için regresyon analizleri yapılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Betimleyici Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan ölçeklerin betimsel istatistikleri aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 4. 1: TSSB, Maneviyat, Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Ortalamaları

| Ölçekler | Ort. | SS | Min. | Max. |
|-----------|------|------|------|------|
| TSSB | 25.6 | 7.79 | 9 | 45 |
| Maneviyat | 112 | 16.8 | 29 | 135 |
| PTÖ | 47.3 | 10.1 | 16 | 70 |

Tablo 4.1. de çalışmada kullanılan Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), Maneviyat ve Paylaşma Tutumu ölçeği puanlarının betimsel istatistikleri verilmiştir. TSSB ölçeğinin ortalaması: $\bar{x}=25.6$, standart sapması: $SS=7.79$, ölçekten alınan min (en düşük) puan 9, max (en yüksek) puan ise 45'dir. Maneviyat Ölçeğinin ortalaması: $\bar{x}=112$, standart sapması: $SS=16.8$, ölçekten alınan min (en düşük) puan 29, max (en yüksek) puan ise 135'dir. Paylaşma Tutumu Ölçeğinin (PTÖ) ortalaması: $\bar{x}=47.3$, standart sapması: $SS=10.1$, ölçekten alınan min (en düşük) puan 16, max (en yüksek) puan ise 70'dir.

4.2. Araştırmanın Problemine Yönelik Bulgular

Bu bölümde katılımcıların elde edilen kişisel verilerine ilişkin fark testleri sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4. 2: Çalışmaya Yer Alan Bireylerin Cinsiyetine Göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Bağımsız t Test Sonuçları

| Ölçekler | Gruplar | N | X | SS | t Testi | | |
|-----------|---------|-----|-------|------|---------|------|-------------|
| | | | | | Sd. | t | P |
| TSSB | Kadın | 280 | 26.6 | 7.3 | 462 | 2.63 | .105 |
| | Erkek | 184 | 24.1 | 8.3 | | | |
| Maneviyat | Kadın | 280 | 114.2 | 13.7 | 462 | 19.0 | .000 |
| | Erkek | 184 | 108.4 | 20.1 | | | |
| PTÖ | Kadın | 280 | 48.7 | 9.2 | 462 | 8.2 | .004 |
| | Erkek | 184 | 45.3 | 11.0 | | | |

Tablo 4.2.'e bakıldığında çalışmanın demografik değişkenlerinden cinsiyete göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma tutumu puanlarının farklılaşma durumunu görmek için uygulanan t testi sonucunda; maneviyat ve paylaşma tutumu düzeylerinde cinsiyetler arası farklılaşma tespit edilmiştir. Kadın katılımcıların maneviyat ($t= 19.0, p< .05$), ve paylaşma tutumu ($t= 8.2, p< .05$) düzeyleri erkek katılımcılara oranla daha yüksektir. Katılımcıların TSSB düzeyinde ise cinsiyet arası anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($t= 2.63, p> .05$).

Tablo 4. 3: Çalışmaya Yer Alan Bireylerin Medeni Durumuna Göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma Tutumu Ölçeklerinin Bağımsız t Test Sonuçları

| Ölçekler | Gruplar | N | X | SS | t Testi | | |
|----------|---------|-----|------|-----|---------|-------|------|
| | | | | | Sd. | t | P |
| TSSB | Evli | 251 | 25.7 | 7.8 | 462 | 0.025 | .875 |
| | Bekar | 213 | 25.4 | 7.8 | | | |

| | | | | | | | |
|-----------|-------|-----|-------|------|-----|-------|------|
| Maneviyat | Evli | 251 | 110.4 | 17.2 | 462 | 0.655 | .419 |
| | Bekar | 213 | 113.6 | 16.1 | | | |
| PTÖ | Evli | 251 | 46.3 | 10.1 | 462 | 0.783 | .377 |
| | Bekar | 213 | 48.6 | 9.9 | | | |

Tablo 4.3.'e bakıldığında demografik değişkenlerinden medeni duruma göre TSSB, Maneviyat ve Paylaşma tutumu puanlarının farklılaşma durumunu görmek için uygulanan t testi sonucunda; TSSB ($t= 0.025$, $p> .05$), maneviyat ($t= 0.655$, $p> .05$) ve paylaşma tutumu ($t= 0.783$, $p> .05$) düzeylerinde medeni durum arası anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4. 4: Çalışmaya Katılan Bireylerin TSSB Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları

| ANOVA Sonuçları | | | | | | | | | | |
|----------------------|--------------|-----|--------|--------|------|---------|-----|------|-------|------|
| | Gruplar | N | X | SS | V.K. | KT | sd | K.O | f | P |
| Yaş | 18-30 | 247 | 2,87 | ,85379 | G. A | ,637 | 2 | ,319 | ,425 | ,654 |
| | 31-40 | 124 | 2,82 | ,88597 | G. I | 346,030 | 461 | ,751 | | |
| | 41-50 | 93 | 2,78 | ,87326 | T | 346,667 | 463 | | | |
| Eğitim Düzeyi | Lise | 49 | 2,8367 | ,82468 | G. A | 159 | 2 | ,080 | ,106 | ,899 |
| | Lisans | 332 | 2,8507 | ,86319 | G. I | 346,508 | 461 | ,752 | | |
| | Lisansüstü | 83 | 2,8019 | ,90551 | T | 346,667 | 463 | | | |
| Sosyo-ekonomik Düzey | 1- 6000 | 148 | 2,9077 | ,82737 | G. A | 3,630 | 4 | ,908 | 1,214 | ,304 |
| | 6001- 10000 | 76 | 2,8275 | ,81899 | G. I | 343,037 | 459 | ,747 | | |
| | 10001- 15000 | 67 | 2,7330 | ,97941 | T | 346,667 | 463 | | | |
| | 15001- 20000 | 111 | 2,9139 | ,90189 | | | | | | |

Tablo 4.4. incelendiğinde katılımcıların TSSB ölçeği puanlarının demografik değişkenlerinden yaş, medeni durum, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyleri açısından farklılık olup olmadığını analiz etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analizin sonucuna göre katılımcıların TSSB düzeylerinin yaş, eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyleri değişkenleriyle anlamlı bir farklılığın oluşmadığı görülmüştür ($F= ,425$; $F= ,106$ $F= 1,214$, $p> ,05$).

Tablo 4. 5: Araştırmaya Katılan Bireylerin Maneviyat Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları

| ANOVA Sonuçları | | | | | | | | | | |
|----------------------|---------------|-----|--------|--------|------|---------|-----|------|------|------|
| | Gruplar | N | X | SS | V.K. | KT | sd | K.O | f | P |
| Yaş | 18-30 | 247 | 4,1254 | ,60087 | G. A | ,270 | 2 | ,135 | ,349 | ,706 |
| | 31-40 | 124 | 4,1502 | ,65428 | G. I | 178,556 | 461 | ,387 | | |
| | 41-50 | 93 | 4,1880 | ,63489 | T | 178,827 | 463 | | | |
| Eğitim Düzeyi | Lise | 49 | 4,1542 | ,57657 | G. A | ,543 | 2 | ,272 | ,702 | ,496 |
| | Lisans | 332 | 4,2614 | ,60760 | G. I | 178,283 | 461 | ,387 | | |
| | Lisansüstü | 83 | 4,0714 | ,69955 | T | 178,827 | 463 | | | |
| Sosyo-ekonomik Düzey | 1- 6000 | 148 | 4,1199 | ,58854 | G. A | ,439 | 4 | ,110 | ,283 | ,889 |
| | 6001-10000 | 76 | 4,2076 | ,53590 | G. İ | 178,387 | 459 | ,389 | | |
| | 10001-15000 | 67 | 4,1526 | ,67072 | T | 178,827 | 463 | | | |
| | 15001-20000 | 111 | 4,1441 | ,66459 | | | | | | |
| | 20001 ve üstü | 62 | 4,1183 | ,67331 | | | | | | |

Tablo 4.5. incelendiğinde katılımcıların Maneviyat ölçeği puanlarının demografik değişkenlerinden yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyleri açısından farklılık olup olmadığını analiz etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analizin sonucuna göre katılımcıların maneviyat düzeylerinin yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyleri değişkenleriyle anlamlı bir farklılığın oluşmadığı görülmüştür ($F= ,706$ $F= ,496$, $F= ,889$, $p> ,05$).

Tablo 4. 6: Çalışmaya Katılan Bireylerin Paylaşma Tutumu Ölçek Puanlarının Yaş, Medeni Durum, Eğitim Düzeyi ve Sosyo-ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Test Sonuçları

| | | ANOVA Sonuçları | | | | | | | | | |
|----------------------|---------------|-----------------|--------|--------|------|---------|-----|------|-------|------|--|
| | Gruplar | N | X | SS | V.K. | KT | sd | K.O | f | P | |
| Yaş | 18-30 | 247 | 3,3236 | ,69551 | G. A | 1,761 | 2 | ,881 | 1,706 | ,183 | |
| | 31-40 | 124 | 3,4574 | ,76335 | G. İ | 237,945 | 461 | ,516 | | | |
| | 41-50 | 93 | 3,4301 | ,71684 | T | 239,707 | 463 | | | | |
| Eğitim Düzeyi | Lise | 49 | 3,3863 | ,74072 | G. A | ,231 | 2 | ,115 | ,222 | ,801 | |
| | Lisans | 332 | 3,3938 | ,71432 | G. I | 239,476 | 461 | ,519 | | | |
| | Lisansüstü | 83 | 3,3330 | ,73458 | T | 239,707 | 463 | | | | |
| Sosyo-ekonomik Düzey | 1- 6000 | 148 | 3,3263 | ,68152 | G. A | 1,317 | 4 | ,329 | ,634 | ,638 | |
| | 6001-10000 | 76 | 3,4239 | ,70868 | G. İ | 238,390 | 459 | ,519 | | | |
| | 10001-15000 | 67 | 3,3220 | ,79601 | T | 239,707 | 473 | | | | |
| | 15001-20000 | 111 | 3,4163 | ,72517 | | | | | | | |
| | 20001 ve üstü | 62 | 3,4574 | ,73306 | | | | | | | |

Tablo 4.6. incelendiğinde katılımcıların Paylaşma tutumu ölçeği puanlarının demografik değişkenlerinden yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyleri açısından farklılık olup olmadığını analiz etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analizin sonucuna göre katılımcıların maneviyat düzeylerinin yaş, eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyleri değişkenleriyle anlamlı bir farklılığın oluşmadığı görülmüştür (F= 1,706; F= ,222; F= ,634, p> ,05).

Tablo 4. 7: Çalışmada Kullanılan TSSB Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Korelasyon Analizi

| Ölçekler | | TSSB | Maneviyat | PTÖ |
|-----------|---|-------------|-------------|-------------|
| TSSB | r | — | -,203** | -,018 |
| | p | — | ,000 | ,696 |
| Maneviyat | r | -,203** | — | ,485** |
| | p | ,000 | — | ,000 |
| PTÖ | r | -,018 | ,485** | — |
| | p | ,696 | ,000 | — |

**P< ,01

Tablo 4.7. incelendiğinde; TSSB ile Maneviyat arasında negatif yönlü korelasyon tespit edilmiştir (r= -,203, p<,01). Travma sonrası stres düzeyleri yükseldikçe maneviyat düzeyleri azalmakta, maneviyat düzeyleri yükseldikçe travma sonrası stres düzeylerinde düşüş göstermektedir. Maneviyat ile paylaşma tutumu arasında pozitif yönlü korelasyon tespit edilmiş (r= ,485, p<,01) olup, bireylerin maneviyat düzeyleri arttıkça paylaşma tutumu düzeyleri de yükselmekte, paylaşma tutumu yükseldikçe maneviyat düzeyleri de artış göstermektedir.

Tablo 4. 8: Çalışmada Kullanılan TSSB Ölçeği, Maneviyat Ölçeği ve Paylaşma Tutumu Ölçeği Regresyon Analizi

| Değişken | B | Standart Sapma | β | t | P | R ² | R |
|----------------|-------|----------------------------|---------|--------|-------------|----------------|------|
| Sabit (TSSB) | 3,880 | ,273 | - | 14,213 | ,000 | - | - |
| Maneviyat | -,354 | ,072 | -,254 | -4,893 | ,000 | ,041 | ,203 |
| PTÖ | ,126 | ,062 | ,105 | 2,024 | ,044 | ,000 | ,018 |
| R= ,223 | | R²= ,050 | | | | | |

Araştırmaya katılan bireylerin maneviyat ve paylaşma tutumu düzeylerinin travma sonrası stres düzeylerini ne derecede yordadığını ortaya koymak için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 4.7'nin sonucuna göre;

Maneviyat ve paylaşma tutumları bireylerin travma sonrası stres düzeylerini anlamlı yönde yordamaktadır ($R= ,223$, $R^2= ,050$, $p< ,05$). Bireylerin maneviyat ve paylaşım tutumu düzeyleri travma sonrası stres düzeylerini %5 düzeyinde açıklamaktadır.



BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Bu çalışmada travma sonrası stres bozukluğunun ile demografik bilgiler arasında bir farklılık bulunmamıştır. Bu çalışmanın katılımcı skalasıyla alakalı bir durum olabilmektedir.

Çalışmaya katılan bireylerin maneviyat düzeyleri, cinsiyet ile anlamlı farklılık gösterirken, katılımcıların yaş, eğitim durumu ve sosyo-ekonomik düzeyleri ile anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Katılımcıların maneviyat düzeylerine göre kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha yüksek maneviyata sahip olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalar genellikle yaşam boyunca artan maneviyat seviyeleri olduğunu ve kadınlar arasında daha yüksek seviyede olduğunu bulmuşlardır (Brown, Chen, Gehlert, & Piedmont, 2012; Garelli, 2007; Wink & Dillon, 2002). Maneviyatın eğitimle pozitif, yaşla ise negatif ilişkisi olduğunu ortaya koyan çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla maneviyatçı olduğunu bulmuşlardır (Shahabi, ve diğerleri, 2002). Ayrıca Hintli üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada kız öğrencilerin erkek öğrencilerden göre maneviyat düzeyleri daha yüksektir (Deb, McGirr, & Sun, 2016). Türkiye 'de yapılan araştırmalarda kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde maneviyata sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Yapıcı & Koçak, 2017; Gencer, Tekgöz-Obuz, & Babahanoğlu, 2021). Bu çalışmalar kadınların erkeklere oranla daha yüksek maneviyata sahip olduğunu göstererek yapılan çalışmayı destekler niteliktedir. Ancak desteklemeyen ve erkeklerin kadınlardan daha yüksek düzeyde maneviyat sahip olduğunu belirten çalışmalarda bulunmaktadır (Hodge & McGrew, 2006; Shahabi, ve diğerleri, 2002). Bu çalışmalardan bir tanesi Kocabaş ve Toraman'ın (2018) yoğun bakım ve ameliyat birimlerinde çalışan personelin işyeri maneviyatı üzerine yaptığı çalışmadır ki burada erkeklerin işyeri maneviyatının kadınlardan daha yüksek olduğu ortaya koyulmuştur. Bazı araştırmalar ise maneviyatın cinsiyet ile ilişkisi olmadığını göstermiştir (Beçetek, 2021; Türkyılmaz, 2008). Yapıcı'nın (2016) yaptığı nitel çalışmasında araştırmaların sonucunda cinsiyet ve maneviyat arasında üç ayrı sonucun

olduğunu söylemektir. Kadınların erkeklerden daha dindar, erkekler kadınlardan daha dindar ve dindarlık açısından anlamlı bir fark olmadığı belirtilmektedir.

Yapılan çalışmada katılımcıların yaşı maneviyat düzeyiyle ilişkili değildir. Shahabi ve diğerlerinin (2002) yaptığı çalışmada ise maneviyatın yaş ile negatif ilişkisi olduğu bulunmuştur. Yapılan bazı diğer çalışmalarda da yaş faktörünün maneviyat ölçeği puanlarında farklılık olmadığına dair sonuçlar bulunmuştur (Kılıç, 2019; Tosyalıoğlu, 2021). Yapılan bazı çalışmalarda maneviyat ve yaş faktörünün de birbirleriyle bağlantılı olduğu bulunmuştur (Steensland, Wang, & Schmidt, 2018; Wink & Dillon, 2002). Desai (2016) yaptığı çalışmada yaş değişkeninin maneviyat ile anlamlı bir ilişkisi olduğunu bulmakla birlikte maneviyatın yaşla birlikte arttığını belirtmiştir. Rusya’da yapılan bir diğer çalışmada kişilerin maneviyatlarının doğal yaşlanma ile arttığı sonucunu elde etmişlerdir (Koteneva, Berezina, & Rybtsov, 2021). Yapılan diğer çalışmalarda da yaşça büyük olan bireylerin daha genç olan bireylere göre maneviyat düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (Beçetek, 2021; Şentürk, 2021).

Katılımcıların medeni durum ile maneviyat arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat, İran’da yapılan bir çalışmada evli bireylerin bekar bireylere oranla daha yüksek maneviyat düzeyine sahip olduğu bulunmuştur (Farshadnia, Sadighpour, Borji, Khorrami, & Memaryan, 2020). Türkiye’de yaşayan omurilik hastalarıyla yapılan maneviyat çalışmasında evli bireylerin bekar bireylere göre daha yüksek düzeyde maneviyata sahip olduğunu belirtmişlerdir (Aktürk & Aktürk, 2020). Yapılan bazı diğer çalışmada evli bireylerin bekar bireylere göre maneviyat düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur (Abolmaali, 2013; Satkin , Fathi-Ashtiani, & Ghahvehchi-Hosseini, 2014). Ancak sağlık çalışanları ile yapılan bir çalışmada maneviyatın bekar bireylerin evli bireylere göre daha yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir (Çelik, Özdemire, Durmaz, & Pasinlioğlu, 2014).

Katılımcıların eğitim durumları ile maneviyat arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan çalışmaya benze olarak bazı diğer çalışmalarda da eğitim durumunun maneviyat ile ilişki olmadığını bulmuşlardır (Eğlenci & Şimşek, 2014; Dündar, 2021). Ancak yapılan bir başka çalışmada eğitim düzeyleri yüksek olan bireylerin daha yüksek maneviyata sahip olduğu sonucuna elde etmişlerdir (Wong, Lee, & Lee, 2008).

Katılımcıların ekonomik düzeyleri ile maneviyat arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bazı araştırmalar da çalışmayla benzer veriler elde etmiştir (Söylev & Öztürk, 2022). Maneviyat ve gelir arasında da pozitif ilişki bulunan araştırmada çalışan kişilerin daha yüksek gelire sahip olma olasılığı göz önüne alındığında aynı ilişkinin çalışma durumu için de geçerli olduğu varsayılmıştır (Zinnbauer B. , ve diğerleri, 1997). Yapılan bir diğer çalışmada da maneviyat ve ekonomik düzey arasında ilişki bulunmakta olup, gelir arttıkça maneviyatın arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Akçe, 2021).

Birçok çalışma maneviyatın çeşitli demografik değişkenlerle ilişkisini incelemiştir. Maneviyat yaygın olarak kişisel ve bireysel bir odağa sahip olarak anlaşılabilir ve çalışmalar onun sosyolojik olarak örüntü olduğunu da ortaya koymaktadır (Steensland, Wang, & Schmidt, 2018). Ammerman (2013) eğitim, yaş, ırk, etnik köken, dini gelenek ve ibadet eğiliminin maneviyat türleriyle ilişkili olduğunu bulmuştur. Bunun tam tersi olarak Hodge ve McGrew (2006) ise maneviyatın farklı anlamlarının korelasyonlarını incelemiş ve yaş, cinsiyet, ırk ve dini gelenek gibi sosyo-demografik belirleyicilerle herhangi bir ilişki bulamamıştır. Analizler, ölçümleri ve amaçları bakımından çeşitlilik göstermektedir. Bu nedenle karşımıza farklı elde edilmiş sonuçlar çıkabilmektedir.

Batı kültürünün yaşandığı Amerika ile Çin, Japonya ve Kore gibi doğu sentezlerinin olduğu ülkeler arasında da karşılaştırma yapılmış çalışma bulunmaktadır (Mathur, Barak, Zhang, Lee, & Yoo, 2018). Mathur ve arkadaşlarının (2018) yapmış olduğu bu çalışmada kişisel maneviyat ile demografik değişkenler arasındaki korelasyon ülkeler arasında farklılık göstermektedir. Örneğin, Kore’de maneviyat ile eğitim düzeyi pozitif yönde ilişki iken diğer üç ülkede ilişki bulunamamıştır. Bu çalışmalar doğrultusunda, maneviyatın yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu ve eğitim gibi belirli demografik değişkenlerle ilişkili olması beklenmekle birlikte maneviyat ile demografik değişkenler arasındaki ilişkinin kültürler ve ülkeler arasındaki farklılık gösterebileceğini ortaya koymakta ve kişisel maneviyatın korelasyonlarını incelerken kültürel farklılıkları göz önünde bulundurmanın önemini vurgulamaktadır. Bu bağlamda yapılan nitel bir çalışmada maneviyatın yeni anlamlar kazanması ile farkındalık oluşturulmuş ve kültürler arası akademik karşılaştırmalar önem kazanmıştır (Düzgüner, 2013).

Çalışmayı destekleyen ve çalışmayla çelişen çalışmalar bulunmaktadır. Bunun birçok nedeni olabilir. Çalışmalara katılan bireylerin kişilik özellikleri, dini, ırkı, yetiştiği ortam gibi etkiler farklılıkları ortaya koymakla birlikte, uygulanan ölçeklerde elde edilen verilere etki edebilir. Bu denkle kesin bir yargıya varılamamaktadır. Maneviyatın öznel olduğuna dair bilgiler giriş kısmında verilmişti. Literatür çalışmalarda maneviyatın öznel olduğunu ortaya koymaktadır.

Paylaşma tutum düzeyi ile cinsiyet arasında ilişki bulunmuştur. Kadınların paylaşma tutum düzeyi erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada kadınlar erkeklere göre daha yüksek miktarda bağış yapmaktadırlar (Sargeant & Shang, 2010). Ancak yapılan bir diğer çalışmada ise kadınların başkalarına yardımda bulunmada, gönüllü hizmet sağlamada erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Einolf, 2010; Taniguchi, 2011). Karataş'ın (2013) yapmış olduğu çalışmasında cinsiyet açısından bir fark bulunmamışken eğitim ve gelir düzeyleri açısından farklılık bulunmuştur. Ancak yaptığımız çalışmada eğitim ve ekonomik düzeyin paylaşma tutumu arasında bir farklılık bulunmamıştır. Bu da çalışmada kadınların sosyal paylaşma alt boyutuyla ilişkisini desteklemektedir.

Paylaşma tutumu medeni durma göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak evli ve sürekli birlikte yaşayan bireylere yapılan bir çalışmada evli olanların dini hayır kurumlarına hem daha fazla bağışta buldukları hem de bağış yapma olasılıklarının daha yüksek olduğunu belirtmişleridir (Yorkilous, 2021). Yapılan bir çalışmada evlilerin bağış yapma olasılığının yüksek olduğunu ancak diğer faktörler kontrol edildikten sonra bekarlardan daha fazla bağış yapmadıkları sonucuna ulaşmışlardır (Mesch, Rooney, Steinberg, & Denton, 2006).

Paylaşma tutumu ile yaş değişkeni arasında farklılık gözlemlenmemiştir. Ancak yapılan bazı çalışmalarda yapılan bağış miktarının yaş arttıkça yükseldiğidir (Marthur, 2013; Bekkers & Wiepking, 2011).

Eğitim düzeyi ve gelir seviyesi ile paylaşma tutumu arasında da bir farklılık bulunmamıştır. Ancak yapılan bir çalışmada her ikisinde etkisi olduğu sonucuna varmışlardır (Lee & Chang, 2007). Eğitim düzeyi ile bağış yapma arasında pozitif ilişki bulunan çalışmalar vardır (Bekkers & Wiepking, 2011). Sosyo-ekonomik düzey ile hayırseverlik davranışı arasındaki ilişkiye bakan çalışmada daha varlıklı veya

yüksek gelirli bireylerin daha az varlıklı veya düşük gelirli bireylere kıyasla daha fazla bağışta bulunduğunu göstermektedir (Auten, Sieg, & Clotfelter, 2002).

İnfak üzerinde yapılan bu araştırmada yabancı literatürün çoğunda bağış adı altında çalışmalar mevcuttur. Çalışmanın paylaşma tutumu verilerini de destekleyen veya çelişen çalışmalar mevcuttur. Birçok neden bunu etkileyebilir.

Bu çalışmada travma sonrası stres bozukluğu ve maneviyat arasında ters yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bir kişinin bir stres faktörünü işleme şekli, travma deneyimi travma sonrası stres bozukluğu semptomlarını belirlemede önemlidir. Herhangi bir travmatik olay bireyin kontrolünü ve öz değerini kaybetmesine ve dünya görüşünün tehdit altında olmasına neden olabilir. Tanrı'nın iradesine veya daha yüksek bir güçten gelen kalıcı bir anlama inanmak olumsuz olayların etkisini en aza indirebilir ve manevi bireyleri savunmasızlık ve korkularına karşı koruyabilir (Slater, Bordenave, & Boyer, 2016).

ABD'de üniversite öğrencilerine yapılmış bir çalışmada travmaya maruz kalma, travma dışı olaylara kıyasla daha yüksek manevi başa çıkma seviyelerine yol açmış ve üniversitenin ilk yılında stresli ve travmatik yaşam olayları yaşamış bir öğrenci örneğinde daha yüksek manevi mücadele seviyeleri ile daha yüksek travma sonrası stres bozukluğu semptomları ile ilişki bulunmuştur (Wortmann, Park, & Edmondson, 2011). Bir diğer araştırmada da manevi başa çıkma daha fazla travma sonrası stres bozukluğu semptomları ile ilişkili olduğu ve yaşamdaki anlamın daha düşük travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Ano & Vasconcelles, 2005). Shannon ve diğerlerinin (2012) şehirli Afro-Amerikan ergenleri inceleyen bir çalışmasında, günlük manevi deneyimlerin toplumda şiddete maruz kalma etkisini hafiflettiğini ve olumlu dini başa çıkmanın yaşam memnuniyetine ve olumlu duygulara katkıda bulunduğunu öne sürülmüştür. Din ve maneviyat tarafından sunulan şemalar anlam oluşturma sürecinde yardımcı olabileceği gibi bireyin hayatını değiştiren olaylar karşısında da anlam bulmasına yardımcı olabilir. Bazı yazarlar olumlu dini başa çıkmanın travma sonrası büyüme ya da algılanan benlik duygusu, başkalarıyla ilişkiler, yaşam felsefesi, maneviyat ve yeni olasılıklara uyum sağlama ile ilişkili olduğunu öne sürmektedir (Gerber, Boals, & Schuettler, 2011).

Norveç'te yapılan ve çok çeşitli fiziksel ve psikolojik travmalara maruz kalan 18-60 yaş arası Eritleri kadın mültecilerin katıldığı bir çalışmada, tüm katılımcıların travma

sonrası stres semptomlarının üstesinden gelmelerine ve yeni bir hayata başlamalarına yardımcı olmada umut ve dini inançların önemini vurguladığı görülmüştür (Abraham, Hanssen, & Lien, 2018).

Dini/manevi başa çıkma ve cinsel saldırıdan kurtulma arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada olumlu dini/manevi başa çıkmanın daha yüksek iyi oluş ve daha düşük depresyon seviyeleri ile ilişkili olduğu, olumsuz dini başa çıkmanın ise daha yüksek depresyon seviyeleri ile bağlantılı olduğu bulunmuştur (Ahrens C. , Abeling, Ahmad, & Hinman, 2010).

Maneviyat ile psikolojik rahatsızlıkların arasındaki ilişki ters yönde olmakla birlikte biri yüksekse diğeri düşük olması beklenmektedir. Ancak Ürdün'deki Suriyeli mülteci ergenlerde maneviyat ve travma sonrası stres belirtileri araştırmayı inceleyen bir çalışmada mülteci ergenler arasında Tanrı inancı ve Tanrı'ya şükretme arasında pozitif korelasyon ortaya konarken maneviyatın gelişen travma sonrası stres bozukluğu semptomlarına karşı dayanıklılığı artırmadığını ortaya koymuştur (Ramadan, Kheirallah, Saleh, Bellizzi, & Shorman, 2021).

Maneviyat ve infak arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bir araştırmada dini değerlere bağlılığı daha yüksek olan bireylerin dini yardım etkinliklerine yönelik daha fazla bağış yaptıklarını belirtmektedir (Wang & Graddy, 2008). Bağış yapanları sınıflandırma yapan bir çalışmada sık ve düzenli bağış yapanların maddi durumlardan çok manevi durumlara önem verdikleri belirtilmektedir (Todd & Lawson, 2006).

İnfak, bağış, paylaşma gibi davranışların insanın psikolojik durumunu etkilediği düşünülmektedir. Ancak yapılan bu çalışmada travma sonrası stres bozukluğu ile infak arasında bir ilişki bulunamamıştır. Literatür taraması yapıldığında dahi üzerine yapılmış pek çalışma bulunmamakla birlikte infak üzerine olan çalışmalar da farklı psikolojik bozukluklar ele alınmıştır. Nitekim yapılan bir diğer araştırmada ise paylaşma tutumunun psikolojik rahatsızlıklardan olan sınav kaygısını azaltmada pozitif etkisi olduğu belirtilmiştir (Karakaş, 2013). Çin'de 1871 öğrenci ile yapılan bir çalışmada gönüllülük çalışması, bağış ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye bakmışlardır. Yapılan çalışmada değişkenlerin birbiriyle pozitif ilişkisi olduğunu sunmaktadırlar (Geng, ve diğerleri, 2022). Çalışmadan istenen infak ile travma sonrası stres bozukluğu arasında ilişki olmasıydı ancak bu sonuç elde edilemedi. Bunun kaynağının ulaşılan katılımcıların travma düzeyleri ile ilgili olabilir.

Araştırmanın regresyon sonuçlarına göre maneviyat, paylaşma tutumu ve travma sonrası stres düzeyleri arasında yordama görülmektedir. Literatüre bakıldığında bazı çalışmalarda maneviyatın bireyin travma sonrası stres düzeyini olumlu (Ano & Vasconcelles, 2005) bazı çalışmalarda ise olumsuz (Pargament, Koenig, Tarakeshwar, & Hahn, 2001) bir şekilde yordadığı görülmektedir. Ancak Paylaşma tutumu ve travma sonrası stres düzeyi arasındaki yordamaya bakan çalışma gözlemlenmemiştir.

5.2. Sonuçlar

Araştırmanın bu bölümünde yapılan analizler sonu elde edilen verilere yer verilmiştir.

- Katılımcıların travma sonrası stres düzeyleri ile cinsiyet, yaş grupları, medeni durum, eğitim ve sosyo ekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır
- Katılımcıların maneviyat düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Kadın katılımcıların erkek katılımcılarda daha yüksek maneviyat düzeyine sahip olduğu bulunmuştur.
- Katılımcıların maneviyat düzeyleri ile yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik düzeyler arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların paylaşma tutum düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kadınların paylaşma tutum düzeyleri erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur.
- Katılımcıların paylaşma tutum düzeyi ile yaş, medeni durum, eğitim ve sosyo-ekonomik durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
- Travma sonrası stres düzeyleri ile maneviyat düzeyleri arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Maneviyat düzeyleri yükseldikçe travma sonrası stres düzeyleri azalmaktadır.
- Maneviyat ile paylaşma tutumu düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Maneviyat düzeyi arttıkça paylaşma tutumları da artış göstermektedir.
- Travma sonrası stres düzeyleri ile paylaşma tutumu düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.
- Maneviyat ve paylaşma tutumları bireyin travma sonrası stres düzeylerini anlamlı yönde yordamaktadır.

5.3. Öneriler

Çalışmanın bu bölümünde veri analizleri sonucu ileride bu konuda yapılacak çalışmalara yönelik öneriler bulunmaktadır.

- Bu çalışma maneviyat ve infakın travma sonrası stres bozukluğu ilişkisine bakılmıştır. Ancak literatür taramasında özellikle infak konusunda yeterli çalışma bulunmamaktadır. Bu neden ileride çalışma yapacak kişiler infak konusu üzerinde durabilirler ve literatüre katkı sağlayabilirler.
- Çalışmada araştırmaya katılan katılımcılarla sınırlı olduğundan dolayı, gelecekte çalışacak kişiler daha geniş kitlelere ulaşabilirler.
- Bu çalışmada infak ve travma sonrası stres bozuklu arasında ilişki bulunmamıştır. Bu nedenle çalışacak kişiler travma sonrası stres yaşayan bireylerle deneysel çalışma yapabilirler.
- Çalışma yapacak kişiler infak konusunu bir de ikincil travmatik stres konusu ile ele alabilirler.
- Bu çalışmada travma sonrası stres bozukluğu ile maneviyat arasında ters yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Burada çalışma yapacak kişiler daha detaya inip travma türleri ile ilgili çalışmalar yapabilirler.
- Maneviyat ve infak arasında da pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Bu bağlamda paylaşmanın önemini vurgulamak adına literatürü zenginleştirecek çalışmalarda bulunabilirler.

KAYNAKÇA

- Abolmaali, K. (2013). Prediction of marital satisfaction based on social problem-solving skills and spiritual intelligence among married people. *International Journal of Behavioral Sciences*, 117-124.
- Abraham, R., Hanssen, I., & Lien, L. (2018). Coping, resilience and posttraumatic growth among Eritrean female refugees living in Norwegian asylum reception centres: A qualitative study. *International Journal of Social Psychiatry*, 359-366.
- Ahrens, C., Abeling, S., Ahmad, S., & Hinman, J. (2009). Spirituality and Well-Being: The Relationship Between Religious Coping and Recovery From Sexual Assault. *Journal of Interpersonal Violence*, 1242 – 1263.
- Ahrens, C., Abeling, S., Ahmad, S., & Hinman, J. (2010). Spirituality and Well-Being: The Relationship Between Religious Coping and Recovery From Sexual Assault. *Journal of Interpersonal Violence*, 1242-1263.
- Akçe, H. (2021). THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUALITY, MINDFULNESS, AND PRAYER AMONG TURKISH EMERGING ADULTS. Sakarya: SAKARYA UNIVERSITY, INSTITUTE OF SOCIAL SCIENCES.
- Aktürk, S., & Aktürk, Ü. (2020). Determining the spiritual well-being of patients with spinal cord injury. *The Journal of Spinal Cord Medicin*, 69-76.
- Allport, G. W. (1966). The Religious Context of Prejudice. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 447-457.
- Ammerman, N. (2013). Spiritual but not religious? Beyond binary choices in the study of religion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 258-278.
- Anik, L., Aknin, L., Norton, M., & Dunn, E. (2009). Feeling Good about Giving: The Benefits (and Costs) of Self-Interested Charitable Behavior. *Harvard Business School*.
- Ano, G., & Vasconcelles, E. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: a meta-analysis. *J Clin Psychol*, 461-480.

- Apak, H., & Acar, M. C. (2018). Dindarlığın Bir Boyutu Olarak Maneviyat. *Din Bilimleri: Klasik Sorunlar - Güncel Tartışmalar* (s. 365-378). içinde Mardin: Mardin Artuklu Üniversitesi Yayınları.
- Association, A. P. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th ed.* Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Auten, G., Sieg, H., & Clotfelter, C. (2002). Charitable Giving, Income, and Taxes: An Analysis of Panel Data. *AMERICAN ECONOMIC REVIEW*, 371-382.
- Ayten, A. (2014). *Erdeme Dönüş & Psikoloji ve Mutluluk Yolu*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç, E., Akgün, Ö. E., & Karadeniz, Ş. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Barrett, M. J. (1999). Healing from Trauma: The Quest for Spirituality. *Spiritual Resources in Family Therapy*, 193-208.
- Beçetek, G. (2021). Polislerde stresle başa çıkmada maneviyatın rolü. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Bekkers, R., & Wiepking, P. (2011). Who Gives? A Literature Review of Predictors of Charitable Giving Part One: Religion, Education, Age and Socialisation. *Voluntary Sector Review*, 337-365.
- Belen, F. Z. (2014). Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulaması. (*Yayınlanmamış Doktora Tezi*). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berg, G. (2011). The Relationship between Spiritual Distress, PTSD and Depression in Vietnam Combat Veterans. *Sage Journals*.
- Blink, H. v. (2008). Trauma and Spirituality. 30-47.
- Bormann, J., Thorp, S., Wetherell, J., & Golshan, S. (2008). A Spiritually Based Group Intervention for Combat Veterans with Posttraumatic Stress Disorder: Feasibility Study. *Sage Journals*, 117-8.
- Briere, J., & Scott, C. (2012). What is trauma? *Principles of Trauma Therapy: A Guide to Symptoms, Evaluation and Treatment Paperback*, 3-11.

- Brown, I. T., Chen, T., Gehlert, N. C., & Piedmont, R. (2012). Age and gender effects on the assessment of spirituality and religious sentiments (ASPIRES) scale: A cross-sectional analysis. *Psychology of Religion and Spirituality*, 90-98.
- Bryant-Davis, T., & Wong, E. (2013). Faith to move mountains: religious coping, spirituality, and interpersonal trauma recovery. *Am Psychol*, 675-684.
- Bryant-Davis, T., Ellis, M., Burke-Maynard, E., Moon, N., Counts, P., & Anderson, G. (2012). Religiosity, spirituality, and trauma recovery in the lives of children and adolescents. *Professional Psychology: Research and Practice*, 306-314.
- Canda, E. R., & Furman, L. (1999). *Spiritual diversity in social work practice: The heart of helping*. New York: Free Press.
- Chen, Z. J., Cowden, R., & Streib, H. (2023). More spiritual than religious: Concurrent and longitudinal relations with personality traits, mystical experiences, and other individual characteristics. *Frontiers in Psychology*, 1-14.
- ağrıncı, M. (2000). İnfak. *İslam Ansiklopedisi* (s. 289-290). içinde İstanbul: Türkiye Dİyanet Vakfı.
- Çelik, A., Özdemire, F., Durmaz, H., & Pasinlioğlu, T. (2014). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakımı Algılama Düzeyleri ve Etkileyen Bazı Faktörlerin Belirlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 1-12.
- Çelik, C. (2017). Yeni Maneviyat ve Ahlaki Düzen Arayışları. *Maneviyat Psikolojisi II* (s. 129-144). içinde İstanbul: Türdav Yayın Grubu.
- Çolak, B., Kokurcan, A., & Zsan, H. H. (2010). DSM'ler Boyunca Travma Kavramının Seyri. *Kriz Dergisi*, 19-25.
- Dündar, M. (2021). Hemşirelerin Maneviyat Düzeylerinin Spiritüel İyileştirici Bakım Sıklığına Etkisi. *(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*. Malatya: İnönü Üniversitesi.
- Düzgüner, S. (2013). Maneviyat algısı ve diğer kâmlıkla ilişkisi: Kan bağışi örneğinde Türkiye ve Amerika karşılaştırmalı nitel bir araştırma. *(Yayımlanmamış Doktora Tezi)*. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi - Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Deb, S., McGirr, K., & Sun, J. (2016). Spirituality in Indian University Students and its Associations with Socioeconomic Status, Religious Background, Social Support, and Mental Health. *J Relig Health*, 1623-1641.
- Demirkol, M. (2019). Dini Bir Tutum Olarak Yardımseverlik. *Gaziosmanpaşa Ün,versitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(2), 211-232.
- Desai, A. (2016). Efficacy of Gender and Age on Spirituality and Psychological Well-Being of Adults. *The International Journal of Indian Psychology*, 2349-3429.
- Duman, A. (2008). Sadaka. *İslam Ansiklopedisi* (s. 383-384). içinde İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı.
- Dunn, E., Aknin, L., & Norton, M. (2008). Spending Money on Others Promotes Happiness. *Science* 319, 1687-1688.
- Einolf, C. J. (2010). Gender Differences in the Correlates of Volunteering and Charitable Giving. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 1092-1112.
- Eisenberg, N., Fabes, R., & Spinard, T. (2016). Prosocial development. W. D. N. Eisenberg içinde, *Handbook of child psychology* (Cilt Social, emotional, and personality development içinde , s. 646-718). Hoboken, NJ: Wiley.
- Ellison, C., & Levin, J. (1998). The Religion-Health Connection: Evidence, Theory, and Future Directions. *Health Education & Behavior*, 700-720.
- Erkal, M. (2013). Zekat. *İslam Ansiklopedisi* (s. 197-207). içinde İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı.
- Evren, C., Dalbudak, E., Aydemir, Ö., Koroğlu, E., Evren, B., Özen, S., & Coşkun, K. Ş. (2016). Psychometric Properties of the Turkish PTSD-Short Scale in a Sample of Undergraduate Students. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni* , 294-302.
- Eğlenci, R., & Şimşek, N. (2014). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakım Hakkındaki Bilgilerinin Değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1-48.
- Fallot, R. D. (2007). Spirituality and Religion in Recovery: Some Current Issues. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 261-270.

- Farshadnia, E., Sadighpour, M., Borji, M., Khorrami, Z., & Memaryan, N. (2020). The Role of Demographic Factors in the Spiritual Health of the Students of Iran University of Medical Sciences. *International Journal of Behavioral Sciences*, 1-5.
- Feder, A., Ahmad, S., Lee, E., Morgan, J., Singh, R., Smith, B., . . . Charney, D. (2013). Coping and PTSD symptoms in Pakistani earthquake survivors: purpose in life, religious coping and social support. *J Affect Disord* , 156-163.
- Frankl, V. E. (1962). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Furman, L., Benson, P., Moss, B., Danbolt, T., Vetvik, E., & Canda, E. (2016). Reflections on Collective Trauma, Faith, and Service delivery to Victims of Terrorism and Natural disaster: Insights from Six National Studies. *Journal of the North American Association of Christians in Social Work*, 74-94.
- Gül, A. R. (2005). Kur'an'daki İnfak Kavramının Anlam Yelpazesini. *Dini Araştırmalar*, 239-261.
- Gall, T. L., & Guirguis-Younger, M. (2013). Religious and spiritual coping: Current theory and research. K. I. Pargament içinde, *APA handbook of psychology, religion, and spirituality* (s. 349-364). American Psychological Association.
- Gall, T. L., Charbonneau, C., Clarke, N. H., Grant, K., Joseph, A., & Shouldice, L. (2005). *Understanding the Nature and Role of Spirituality in Relation to Coping and Health: A Conceptual Framework*. (Cilt 46). Canadian Psychology.
- Garelli, F. (2007). Between religion and spirituality: New perspectives in the Italian religious landscape. *Review of Religious Research* , 318-326.
- Gencer, N., Tekgöz-Obuz, A., & Babahanoğlu, R. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Spiritüel İyi Oluş ve Toplumsal Cinsiyet Algısı. *Hitit İlahiyat Dergisi*, 717-750.
- Geng, Y., Chen, Y., Huang, C., Tan, Y., Zhang, C., & Zhu, S. (2022). Volunteering, Charitable Donation, and Psychological Well-Being of College Students in China. *Front. Psychol.*

- George, L., Larson, D., Koenig, H., & Meccullough, M. (2000). Spirituality and Health: What we know, What we need to know. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 102-116.
- Gerber, M. M., Boals, A., & Schuettler, D. (2011). The Unique Contributions of Positive and Negative Religious Coping to Posttraumatic Growth and PTSD. *Psychology of Religion and Spirituality*, 298-307.
- Glavas, A., Jors, K., Büssing, A., & Baumann, K. (2017). Spiritual Needs of PTSD Patients in Croatia and Bosnia-Herzegovia: A Quatitative Pilot Study. *Psychiatria Danubina*, 282-290.
- Harris, J., Erbes, C., Engdahl, B., Olson, R., Winskowski, A. M., & McMahill, J. (2008). Christian religious functioning and trauma outcomes. *Journal of Clinical Psychology*, 17-29.
- Harris, M., & Huang, L. (1973). Helping and the Attribution Process. *The Journal of Social Psychology*, 291-297.
- Herman, J. L. (1997). *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books.
- Hişyar, D. (2019). Manevi Danşmanlık ve Varoluşçu Psikoterapi. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., JR, McCullough, M. E., Swyers, J. P., . . . Zinnbauer, B. J. (2000). Conceptualizing Religion and Spirituality: Points of Commonality, Points of Departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 51-77.
- Hodge, D., & McGrew, C. (2006). Spirituality, religion, and the interrelationship: A nationally representative study. *Journal of Social Work Education*, 637-654.
- Hook, M. P. (2016). Spirituality as a Potential Resource for Coping with Trauma. *Journal of the North American Association of Christians in Social Work*, 7-25.
- Hoshi, M. (2008). *Self-transcendence, vulnerability, and well-being in hospitalized Japanese elders*. The University of Arizona.

- Hourani, L., Williams, J., Forman-Hoffman, V., Lane, M., Weimer, B., & Bray, R. (2012). Influence of Spirituality on Depression, Posttraumatic Stress Disorder and Suicidality in Active Duty Military Personnel. *Hindawi Publishing Corporation, Depression Research and Treatment*, 1-9.
- Hout, P., & Pargament, K. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 64-74.
- İncir, Z. V. (2019). Manevi Danışmanlıkta Neraif Terapi ve Anlam Arayışı. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Isen, A., & Levin, P. (1972). Effect of feeling good on helping: cookies and kindness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 384-388.
- Janoff-Bulman, R. (1988). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 113-136.
- Javidi, H., & Yadollahie, M. (2012). Post-traumatic stress disorder. *The International Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 2-9.
- Kılıç, F. (2019). Çocuk evlerinde çalışan bakım elemanlarında psikolojik sermaye algısı, iş doyum ve maneviyat arasında ilişkinin incelenmesi. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karaalioğlu, Z. (2015). *SPSS'de Output Analizi*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Programı.
- Karakaş, A. C. (2013). Paylaşma Tutumlarının Sınav Kaygısı-Gelecek Kaygısı İle İlişkisi (Sakarya İli Örneği). *Journal of the Human and Social Science Researches*, 135-157.
- Know, J., & Early, J. (2008). The Hedonistic Paradox: Is homo economicus happier? *Journal of Public Economics*, 1-33.
- Kocabaş, D., & Toraman, A. (2018). Yoğun Bakım ve Ameliyathane Birimlerinde Çalışan Personelin İşyeri Maneviyatı Üzerine Bir Araştırma. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 393-403.

- Koenig, H. G. (2008). Concerns About Measuring “Spirituality” in Research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 349 - 355.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, Spirituality, and Helath: The Research and Clinical Implications. *International Scholarly Research Network*, 1-33.
- Koening, H., McCullough, M., & Larson, D. (2021). *Handbook of Religion and Health*. London: Oxford University Press.
- Koteneva, A., Berezina, T., & Rybtsov, S. (2021). Religiosity, Spirituality and Biopsychological Age of Professionals in Russia. *Eur. J. Investig. Health Psychol. Educ*, 1221-1238.
- Krause, N., & Wulff, K. M. (2005). Church-Based Social Ties, A Sense of Belonging in a Congregation, and Physical Health Status. *nternational Journal for the Psychology of Religion*, 73-93.
- Kurt, A. O., & Göler, M. E. (2017). *Anadolu'da İlk Tapınak: Göbeklitepe* (Cilt 21). Cumhuriyet İlahiyat Dergisi.
- Kurt, E. (2021). Kanser Hastalarında Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Kaygı ve Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkisinin İncellenmesi. (*Yayınlanmamış Doktora Tezi*). Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Ladd, K., & Mcintosh, D. (2008). Meaning, God, and prayer: Physical and metaphysical aspects of social support. *Mental Health Religion & Culture*, 23-38.
- Lazarus, R. S. (1993). Coping Theory and Research: Past, Present and Future. *Psychosomatic Medicine*, 234-247.
- LeBeau, R., Mischel, E., Resnick, H., Kilpatrick, D., Friedman, M., & Craske, M. (2014). Dimensional assessment of posttraumatic stress disorder in DSM-5. *Psychiatry Res*, 143-147.
- Lee, Y.-K., & Chang, C.-T. (2007). Who gives what to charity? Charactersites affecting donation bahavior. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 1173-1180.

- Marthur, A. (2013). Materialism and charitable giving: Can they co-exist? *Journal of Consumer Behaviour*, 149-158.
- Mathur, A., Barak, B., Zhang, Y., Lee, K. S., & Yoo, B. (2018). *Global personal spirituality: Concept, measurment, and correlates across cultures*. International Journal of Consumer Studies.
- Mesch, D., Rooney, P., Steinberg, K., & Denton, B. (2006). The Effects of Race, Gender, and Marital Status on Giving and Volunteering in Indiana. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 565-587.
- Morgan, C. T. (1974). *A Brief Introduction to Psychology*. New York: McGraw Hill Book Company.
- Nilsson, A., Erlandsson, A., & Västfjäll, D. (2020). Moral Foundations Theory and the Psychology of Charitable Giving. *European Journal of Personality*, 431-447.
- Oxford English dictionary*. (1989). Oxford University Press.
- Özen, Y. (2017). Psikolojik Travmanın İnsanlık Kadar Eski Tarihi. *The Journal of Social Science*, 1(2), 104-117.
- Özgen, F., & Aydın, H. (1999). Travma Sonrası Stres Bzouklugu. *Klinik Psikiyatri*, 34-41.
- Özkan, A. (2019). Türkiye'de Sağlık Hizmetlerinde Manevi Danışmanlık: Bir Karma Yöntem Araştırması. (*Yayınlanmamış doktora tezi*). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özoğul, A. (2020). Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Paloutzian, R., & Park, C. (2005). Religion and Meaning. R. Paloutzian içinde, *Handbook of Psychology of Religion and Spirituality* (s. 295-314). New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *International Journal for the Psychology of Religion*, 3-16.

- Pargament, K., & Brant, C. (1998). Religion and coping. H. G. Koenig içinde, *Handbook of Religion and Mental Health* (s. 111-128). New York: Academic Press.
- Pargament, K., Koenig, H., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2001). Religious struggle as a predictor of mortality among medically ill elderly patients: a 2-year longitudinal study. *Archives of Internal Medicine*, 1881–1885.
- Pargament, K., Smith, B., Koenig, H., & Perez, L. (1998). Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors. *Scientific Study of Religion*, 710-724.
- Park, C. L. (2005). Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress. *Journal of Social Issues*, 707-729.
- Peres, J., Moreire-Almeida, A., Nasello, A., & Koenig, H. (2007). Spirituality and Resilience in Trauma Victims. *Journal of Religion and Health*, 343-350.
- Poetter, H. (2007). Battered black women's use of religious services and spirituality for assistance in leaving abusive relationships. *Violence Against Women*, 262-284.
- Ramadan, M., Kheirallah, K., Saleh, T., Bellizzi, S., & Shorman, E. (2021). The Relationship Between Spirituality and Post-Traumatic Stress Symptoms in Syrian Adolescents in Jordan. *Journal of Child & Adolescent Trauma* , 585-593.
- Ritonga, M., & Mahyudin, E. (2018). Review of Zakat, Infaq, and Shadaqah as a Similar Terminology. In *Proceedings of the 1st International Conference on Recent Innovations* (s. 801-808). Science and Technology Publications,.
- Roman, N. V., Mthembu, T. G., & Hoosen, M. (2020). Spiritual care—A deeper immunity—A response to Covid-19 pandemic. *African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*.
- Ryan, P. L. (1998). An exploration of the spirituality of women who survived childhood violence. *Journal of Transpersonal Psychology*, 87-102.

- Söylev, Ö. F., & Öztürk, C. (2022). Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Ailelerin Psikolojik Sağlamlığı ile Maneviyat İlişkisi. *Tusrkish Academic Researc Review*, 373-394.
- Sarı, R. (2019). Hastane Hizmetleri Kapsamında Kadın Doğum Bölümünde Manevi Danışmalık. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sargeant, A., & Shang, J. (2010). *Fundraising Principles and Practice*. San Fransisco: Jossey Bass.
- Satkin , M., Fathi-Ashtiani, A., & Ghahvehchi-Hosseini, F. (2014). Prediction of marital satisfaction via emotional and spiritual intelligence. *Journal of Behavioral Sciences*, 29-35.
- Schultz, D. (1981). *A History of Modern Psychology*. New York: Academic Press.
- Shahabi, L., Powell, L. H., Musick, M. A., Pargament, K. I., Thoresen, C. E., Williams, D., . . . Ory, M. A. (2002). Correlates of self-perceptions of spirituality in American adults. 59-68.
- Shannon, D., Oakes, K., Scheers, N., & Richardson, F. (2012). Religious Beliefs as Moderator of Exposure to Violence in African American Adolescents. *Psychology of Religion and Spirituality*, 172-181.
- Siegel, K., Anderman, S., & Schrimshaw, E. (2001). Religion and coping with health-related stress. *Psychology and Health*, 631-653.
- Sigmund, J. A. (2003). Spirituality and Trauma: The Role of Clergy in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder. *Journal of Religion and Health*, 221-229.
- Singer, P. (2009). *The life you can save: Acting now to end world poverty*. New York: Random House.
- Slater, C., Bordenave, J., & Boyer, B. (2016). Impact of Spiritual and Religious Coping on PTSD. C. Martin, V. Preedy, & V. Patel içinde, *Comprehensive Guide to Post-Traumatic Stress Disorders* (s. 147-162). Switzerland: Springer International Publishing.

- Smith, S. (2004). Exploring the Interaction of Trauma and Spirituality. *Traumatology*, 231-243.
- Smith, S. (2004). Exploring the Interaction of Trauma and Spirituality. *Traumatology*, 231-243.
- Spilka, B., & McIntosh, D. N. (1996). Religion and spirituality: The known and the unknown. *Paper presented at the American Psychological Association*.
- Steensland, B., Wang, X., & Schmidt, L. C. (2018). Spirituality: What Does it Mean and to Whom? *Journal for the Scientific Study of Religion*, 450-472.
- Şentürk, Ö. (2021). Hastanelerde manevi destek algısı ve ihtiyacı üzerine bir çalışma (Bolu örneği). (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şirin, T. (2018). MANEVİYAT ÖLÇEĞİ'NİN GELİŞTİRİLMESİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI. *Turkish Studies*, 1283-1309.
- Türk Dil Kurumu*. (2020, Kasım 11). Türk Dil Kurumu: <http://www.tdk.gov.tr> adresinden alındı
- Türkyılmaz, N. (2008). Davranış genetiği bağlamında dini ve manevi eğilimler. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Taniguchi, H. (2011). The Determinants of Formal and Informal Volunteering: Evidence from the American Time Use Survey. *International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 920-239.
- Tanyi, R. A. (2002). Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 500-509.
- Tarakeshwar, N., Stanton, J., & Pargament, K. (2003). Religion: An Overlooked Dimension in Cross-Cultural Psychology. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 377-394.
- Taylor, C., & Fontes, L. (1995). Seventh Day Adventists and Sexual Child Abuse. L. A. Fontes içinde, *Sexual Abuse in Nine North American Cultures: Treatment and Prevention* (s. 176-199). New York: SAGE Publications.

- Todd, S., & Lawson, R. (2006). Towards a better understanding of the financial donor: an examination of donor behaviour in terms of value structure and demographics. *International Journal of Nonprofit and Voluntary Sector Marketing*, 235-244.
- Tosyalıoğlu, M. B. (2021). Üniversite öğrencilerinde maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Walsh, F. (1999). Opening Family Therapy to Spirituality. F. Walsh içinde, *Spiritual Resources in Family Therapy* (s. 28-58). New York: The Guilford Press.
- Wang, L., & Graddy, E. (2008). Social Capital, Volunteering, and Charitable Giving. *International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 23-42.
- Wilson, J., & Moran, T. (1998). Psychological Trauma: Posttraumatic Stress Disorder and Spirituality. *Journal of Psychology and Theology*, 168-178.
- Wink, P., & Dillon, M. (2002). Spiritual development across the adult life course: Findings from a longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 79-93.
- Wong, K., Lee, L., & Lee, J. (2008). Hong Kong Enrolled Nurses' Perceptions of Spirituality and Spiritual Care. *International Nursing Review*, 33-340.
- Worthington, E. L. (1989). Religious faith across the lifespan: Implications for counseling and re- search. *Counseling Psychologist*, 555-612.
- Worthington, E. L., & Aten, J. D. (2009). Psychotherapy with Religious and Spiritual Clients: An Introduction. *Journal of Clinical Psychology*, 123-130.
- Wortmann, J. H., Park, C. L., & Edmondson, D. (2011). Trauma and PTSD Symptoms: Does Spiritual Struggle Mediate the Link? *Psychol Trauma*, 442-452.
- Yıldırım, M. (2019, Haziran). İhsan Modeli ile Manevi Danışmanlık Uygulamalarının Psikolojik Rahatsızlıklar Üzerindeki İyileştirici Etkisi Üzerine Deneysel Bir Çalışma. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Yapıcı, A. (2016). Cinsiyetlere Göre Farklılaşan Dindarlık ve Kadınlarda Dinsel Yaşamın Farklı Görüntüleri. *Dini Araştırmalar*, 131-161.

- Yapıcı, A., & Koçak, A. (2017). Türkiye’de Ruh Sağlığı, Maneviyat ve Dindarlık: Meta Analitik Bir Değerlendirme. *Din, Değerler ve Sağlık* (s. 65-116). içinde İstanbul: DEM Yayınları.
- Yavuz, Y. Ş. (2018). Ruh. *İslam Ansiklopedisi* (Cilt 35). içinde Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı.
- Yorkilous, M. (2021). Marriage, Cohabitation, and Charitable Giving. *Submitted to the Distinguished Majors Program*. Virginia: University of Virginia, Department of Economics.
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and Spirituality. R. F. Paloutzian, & C. L. Park içinde, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (s. 21-42). New York: The Guilford Press.
- Zinnbauer, B., & Pargament, K. (2005). Religiousness and Spirituality. *Handbook of Psychology of Religion and Spirituality* (s. 21-42). içinde New York: The Guilford Press.
- Zinnbauer, B., Pargament, K., Cole, B., Rye, M., Butter, E., Belavich, T., . . . Kadar, J. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 549-564.

EKLER

EK 1 – Etik Onay Belgesi

Evrak Tarih ve Sayısı: 15.03.2023-E.48301



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

| | |
|-----------------------------------|---|
| Tarih | 28.02.2023 |
| Sayı | 2023/02 |
| Araştırmanın Niteliği | Yüksek Lisans Tezi |
| Araştırmanın Adı | <i>Maneviyat ve İnfakın Travma Sonrası Stres Bozukluğu ile İlişkisi</i> |
| Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı | Sema Nur EREN |
| Danışman Adı Soyadı | Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ |
| Karar | UYGUNDUR |

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)

(Katıldı)

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Başkan

(Katıldı)

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Başkan V.

(Katıldı)

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Beytullah KAYA
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK
Üye

(Katılmadı)

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU
Üye

(Katıldı)

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ KURTULUŞ

1 / 1

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrak sorgulaması <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Sorgula/BSMY3Y8FJ> adresinden yapılabilir.

EK 2 - Bilgilendirilmiş Gönüllülük Formu;

Sizi Sema Nur Eren tarafından yürütülen “Maneviyat ve İnfakın Travma Sonrası Stres Bozukluğu ile İlişkisi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı Manevi Danışmanlık uygulaması için model olan İhsan Modelinin psikolojik rahatsızlıklardan biri olan travma sonrası stres bozukluğu üzerindeki iyileştirici etkisinin olup olmadığına ve iyileştirici etkinin kalıcılığına bakılmasıdır. Araştırmada sizden tahminen 15 dakika ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Araştırmada Kişisel veri toplanacağından 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu ve ilgili mevzuat uyarınca kişisel verileri korumak amacıyla gerekli tüm tedbirler alınacaktır.

EK 3- Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyet: Kadın () Erkek ()

Yaşınız: 18 - 30 yaş arası () 31-40 yaş arası () 41-50 yaş arası ()

Medeni Durum: Evli () Diğer ()

Eğitim Durumu: Lise () Lisans () Lisansüstü ()

Ekonomik Düzey 1-6000 tl arası () 6001-10000 tl arası () 10001- 15000 tl arası ()
15001-20000 tl arası () 20001 tl ve üzeri ()

EK 4 - Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği

| Aşırı şiddetli olay ya da yaşantı sonrasında ortaya çıkan ya da daha da kötüleşen aşağıdaki her bir sorun GEÇTİĞİMİZ YEDİ (7) GÜN içinde sizi ne kadar rahatsız etti? Lütfen aşağıdaki maddeleri okuyunuz ve size uygun olacak şekilde işaretleyiniz. | | | | | |
|---|-----|-------|------|---------|-------|
| | Hiç | Biraz | Orta | Oldukça | Aşırı |
| 1. Aniden geçmişte yaşanan stresli yaşantıyı tekrar şu an yeniden yaşıyor gibi davrandığın ya da hissettiğin, geçmişini gösteren sahnelerin (flashback) olması (örneğin, stresli yaşantının bir parçasını görerek, duyarak, koku alarak veya fiziksel olarak hissederek stresli olayı yeniden yaşama) | | | | | |
| 2. Bir şey size stres veren deneyiminizi hatırlattığında kendinizi duygusal olarak oldukça kötü hissetme | | | | | |
| 3. Size stres veren deneyimi hatırlatan düşünce, his veya fiziksel duyumlardan kaçınmaya çalışma | | | | | |
| 4. Bu stresli olayın yaşanmasının sizin ya da bir başkasının (size doğrudan olarak zarar vermemiş birisi) yanlış bir şey yapmasından ya da engellemek için mümkün olan her şeyi yapmadığınızdan ya da sizinle ilgili bir şey yüzünden olduğunu düşünme | | | | | |
| 5. Stresli bir yaşantıdan sonra çok olumsuz bir duygusal durumda olma (örneğin, çok fazla endişe, öfke, suçluluk, utanç veya korku yaşıyordunuz) | | | | | |
| 6. Geçmişte yapmaktan keyif aldığınız aktivitelerden, yaşadığınız bu stresli olaydan sonra ilginizi kaybetme | | | | | |
| 7. Diken üzerinde olma, alarmda olma ya da sürekli tehlike için tetikte olma | | | | | |
| 8. Beklenmedik bir gürültü duyduğunuzda ürkek hissetme ya da kolayca irkilme | | | | | |
| 9. Başka insanlara bağırıp çağırarak, kavga edecek ya da bir şeylere zarar verecek kadar sinirli ya da öfkeli olma | | | | | |

EK 5 - Maneviyat Ölçeği

| Elinizdeki ölçek bireyin maneviyatının farklı boyutlarını ölçmek üzere hazırlanmıştır. Ölçekte 27 Adet soru bulunmaktadır. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz Lütfen her ifadeye mutlaka tek yanıt veriniz ve kesinlikle boş bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz. | | (1) Bana Hiç Uygun Değil | (2) Bana Uygun Değil | (3) Bana Biraz Uygun | (4) Bana Oldukça Uygun | (5) Bana Tamamen |
|---|---|--------------------------|----------------------|----------------------|------------------------|------------------|
| 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 üzerimde taşıırım | | | | | |
| 6. | Hayat karşı 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 kabullere göre yaşarım | | | | | |
| 12. | Maneviyat stresli durumlara başa çıkmamı sağlar | | | | | |
| 13. | Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim | | | | | |
| 14. | Hayatta hiçbir şey sebepsiz olmaz | | | | | |
| 15. | Hayatta iyilikle kötülüğün savaşı vardır | | | | | |
| 16. | Her canlının taşıdığı bir enerji vardır | | | | | |
| 17. | Her insan hayatının anlamını bulmaya çalışmalıdır | | | | | |
| 18. | İlahi bir gücün beni koruduğunu hissederim | | | | | |
| 19. | Kainatta, aşkın (ilahi) bir varlığın olduğuna inanıyorum | | | | | |
| 20. | Maneviyat hayatın anlamıyla ilişkilidir | | | | | |
| 21. | Maneviyata önem veririm | | | | | |
| 22. | Kainatta her şeyin bir bütünün parçası gibi birbirine bağlı olduğuna inanırım | | | | | |
| 23. | Maneviyatın 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 6 - Paylaşma Tutumu Ölçeği

| | 0: Hiç fazla | 1: Çok az | 2: Az | 3: Orta | 4: Fazla | 5: Çok fazla | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
|-----------|---|------------------|--------------|----------------|-----------------|---------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--|
| 1 | Dini kurumlara (cami, Kuran kursu vb.) ne ölçüde yardımda bulunursunuz? | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Kullanmadığımız giyim eşyalarını ihtiyaç sahiplerine dağıtma düzeyiniz nedir? | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Dinen gerekli zekât, fitre vb paylaşım yükümlülüklerini yerine getirme düzeyiniz nedir? | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Kamu yararına çalışan kurumlara (THK Vakıflar vb.) ne ölçüde yardımda bulunursunuz? | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Yakın dost ve arkadaşlarınıza yemek ısmarlama düzeyiniz nedir? | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Bildiğiniz şeyleri insanlara öğretmekten ne ölçüde zevk alırsınız? | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Uluslararası yardım kuruluşlarına (İHH vb.) ne ölçüde yardımda bulunursunuz? | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Kişisel araç gereçlerinizi bunlara ihtiyaç duyan komşularınızla ne ölçüde paylaşırsınız? | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Ailenizde yemek, araç-gereç vb paylaşımlar ne ölçüde yaygındır? | | | | | | | | | | | | |
| 10 | Yaşadığınız sorunları çevrenizle ne oranda paylaşırsınız? | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Aşure ve kandil simidi dağıtma gibi dini temelli paylaşımlar ailenizde ne sıklıkta görülür? | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Kanun dışı bir olaya şahit olduğunuzda bunu yetkililere haber verme düzeyiniz nedir? | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Hayır organizasyonların faaliyetlerinde (dernek çalışmaları vb.) ne ölçüde yer alıyorsunuz? | | | | | | | | | | | | |
| 14 | Gelirinize göre muhtaç insanlar yaptığınız yardımlar sizce ne ölçüde yeterlidir? | | | | | | | | | | | | |

ÖZGEÇMİŞ

Sema Nur Eren

A. Eğitim

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı

Lisans: Mykolas Romeris University, Psychology

B. İş Deneyimi

2022 – Halen: Clinic Wise Sağlık Turizmi – Operasyon Müdürü