

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**YETİŞKİNLERİN SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ  
İLE BAĞLANMA STİLLERİ VE OLUMLU SOSYAL  
DAVRANIŞ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Adem NURKAN**

**İstanbul**  
**Nisan- 2020**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**YETİŞKİNLERİN SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE  
BAĞLANMA STİLLERİ VE OLUMLU SOSYAL DAVRANIŞ  
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Adem NURKAN**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi İbrahim TAŞ**

**İstanbul**

**Nisan- 2020**

## ÖNSÖZ

Yetişkinlerin spiritüel iyi oluşları ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi araştırmanın temel amacıdır. Bu çalışma tez danışmanı değerli hocam Dr. İbrahim TAŞ beyin rehberliğinde onun kıymetli katkılarıyla ortaya çıkmıştır. Kendisine teşekkür eder saygılarımı sunarım.

Ayrıca çalışma boyunca her daim beni motive eden kıymetli eşim Emine NURKAN'a, dualarıyla yanımda olan çocuklarıma ve anketlerin doldurulmasında daha çok kişiye ulaşması için desteğini esirgemeyen Ali Rıza, Ahmet, Kenan ve Şükrü beylere en kalbi şükranlarımı sunarım.

**Adem NURKAN**

**İstanbul-2020**

## ÖZET

# YETİŞKİNLERİN SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE BAĞLANMA STİLLERİ VE OLUMLU SOSYAL DAVRANIŞ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Adem NURKAN

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışma

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi İbrahim TAŞ

Nisan-2020, 110+XIII Sayfa

Bu araştırmada temel amaç yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 17-70 arası değişen, farklı meslek ve eğitim durumuna sahip 319 kadın ve 298 erkekten oluşan toplam 617 yetişkin oluşturmaktadır.

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden, betimsel tarama ve ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. Araştırma verilerini toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, Ekşi ve Kardaş (2004) tarafından geliştirilen “Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği”, Kesebir, Köklü ve Dereboyu (2012) tarafından uyarlanan “Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği” ve Kumru, Carlo ve Edwards (2004) tarafından uyarlanan “Olumlu Sosyal Davranışlar Eğilimi Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde demografik değişkenlerdeki ikili gruplarda Bağımsız Grup t Testi Tekniği, üç ve daha fazla gruplarda Tek Yönlü Varyans Analizi Tekniği (ANOVA), kavramlar arası ilişkilerde Pearson Korelasyon ve Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda spiritüel iyi oluş ile güvenli bağlanma ve olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif yönde, spiritüel iyi oluş ile kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Olumlu sosyal davranış ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken olumlu sosyal

davranış ile kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda spiritüel iyi oluşun doğayla uyum ve aşkınlık alt boyutunun olumlu sosyal davranışlar toplam puanını pozitif olarak yordadığı, anomi alt boyutunun ise anlamlı olarak yordamadığı bulunmuştur. Güvenli bağlanma erkekler lehine anlamlı farklılaşırken, diğer kavramlar ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Evlilerin bekârlara göre spiritüel iyi oluş düzeyleri ve bekârların evlilere göre kaygılı bağlanma düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan 26-40 yaş ve 41 yaş üstü yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri, 17-25 yaş aralığındaki genç yetişkinlere göre anlamlı derece daha yüksek çıkmıştır. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri, bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri aylık gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamıştır. Eğitim durumu ilk-orta-lise olan yetişkinlerin üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre güvenli bağlanma düzeyleri anlamlı şekilde daha düşük, kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyleri ise daha yüksek bulunmuştur. Demokratik anne tutumuna sahip olan bireylerin olumlu sosyal davranış ile güvenli bağlanma düzeyleri koruyucu anne tutumuna sahip olanlara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Demokratik baba tutumuna sahip olan bireylerin olumlu sosyal davranış ile güvenli bağlanma düzeyleri otoriter ve ilgisiz baba tutumuna sahip olanlara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur

Araştırma bulguları, literatürdeki veriler ile karşılaştırılarak tartışılmış ve bazı öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri, Olumlu Sosyal Davranış

**ABSTRACT**  
**INVESTIGATING THE RELATIONSHIP AMONG SPIRITUAL  
WELL-BEING LEVELS, PROSOCIAL BEHAVIOUR LEVELS  
AND ATTACHMENT STYLES OF ADULTS.**

Adem NURKAN

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis Advisor: Dr. İbrahim TAŞ

April-2020, 110+XIII Pages

The main purpose of this study is to examine the relationship among the spiritual well-being levels, attachment styles and prosocial behavior levels of adults. The 617 participants of this study consist of 319 women and 298 men, are aged between 17-70 and have various occupational and educational status.

This research has been carried out with the descriptive scanning and relational scanning model, which is a quantitative research method. To collect research data, “Personal Information Form” developed by the researcher, “Three-Factor Spiritual Well-Being Scale” developed by Ekşi and Kardaş (2004), “Adult Attachment Style Scale” adapted by Kesebir, Köklü and Dereboyu (2012) and “Prosocial Tendencies Measure (PTM)” adapted by Kumru, Carlo and Edwards (2004) were used. For the analysis of research data, in binary groups of demographic variables, Independent Group t Test Technique, in three or more groups, One-Way Variance Analysis Technique (ANOVA) and in inter-concept relations, Pearson Correlation and Regression Analysis were used.

The result of the research indicates that there is a positive relationship among spiritual well-being, secure attachment and prosocial behavior, and a negative relationship between spiritual well-being and anxious/ambivalent and avoidant attachment. While there was a positive relationship between prosocial behavior and secure attachment, no significant relationship was found between prosocial behavior and anxious/ambivalent and avoidant attachment. According to gender; while secure

attachment differs significantly in favor of men, no significant difference was found between other concepts and gender. It has been observed that the level of spiritual well-being of married people is significantly higher than that of single people and the anxious/ambivalent attachment levels of single people are significantly higher than that of married people. The level of spiritual well-being of adults between the ages of 26-40 and over 41 is significantly higher than that of young adults between the ages of 17-25. The spiritual well-being levels, attachment styles and prosocial behavior levels of the adults participating in the study did not differ significantly according to their monthly income.

The research findings were discussed by comparing them with the data in the literature and some suggestions were presented.

**Keywords:** Spiritual Well-being, Attachment Styles, Prosocial Behaviour

# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>xiii</b>

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Problem Cümlesi .....	3
1.3. Araştırmanın Amacı .....	3
1.4. Araştırmanın Önemi .....	4
1.5. Varsayımlar .....	6
1.6. Sınırlılıklar.....	6
1.7. Tanımlar .....	6

## **İKİNCİ BÖLÜM**

<b>KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>7</b>
2.1. Spiritüel İyi Oluş .....	7
2.1.1. Spiritüelite Kavramı.....	7
2.1.2. Spiritüelite ve Din Ayrımı .....	9
2.1.3. Spiritüel İyi Oluş Kavramı .....	10
2.2. Bağlanma .....	12
2.2.1. Bağlanma Kuramı.....	12
2.2.2. Bağlanma KuramınınTarihçesi .....	13

2.2.3. Çocuklukta bağlanma.....	14
2.2.4. Ergenlikte bağlanma .....	19
2.2.5. Yetişkinlikte Bağlanma .....	21
2.3. Olumlu Sosyal Davranışlar .....	24
2.3.1. Ahlak .....	24
2.3.2. Sosyal Davranış.....	25
2.3.3. Olumlu Sosyal Davranış .....	26
2.3.4. Olumlu Sosyal Davranışın Felsefik Biyolojik ve Kültürel Temelleri .....	29
2.3.5. Olumlu Sosyal Davranışa Kuramların Bakışı .....	31
2.3. Yapılan İlgili Araştırmalar .....	35
2.3.1. Spiritüel İyi Oluş İle İlgili Yapılan Çalışmalar .....	35
2.3.2. Bağlanma İle İlgili Yapılan Çalışmalar .....	38
2.3.3. Olumlu Sosyal Davranışlar İle İlgili Yapılan Çalışmalar .....	41

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

<b>YÖNTEM .....</b>	<b>44</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	44
3.2. Çalışma Grubu .....	44
3.3. Veri Toplama Araçları .....	48
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	48
3.3.2. Üç-Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği .....	48
3.3.3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği .....	49
3.3.4. Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği .....	49
3.4. Verilerin Analizi .....	50

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

<b>BULGULAR .....</b>	<b>51</b>
-----------------------	-----------

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

<b>TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>65</b>
5.1. Tartışma ve Sonuç .....	65
5.2. Öneriler .....	80
5.2.1. Araştırma Konusu İle İlgili Öneriler .....	80
5.2.2. Araştırmacıya Yönelik Öneriler .....	80
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>82</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>106</b>
Ek 1- Kişisel Bilgi Formu .....	106
Ek 2- Üç-Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği .....	107
Ek 3- Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği .....	108
Ek 4- Olumlu Sosyal Davranış Eğilimi Ölçeği.....	109
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>110</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1: Çalışma Grubunun Cinsiyete Göre Dağılımı .....	44
Tablo 3.2. Çalışma Grubunun Medeni Hale Göre Dağılımı .....	45
Tablo 3.3. Çalışma Grubunun Yaşa Göre Dağılımı .....	45
Tablo 3.4: Çalışma Grubunun Aylık gelir Düzeyine Göre Dağılımı .....	45
Tablo 3.5: Çalışma Grubunun Mesleklerine göre Dağılımı .....	46
Tablo 3.6: Çalışma Grubunun Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı .....	46
Tablo 3.7: Çalışma Grubunun Anne Tutumlarına Göre Dağılımı .....	47
Tablo 3.8: Çalışma Grubunun Baba Tutumuna Göre Dağılımı .....	47
Tablo 4.1: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Alt Boyutlarıyla Birlikte Ortalama Puanları, Standart Sapmaları ve Güvenirlik Katsayıları .....	51
Tablo 4.2: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Cinsiyete Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları .....	52
Tablo 4.3: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Medeni Hale Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları .....	53
Tablo 4.4: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Yaşa Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları .....	53
Tablo 4.5: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Aylık Gelir Durumuna Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları .....	55
Tablo 4.6: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları .....	55
Tablo 4.7: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Anne Tutumlarına Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları .....	57
Tablo 4.8: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Baba Tutumlarına Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları .....	58
Tablo 4.9: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranış ve Alt Boyutlarının Korelasyon Analiz Sonuçları .....	59
Tablo 4.10: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışları Arasındaki Regresyon Analizi Sonuçları .....	62
Tablo 4.11: Spiritüel İyi Oluş Alt Boyutları ile Olumlu Sosyal Davranışlar Toplam Puan Arasındaki Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları .....	64

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin bağlanmada Dört Kategori Modeli'nin Boyutları .....	24
--	----



## KISALTMALAR

- Akt.** : Aktaran  
**Çev.** : Çeviren  
**EBBÖ** : Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği  
**Edt.** : Editör  
**GB** : Güvenli Bağlanma  
**KB** : Kaçınan Bağlanma  
**KİB** : Kaygılı-ikircikli Bağlanma  
**OSD** : Olumlu Sosyal Davranışlar  
**SİOÖ** : Spiritüel İyi Oluş Ölçeği  
**Vd.** : Ve Diğerleri

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

### 1.1. Problem Durumu

Fizik alanında meydana gelen yeni gelişmeler, modernite ile birlikte insanların doyumsuzluklarının artması üzerine oluşan derin boşluklar, bu boşluğun birçok soruna yol açması, pozitivist bakışa sahip psikolojinin bu sorunların giderilmesinde yetersiz kalması gibi durumlar yeniden maneviyata ilgiyi artırmış ve bu alanda yeni çalışmaların yapılmasına katkı sağlamıştır (Apak, 2018: 1890; Dein ve Kimter, 2014: 739; Tarhan, 2016; Zohar, 2017). Geleneksel psikoloji ise, maneviyat ve ruhsallığı içine alan spiritüelitelere karşı hep mesafeli durmuş ve görmezden gelmiştir (Frager, 2009: 12).

Türkçe'ye maneviyat veya ruhsallık olarak çevrilen spiritüelite kavramı tam bu noktada önem arz etmektedir. Spiritüelite, öznel, samimi ve bireyin önemli bir yanı olan özel bir yapıdır (Unruh, 1997: 157). Hayatın fiziki yüzünün dışında bir varlığın olduğuna inanmayı ve doğaya bir bütünlük içinde bağlı olmayı içine alan insanın varoluşsal bir yönüdür (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000: 252). Spiritüelite, yaşamda anlamı bulmayı amaçlayan kutsallık (Como, 2007: 226), yaşamı anlamlı kılan kutsal ve yaratıcı güç (Surbone ve Baider, 2010: 229-232), kutsal bir varlığa bağlanma ve aşkınlığı da içine alan yaşamda anlam ve kişinin kendi potansiyelinin en yüksekini araması (Pargament, 1999: 6) olarak tarif edilir. Spiritüelite içinde spiritüel iyi oluşu da kapsayan çok boyutlu bir kavramdır.

Seaward (1991: 167), spiritüel iyi oluşun üç boyuttan oluştuğunu belirtmiştir. Bunlar; kişinin kendisi ve başkaları ile kurduğu derin ilişki, kendine ait sağlam bir değerler sistemi ve anlamlı bir hayatının olmasıdır. Bu üç boyutun birbirine destek vererek kişinin ruhsal güç adı verilen mekanizmasını geliştirdiğini belirtmiştir. Hawk ve diğerlerine (1995: 371) göre spiritüel iyi oluş, hayata dair amaç edinme, üstün güç sahibi bir varlık ile olumlu bir ilişki içinde olma ve insanlarla pozitif iletişime sahip olmaktır. Spiritüelitenin aşkın bir güç ile olan bağlılık yönüyle, insanın doğumuyla

birlikte kendisine ilk bakım verenle kurduğu ilişki olarak tanımlanan bağlanma (Bowlby, 2018: 238) kavramıyla ilişkilendirilebilir. Çünkü bireyin, bebeklikten itibaren kendisine bakım veren figürün davranışlarını modelleyerek sosyal ilişkilerini olumlu veya olumsuz şekillendirdiği gibi (Yörükan, 2015) bakımı üstlenen kişilerin spitiüel durumlarını da modelleyerek aktarımda bulunabilir.

Bowlby (2018), insanın hayatının merkezini, diğer insanlarla kurduğu yakın ilişkilerin oluşturduğunu ve bu bağlar sayesinde yaşama tutunma gücü elde ettiğini ve ilk olarak bebeklikte güvenli ve güvensiz olarak başlayan bağlanma davranışının hayat boyu devam ettiğini ifade eder. Çocuğun başkalarıyla olan ilişkisinde kendisine bakım veren figürü güven veren bir sığınak ve bir liman olarak görmesi güvenli bağlanma olarak tarif edilmiştir. Güvensiz bağlanmanın bir türü olan kaçınan bağlanma ise çocuğun annenin varlığı veya yokluğuna karşı tepkisiz/kayıtsız olarak kalması olarak tarif edilirken, güvensiz bağlanmanın diğer türü kaygılı bağlanma ise annenin varlığında bile onu kaybetme endişesi içinde olma ve bu yüzden annesine yapışık olma hali olarak tanımlanmaktadır (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 148). Bağlanma bebeklikte başlayan, hayat boyu yetişkinlik dahil bütün gelişim dönemlerinde devam eden bir kavramdır.

Bartholomew ve Horowitz (1991: 226) yetişkin bağlanmasını dört farklı stilde ele almıştır. Buna göre sevilebilir olduklarına inanan, sevgilerine karşılık göreceklerine güvenenler, güvenli bağlanma; benlik saygısı düşük, ama başkaları hakkında olumlu düşünceleri olan ve onlara sıkıca bağlananlar saplantılı bağlanma; başkaları için olumsuz kendileri için olumlu düşüncelere sahip olanlar kayıtsız bağlanma (ilgisiz); kendilerine karşı da olumsuz düşünceye sahip ise korkulu bağlanma gerçekleştirmiş olurlar.

Bağlanma, ocuk ile sosyalleşmenin vesilesi olan anne veya ilk bakım veren bakıcının sevgi merkezli yakınlık kurmasıdır. İnsan doğası gereği çevresiyle uyum sağlamaya meyilli bir varlıktır. Dolayısıyla bağlanma figürünü modelleyerek diğerleriyle olumlu veya olumsuz sosyal ilişkiler kurar (Yörükan, 2015). Bu noktada karşımıza sosyal psikoloji ile ilgili kaynaklarda sosyal ilişkiler başlığı altında yer alan ve sosyalleşmenin bir parçası olarak görülen olumlu sosyal davranışlar çıkmaktadır.

Olumlu sosyal davranışlar, toplumların bütünü tarafından birey ve toplum için çok önemli bir kavram olarak görülmüştür (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 110). Weber'in ifadesiyle sosyal davranış, başkalarına yönelik her türlü davranışı (Koby, 2012: 83), olumlu sosyal davranış ise başkalarına yararlı olacak davranışları ifade için kullanılmıştır (Spinrad vd., 2006). Sosyal davranışın bir bileşeni olan olumlu sosyal davranışlar, toplumun birlikte uyum içinde varlığını sürdürebilmesini sağlayan sosyal bir ağ olması yönüyle de önemli bir enstrümandır (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 133).

Günümüzde teknoloji ve türevlerinin gelişmesi sonucu toplum yapısında başkalarına faydalı davranışlar sergilemeden daha çok bireyselleşme ön plana çıkmıştır. 'Ben merkezci' sadece kendi çıkarını düşünen bir insan modeli yaygınlaşmaya başlamıştır. Modernite ile gelen bu toplumsal değişim, birey-toplum ilişkisini sağlıklı bir şekilde düzenleyen olumlu sosyal davranışların geri planda kalmasına neden olmuştur (Sünbül, 2012: 1),

Olumlu sosyal davranış, özgecilik ve yardım etme davranışını da içine alan, gönüllülük prensibine göre başka birine fiziki veya ruhsal anlamda katkıda bulunmaya yönelik davranışlar şeklinde tarif edilebilir (Kağıtçıbaşı, 2014: 242). Niyete bakılmaksızın paylaşma, işbirliği yapma, başkalarına yardım etme, tesellide bulunma gibi insanlara faydalı davranışlar olumlu sosyal davranış olarak tanımlanmıştır (Spinrad vd., 2006).

Farklı çıkar çatışmalarının merkezinde kalan insanlar için önemli olan spiritüel iyi oluş kavramıyla, sağlıklı toplum ve bireylerin inşasında önemi azımsanmayacak olumlu sosyal davranış ve bağlanma kavramlarının birlikte ele alınabileceği ve bu çalışmanın birey ve toplum hayatına katkı sunacağı düşünülmektedir. Bu anlamda araştırmanın problem cümlesi "Yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" şeklinde belirlenmiştir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Araştırmanın temel amacı yetişkinlerin spiritüel iyi oluşları ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu çerçevede aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır.

1. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş, bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri nedir?
2. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş, bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri, demografik özelliklere göre (cinsiyet, medeni durum, yaş, aylık gelir, anne baba tutumu) farklılaşmakta mıdır?
3. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş, bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Araştırmaya katılan yetişkinlerin bağlanma stilleri, spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranış düzeylerini yordamakta mıdır?
5. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ve olumlu sosyal davranış düzeylerini yordamakta mıdır?
6. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş alt boyutları olumlu sosyal davranış düzeylerini yordamakta mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Teknolojik gelişmeler neticesinde, günümüzün hâkim ideolojisi geri dönüşü mümkün olmayan küreselciliği destekleyen sermaye grubu, daha fazla zenginlik ve daha fazla refah peşinde koşarken toplum katmanları arasındaki uçurumu artırmıştır (Steger, 2013: 178). Dolayısıyla bu durum, insanların bir kısmını doyumsuzluğa, ana odaklanmaya, istediği her şeyi çabucak elde etmeye, diğerini yadsıyan bir kimliğe bürünmesine neden olmuş, hayatta mana arayışı ve varoluşsal amaçlar dışlanmıştır (Bahadır, 2018: 13). Fakat kuantum fiziğinin ortaya çıkması, insanı Newton fiziğinin sessiz ve ölü dünyasının ötesine taşımış, dolayısıyla yaşanan tüm bu yeni gelişmeler pozitivistin temellerini sarsarak din ve maneviyata bakışı değiştirmiştir (Apak, 2018: 1890; Zohar, 2017). Bu yönüyle spiritüel konulara bütün dünyadaki araştırmacıların ilgisi her geçen gün artmaktadır. Bu bakımdan spiritüelliğin araştırılması önem arz etmektedir.

Bağlanma sürecini sağlıklı geçirenlerin karşı karşıya kaldıkları sorunları çözmeye başarılı olmaları, dünyanın yaşanabilir olduğunu düşünmeleri ve başkaları ile ilişkilerde pozitif bakış açısına sahip olmaları bu kavramın önemini artırmaktadır (Bowlby, 2018; Thompson, 2006: 117). Hall'in (2007: 26) ilk bakım verenle kurulan

ilişki olan bağlanma kavramının yetişkinlikle beraber manevi inançlara bağlılığa evrildiğini belirtmesi, Kirkpatrick ve Shaver'in (1990) çocukluk dönemi bağlanması ile aşkın yüce bir varlığa bağlanma arasında pozitif ilişkinin olduğunu ifade etmesi bağlanma ve spiritüel iyi oluş kavramının birlikte incelenmesinin önemini ortaya koymuştur. Yörükkan, (2015) bağlanma kavramının sosyalleşme üzerindeki etkisine ve çocuğun ilk bağlanma figürünü modelleyerek olumlu veya olumsuz davranışlar geliştirmesine vurgu yapması da bağlanma ve olumlu sosyal davranış kavramlarının birlikte incelenmesini önemli kılmaktadır.

Olumlu sosyal davranışlar toplumun sağlıklı olarak bir arada yaşamasının temel dinamiği olması yönüyle bu alanda yapılacak her çalışma önemlidir. Günümüzde yaşanan iç dış savaşları, bu savaşların sebep olduğu göç olaylarını, uluslararası terörizmi, iklim ile ilgili insan kaynaklı yaşanan olumsuz gelişmeleri ve dünyanın değişik yerlerinde görülen açlık problemlerini düşündüğümüzde, olumlu sosyal davranışlar büyük önem arz etmektedir (Erzi, 2016).

Spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranışlar konusunda yapılan çalışmaların azlığı ile bağlanma stilleri kavramının yetişkinler üzerinde yapılan çalışmalarının az oluşu birlikte ele alındığında bu değişkenlerin yetişkinler üzerinde çalışılmasının literatüre katkı sunacağı düşünülmektedir. Ayrıca değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerinin incelenmesinde yurtdışında yapılan araştırmalara bakıldığında; spiritüel iyi oluş, bağlanma ile olumlu sosyal davranışlar (Shibli ve Shafi, 2019), spiritüel iyi oluş ile bağlanma (Diaz, Horton ve Malloy, 2014; Reinert, 2005; Saroglou, Kempeneers ve Seynhaeve, 2003), spiritüel iyi oluş ile olumlu sosyal davranışlar (Einolf, 2013; Crosby ve Smith, 2015; Huber ve McDonald, 2012), bağlanma ile olumlu sosyal davranışlar (Shaver vd., 2016) arasındaki ilişkileri ele alan çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Ancak ülkemizde bu kavramlar arası ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu durum da tez konusunun özgünlüğü için önem arz etmektedir.

Spiritüel iyi oluş, bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış kavramları tek tek ele alındığında ise ülkemizde yetişkinlerle yapılan sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Spiritüel iyi oluş (Daştan ve Buzlu, 2010; Kardaş, 2017; Keçeci, 2018; Pehlivan, 2018; Yılmaz, 2019); olumlu sosyal davranışlar (Aktaş ve Güvenç, 2006; Erzi, 2016; Kahraman ve Kurt, 2013; Kumru, Carlo ve Edwards, 2004;

Sünbül, 2012) ve bağlanma (Çalışır, 2009; Çapan, 2009; Ermiş, 2019; Karabacak, 2016; Uyar, 2019) ile ilgili yapılan araştırmalara örnek olarak verilebilir.

Bu çalışma sonucunda elde edilecek bulgulardan eğitim, sosyal hizmetler, dini hizmetler alanında çalışanların, manevi danışmanlık yapanların, psikolojik danışmanlar, sosyal bilimci, sosyolog ve akademisyenlerin yararlanması beklenmektedir.

#### **1.4. Varsayımlar**

1. Araştırmaya katılan çalışma grubunun katılımcı sayısının yeterli olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan yetişkinlerin çalışmada kullanılan veri toplama araçlarına içten ve doğru cevaplar verdikleri varsayılmıştır.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

1. Araştırmada elde edilen bulgular, 2019 yılında 17-70 yaş aralığındaki toplamda 617 yetişkinin öz bildirimine dayalı verdiği bilgiler ile sınırlıdır.
2. Araştırmada kullanılan üç ölçeğin ortaya koyduğu niteliklerin kapsamı, ölçeklerin geçerlik ve güvenilirliğiyle sınırlıdır.

#### **1.6. Tanımlar**

**Spiritüel İyi Oluş:** Bireyin her şeyi sorgulayarak hayatında anlam arayışı içinde olması, açıklanması zor metafizik varlıkları anlamaya istekli olması ve içindeki mevcut güç ile dışardaki güçler arasında uyum sağlamasıdır (Opatz, 1986: 61).

**Bağlanma:** İlk doğumla başlayıp, bebeklik ve çocukluk döneminde oluşup, hayat boyu sürekli bir şekilde gelişim gösteren, yetişkinlikte ise bireyin yakın ilişkilerinde kendini gösteren bir davranış örüntüsüdür (Bowlby, 2018).

**Olumlu Sosyal Davranış:** Başkalarıyla niyete bakılmaksızın gönüllü olarak paylaşma, işbirliği yapma, başkalarına yardım etme, tesellide bulunma gibi insanlara faydalı davranışlara denir (Eisenberg, Fabes ve Spinrad, 2006: 646).

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Spiritüel iyi Oluş

##### 2.1.1. Spiritüelite Kavramı

Spiritüelite kavramının ne anlama geldiğine dair birbirine yakın ama farklı birçok tanım yapılmıştır. Bu durum spiritüelitenin kendi içinde farklı derinlikte boyutları ve yönleri olan bir kavram olmasından kaynaklanmaktadır (Düzgüner, 2013: 147). Bu kavram İngilizce spirituality olarak geçmektedir. Bazı araştırmalarda Türkçe'ye ruhsallık olarak çevrilmiş ve araştırmacılar tarafından da bu anlamlarda kullanılmıştır (Baloğlu ve Karadağ, 2009; Kurtar, 2009). Bazı araştırmacılar maneviyat kavramını kullanırken (Gürsu ve Ay, 2018; Pehlivan, 2018; Şirin, 2018; Yavuz, 2019), bazıları da spiritüelite olarak kullanmıştır (Asa ve Dalkılıç, 2015; Keçeci, 2017; Narcıkara, 2017; Yılmaz, 2019). Bu bağlamda bu çalışmada spiritüelite kavramını kullanacağız.

Spiritüelite, hayatın görünen fiziki yüzünün dışında bir varlığın olduğuna inanmayı ve doğaya bir bütünlük içinde bağlı olma duygusunu içinde barındıran insanın varoluşsal bir yönüdür (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000: 252). Wigglesworth (2012: 21) spiritüelliği tarif ederken kişinin kendisinden büyük, yüce, aşkın, olağanüstü gördüğü bir varlık ile ilişki içerisinde olmaya dönük doğuştan getirdiği, tabii bir ihtiyacı olduğunu söylemiştir. Spiritüelite kapsamlı tanımına göre, kişinin doğa ve kendisiyle olan münasebetleri hakkında benlik tanımlaması iken geleneksel olarak Tanrı'ya bağlı olma hali diye tarif edilmektedir (Musgrave, Allen ve Allen, 2002). Spiritüelite, kişinin kendisi ile Tanrı arasındaki ilişkiden ortaya çıkan iyilik yapma duygusuna ve yaşam doyumuna eşlik eder (Brome vd., 2000: 470-486). Como (2007: 226) spiritüelitemi yaşamda anlamı bulmayı amaçlayan kutsallık, Surbone ve Baidar (2010: 229-232), yaşamı anlamlı kılan kutsal ve yaratıcı güç, Pargament (1999: 6), kutsal bir varlığa bağlanma ve aşkınlığı da içine alan yaşamda anlam ve kişinin kendi potansiyelinin en yükseğini araması, Cotton ve diğerleri (2006) da benzer şekilde hayata anlam ve amaç veren şey olarak tarif etmişlerdir.

Zinnbauer, Pargament ve Scott (1999: 889-919), yaratıcı Tanrı'ya olan bağlılığın yanı sıra doğadaki diğer varlıklar ile bağ kurmayı da spiritüellik olarak tanımlamışlardır. Chakraborty ve Chakraborty (2004), kendinden güçlü ve kutsal bir varlığın etkisi ve yönlendirmesi altında yaşamak olarak tanımlamıştır,

Elkins ve diğerleri (1988: 5) spiritüelitenin din kavramından farklı olduğunu, insanın varoluşu ile birlikte doğuştan geldiğini, içinde değer ve inanç barındıran deneyim ve tecrübeyle kazanıldığını ve fenomenolojik olarak değerlendirilip açıklanabileceğini söylemişlerdir. Murray ve Zentner (1989) spiritüeliteyi, insanın ölüm, hastalık ve stres gibi durumlarında iken ortaya çıkan sonsuzluk hakkındaki sorularına cevap bulmak için evren ile uyum içinde olmaya çalışan 'kalite' şeklinde tanımlamıştır (Akt.; Bash, 2004).

Chandler, Holden ve Kolander (1992: 169), spiritüelitenin 7 boyutuna dikkat çekmektedir. Bunlar; spiritüelitenin tüm insanlarda bulunması, manevi eğilimin merkezde yer alması, manevi deneyimi oluşturacak şartları aramak istemesi, kişinin odak noktasının yaşamına ve hedeflerine dair değerlendirme yaptığı zamanlar olması, kişinin sağlıklı bir duruma yükselmek için aşkınlık duygusuna sahip olması, daha çok bilgiye ve sevgiye sahip olmasıdır.

Sülü (2006), spiritüelitenin yaşam boyu farklı formatlarda bireyin hayatında yer aldığını ifade etmiştir. Çocukluk döneminde taklit yoluyla spiritüel eylemlerde bulunan bireyler, ergenlikle birlikte ebeveynlerinden aldıkları spiritüel değerleri sorgulamaya başlar ve yetişkinlikle birlikte olumsuz durumlardan korunmaya da vesile olan kendi maneviyatlarını oluşturur. Manevi değerler toplumun sağlığı için önemlidir. Maneviyattan uzaklık hayatın anlamsızlaşmasına neden olduğu için ruhsal ve fiziki anlamda birçok soruna eşlik edebilir (Mutluer, 2006).

Dyson, Cobb ve Forman (1997), spiritüelite kavramını ele alırken üç ayrı noktadan değerlendirirler. Bunlar birey, toplum ve üstün güç anlamında Tanrı'dır. Bunlar arasındaki etkili bir ilişki kişinin spiritüel kişiliğini de güçlendirmektedir. Kişinin spiritüel ihtiyacı toplumun diğer fertleriyle olan etkileşimiyle ortaya çıkar. Bu etkileşimin neticesinde bireyin spiritüelliği şekillenir. Burada üstün varlıktan kastedilen sadece Tanrı değildir. Bireyin kendisi için en çok değerli ve üstün olan şey ne ise odur.

### 2.1.2. Spiritüelitate ve Din Ayrımı

Alan yazın incelendiğinde din kavramı hakkında ortak bir tanımlama yapmanın mümkün olmadığını görüyoruz. Her disiplin kendine göre bir tarif yapmıştır. ‘Kutsal Kitaplı Dinler’e inananların tarifleri yanında dinin aleyhindeki Freud, Marx ve Comte gibi düşünürlerin tanımlarını da dikkate alınca ortaya çok karışık bir tablo çıkmaktadır (Aydın, 2001).

Draz, dini “bağlılık” ile ilişkilendirirken Kutup (1992), dinin fıtratta olduğunu ve ona uygun olarak geliştiğini, Fromm (1993) ise dini, bir grup tarafından benimsenen ve üyelerine adanmışlık duygusu etrafında ortak bir davranış sergilemelerini sağlayan bir bütün olarak tarif etmiştir (Akt.; Öztürk, 2017: 8). Yahudilik, Hristiyanlık ve İslam gibi dinler açısından dini, bireysel ve sosyal yanı bulunan, inananlara bir hayat biçimi sunan bir kurum olarak tarif edebiliriz (Aydın, 2001: 5-6). İlmihalde ise Din, “akıl sahibi insanları kendi tercihleriyle hayırlı olan şeylere götüren ilahi bir kanun” olarak tarif edilmiştir (Harman, 1998: 4).

Spiritüelitate ve din kavramları birbirlerine yakın olmakla birlikte aynı kavramlar değildir. Sekülerizmin yaygınlaşmasına ve dinin bireysel deneyimlere karşı engeller çıkarmasına kadar spiritüelitate ile din birbirinden ayrı değerlendirilmemiştir (Turner vd., 1995). Zamanla benzer birçok özelliklerin yanı sıra farklı özelliklerinin olduğu vurgulanmaya başlamıştır. Bu noktada Hill ve Pargament (2008: 3), dinin ve spiritüelliğin merkezinin kutsallık kavramı olduğunu belirtmiştir. Groff’a göre spiritüel olma, bağımsız, hiçbir aracıya ihtiyaç bırakmayan ve kişisel bir deneyim iken din, özel mekanları ve resmi görevlileri de içine alan kurumsal bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Akt.; Özdoğan, 2005).

Zinnbauer ve diğerleri (1997), dini altyapıları farklı olan 11 grup ile yaptıkları çalışmayla din ve spiritüellik kavramlarını nasıl tanımladıklarını araştırmıştır. Araştırma sonucunda ikisinin birbirinden farklı kavramlar olduğunu tespit etmişlerdir. Buna göre spiritüellik, Tanrı veya üstün güç olan bir varlıkla kurulan kişisel bir ilişki olarak tanımlanırken dinsellik ise, örgütlü ve kurumsal bir inanç sistemine bağlanma, Tanrıya inanma ve kiliseye gitme gibi kurumsal uygulamaları kapsayan bir kavram olarak tanımlanmıştır.

King, Carr ve Boitor (2011), din ve spiritüelitate kavramlarını değerlendirdikleri analizlerinde dini; “kişilerin, Tanrı ve ulu gerçeklik gibi yüce ve kutsal öğelerle olan

ilişkinin artıran inanç, uygulama, ritüel ve semboller organizasyonu”; spiritüeliteliyi (maneviyat) ise başkalarının ve toplumun faydasına olacak şekilde ve kendinin ötesinde yüce bir şeyler yaşamak olarak tarif etmiştir.

Lowder’e (2006) göre din, insanın manevi arayışının neticesinde katı ve dogmatik bir olgu olarak karşımıza çıkarken, maneviyat ise, duyu organlarıyla tarif edilemeyen maddilikten uzak, ruha dair bir öz olarak tanımlanmaktadır. Fry (2003), din için spiritüelliği şart koşarken spiritüelite için dinin şart olmadığını ve her iki kavramın ortak özelliğinin fedakârlık ve sevgi olduğunu belirtmiştir. Dein ve Kimter (2014: 741) ve Koenig (2004) de benzer şekilde spiritüel olmak için dindar olmanın şart olmadığını ileri sürerek dinin kurumsallaşmış bir yapı, spiritüelitenin ise aşkın bir güç ile kurulan bireysel bir ilişki olduğunu ileri sürmüştür.

Hill ve Pargament (2008), spiritüelliğin bireysel, dinseliliğin ise kurumsal olarak farklı alanlara ayrılmasının kurumsallaşmış dini inanç uygulamalarının kişilerin spiritüel girişimlerini düzenlemeyi hedeflediğini göz ardı etmek olacağını belirtmişlerdir. Çünkü birçok insan ilk spiritüel deneyimi, dini bir örgütlenme içerisinde yaşamaktadır. Ülkemizde ise spiritüellik ile din kavramları arasındaki ilişkiye bakış batıda olduğu kadar farklılaşmamıştır (Kılınçer, 2017).

### **2.1.3. Spiritüel İyi Oluş Kavramı**

Spiritüel iyi oluş, 1998 yılında Dünya Sağlık Örgütü tarafından resmen kabul edilmiş bir kavramdır (Kardaş, 2017: 63). Opatz (1986: 61), spiritüel iyi olmayı, bireyin her şeyi sorgulayarak hayatında anlam arayışı içinde olması, açıklanması zor metafizik varlıkları anlamaya istekli olması ve içindeki mevcut güç ile dışardaki güçler arasında uyum sağlaması olarak tarif eder.

NICA (1975) spiritüel iyi oluşu, hayat ile bireyin kendi benliği, toplum ve Tanrı’dan oluşan üç odak noktası ile olan ilişkide bütünlüğün olumlu anlamda gözetilip geliştirilmesi ve kutsanması olarak tarif etmiştir (Akt.; Ellison, 1983: 332). Buna göre spiritüel iyi oluşun dini öğeler içeren dini iyi oluş ve psikososyal öğeler içeren varoluşsal iyi oluş şeklinde iki boyutu olduğu söylenebilir (Scott ve Agresti, 1998).

Hawsk ve diğerlerine (1995: 371) göre spiritüel iyi oluş, hayata dair amaç edinme, üstün güç sahibi bir varlık ile olumlu bir ilişki içinde olma ve insanlarla pozitif iletişime sahip olmaktır. Seaward (1991: 167), spiritüel iyi oluşun kişinin kendisi ve

başkaları ile kurduğu derin ilişki, kendine ait sağlam bir değerler sistemi ve anlamlı bir hayatının olmasından oluşan üç boyutun bir araya gelmesiyle oluştuğunu ve bu boyutların birbirine destek vererek kişinin ruhsal güç adı verilen mekanizmasını geliştirdiğini belirtmiştir. Spiritüel iyi oluş, spiritüel olmaya ve spiritüel deneyim yaşamaya kişinin hazır olması, yönelmesi, ilgi göstermesi, bu konuda kendini geliştirmesi olarak değerlendirilmiştir (Chandler, Holden ve Kolander, 1992).

Ekşi ve Kardaş (2017) tarafından geliştirilen ve bu çalışmada kullanılan Spiritüel İyi Oluş Ölçeği'nin de alt boyutlarından olan aşkınlık; geleneksel anlamıyla kişinin karşısında kendini aciz olarak tanımladığı ve boyun eğdiği, güçlü ve yüce bir varlığa inanmasıdır (Acar, 2016). İnsan ve doğa birbirinden ayrılmaz bir bütünün parçalarıdır. Doğa insana huzur ve ferahlık verir, rahatlatır (Sav, 2017). Araştırmacılardan bazılarının göre spiritüellik doğayla ilişkili bir kavramdır (Dein ve Kimter, 2014). Anomi, toplum normlarının insan davranışı üzerindeki denetim ve kontrolü yitirmesine karşılık bireyin kendisinin nasıl bir davranış sergilemesi gerektiği hususunda kararsız oluşu anlamına gelmektedir (Dönmezer, 1994 akt.; Ekmekçi, 2004). Buradan hareketle bu üç alt boyutun spiritüelite ile ilişkili olduğunu, aşkınlık ve doğayla uyumun spiritüel iyi oluşu artırdığını fakat anominin insanı mutsuzluk ve yalnızlığa iten olumsuz bir kavram olduğunu söyleyebiliriz.

Spiritüel iyi oluş üzerine yapılan birçok araştırmada, hastaların dini gruplarından manevi destek aldıkları ve hastalık, hayal kırıklıkları, savaş ve terör gibi birçok yaşam olayı ile baş etmede spiritüelliği önemli bir strateji olarak kullandıkları, böylece spiritüel olmanın pozitif bir esneklik kaynağı olduğu ve sağlıklı olmayı pozitif yordadığı görülmüştür (Hill ve Pargament, 2008; Faigin ve Pargament, 2011). Ayrıca yapılan diğer bazı çalışmalar spiritüel iyi oluşun fiziki sağlamlık, iyilik hali, affedicilik, sosyal ve psikolojik iyi oluşla da pozitif ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur (Ellison ve Fan, 2008; Lou, 2015: 6; Temane ve Wissing, 2006; Tuck ve Anderson, 2014: 277).

Spiritüel iyi oluş ile umut arasındaki ilişkiyi ilk inceleyen araştırma, Carson, Soeken ve Grimm (1988) tarafından yapılan ve pozitif yönlü güçlü bir ilişki bulunan araştırma olmuştur. Benzer şekilde Mickley, Soeken ve Belcher (1992) de meme kanseri olan 175 yetişkin kadın hasta ile yaptıkları araştırmada spiritüel iyi oluş ile içsel dindarlık ve umut arasında pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur.

Spiritüel olmanın önemli öğelerinden biri yüce bir varlık olan Tanrı'ya yakın olmaktır. Çocuğun stres durumlarında güvenli bir liman olan ebeveynine yakınlaşması gibi insanlar da yaşadıkları olumsuz durumlar karşısında Tanrı'yı güvenli bir liman görerek ona yakınlaşır ve olumsuz duygu durumundan kurtulurlar (Hill ve Pargament, 2008). Hall (2007: 26) bağlanma teorisinin maneviyat psikolojisi içinde odak noktası haline gelmeye başladığını belirterek birincil bakıcıyla kurulan bağlanma biçimleri ile manevi inançlara bağlanma kalıpları arasındaki ilişkilerin araştırılması sonucunda manevi inançlara olan bağlanmanın çocukluk dönemindeki bağlanmanın yerini aldığını ve bağlanma ilişkilerinin eksikliğini telafi ettiğini belirtmiştir. Buna göre Tanrı'ya güvenli bağlanma ile çocukluk dönemi güvenli bağlanma ve fiziksel - psikolojik sağlık arasında pozitif olarak güçlü bir ilişkiden söz edilebilir (Kirkpatrick ve Shaver, 1990). Dolayısıyla bağlanma teorisi spiritüel iyi oluş ile ilişkilendirilen bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

## **2.2. Bağlanma**

### **2.2.1. Bağlanma Kuramı**

İnsan varoluşundan bu yana, hemcinsleriyle ilişki kuran, ait olmayı, kendisi hakkında iyi şeyler düşünülmesini isteyen doğduktan hemen sonra hayatta kalma dürtüsüyle ilk çevresinde yer alan ve kendisine ilk bakım veren anne veya bakıcısına bağlanan, Aristo'nun deyiimiyle sosyal bir varlıktır (Myers, 2017: 426). Anne ile çocuk arasındaki ilişki üzerine son yıllarda yapılan çoğu araştırmaların bağlanma üzerine olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar, yetişkin ruh sağlığının oluşmasında kişinin anne ve babasıyla olan ilişkilerinin yattığını göstermektedir. Bu durum anne ve çocuk arasındaki ilişkinin incelenmesinin önemini ortaya koymaktadır (Kesebir vd., 2011).

Bağlanma kuramı, bireysel anlamdaki farklılığa, insanların çevresindeki yakınlarına karşı duygusal olarak bağ kurma içgüdüsüne ve bu doğuştan gelen meyilin evrensel olduğuna dayanan bir kuram olarak karşımıza çıkmaktadır (Bowlby, 2018: 234; Sümer, 2006).

Bağlanma kavramının alanda birçok terimle tanımlandığı görülmektedir. Genellikle “güvenli üs” kavramı ile ifade edilen bağlanma, Harlow tarafından “güvenli liman” olarak adlandırılmıştır. Bir başka kavram ise kaygı ve korkudan uzak olmak

anlamına gelen kendini “güvende hissetmek” olarak sayılabilir (Arslan ve Teze, 2016: 73). Çocuğun bir bakıcıyla kendini güvende hissedeceği güçlü bir bağ kurması, kendisinin hayatta kalma içgüdüsünü besleyen bir fonksiyon olarak görülür (Myers, 2017: 426).

Bağlanma, ilk anne karnında başlayıp, bebeklik ve çocukluk döneminde oluşup, hayat boyu sürekli bir şekilde gelişim gösteren, yetişkinlikte ise bireyin yakın ilişkilerinde kendini gösteren bir davranış örüntüsüdür (Bowlby, 2018).

### **2.2.2. Bağlanma Kuramının Tarihsel Gelişimi**

Bağlanma teorisinin gelişimi, tarihsel anlamda uzun bir zamana yayılmış olsa da ilk ortaya atan kişiler Freud ve diğer psikanalistlerden etkilenmiş olan John Bowlby ve Mary Ainsworth olmuştur. Bowlby, kuramın temelini formüle etmiştir. Ainsworth ise onun fikirlerini deneysel anlamda test etmiş ve kuramın genişlemesine önemli katkılar sağlamıştır (Bretherton, 1992: 759).

Bağlanma kavramının öncülüğünü yapan Bowlby, ilk deneysel çalışmasını, Londra Çocuk Rehberliği Kliniği’ndeki uyumsuz ve hırsızlık yapan 44 çocuk ile yaptı. Bu çocuklardaki problemin kaynağını annenin olmaması veya anneden ayrı olmalarına bağladığı “Kırk dört çocuk hırsız: Kişilikleri ve yaşamları” makalesini 1944 yılında yayınladı. Bowlby’nin 1948 yılında yanına çalışma arkadaşı olarak aldığı James Robertson, anne ve babalarından ayrılmış, hastanede yatan ve yaşamlarının ikinci ve üçüncü yıllarında olan bir grup çocuğun evden uzakta kaldıklarındaki ve bakıcı annelerine dönüşlerindeki davranışlarını inceledi. Yazdığı raporlar Bowlby’nin bağlanma kuramının temelini oluşturmuştur. Dünya Sağlık Örgütü’nün 1950 yılında evsiz çocukların ruh sağlığı ile ilgili kendisinden tavsiye istemesi üzerine 1951 yılında yazmış olduğu raporunda bebeğin annesi veya sürekli bakıcılık görevi gören bir yetişkinle kurduğu yakın ve sıcak bir ilişkinin ruh sağlığı için gerekli olduğunu belirtmesi ve ailelerinden ayrı kalan çocukların ruh sağlıklarının muhafazası için atılması gereken adımları ortaya koyması bağlanma kuramının başlangıç noktasını oluşturmuştur (Bowlby, 2018; Bretherton, 1992: 760; Hazan ve Shaver, 1994).

Mary Ainsworth ise 1950 yılında Bowlby’nin çalışma grubuna katılmıştır (Bretherton, 1992: 761). Bağlanma teorisinin ilk defa resmi olarak ifade edilmeye başlanması Bowlby’nin İngiliz Psikanalitik Derneğine sunduğu çalışmaları oldu.

Bunlar; 1958 yılında yayınlanan “Çocuğun Annesine Olan Bağlılığının Doğası”, 1959 yılında yayınlanan “Ayrılık Kaygısı” ve 1960 yılında yayınlanan “Çocuklukta Keder ve Yas” isimli makaleleri olmuştur (Bowlby, 2015: 15, Bretherton, 1992). Daha sonra bu üç makalenin her birisinin merkeze alındığı “Attachment and Loss” (Bağlanma ve Kaybetme) adıyla yazılan kitabın ilk cildi 1969, ikinci cildi 1973 ve üçüncü cildi 1980 yılında basılmıştır (Bretherton, 1992: 762; Cohen, 2019: 73).

Bowlby'nin makalelerinin yazılmasında Mary Ainsworth'un yaptığı deneysel çalışmalardan elde ettiği veriler önemli ölçüde katkı sağlamıştır (Bowlby, 2018: 33; Bretherton, 1992: 762; Cohen, 2019: 74). Ainsworth, 1953 yılının sonuna doğru, başında Bowlby'nin olduğu Tavistock Kliniği'nden ayrılarak Uganda'ya gitti. Burada 1 ile 24 aylık arasında değişen süttten kesilmemiş bebeği olan toplam 26 aile üzerinde, bebek-anne bağlılığını gözlemleyerek bazı bulgulara ulaştı. Bu veriler Bowlby'nin bağlanma kuramının yeniden formüle edilmesini sağlayarak 1969 yılında basılan kitabın içeriğinde yer aldı (Bretherton, 1992: 764; Cohen, 2019: 74)

1970 yıllarından itibaren erişkin ilgisizliği ve ebeveynlerin ayrılıkları ile ilgili çalışmalarla yetişkin bağlanma kavramı ortaya çıkmaya başladı. Yetişkin bireylerdeki romantik ilişkileri bir bağlanma davranışı olarak değerlendiren Hazan ve Shaver (1987) ile yetişkinlikte dörtlü bağlanma modeli ortaya koyan Bartholomew ve Horowitz'in (1991) çalışmaları, yetişkin bağlanma davranışı konusundaki ilerlemelere önemli katkı sağlamıştır (Bretherton, 1992: 769).

### **2.2.3. Çocuklukta Bağlanma**

Dünyaya yeni gelen bir çocuğun insanla kurduğu ilk ilişkinin, kişiliğinin temel taşı olarak kabul eden psikanalistler, bu ilişkiyi nesne ilişkileri kapsamında değerlendirmişlerdir. Ancak Bowlby'e göre, çocuğun anneden ayrılmaya veya annesini kaybetmesine verdiği tepkiyi anlamak için çocuğun anne objesine verdiği anlamı bilmek gerekir. Dolayısıyla anne figürü, bir nesne ilişkisi olarak değil bir bağlanma figürü olarak değerlendirilmelidir (Bowlby, 2018: 233). Çocuğun kendisine bakım veren annesine tam olarak bağlanması 6-24 ay arasında gerçekleşmektedir. Anne ile olan ilişkileri sonucu ortaya çıkan sözlü sözsüz tepkileri bağlanma davranışı olarak adlandırılır. Bağlanma davranışı, çocuğun çevresine karşı yakınlık araması ile kendini gösterir. Çocuğun sosyal tepkilerini diğer kişilere değil

bakım veren annesine yöneltmesiyle de gözlenmeye başlar. Bağlanma figüründen ayrılmaya ve daha sonra tekrar birleşmeye karşı gösterdiği tepki ise bağlanma davranışının tam belirginleşmesini sağlar (Bowlby, 2015: 28).

Bowlby'e göre birincil bağlanma figürü genellikle anne olmakla birlikte annenin bakım veremediği durumlarda anne yerine geçen bakıcıdır. Dolayısıyla kendisine bakım veren kişi ile birlikte geçirdiği günlük yaşantılar, ihtiyaçlarına karşı bakıcı tarafından gösterilen tepkiler bilişsel olarak kodlanarak çocuğun içsel çalışma modelini oluşturur. Bu model, hem kendisi hem de başkaları ile ilgili kodlanan bilişlerinden oluşur. Bakıcı çocuğun ihtiyaç duyduğu anda yanında olur ve pozitif tepki verirse çocukta bakıcıya dair güvenli liman bilişi gelişir. Eğer bakıcı ihtiyaç anında yanında olmaz veya ilgisiz kalırsa çocukta bakıcıya karşı reddedici bir tepki gelişir ve kendisine yönelik de değersizlik, sevilmeye layık görülmeleyen bir imaj geliştirmeye başlar. Çocuğun içsel modellerini oluşturan bu bilişler ergenliğe kadar pekişmeye devam eder. Ergenlik sonunda ise bu model sürekli hale gelerek değişime karşı direnç göstermeye başlar ve yetişkin yakın ilişkilerinin de temelini oluştur (Bowlby, 2018: 262-267).

Psikanalitik kurama göre bağlanma ihtiyacı doğuştan gelmekte ve çocukların annelerine bağlanmalarının temel nedeni açlık ihtiyacını gidermeleridir (Masterson, 2013: 52). Kendisi de psikanalitik gelenekten gelen Bowlby, buna itiraz ederek, anneden yoksun çocuklarda yaptığı gözlemlerde, çocukların görevliler tarafından karınları doyurulmasına ve her türlü fiziki bakımları yapılmasına rağmen kaygılı, öfkeli ve üzüntülü olduklarını iddia etmiştir. Dolayısıyla Bowlby, bağlanmanın duygusal bir bağ olarak doğuştan gelen bir ihtiyaç olduğu görüşünü savunmaktadır (Bowlby, 2018: 27, Hazan ve Shaver, 1994: 4-7). Bowlby, insanlarda yakınlık aramanın evrensel bir meyil olduğunu ve bunun ilk doğumla birlikte kendini gösterdiğini savunarak nesne ilişkileri kuramı ile Darwin'ci anlayışı birleştirmiştir (Cohen, 2019: 73).

Harlow ve meslektaşlarının anneden ayrı maymunlar üzerine yaptıkları birçok araştırmanın verilerine göre yavrular için ilişki rahatlığı ve fiziksel rahatlama sağlayan bağlanma figürünün, beslemeyi sağlayan figürden daha önemli rol oynadığı görülmüştür. Yapılan çalışmada annelerinden ayrı yavru maymunların kendilerinin beslenmesini sağlayan telden yapılmış kukla vekil anne yerine, kendilerini beslemeyen havludan yapılmış yumuşak bir vekil anne figürüne bağlandıkları

görülmüştür. Bu durum bağlanmanın doğası konusunda Bowlby'nin çalışmalarını desteklemiştir (Bowlby, 2018: 252).

Çocuklukta bağlanma üzerine ilk deneysel çalışmaları yapan Ainsworth, yaptığı gözlemlerde annenin hassasiyetine bağlı olarak üç farklı bağlanma örüntüsü tespit etti. Bebeklerine karşı daha hassas olan annelerin çocuklarının güvenli bağlanma gerçekleştirdiği görüldü. Bu çocuklar, annenin yokluğunda daha az ağladı ve anneleri varken de etrafı keşfetmede daha istekli göründüler. Daha az hassas olan annelerin çocuklarında güvensiz bağlanma görülürken, bu çocukların anne kucağında dahi sıklıkla ağladıkları ve etraflarını keşfetmede daha az istekli oldukları gözlenmiştir. Fakat annelerine bağlanamamış çocuklar, ayırt edici bir davranış sergilememişlerdir (Bretherton, 1992: 764).

Ainsworth 1963 yılında Baltimore'de 26 aileyi doğumdan önce işe alarak doğumla birlikte 54 hafta süresince bebeklerin anneleriyle olan bağlanma biçimlerini inceledi. Burada gözlenen bebekler anneleriyle olan bağlanma biçimleri yabancı durum testi olarak adlandırılan laboratuvar çalışmasıyla incelendi (Bretherton, 1992: 764). Ainsworth ve çalışma arkadaşlarının geliştirmiş olduğu 'Yabancı Durumu' testi sekiz bölümden oluşan, bir oyun odasında 20 dakika süren ve annenin varlığı veya yokluğunda bebeğin tepkileri üzerine analiz yapmaya yarayan bir testtir. Buna göre oyun odasında gözlemci, bebek ve anne bulunur. Gözlemci bebek ile oyun oynarken anne ortamdaki ayrılır bir süre sonra tekrar gelir. Buna takiben gözlemci ve anne odadan ayrılır bebek tek başına oyun odasında kalır. Gözlemci ve annenin tekrar odaya girmesi ile gözlenen davranış örüntüleri bağlanma stillerinin empirik olarak ilk defa sınıflandırılmasını sağlamıştır. Bu deneyde bağlanma davranış örüntülerinde bireysel farklılıkların etkisi, annenin bebeğin isteklerine karşı duyarlılık seviyesi etkili olmuştur. Ayrıca yaşı daha küçük çocuklar diğerlerine göre anneden ayrı kalmaktan dolayı daha huzursuz olmuşlardır. Bu çalışmaların sonucunda anne ile bebek arasında güvenli, kaygılı-ikircikli ve kaçınan bağlanma şeklinde üç ayrı bağlanma stili görülmüştür (Ainsworth vd., 1978; Atkinson, 1995; Bretherton, 1992; Bowlby, 2014: 73-79; Hazan ve Shaver, 1994: 1-22).

İlk defa Ainsworth tarafından ortaya atılan bağlanma stilleri bebeğin bağlanma figürünü neyle bağdaştırdığına bağlıdır. Bağlanma figürü bebek için sıcaklık, koruma, sığınma ve güven anlamına mı geliyor yoksa terk edilme, yalnız kalma ve korku anlamına mı geliyor. Dolayısıyla anne veya anne yerine geçen vekil anne ile

bebeğin arasındaki yaşantılar bağlanma stiline ne olduğunu belirlemektedir. Bağlanma stilleri şu şekilde açıklanabilir:

*a) Güvenli Bağlanma*

Ainsworth'un yabancı durum testine göre güvenli bağlanan çocuklar, anne odadan ayrıldığında kısa süreli huzursuz olsa da odada oyun oynamaya ve çevreyi keşfetmeye devam etmiştir. Başka bir yabancı olduğunda da sakinleştirilebilen bu çocuklar, anne odaya döndüğünde ise çok sevinir, mutlu olur ve annesine koşarak sarılır. Annenin varlığında keşfetme davranışlarının arttığı gözlenmiştir. Güvenli bağlanma gerçekleştiren çocuklar, herhangi bir tehlike anında veya stres durumunda bakım veren bağlanma figürünün (anne veya vekil anne) destek olacağından emindirler ve görülme oranı en fazla olan bağlanma stildir (Ainsworth vd, 1978; Hazan ve Shaver, 1994; Rubbert, 2014).

Güvenli bağlanma ile psikolojik ve duygusal olarak iyi olma, sağlamlık ve kendi olma arasında olumlu yönde bir ilişki vardır. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin duygusal konuları anlamlandırma, sosyal çevrelerinde karşılaştıkları problemler ile baş etmede başarılı oldukları görülmüştür (Thompson, 2006: 117). Bu bağlanma stiline ileriki yaşlarda da sürdürülebilir olabilmesi için çocuk sürekli, tutarlı, çocuğun ihtiyaçlarına karşı hassas ve tehlike anında ulaşılabilecek bakım veren bir bağlanma figürüne sahip olmalıdır (Kesebir vd., 2011). Bu durumun süreklilik arz etmesi durumunda çocuk yaşadığı dünyayı yaşanabilir bir yer olarak görecektir, kendisini ifade etmede rahat olacak ve diğerleri hakkında güvenilir ve olumlu bakış açısına sahip olacaktır (Bowlby, 2018).

*b) Kaygılı-İkircikli (İki Yönlü) Bağlanma*

Kaygılı/İkircikli bağlanma, bağlanma figürünün çocuktan gelen sinyallere karşı tutarlı olmayan tepkiler vermesi, ihtiyaç duyulduğunda ulaşılamaması veya tepkisiz kalması gibi durumlarda ortaya çıkan bir bağlanma çeşididir. Bu durumlar, çocuğun keşif için çevresiyle oluşturduğu etkinlikleri kesintiye uğratmış ve çocuklar öfkeli, kaygılı olarak gözlenmiştir. Anneleri odaya döndüğünde bile negatif duygularını devam ettirmektedir. Kaygılı/ikircikli bağlanan çocukların zihin dünyaları, kendilerine bakım veren figürle o kadar meşguldür ki etrafını keşfe çıkma konusunda etkinlikte bulunmakta zorlanırlar. Bu çocukların anneye temas kurup kurmama

arasında kararsız kaldıkları gözlenmiştir. Bu bağlanma biçimi en az görülen bir örüntüdür (Ainsworth vd., 1978; Bowlby, 2018; Hazan ve Shaver, 1994).

#### *c) Kaçınan Bağlanma*

Kaçınan bağlanma stiline sahip çocukların, laboratuvar ortamında, bakım veren annenin odadan ayrılmasından etkilenmedikleri ve dikkatlerini oyun salonundaki keşiflere verdikleri görülmüştür. Annenin yeniden odaya dönmesine karşı da tepkisiz kaldıkları ve anneye temas kurmadıkları tespit edilmiştir. (Ainsworth vd, 1978; Hazan ve Shaver, 1994). Amerikan toplumunda bu bağlanma biçimine sahip bebekler, Campos'un (1983) araştırmalarına göre yaklaşık yüzde 25 civarındadır (Hazan ve Shaver, 1994). Kaçınan bağlanmaya sahip çocukların genellikle soğuk, mesafeli ve alay eden anneye sahip oldukları ve bebeklik dönemine reddedilme ve anlayış görmeme yaşantıları damga vurmuştur (Kesebir vd., 2011; Stahl, 2014).

#### *d) Dağınık Bağlanma*

Main ve Solomon (1990) tarafından, Ainsworth ve diğerlerinin (1978) üçlü bağlanma stiline ek olarak ortaya atılan ve kaygılı ve kaçınan bağlanma davranışlarının bir karışımı şeklindeki bir bağlanma biçimidir. Dağınık bağlanmaya sahip çocuklar kaygıyı kontrol etmede tutarsız stratejiler geliştirmektedir. Araştırmalar, bakım verenin depresyona girmesi veya istismar etmesi gibi durumların bu davranış örüntüsünün ortaya çıkmasını desteklediğini göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma davranışının tamamlayıcı bir işlevi olarak rol üstlenen davranış ilgilenmedir. İlgilenme hem çocuklukta hem de yetişkinlikte aynı işlevi görmektedir. Çocuğun herhangi bir tehlike hissetmesi karşısında veya hastalık ve stres gibi kaygı veren durumlarda annenin şefkatle ilgilenmesi, bağlanma davranışının tam olarak gerçekleşmesini sağlar (Bowlby, 2015: 57).

Robertson (1953), Spitz (1953) ve Heinicke (1956) gibi birçok araştırmacının bulgularına göre, çocuğun annesinden ayrılmasından sonra, kaybettiği anne figürüne karşı özleminin, genelleştirilmiş düşmanlığa büründüğü ve bu düşmanlığın da genellikle kaybedilen anne olgusuna yöneltildiği sonucu çıkmıştır. Anneden uzun süre ayrı kalan altı aylık ve üç yaş arasındaki çocuklar, annelerinin dönmesinden sonra bağlanma davranışı göstermemiş ve "kopma" diye tarif edilen annesini

tanımamış gibi görünme, arkasını dönme ve uzaklaşma gibi tepkiler ortaya koymuştur (Bowlby, 2015: 26-35).

Nesne ilişkileri kuramının temsilcilerine göre bebeklikte bize bakım veren yetişkinler ile yaşadığımız yaşam deneyimlerimizin daha sonraki sosyal ilişkilerimizin yönünü belirlemede rolü çok önemlidir. Bir bakıma yetişkinlikteki yakın ilişkilerin temelini çocukluk döneminde bakım verenlerle kurulacak ilişkinin mahiyeti oluşturacaktır. Bu açıdan çocukluk dönemindeki bağlanmanın mahiyeti ayrıca önem arz etmektedir (Sümer, 2006: 16)

#### **2.2.4. Ergenlikte Bağlanma**

Ergenlik, biyolojik, bilişsel ve sosyo-duygusal değişimleri kapsayan çocukluk ile yetişkinlik arasındaki döneme denir (Santrock, 2017: 16). Ergenlik döneminin, toplumsal, psikolojik, ekonomik ve biyolojik açıdan olduğu gibi bağlanmada da bir geçiş dönemi olduğu söylenebilir. Çünkü bu dönemdeki ergenlerde, bağımsızlık ve kimlik arayışı, ebeveynle çatışma ve akranları ile fazla vakit geçirme isteği vardır (Santrock, 2017: 17-19). Dolayısıyla ergenlikte bağlanma anne baba ile devam etmekle birlikte akranları ile yakınlık arayışı gereği ve özellikle stres durumunda daha çok arkadaşlarına doğru bir yönelim içinde olduğu değerlendirilmektedir (Morsünbül ve Çok, 2011).

Erikson (1968), ergenlik dönemini “kimliğe karşı kimlik karmaşası” olarak nitelendirmektedir. Ergenler bu dönemde kim ve nasıl biri olduklarına, gelecek hayatlarında ne yapacaklarına karar verme aşamasındadırlar. Sonuçta bu arayışın bir sonucu olarak “psikososyal moratoryum” yaşarlar. Erikson bu dönemi yetişkin özerkliği ile çocuğun ebeveynine olan bağlanma arasında kalan bir dönem olarak nitelendirmektedir (Santrock, 2017: 140). Erikson’un kimlik gelişimi ile ilgili, gelişim dönemleri boyunca devam eden bir süreç olarak adlandırması, Bowlby’nin bağlanmayı yaşam boyu devam eden bir süreç olarak görmesine benzemektedir (Morsünbül ve Çok, 2011).

Yapılan bazı araştırma sonuçlarına göre ergenlerin bağlanma stilleri ile kimlik gelişimleri arasında ilişkiler bulunmuştur. Reich ve Seigel (2002), güvenli bağlanan ergenlerin ego kimlik gelişimlerinin diğer bağlanma modellerine göre daha iyi durumda olduğunu bulmuştur. Morsünbül ve Tümen (2008) ise kimlik statüsü olarak

askıya alınmış olan ergenlerin saplantılı, ipotekli kimliğe sahip olanların kayıtsız, dağınık kimlik statüsüne sahip olanların ise korkulu bağlanma biçimine sahip olduklarını bulmuştur.

Ergenler ve ebeveynler, içinde hem bağlanmayı hem de özerkliği barındıran sosyal bir hayatın içinde birlikte yaşamaktadırlar. Laursen'in (1995) yaptığı araştırma verilerine göre ergen-ebeveyn ilişkilerinin doğası gereği ergenler özellikle anneleriyle yüksek düzeyli bir çatışma içerisindedir. Fakat ergenler bu çatışmanın sonucunda ebeveyninden bağımsız tek başına kendi hayatları hakkında karar veremezler. Ergenlerin özerk olma isteğine karşı ebeveynlerine bağılıklarının devamı psikolojik açıdan sağlıklı bir durum olarak değerlendirilmektedir (Santrock, 2017: 264-269).

Hare, Miga ve Allen (2009) yaptıkları çalışmada 14 yaşında güvenli bağlanan ergenlerin 21 yaşına geldiklerinde özel ilişkilerinin olduğunu ve bu yakınlıktan rahatlık hissi duyduklarını belirtmiştir. Allen ve Miga (2010) ise güvenli bağlanan ergenlerin akran ilişkilerinin daha olumlu olduğunu ve duygularını düzenleme kapasitelerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Ebeveyn-ergen ilişkileri, ergenlerin kendilerini ebeveynlerinden ayırarak kendilerine bağımsız bir dünya kurdukları ve bu çatışmanın ergenlik dönemi boyunca yoğun ve stresli olduğu şeklinde değerlendirilirken son araştırmalar ışığında yeni bir bakış geliştirilmiştir. Buna göre ergenler, karmaşık bir sosyal dünyayı keşfe açıldıkları bu fırtınalı dönemde kendilerine destek sağlaması için, bağlanma figürleri olan ebeveynlerinin varlığına ihtiyaç duymaktadırlar (Santrock, 2017: 268).

Ergenlerin karşılaştıkları durumlarla baş etmelerinde bu gelişim dönemine kadar bakım veren kişiyle geliştirdikleri bağlanma biçimi ve içsel modeli önemli rol oynamaktadır. Yapılan çalışmalar (Cooper vd., 1998; Laible, 2007; Nickerson ve Nagle, 2005; Raja vd., 1991), çocuklukta bakım veren anneyle kurulan güvenli bağlanmanın, genç yetişkinlik dönemine kadar ergenlerin iyi oluşlarını, arkadaşlarıyla kurdukları ilişkileri, sosyal-duygusal ve uyum kabiliyetlerini pozitif anlamda yordadığını ve daha az riskli davranışlar gösterdiklerini ortaya koymuştur (Morsünbül ve Çok, 2011 :556).

Ergenlik dönemindeki bireyler ile ebeveynler arasındaki ilişki miktarı azalsa da önemini tamamen kaybetmez. Bağımsızlık mücadelesi veren ergenler, sadece

ebeveynine daha az bağımlı hale gelir. Fakat gereksinim duyması halinde yanında olup kendisine destek vereceklerini bilmek ister (Kesebir, vd., 2011).

### **2.2.5. Yetişkinlikte Bağlanma**

Yetişkin en basit tanımıyla büyümüş kimseye denir. Sosyal hayatta bir mesleği olan, eş, anne ve baba gibi roller üstlenen, özgür kararlar alabilen ve kendi hayatının yöneticisi olan kişidir. Yetişkinlik insanın geçirdiği gelişimsel evrelerden birisi ve sonuncusudur (Kurt, 2014: 13). Yetişkinlik dönemi kendi içinde değişik sınıflara ayrılmıştır. Onur (1995), yetişkinlik evresini sınıflandırırken 20 ile 40 yaş aralığını genç yetişkinlik, 40 ile 65 yaş arasını orta yetişkinlik ve 65 yaş sonrası yaşlılık olarak sınıflandırmıştır. Her kuram yetişkinliğe farklı bir tanım getirmiştir. Yetişkinlik, genellikle yaş aralıklarıyla tanımlansa da yaygınlaşan görüşe göre yetişkin sayılmanın kriteri kişilerin psikolojik açıdan olgunlaşmalarıdır (Kurt, 2014).

Yetişkinlikte bağlanma kavramı ise, 1970 yıllarında yetişkin ilgisizliği ve boşanma vakaları üzerine yapılan çalışmalarla başladı. Hazan ve Shaver (1987)'nin romantik ilişkileri incelediği çalışması ile ilerledi (Bretherton, 1992: 769). Bartholomew ve Horowitz (1991)'in yetişkinler için geliştirdiği dörtlü bağlanma modeli ise bu alandaki çalışmaları daha da ileri taşımıştır.

Yetişkin bireyin romantik ilişki biçimleri, çocukluk döneminde ilk bakım veren figürle oluşturduğu ve ilk Ainsworth'un ortaya attığı üçlü bağlanma stilleri ile benzerlik göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987: 511-524). Yetişkin bireyler, eşleriyle birlikte iken ihtiyaçlarına cevap alabildikleri ölçüde güven duygusunu geliştirirler. Yetişkinlikte, bebeklikteki bağlanma figürünün güvenli liman olma özelliğinin yerini, kişinin gelişimine katkı sağlayan eşler almaktadır (Bartholomew, 1997: 249-263).

Yetişkinlikteki bağlanma özelliklerinin, çocukluktaki bağlanma ile aynı şekilde benzerlik gösterdiği gibi, farklılaştığı durumlar da araştırmalara konu olmuştur. Shaver, Hazan ve Bradshaw (1998), Weiss (1982), Sroufe ve Waters (1977), Main ve diğerlerinin (1985) yaptıkları çalışmalarda eşler arası romantik bağlanmanın üç davranış sistemiyle erken yaş bağlanmadan farklılaştığı görülmüştür (Akt.; Hazan ve Shaver, 1994). Buna göre bebeklikte bağlanma figürü olan anne bakım almaz ama bakım verir. Yetişkinlikte ise bağlanma figürü olan eş, hem bakım alan hem bakım

veren konumundadır. Çocuklar güven duygusu için fiziki temas arayışında iken yetişkinler için güvenli hissetmeleri yeterlidir. Çocuğun bağlanma figürü genellikle anne baba iken yetişkinin genellikle akranı veya cinsel birliktelik kuracağı bir partneridir. Bununla birlikte yetişkinlik döneminde bağlanma figürü olarak anababa önemini zamanla kaybetse de tamamen yok olmaz. Bağlanma hiyerarşisinde bulunduğu konum akran yakınlıklarına göre gerilemiştir.

Levinger (1976), anne-baba ve çocuk arasındaki bağlanmanın, genellikle yaşam boyu devam eden, çözülmesi zor bir bağlanma olduğunu, yetişkinlikteki akranların bağlanmalarının ise içerden ve dışardan etkilere açık ve zamanla zayıflama eğiliminde olduğunu ifade etmiştir (Akt., Hazan ve Shaver, 1994: 23). Besser ve Prigel (2005) de, İsraili 100 adet büyükanne, kızı ve torunundan oluşan toplam 300 kişilik üç ayrı kuşak üzerinde yaptığı araştırmasında bağlanma stillerinin kuşaklar arası benzerlik gösterdiğini bulmuştur.

Yetişkinlerin yakınlık kurmasına motive eden temel şeyin her yaş için geçerli olan kaygı duygusunu, sosyalleşme ihtiyacını giderme ve kendini güvende hissetmenin yanı sıra yukarıda ifade edildiği gibi cinsel birleşme arzusudur. Bu gereksinimleri gidermek için bağlanma ortağının sahip olması gereken özelliklerin başında, tanışıklık, olumlu tepkisellik ve kişilerarası çekicilik gelmektedir. Çekiciliği belirleyen temel etmenler ise ahlaki değerler, hayat hakkındaki görüşleri, tutumlar ve fiziki özelliklerdir. Çünkü bize benzeyenler çekicidir. Ayrıca karşılaşmanın artması, sosyal ilişkilerdeki olumlu tepkiler, neşeli ve şakacı özellikler çekiciliği artırmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994: 19).

Bowlby'nin 1960 yılında yayımlanan "Bebeklikte ve İlk Çocuklukta Keder ve Yas Tutma" isimli makalesinde yetişkin bireylerin bağlanma figürünü kaybetmeye karşı ortaya koydukları tepkilerin, çocukların annelerini kaybetmelerine karşı verdikleri tepkilerle benzerlikler gösterdiği vurgulanmıştır. Bu benzerlikler özetle; kaybedilenin bilinçdışı özlenmesi, kendini bilinçli kaybedileni bilinçdışı kınama, kaybetmenin sürekliliğini yadsıma olarak sayılabilir. (Bowlby, 2015: 28-29). Marris (1958), Parkes (1972) ve Glicker ve diğerlerinin (1974) eşlerini kaybetmiş olan kişilerin tepkileri üzerine yaptıkları çalışmaların bulguları, kaybetmeye karşı tepkinin zaman içerisinde hatları keskin olmamakla beraber değişik fazlardan geçtiğini ve bunların sırayla hissizleşme, özleme, umutsuzluk ve yeniden düzen kurma fazı olduğunu ortaya koymaktadır (Bowlby, 2015: 103-104).

Main ve diğeri (1985), yetişkin bağlanmasında bebeklik dönemine odaklanırken Hazan ve Shaver (1987) romantik ilişki üzerinde durmuştur. Bu iki yaklaşımdan farklı olarak Bartholomew ve Horowitz (1991: 226), Bowlby'nin bağlanma konusundaki kendisi ve başkaları ile ilgili içsel modelini esas alarak, bu iki boyutun olumlu ve olumsuz imajlarına göre güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma şeklinde dört farklı bağlanma stili ortaya koymuştur.

Bartholomew ve Horowitz'in (1991) dörtlü yetişkin bağlanma modeline göre güvenli bağlanan bireyler, kendi benliği ve başkaları hakkında olumlu imajlara sahiptirler. Bunlar kendini sevilebilir ve değerli gören, özsaygısı yüksek başkalarına karşı da olumlu bakış açısına sahip, kabul edici, onları güvenilir ve iyi niyetli gören kişilerdir. Kendi problemlerini, hatalarını kabul eder ve başkalarından destek istemede rahattırlar.

Saplantılı bağlanan bireylerin kendilik imajları olumsuz ve temelde kaygılıdır. Kendilerini değersiz görür. Olumsuz duygularını abartılı bir şekilde gösterirler. Başkalarını ise olumlu olarak değerlendirerek onlar tarafından kabullenme ve onay arayışındadırlar. Bu yüzden başkalarına yakın olmaya çalışırlar. İlişkilerinde realiteden kopuk beklentileri olan, kıskanç, takıntılı ve partnerlerine bağımlı bir stile sahiptirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Aynı insandan defalarca ayrılabilirler Anlaşmazlıkları tartışırken duygusal ve genellikle öfkeli olurlar (Cassidy, 2000).

Kayıtsız bağlanmaya sahip kişiler kendi hakkında olumlu bir imaja sahip olduğu için kendisini değerli görmekte olup başka insanlar hakkında ise negatif değerlendirmeye sahiptir. Bu bağlanma biçimine sahip olanlar diğeri ile yakınlık kurmayı tercih etmemekte ve böylece kendilerini bağımsız olarak konumlandırıp başkalarından ötürü bir hayal kırıklığı yaşamamaktadırlar.

Korkulu bağlanma stiline sahip olanlar hem kendilerini hem başkalarını değersiz ve güvenilmez olarak değerlendirmektedir. Ne kendilerini ne de başkalarını sevmeye layık görmemektedirler. Başka bir ifadeyle hem kendilik hem de başkaları algısı olumsuz olan kişilerdir. Aşağıdaki şekilde Bartholomew ve Horowitz'in bu dörtlü modelini görebiliriz.



**Şekil 2.1: Bartholomew ve Horowitz'in Yetişkin Bağlanmada Dört Kategori Modeli'nin Boyutları** (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227).

Yetişkin bağlanma modellerinin her birisinin sosyal ilişki biçimlerinin farklı oluşunun, sosyal davranış sergilemelerinde farklı davranış kalıpları ortaya koymalarına etki ettiğini belirten araştırmacılar, bağlanma stilleri ile olumlu sosyal davranışların birbiriyle ilişkili kavramlar olduğunu ortaya koymuşlardır.

### 2.3. Olumlu Sosyal Davranış

#### 2.3.1. Ahlak

Çalışmanın bir diğer değişkeni olan olumlu sosyal davranışlar felsefe biliminde ahlakın bir ögesi olan ahlaki davranış kapsamında yer almaktadır. Ahlak kavramı genellikle, insanların kendilerine göre belirledikleri bir ilke ve değerler toplamı olarak tanımlanır. Değerler Sokrates ve onun öğrencisi Platon'a göre neseldir ama Pascal'a göre toplumdan topluma bireyden bireye değişen bir olgudur. Aslında değer ne nesnel ne de öznel. İkisi arasındaki ilişki bir şeydir (Arslan, 2009: 118-132).

Ahlakın kaynağı Freud'a göre yapısal kişilik modelinin sosyal bileşeni olan ve bir davranışın doğru mu yanlış mı olduğunu belirleyen bireyin ahlak kuralını temsil eden süperegodur (Tekinalp ve Terzi, 2013). Jung ise, toplumsal bilinçdışı kavramını ortaya atmıştır. Jung'a göre duygu, düşünce ve davranışlar arketipler olarak tarihten bu yana irsiyet yoluyla aktarılmaktadır (Merter, 2014: 49). Adler'e göre ise insan, kavramsal olarak "sosyal ilgi" adını verdiği olumlu sosyal içgüdü ile hareket ederek bireysel çıkarlarını bırakır ve toplumsal faydayı gözetir (İnanç ve Yerlikaya, 2016:

44). Dolayısıyla ahlak kavramı, iyi-kötü, doğru-yanlışın standartlarına ilişkin duygu-düşünce ve davranışları içermektedir (Santrock, 2017: 224-234).

Ahlak ve etik kavramları birbiriyle aynı anlamda kullanılsa da birbirinden farklı kavramlardır. Ahlak, geçmişi çok eskilere dayanan, hem felsefeden bağımsız hem de felsefenin ana disiplinlerinden biri olma özelliklerine sahip, toplumun var olduğu her yerde mutlaka olan, insanların birbiriyle olan ilişki biçimlerini ve davranışlarını düzenleyen kurallar ve değerler sistemidir. Ahlak bu anlamda ahlaki davranışın pratiğe dökülmesidir. Etik ise bu pratiğin kuramsallaşmış hali olan evrensel ilke ve değerleri temsil eder (Cevizci, 2007: 135-138).

Araştırmacılar ahlakın kaynağı olarak, Tanrı tarafından insanın yapmakla sorumlu olduğu davranışların kendisine bildirildiği ‘din’ ile sekülerleşme sonucu dinin kamusal alandan çıkarılmasıyla ortaya çıkan ‘toplumsal sözleşme’ olarak iki kaynaktan söz etmektedirler (Cevizci, 2007: 137).

Ahlaki davranış, toplum üyelerinin birbiriyle sağlıklı ilişkiler kurması için gerekli bir sosyal eylemdir. Bu ilişkilerin temel özelliği de başkalarına faydalı olmaktır. Bu özelliğinden dolayı olumlu sosyal davranış kavramı, ahlaki davranışın kapsamı içerisinde ele alınmıştır.

### **2.3.2. Sosyal Davranış**

Aristo’nun deyimiyle sosyal bir varlık olan insan, tarihin en eski çağlarından bu yana sosyal birliktelikler kurmuş ve oluşturduğu bu kollektif alanda hayatta kalabilmek için görev paylaşımı yapmış, birbiriyle ilişkiler kurmuş, toplumun bireyleri arasındaki ilişkileri sağlıklı şekilde sürdürebilmek için kurallar geliştirmiş ve sosyal hayatını buna göre sürdürmüştür (Erzi, 2016). İnsanların bu işbirliği gereksinimi sonucunda toplumlar oluşmuş ve Weber’in ifadesiyle başkasına yönelik ortaya konan her türlü davranış anlamına gelen sosyal davranış kavramı ortaya çıkmıştır (Kobya, 2012). Sosyal davranış, kişinin kendi bireysel özellikleri ve çevresinin etkisiyle dolaylı veya doğrudan şekillenmesi sonucu ortaya çıkan bir davranıştır. Sosyal davranışlar, olumlu ve olumsuz sosyal davranışlar olarak ikiye ayrılmaktadır (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 133).

### 2.3.3. Olumlu Sosyal Davranış

İnsanların birçoğu zamanlarının bir kısmını kendi dışındaki insanlara yardım ederek geçirir. Bu yardımlar maddi olabileceği gibi üzüntülü birini teselli etmek gibi manevi de olabilir. İnsan, bu yardımlaşmalardan takdir görme, kendini iyi hissetme gibi içsel ödüller elde edebileceği gibi, para, makam gibi maddi ödüller de kazanabilir. Bazen de hiçbir fayda gözetmeksizin başkası için örneğin silah arkadaşını korumak üzere kendisini bombanın üzerine atan bir asker gibi kendini feda edebilir. İnsanlık tarihi bunun gibi binlerce örnekle doludur (Kağıtçıbaşı, 2014: 240).

Literatür incelendiğinde, dilimize olumlu sosyal davranış olarak çevrilen prososyal davranış üzerine yapılan inceleme ve araştırmaların (Borry ve Henderson, 2020; Demirel ve Buğdaycı, 2019; Van der Graaff vd., 2018) son yıllarda arttığını gözlemlemekteyiz. Özellikle 1964 yılında New York'taki evinin dışında öldürülen Kitty Genovese'ye çevresindeki olayı seyreden komşuları tarafından yardım edilmemesi, hatta polisin bile aranmaması olayını araştıran sosyal psikologlar yardım etme davranışını etkileyen faktörlerin neler olduğu üzerine birçok deneysel araştırma yapmıştır (Hay, 1994). Bu olay sosyal psikolojide “seyirci etkisi (bystander effect)” kavramı olarak geçmiştir. Bu kavram üzerine yapılan araştırmalardan (Latane ve Darley, 1970; Levine vd., 2002) elde edilen bulgular sonucunda acil durumlarda olaya seyirci olan kişi sayısı arttıkça yardım ihtimalinin düştüğü, seyirci sayısı azaldıkça yardım ihtimalinin arttığı bulunmuştur. Ayrıca bilgisayar ortamındaki chat gruplarında Markey (2000) tarafından yapılan bir araştırmada da benzer bir sonuç bulunmuştur.

Olumlu sosyal davranışlar, gelişim psikolojisi ile ilgili kaynaklarda sosyal gelişim, sosyal psikoloji ile ilgili kaynaklarda sosyal ilişkiler başlığı altında yer alan bir kavramdır. Sosyalleşmenin bir parçası olarak görülen olumlu sosyal davranışlar, toplumların bütünü tarafından birey ve toplum için çok önemli bir kavram olarak görülmüştür (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 110). Sosyal davranışın bir bileşeni olan olumlu sosyal davranışlar, toplumun birlikte uyum içinde varlığını sürdürebilmesini sağlayan sosyal bir ağ olması yönüyle de önemli bir enstrümandır (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 133).

Alan yazın incelendiğinde olumlu sosyal davranış, yardımlaşma, özgecilik kavramlarının sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılıyor olduğu görülse de aslında

birbirine yakın ama farklı kavramlardır. Olumlu sosyal davranış, özgecilik ve yardım etme davranışını da içine alan, gönüllük prensibine göre başka birine fiziki veya ruhsal anlamda katkıda bulunmaya yönelik davranışlar şeklinde tarif edilebilir (Kağıtçıbaşı, 2014: 242). Başka bir tanım ise; başkalarıyla niyete bakılmaksızın gönüllü olarak paylaşma, işbirliği yapma, başkalarına yardım etme, tesellide bulunma gibi insanlara faydalı davranışlara genel olarak olumlu sosyal davranış denir (Eisenberg, Fabes ve Spinrad, 2006: 646).

Yapılan araştırmalar yardımseverlik ile mutluluk arasında çok istikrarlı bir ilişki olduğunu göstermektedir (Myers, 2017). Forgas ve East (2008) Avustralya'nın Sydney kentinde bir alışveriş merkezinde satış elemanı olarak çalışan kişilerden kimisine moralini artıran iltifat, kimisine ise moral bozucu yorumlar, kimisine de yansız bir davranışta bulundular. Daha sonra bir ürünün yerini bulma konusunda yardım istendiğinde en az tecrübeli olduğu halde kendisine iltifat edilen satış elemanlarının daha çok yardım etmeye çaba gösterdikleri görülmüştür. Buna göre olumlu bir ruh halinin olumlu sosyal davranış göstermeye teşvik ettiği söylenebilir.

Son yıllarda, çok sayıda psikolog, olumlu sosyal davranışın en önemli güdüleyicilerinden birinin empati olduğunu ve bu durumun ahlaki davranışları motive ettiğini dolayısıyla da saldırgan ve antisosyal davranışları engellediğini öne sürmektedir (Eisenberg, 2006). Decety ve Batson (2009) olumlu sosyal davranışın motivasyon kaynakları üzerine yaptıkları birçok araştırma sonucunda empatinin de bunlardan birisi olduğunu ortaya koymuştur. Thompson ve Gullone (2003) olumlu sosyal davranışlarla empati arasındaki ilişkiye dikkat çekerek çocukların empati duygularını geliştirmek için hayvanlarla bağ kurmalarının sağlanarak canlılara karşı empatinin teşvik edilmesinin önemini vurgulamıştır. Eisenberg ve Miller (1987) empati ile olumlu sosyal davranış arasındaki yapılan araştırmaları inceledikleri bir meta-analiz çalışmasında iki kavram arasında düşük ve orta düzeyde yaşın ilerlemesi ile birlikte artan pozitif bir ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun sebebi olarak insanların duygusal tepkilerinin ve davranış tepkilerinin yaşla birlikte daha fazla bütünleşmesi olduğunu değerlendirmişlerdir. Empati ile olumlu sosyal davranış arasında pozitif ilişkiyi ortaya koyan başka birçok araştırma vardır (Roberts, Strayer ve Denham, 2014; Lockwood, Seara-Cardoso ve Viding, 2014). Bu görüşten farklı olarak Underwood ve Moore (1982) empati ile olumlu sosyal davranış arasında ampirik bir ilişkinin olmadığını ortaya koymuştur. Ancak bu bulgunun,

araştırmaların küçük çocuklarla yapılması ve empati ölçme aracı olarak resim-öykülerin kullanılmasından kaynaklandığı belirtilmiştir (Eisenberg ve Miller, 1987).

Davis ve Franzoi (1991), liseye devam eden 205 öğrenci ile 3 yıl boyunca 4 ayrı anket ölçeği uygulayarak yaptığı araştırmada anketlerden ikisinde daha önce yapılan araştırmalarla tutarlı olarak yaşın artmasına bağlı empati ve olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkinin arttığını bulmuştur.

Laible, Carlo ve Roesch (2004), bir devlet üniversitesinde psikoloji bölümünde okuyan ve farklı etnik kökenlerden oluşan toplam 246 öğrenci ile yaptığı araştırmasında akranlarla güvenli bağlanmanın, kişilerde olumlu benlik saygısı ve yüksek empati düzeyi ile ilişkili olduğunu, olumlu sosyal davranış raporlarındaki düzeylere de tamamen empatinin aracılık ettiğini bulmuştur. Akran ilişkisinin bireyin ahlak gelişimini etkilediğini bu araştırma bulguları desteklemektedir.

Cinsiyet ile olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalardan bazıları kadınlar lehinde anlamlı farklılık bulmuştur (Eisenberg vd., 1991: 849; Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 113; Lennon ve Eisenberg, 1987; Whiting ve Edwards, 1973). Bazı araştırma bulguları ise farklıdır (Eagley ve Crowley 1986; Carlo vd, 2003). Eagley ve Crowley (1986) tarafından yapılan meta-analiz sonuçları incelendiğinde kadınların yardım almada ve yardım istemede erkeklerden önde olduğu, duygusal ve şefkat formunda yardım etme davranışları gösterdiği görölmüştür. Erkeklerin ise kahramanlık gösterisi formunda daha çok kadınlara yardım ettiği tespit edilmiştir.

Bierhoff (2002), yaptığı araştırmasında olumlu sosyal davranışla ilgili pozitif ilişkili kavramlardan birinin de şefkat olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, merhameti artıran bireysel ve sosyal etkenlerin olumlu sosyal davranışları artırma eğiliminde olduğunu göstermektedir.

Penner (2002), Benson ve diğerleri (1980), dindarlık ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarda dine bağlı olanların bağlı olmayanlara göre gönüllü yardım ve işbirliği davranışlarını daha uzun süre sergilediklerini ortaya koymuşlardır. Bu bulguyu destekleyen başka araştırmalar da vardır (Hardy ve Carlo, 2005; Muthuri ve Kihara, 2018)

DeBruine (2002), üniversite öğrencilerine yönelik yaptığı araştırmada benzerliğin cömert davranış göstermeye etki ettiğini bulmuştur. Bununla birlikte yapılan bazı

araştırmalar, benzerliğin, aynı ırk veya grup üyesi olmanın işbirliği ve yardımlaşmayı artırdığını ortaya koymaktadır (Myers, 2017: 466-469).

Özetle olumlu sosyal davranışı etkileyen faktörlere özellikle empati, aile, akran ve kültür ortamı örnek olarak verilebilir. Bununla birlikte anne baba tutumları, bağlanma biçimleri, mutluluk, şefkat, kişisel mizaç farklılıkları, ahlaki muhakeme, başkasının bakış açısını alma, dindarlık ve benlik saygısı da diğer kavramlar olarak eklenebilir (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 112; Kumru ve Yağmurlu, 2012: 141-152; Myers, 2017).

Yapılan araştırmalara göre olumlu sosyal davranışı artırmak için, işbirliği ve yardım etmeyi engelleyen belirsizlik gibi hususların ortadan kaldırılması, insanların sorumluluk alma konusunda yönlendirilmesi, yaptıkları hatalar konusunda farkındalıklarının artırılması ve benlik imajlarının güçlendirilmesi gerekmektedir. Olumlu sosyal davranışın bir boyutu olan özgeciliği toplumsallaştırmak için, manevi kapsamı genişleterek manevi dışlamayı ortadan kaldırmak, özgeci davranış özellikleri taşıyan örneklerin farklı yayın araçları ile topluma sunulması, bu özelliklere sahip şarkılar dinleyip video oyunlar oynamak, özgeci davranışları yaparak öğretmek ve yardımsever bir davranış özgeci nedenlere dayandırmak faydalı olacaktır (Myers, 2017: 473-480).

#### **2.3.4. Olumlu Sosyal davranışın Felsefik Biyolojik ve Kültürel Temelleri**

Olumlu sosyal davranışlar kavramının insanlığın varoluşundan bu yana farklı kavramlar içerisinde ele alındığını görmekteyiz. Felsefe tarihi incelendiğinde insanların olumlu sosyal davranışlarının ahlak felsefesi içinde ele alındığını, yakın çağlara doğru ise ilk olarak 1875 yılında Auguste Comte'nin ortaya attığı özgecilik başlığı altında değerlendirildiğini görmekteyiz (Karadağ ve Mutafçılar, 2009).

Filozofların insana ve davranışlarının doğasına dair ortaya attığı farklı değerlendirmeler olumlu sosyal davranışın felsefik temellerini oluşturmuştur. Örneğin “Leviathan” isimli kitabında Thomas Hobbes, insanın bencil olduğunu hayvanların ise birlikte işbirliğine daha yakın olduğunu, dolayısıyla insanın doğası gereği sağlıklı bir toplum oluşturma kabiliyetinden yoksun olduğunu bunun için insanlar arası işbirliğini sağlamak üzere bir güç odağı olarak devletin gerekli olduğunu savunmuştur (Dugatkin, 1997). Rousseau, insanın doğuştan kendisi ve

başka insanlar için faydalı davranış sergileme özelliğine sahip olduğunu ancak toplumun insanın bu özelliklerini zamanla bozduğunu ileri sürmüştür. Kant ise maddi ve manevi herhangi bir çıkar gözetmeksizin sadece ödev olarak davranışta bulunmasının ahlaki davranış olduğunu iddia ederek olumlu sosyal davranışı bu şekilde tarif etmiştir (Cevizci, 2014).

Hayvan davranışlarını inceleyen bilim insanları hayvanların özgeci davranışları üzerinde araştırmalar yapmıştır. Özgecilik, sadece başkalarına faydalı davranışlar sergilemek değildir. Kendini feda ederek kendisine faydalı olmasa bile başkaları için faydalı olan bir eylemin gerçekleştirilmesidir (Batson ve Powell, 2003). Hamilton (1964), Neyer ve Lang (2003) gibi araştırmacılar özgeci davranışın genetik yakınlığın artmasıyla pozitif bir ilişki içerisinde olduğunu ortaya koymuşlardır. Yani akrabalık bağı arttıkça kendini feda ederek yardım etme davranışının görülme olasılığı da artmaktadır.

Genetik yakınlık dışında karşılıklılık prensibi de olumlu sosyal davranışı etkileyen biyolojik temellerden biridir. Hem insan hem de hayvan topluluklarının davranışları incelendiğinde karşılıklı yarar görme kuralı gözlemlenmektedir. Bütün kuramların ortaya koyduğu düşünceye göre, yardım alan taraf kadar yardım eden taraf da bu işbirliği davranışından fayda görmektedir (Dugatkin, 1997; Myers, 2017). Hatta bu karşılıklılık ilkesi gereği yardımlaşma sadece maddi anlamda bir değiş tokuş ile sınırlı kalmayıp sosyal statü, bilgi ve sevgi gibi manevi ve toplumsal değiş tokuşu da beraberinde sağlamaktadır (Foa ve Foa, 1980).

Piliavin (2003), Gleason ve diğerleri (2003) tarafından yapılan araştırma sonuçları da insanların bu değiş-tokuş kuramına göre yardım davranışı sergilediklerini ortaya koymuştur. Kan bağışi yapan ve eşine duygusal destek veren deneklerin neredeyse tamamı bu davranışın kendilerini iyi hissettirdiğini söylemişlerdir (Akt., Myers, 2017: 444). Özgecilik ile ilgili birçok araştırması olan Denny Krebs (1975) de başkalarının sıkıntılarında en çok uyarılanların o kişiye en çok yardım edenler olduğunu belirtmiştir (Akt., Myers, 2017). Bir kadının çığlığı sizi rahatsız ediyorsa bundan kurtulmak için o kişiye yardım ederek rahatsızlığınızı giderirsiniz. Yetişkinler genellikle suçluluk duygusu gibi diğer negatif ruh hallerini etkisiz hale getirmek için iyilik yapma ihtiyacı hisseder. Tıpkı Everett Sanderson'un raylara düşen bir çocuğu kendini tehlikeye atarak kurtarmasından sonra, "Eğer o çocuğu kurtarmayı denemeseydim suçluluk duygusuyla ölür kendime bir faydam olmazdı"

demesi gibi bütün bu örnekler karşılıklılık ilkesinin yansımalarıdır (Myers, 2017: 445).

Toplum hayatı için gerekli olan olumlu sosyal davranışlar, her kültürün kendine has özelliklerinden etkilenmektedir. Kültürel farklılıkları belirleyen unsurlar olarak genellikle bireysellik ve kolektivizm (toplulukçuluk) kavramları karşımıza çıkmaktadır. Buna göre bireye daha çok önem veren kültürlerde bireyin kendi amaçları ve bağımsızlık ihtiyacı ön plana çıkarken toplulukçu kültürlerde ise grubun amaçları bireyinkinden önceliklidir (Kağıtçıbaşı, 2014). Bunun sonucu olarak kolektifliğe önem verenler, toplumlarının faydası için insanların olumlu sosyal davranış sergilemesi için motive etmektedir (Singelis vd., 1995). Yapılan bazı çalışmalar da toplulukçu değere sahip olan bireylerin olumlu sosyal davranışlar düzeyleri anlamlı derecede farklılık göstermiştir (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 119). Yapılan bir araştırmaya göre toplulukçu eğilimin yüksek olduğu Meksika kökenli Amerikalı çocukların beyazlara göre işbirliği konusunda pozitif yönde anlamlı farklılık gösterdiği ve olumlu sosyal davranış düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Knight, Cota ve Bernal, 1993). Ancak Kumru ve diğerleri (2012) tarafından kültürel olarak toplulukçu değere daha fazla sahip Türk ergen öğrencilerle bireysel değerlerin daha baskın olduğu İspanyol ergen öğrencilerin olumlu sosyal davranışları karşılaştırıldığında İspanyol gençlerin olumlu sosyal davranış düzeyi daha yüksek çıkmıştır.

Kültürler arası farklı değerlerin yanında nüfus sayısının, şehir ve kırsal kesimde yaşamının olumlu sosyal davranışın merkezini oluşturan yardımlaşma ile ilgisini araştıran araştırmalar yapılmıştır. Balish, Rainham ve Blanchard (2018), 19 ülkeyi içine alan araştırmasında, nüfusu 2 bin – 20 bin arasında değişen yerleşim yerlerinin sporla ilgili gönüllü olma davranışını, nüfusu 500 binden fazla olan yerlere göre daha yüksek bulmuştur. Ülkemizde yapılan çalışmada ise kırsal kesimde yaşayan kişilerin yardım davranışları kentlerde yaşayanlara göre daha yüksek bulunmuştur (Akt., Ayvalıoğlu, 1984).

### **2.3.5. Olumlu Sosyal Davranışlara Kuramların Bakışı**

Olumlu sosyal davranışların kaynağı ile ilgili kuramlar farklı görüşler ortaya koymuşlardır. Freud'a göre insan davranışları doğuştan getirilen içgüdüler tarafından

gerçekleştirilir. İnsan davranışının temel amacı da haz aramak ve acıdan kaçınmaktır. İnsan doğası gereği cinsel ve saldırgan eğilimlerini tatmin etmek ister. Kişiliğin yapısını oluşturan topografik modelin üç düzeyinden biri olan bilinçdışı insanın davranışlarının çoğunun kaynağıdır (Hall, 2016; İnanç ve Yerlikaya, 2016)

Freud kişiliği oluşturan id, ego ve süperegö adı verilen üç yapının olduğunu savunmaktadır. İd haz ilkesi, ego gerçeklik ilkesi, süperegö ise toplumsal kurallar ve ahlak ilkesi çerçevesinde hareket eder. Çocuk dünyaya gelirken süperegöya sahip değildir. Çocukların doğru ve yanlışın ne olduğunu çevresiyle kurduğu etkileşimler sonucu zamanla kazanır. Buna göre olumlu sosyal davranışlar toplumsal normların içselleştirilmesi, ebeveynlerin onay verdiği, ödüllendirdiği veya kötü olarak değerlendirip ceza verdiği davranışlar yoluyla gelişen süperegö ile ortaya çıkmaktadır. Eğer bir insan kimsenin gözlemediği bir ortamda kopya çekmiyor, yalan söylemiyor ve elinden geldiğince iyi şeyler ortaya koymaya çalışıyorsa süperegö tarafından yönlendiriliyor demektir. Süperegö bunun gibi olumlu davranış sergileyen egoyu kendiyle gurur duyma gibi duygular ile mükafatlandırır (İnanç ve Yerlikaya, 2016: 15-24).

Adler, geleneksel psikodinamik görüşlerden farklı olarak insanın başkalarıyla ilişki kurma, insanlığın bir ferdi olduğunu hissetme ve dayanışma potansiyeli ile dünyaya geldiğini savunur ve doğuştan sahip olunan bu donanıma 'sosyal ilgi' adını verir. Bu yaklaşıma göre insan olumlu sosyal dürtülerle toplumun yararına olan durumları öncelikle kendi bireysel kazançlarını bir kenara bırakabilmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2016: 43-46).

Psikanalitik kuram, bilinçdışı süreçlerle insan davranışını açıklamaya çalışırken davranışçı kuram ise gözlemlenebilen davranışlar üzerine yoğunlaşmıştır. İlk olarak Watson (1913) tarafından ortaya atılan kuram davranışı takip eden ödül veya ceza ile davranışın pekiştirildiğini ve buna göre davranışın görülme sıklığının artıp veya azaldığını savunmuştur. Skinner davranışçı kurama edimsel koşullanma kavramını kazandırarak gelişmesini sağlamıştır. Buna göre ortaya konulan davranışın çevrede oluşturduğu olumlu veya olumsuz etki o davranışın tekrar edilmesine etki etmektedir (Akt., İnanç ve Yerlikaya, 2016: 177-193; Kumru ve Yağmurlu, 2012: 137).

Skinner'in radikal davranışçılığından farklı olarak bilişsel süreçlere de önem veren Bandura sosyal öğrenme kuramının en önemli temsilcilerinden olmuştur. Bandura

(1977), davranışın büyük oranda çevreyi gözlemleyerek taklit yoluyla ortaya çıktığını savunur. Ayrıca karşılıklı belirleyicilik ilkesi olarak adlandırdığı kişinin kendisi, davranışı ve çevresi arasındaki etkileşimin davranışa yansıdığını iddia etmektedir. Buna göre çevre kişiyi, kişisel özellikler de çevreyi değiştirebilir (İnanç ve Yerlikaya, 2016: 209-220; Kumru ve Yağmurlu, 2012: 138-139). Yapılan bazı araştırmalar, yardım eden cömert modeli görenlerin görmeyenlere göre anlamlı düzeyde başkalarına daha fazla yardım ettiğini ortaya koymaktadır (Myers, 2017: 465).

Piaget (1952), bilişsel gelişim kuramcısı olarak çocukların nasıl düşündüğü ile ilgilenmiş ve dört bilişsel gelişim dönemi boyunca gelişimin bir sıra halinde devam ettiğini ortaya koymuştur (Santrock, 2017: 92). Bu görüşlerin etkisiyle bazı araştırmacılar olumlu sosyal davranışın okul çağlarına kadar erken dönemde ortaya çıkmadığını düşünmüştür (Eisenberg vd., 2006). Piaget çocuklar tarafından mantık, nedensellik ve sayı gibi kavramların nasıl geliştirildiğine dair çalışmalarıyla bilinse de çocuklar ile adalet, eşitlik ve otorite gibi kavramlar üzerinde çalışarak ahlaki yargı kuramını geliştirmiştir (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 139). Fakat Piaget'nin görüşleri çocukların ahlaki gelişimiyle sınırlı kalmıştır. Ahlaki gelişimin ahlaki akıl yürütmeye dayalı geliştiğini savunan Kohlberg (1958), her yaşta bireyi kapsayan, sırayla ve yaşa bağlı olarak birbirini takip eden bir dizi dönemden oluştuğunu belirterek ahlaki gelişimi gelenek öncesi, geleneksel ve gelenek sonrası şeklinde üç düzey ve altı evreden oluştuğunu belirtmiştir. Kişinin ahlaki davranışlara yöneliminin, bilişsel gelişimine ve geçirdiği sosyal etkileşimlerinin uygunluğuna göre şekillendiği görüşüne sahiptir (Santrock, 2017: 225-228). Colby ve diğerleri (1983) tarafından yapılan ve yirmi yıl süren boylamsal bir araştırmada ilerleyen yıllarda birinci ve ikinci evre gelenek öncesi ahlak düzeyi kullanımının azaldığı, ergenlerin çoğunluğunun üçüncü evre ve genç yetişkinlikteki az sayıda kişinin de beşinci evre ahlaki akıl yürüttüğü saptanmıştır. Altıncı evre ahlaki akıl yürütmeye ise hiç rastlanılmamıştır (Santrock, 2017: 227).

Bronfenbrenner (1979), davranış gelişimini, mikrosistem, mezosistem, ekzosistem, makrosistem ve kronosistemden oluşan beş çevresel sistemin kendi aralarındaki etkileşimlerine ve çocuğun gelişimine olan doğrudan veya dolaylı etkilerine odaklanarak ekolojik kuramın kuruculuğunu yapmıştır. Mikrosistem, kişinin ebeveyn, akran, komşu ve öğretmen gibi yakın çevresinin olduğu içinde yaşadığı en

küçük dairesidir. Bu beş sistemin en dışında makrosistem denilen kuşaktan kuşağa davranış kalıplarının geçtiği içinde yaşanan toplumun kültürü, değer yargıları vardır. Kronosistem ise bütün bu sistemler arası olaylar örüntüsünü, geçişleri ve sosyo-tarihsel şartları barındırmaktadır (Kumru ve Yağmurlu, 2012: 141; Santrock, 2017: 33). Buradan hareketle kişinin bireysel özelliklerinin davranışın biçimlenmesinde rolü olduğu gibi ekolojik kuramda belirtilen kişiyi çevreleyen sistemlerin de davranışın ortaya çıkmasında önemli rolü vardır (Erzi, 2016: 33).

Olumlu sosyal davranış için başkalarına gönüllü olarak faydalı olma şeklinde genel bir tanımlama yapılmış olsa da kişinin niyetini ve elde edilen yararın niteliğini dikkate almadığı için bu kavram beraberinde bazı kısıtlılıklar meydana getirmiştir. Bu açıdan bakıldığında bu kavramın çok boyutlu olduğu ortaya çıkmaktadır. Olumlu sosyal davranışlara çok boyutlu ele alan kuramsal modellerden biri de yukarıda açıklanan ekolojik kuram ile sosyal ve bilişsel öğrenme modellerinden yararlanılarak Carlo ve Randall (2001) tarafından geliştirilen sosyo-ekolojik gelişimsel modeldir. Bu model, olumlu sosyal davranış üzerinde etkili olan aile, akran ve kültür değişkenlerini birleştirmeye yönelik bir gayretin sonucunda ortaya çıkmış ve şekillenmiştir (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 110).

Carlo ve diğerleri (2001), olumlu sosyal davranışların farklı desenleri olup olmadığını tespit için farklı kuram ve modelleri araştırmasının sonucunda 6 boyutlu bir model geliştirmişlerdir. Bunların en başında özgecilik (altruizm) gelir. Özgecilik kavramı davranışların kaynağı varsayılan egoistliğin tersine bireyin kendisini ve menfaatlerini bilinçli olarak dikkate almadan başkasının ihtiyaç ve sıkıntılarını giderme davranışı olarak tanımlanmıştır (Myers, 2017: 443). Yani kişinin, kendisi ihtiyaç içerisinde bile olsa, bir başkasını, hiçbir beklentiye girmeden kendine tercih etmesidir. Özgecilik bütün dinlerde evrensel bir ilkedir ve benmerkezci bilinen ergenlerin özgeci davranışları sıklıkla ortaya koydukları ve bu çerçevede değişik yardım faaliyetlerinde aktif görevler aldıkları yapılan araştırmalar tarafından ortaya konan bir gerçekliktir (Santrock, 2017: 234).

Olumlu sosyal davranışın diğer alt faktörlerine baktığımızda, başkalarının önünde daha fazla yardım etme eğilimine kamusal olumlu sosyal davranış, yaptığı yardımın bilinmediği zaman yardım etme eğilimine gizli olumlu sosyal davranış, duygusal ortamlarda ve duygusal olarak desteğe ihtiyacı olanlara yardım etme eğilimine duygusal olumlu sosyal davranış, yardım istenildiğinde yardım etme eğilimine

itaatkar olumlu sosyal davranış, gerçek bir gereksinime, acil yardıma ihtiyaç olduğunda yardım etme eğilimine ise acil olumlu sosyal davranış olarak tanımlanmaktadır (Kumru, Carlo ve Edwards, 2004: 115- 116; Santrock, 2017: 234).

## **2.4. Yapılan Çalışmalar**

### **2.4.1. Spiritüel İyi Oluş ile İlgili Yapılan Çalışmalar**

Shibli ve Shafi (2019) tarafından, 100 kişiden oluşan dindar grup ile 100 kişiden oluşan dindar olmayan toplam 200 kişi ile araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucunda dindar grubun dindar olmayan gruba göre ebeveynlerine güvenli bağlanma ve başkalarına yardım etme düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Granqvist ve diğerleri (2007), örnekleme dini gruplardan oluşan ve yaş ortalaması 29 olan 84 yetişkinin bağlanma stilleri ile maneviyat düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin Tanrı imajlarının daha olumlu ve sevecen olduğunu bulmuştur.

Diaz, Horton ve Malloy (2014), madde bağımlısı 77 yetişkin ile yaptığı çalışmada güvenli bağlanmanın spiritüelitenin bir boyutu olan hayatta varoluşsal amaç düzeyi ile pozitif depresyon ile negatif bir ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur.

Crosby ve Smith (2015), kiliseye giden 279 çocuk ile yaptığı araştırma bulguları olumlu sosyal davranış ile spiritüellik arasında olumlu bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur.

Huber ve McDonald (2012), üniversite öğrencilerinden 181 kişi ile yaptığı çalışmada spiritüelliğin olumlu sosyal davranışın boyutlarından olan özgecilik ve empati ile pozitif yönde bir ilişkisinin olduğunu tespit etmiştir.

Muthuri ve Kihara (2018) tarafından yaşları 18 ile 25 arasında değişen üniversiteye devam eden lisans ve lisansüstü 141 öğrenci ile yapılan çalışma ile genç yetişkinler arasında özgecil davranışı etkileyen faktörler araştırılmıştır. Çalışma sonucunda yaş ve dinin özgecil davranışın etkili faktörleri olduğu sonucuna varıldı.

Reed (1987) tarafından üç gruba ayrılmış 300 yetişkin ile yapılan bir çalışmada ölümcül hastaların bulunduğu hastanede yatan erişkinlerin manevi bakış açıları ölümcül olmayan hastalar ile sağlıklı yetişkinlerin bulunduğu hastanede yaşayanlara

göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca ölümcül hasta olan yetişkinlerin iyi olma halleri ile spiritüel iyi oluşları arasında pozitif anlamda olumlu bir ilişki tespit edilmiştir.

Kaczorowski (1989) tarafından 114 kanser tanısı konmuş yetişkin hasta ile yapılan çalışmaya göre spiritüel iyi oluş düzeyi yüksek olanların kaygı düzeylerinin anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Robert (2003) tarafından yapılan doktora çalışmasında üniversitede çalışan 200 işçinin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile iş tatmini düzeyleri arasında pozitif olarak güçlü bir ilişki bulunmuştur. Buna göre işyerlerinde verimliliği artırma adına ruhsal refahı iyileştirici çalışmaların etkili olabileceği düşünülebilir.

Lin ve Bauer-Wu (2003), ölümcül hastalığı olan, özellikle kanserli hastaların psikolojik ve spiritüel iyi oluşları ile ilgili 14 ülkede yapılan 43 araştırmanın sonuçları değerlendirmişlerdir. Buna göre spiritüel iyi oluşları yüksek olan hastaların ölümcül hastalıklarla başa çıkmada daha etkili oldukları görülmüştür. Ayrıca spiritüel iyi oluşun bireysel farkındalık, umut, hayatın anlamını kavrama, özerklik, stresle etkin baş etme, başkalarıyla olumlu sosyal ilişkiler kurma, güven duygusu ile aile ve sosyal destek kavramları ile pozitif, depresyon, anksiyete, depresyon, ölüm korkusu, çaresizlik ve umutsuzluk ile de negatif ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ruh sağlığı çalışanlarının hastaların spiritüel iyi oluşlarını artırmada önemli bir fonksiyon gördüğü de yapılan araştırmaların sonuçlarından biri olarak görülmüştür.

Yeh (2008), Amerika'da yaş ortalaması 71 olan 448 yetişkin ile yaptığı çalışmada spiritüel iyi oluşu yüksek olanların depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük olduğunu bulmuştur.

Kalkstein ve Tower (2009) tarafından 410 yaşlı Yahudi ve 87 asistan ile yapılan araştırmada kadınların günlük manevi deneyimlerinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre daha sık günlük ruhsal deneyime sahip olanların daha az psikopatoloji, daha yakın arkadaşlık ve daha iyi psikolojik iyi oluşa sahip oldukları görülmüştür.

Yoon (2009) tarafından 20 yaş üstü toplam 30 yetişkin üzerinde yapılan deneysel çalışmada, ölüm hazırlığı programının yetişkinlerde ölüm kaygısını azaltıp spiritüel iyi oluşu artırdığını ve yaşamın anlamını iyileştirdiği bulunmuştur.

Bai ve Lazenby (2015) tarafından yapılan meta-analizde 27 si ABD’de yaşam kalitesi ile spiritüel iyi oluş arasındaki ilişkiyi konu alan toplam 36 araştırma incelenmiştir. Sonuç olarak spiritüel iyi oluş ile yaşam kalitesi arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Soleimani ve diğerleri (2019) İranlı 193 hemşire ile yaptığı çalışmada moral distress (ahlaki sıkıntı) ile spiritüellik arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Heintzman (2019) tarafından yapılan meta-analiz çalışmasında son 20 yılda yapılmış boş zaman ile spiritüel iyi oluş arasındaki ilişkiyi konu alan toplam 18 ampirik araştırma incelenmiştir. Araştırma sonucunda, 15 araştırmanın boş zaman ile spiritüel iyi oluş arasında pozitif ilişki bulduğu tespit edilmiştir.

Kasapoğlu ve Yabanigül (2018) tarafından 586 evli birey ile yapılan çalışma sonucunda spiritüel iyi oluşun yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı ve yaşam doyumunu ile evlilik doyumunu arasında da aracı rol üstlendiğini tespit etmişlerdir.

Yavuz (2019), yaş aralıkları 17 ile 49 arasında değişen 561 öğretmen adayı ile yaptığı araştırma sonucunda spiritüel iyi oluş ile bilinçli farkındalık ve psikolojik dayanıklılık arasında olumlu yönde bir ilişki bulmuştur.

Gügen (2019) tarafından yaşları 19-43 arası toplam 152 gebe kadın ile yaptığı araştırma sonucunda manevi iyi oluşu artan gebelerin psikolojik ve sosyal açıdan sağlıklarının ve yaşam memnuniyetlerinin arttığı bulunmuştur.

Şimşek (2019), mobilya imalatı yapan bir firmada çalışan 230 kişi ile yaptığı çalışmada spiritüel iyi oluşun örgütsel vatandaşlık davranışı üzerinde olumlu yönde anlamlı bir etkisinin olduğunu bulmuştur.

Uğurluoğlu, Erdem ve Kıyıcı (2019) tarafından sağlık yönetimi bölümünde okuyan 320 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada spiritüel iyi oluş ile benlik saygısı arasında pozitif yönlü anlamlılık olduğu, eleştirel düşünmenin bazı alt boyutları ile de olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Kamya (2000) da 105 sosyal hizmet öğrencisi üzerinde yaptığı çalışma sonucunda, benlik saygısı ile spiritüel iyi oluş arasında pozitif ilişki bulmuştur.

Uğurluoğlu ve Erdem (2019) hayatlarında travma yaşamış 258 kişi ile yaptıkları çalışma sonucunda spiritüel iyi oluşun travma sonrası büyümeyi olumlu anlamda etkilediğini bulmuştur.

Yılmaz (2019), farklı okul türlerinde görev yapan toplam 390 öğretmen ile yaptığı çalışmasının sonucunda spiritüel iyi oluş ile mutluluk arasında olumlu yönde düşük seviyede anlamlı bir ilişki bulmuştur.

#### **2.4.2. Bağlanma Üzerine Yapılan Araştırmalar**

Collins ve Read (1990), yaşları 17 ile 37 arasında değişen üniversite mezunu 406 yetişkin çiftin bağlanma biçimleri ile kaliteli ilişki düzeylerini incelediği araştırmasında güvenli bağlanma ile benlik saygısı, anlamlılık ve eşler arası ilişki kalitesi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Fraley ve Davis (1997), genç yetişkinlerin yakın dostlukları ve romantik ilişkilerinde bağlanmanın gelişimi ve aktarımını araştırmak üzere bir Amerikan üniversitesindeki 237 genç yetişkin ile yaptıkları araştırmada katılımcıların yüzde 60'ı birincil bağlanma figürünü ebeveynleri olarak belirtmişlerdir. Ayrıca, bebeklik döneminde bağlanma oluşumunu destekleyen faktörlerin (bakım, güven ve yakın temas gibi) yetişkin ilişkilerinde de bağlanma gelişimi ile pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur.

Webster (1998) ise yaş ortalaması 66 olan 99 yaşlı yetişkin ile yaş ortalaması 22.5 olan 96 genç yetişkin üzerinde yaptığı araştırmada güvenli bağlanmaya sahip yetişkinlerin mutluluk puanlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Mikulincer ve diğerleri (2001), bağlanma ile empati arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yaşları 20 ile 40 arasındaki 55'i erkek 44'ü kadın 99 kişi ile yaptığı araştırmanın sonuçlarına göre güvenli bağlanmaya sahip kişilerin empati düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu ve bireysel anlamda daha az huzursuzluk yaşadıkları gözlenmiştir.

Kazakina (1999), huzurevindeki yaşlıların bağlanma stilleri ile dün, bugün ve yarına dair kendi yaşamları hakkındaki beklentileri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere 65-91 yaş arasındaki 103 kişi ile çalışma yapmıştır. Beklediği gibi güvenli bağlanmaya sahip yaşlıların psikolojik iyi oluşlarının ve hayata dair olumlu beklentilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Bahadır (2006), yaşları 17-32 arasında değişen ve romantik ilişki içerisinde olan toplamda 569 üniversite öğrencisi ile yaptığı doktora çalışmasında, kaygılı bağlanan

bireylerin ilişkiye verdikleri önemin daha fazla olduğu ve ilişkide yaşadıkları çatışmanın daha yüksek olduğu görülmüştür.

Sümer (2006), yaşları 22-50 arasında değişen üniversite mezunu 167 kişi ile yaptığı araştırmada güvenli bağlanmaya sahip olan yetişkinlerin, ikili ilişkilerinde daha çok tatmin algıladığını bulmuştur.

Çapan (2009), Anadolu Üniversitesindeki 230 öğretmen adayı ile yaptığı araştırmada, öğretmen adaylarının ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın sonucunda besleyici ilişki biçimi ile güvenli bağlanma arasında, ketleyici ilişki biçimi ile de kayıtsız bağlanma arasında anlamlı ilişki bulmuştur.

Yücel (2014), üniversite öğrenimi gören, 20 ile 30 yaş arası 1234 öğrenci ile yaptığı çocukluk çağı istismar yaşantılarının genç yetişkinlerin bağlanma süreçleri, psikopatolojik semptomlar, aşk tutumları ve ilişki yeterlilikleri arasındaki ilişki konulu doktora çalışmasında, istismar durumunun sadece saplantılı bağlanma stili ile ilişkili olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca çocukluk çağı bağlanma biçimi ile yetişkinlik dönemi bağlanma biçimleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ve çocuklukta bağlanma biçiminin yetişkinlikteki psikopatolojik semptomları etkilediğini bulmuştur.

Karaşar (2014), üniversite öğrencilerinden oluşan 200 kişi ile yaptığı araştırmada, cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeyleri ile bağlanma stillerinin farklılaştığını, bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olduğunu bulmuştur.

Karabacak'ın (2016) 441 evli bireyden oluşan katılımcılar üzerinde evli bireylerin bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluşları ve evlilik uyumları arasındaki ilişkiyi incelediği bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda, evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları ile kaçınan bağlanma stili arasında negatif yönlü, psikolojik iyi oluş ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Eren (2016), Bursa Osmangazi ilçesinde yaşayan, 18 ile 40 yaşları arasında toplam 200 kişi ile yaptığı araştırmada güvenli bağlanmaya sahip bireylerin diğerlerine oranla problem çözme becerileri ile kendilik algılarının daha yüksek olduğunu bulmuştur.

İşgör (2017), üniversite öğrencilerinden oluşan 264 öğrenci ile yaptığı ve bağlanma stillerinin ve akademik başarının merhamet ile olan ilişkisi konulu çalışmasının bulgularına göre, güvenli ve korkulu bağlanma stili ile merhamet arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Bulut (2017), İstanbul'daki 356 üniversite öğrencisinin bağlanma stilleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucuna göre öznel iyi oluş ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönde, saplantılı ve korkulu bağlanma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Donat (2018), bağlanma ile çocukluk çağı travmaları ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemek üzere 150 üniversite öğrencisine uygulanan ölçek verilerine göre aralarında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Küt (2018), 423 genç yetişkin kadının bağlanma stilleri ile cinsel yaşam kalite düzeylerini araştırdığı doktora çalışmasında, kaçınmacı bağlanmanın cinsel yaşam kalitesini, cinsel özgüveni ve psikolojik belirtileri anlamlı bir şekilde yordamadığı fakat kaygılı bağlanmanın anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

Çelik (2018), Rize'de üniversiteye giden 442 öğrenci ile yaptığı anket sonucunda bağlanma stillerinin psikolojik iyi oluş ve kendini güvende hissetme ve memnuniyeti anlamlı bir şekilde açıkladığını bulmuştur.

Şipit (2019), yetişkinlerin bağlanma stilleri ile empatik eğilimleri ve duyguları ifade ediş şekilleri arasındaki ilişkiyi incelemek üzere, 18-30 yaş aralığındaki 240 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında korkulu ve kararsız bağlanma ile duyguları ifade etme şekli arasında negatif yönde anlamlı, empatik eğilim ile saplantılı bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulmuştur. Ayrıca aile içinde ilişki kurmayan yetişkinlerde kayıtsız bağlanma puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Uyar (2019), üniversitede öğrenim hayatına devam eden 18 ile 25 yaş arasında beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerden toplam 499 kişi ile yaptığı çalışmada, güvenli bağlanma ile psikolojik iyi oluş ve olumlu bilişsel duygu düzenleme stratejileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Baysal ve Özgenel (2019) tarafından 205 kız ve 169 erkek toplam 374 ortaokul öğrencisi üzerinde bağlanma stilleri ile öz düzenleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucunda bağlanma biçimleri ile öz

düzenleme düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, okul türü ve sınıf seviyelerine göre bağlanma stilleri ve öz düzenleme düzeylerinin anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur.

### **2.4.3. Olumlu Sosyal Davranış Üzerine Yapılan Çalışmalar**

Sheehy ve Hodge (2015) tarafından farklı spor kategorilerinden 30-60 yaş arasında 76 kadın ve 71 erkek toplam 147 profesyonel sporcu ile yapılan araştırma sonucunda özerk motivasyon, grup değerlerinin içselleştirilmesi ve arkadaş bağlarının değerine göre olumlu sosyal davranışların anlamlı düzeyde arttığı görülmüştür.

Lampridis ve Papastilianou (2017), farklı üniversitelerin farklı lisans bölümlerinde eğitim gören 484 genç yetişkinle yaptıkları araştırmayla olumlu sosyal davranış ile bireyci ve toplulukçu özellikler arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulgularına göre kadınların, sosyal bilimler öğrencilerinin ve toplulukçu özelliğe sahip olanların olumlu sosyal davranışlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Meeks ve diğerleri (2007), Jamaika'da farklı okullardan öğretmen ve akranların puanları ile seçilen 101 saldırganlık düzeyi yüksek ve 101 olumlu sosyal davranış özellikleri yüksek öğrenci ile bir çalışma yapıldı. Çalışma sonucunda saldırgan çocukların kavgalara daha çok karıştığı, yazma seviyeleri ile sözlü IQ puanlarının daha düşük olduğu ve daha az hırslı oldukları bulundu. Ayrıca ebeveyn sevgisi veya denetimi fazla olan, aile içinde çatışmaları daha az olan ve dini eğitime daha fazla maruz kalan öğrencilerin olumlu sosyal davranış özelliğine sahip oldukları görülmüştür. Sonuç olarak toplum şiddeti ciddi bir sorun olmasına rağmen, aile özellikleri de saldırgan davranış için önemli risk faktörleridir.

Veenstra ve diğerleri (2008) tarafından yapılan araştırmaya ön-ergenlik dönemindeki 2230 öğrenci katılmıştır. Anne-baba ve öğretmenleri tarafından olumlu ve olumsuz sosyal davranışları iki yılda bir toplanılarak 25 yaşına kadar değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularına göre akran kabulü, akademik başarı ve sosyo-ekonomik durumun olumlu sosyal davranışları pozitif olarak yordadığı, anne-babanın stres düzeylerinin artmasıyla ise olumlu sosyal davranış düzeyinin anlamlı şekilde düştüğü görülmüştür.

Twenge ve diğeri (2007), farklı etnik kökenli, 133'ü kız, 126'sı erkek toplam 259 psikoloji öğrenimine devam eden öğrenciden oluşan bir grupla sosyal dışlamayı manipüle ederek deneysel bir çalışma yapmışlardır. Araştırmanın sonucunda sosyal dışlanma ile olumlu sosyal davranışlar arasında negatif yönlü anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Dolayısıyla reddedilmenin, kişilerin empatik düzeylerini olumsuz yönde etkileyerek yardım davranışını azaltmıştır.

Kumru, Carlo ve Edwards (2004) tarafından “Olumlu Sosyal Davranışların İlişkisel, Kültürel, Bilişsel ve Duyuşsal Bazı Değişkenlerle İlişkisi” konulu, 11 ve 21 yaş aralığındaki 550 öğrenci ile yapılan araştırmaya göre erkeklerin kamusal olumlu sosyal davranışları, kızların ise itaatkar, gizli ve duygusal olumlu davranışlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca empati, toplulukçu değerler, ebeveyn bağlılıkları, akran bağlılıkları ve başkasının bakış açısını alma gibi faktörlerin olumlu sosyal davranışı anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

İşmen ve Yıldız (2005) tarafından eğitim fakültesinde lisans eğitimine devam eden 207 öğrenci ile yapılan çalışma sonucunda özgeci davranışı daha yüksek olanların öğretmenliğe karşı pozitif bir tutum içinde oldukları görülmüştür.

Sünbül (2012), “Ergenlerde Olumlu Sosyal Davranışları Yordamada Koruyucu Faktörler ve Bazı Kişisel Değişkenlerin Rolü” konulu 571 lise öğrencisi ile yaptığı çalışma sonucunda, öğrencilerin kişisel inanç yapısına dair pozitif benlik ve sosyal destek algısının artmasıyla olumlu sosyal davranışlarında da artış olduğunu bulmuştur.

Bülbül (2013) tarafından örgütlerde olumlu sosyal davranış üzerinde benlik kurgusu, iş dizaynı ve örgüt ikliminin rolünü araştırmak üzere, beyaz yaka olarak adlandırılan ve farklı sektörlerde faaliyet gösteren 308 personel ile yapılan doktora çalışması sonucunda toplulukçu ve ilişkisel benlik kurgusu ile işbirlikçi ortamın anlamlı bir şekilde pozitif yönde olumlu sosyal davranışı yordadığı bulunmuştur.

Vargün (2019) tarafından 4-9 yaş 206 çocuk ile yapılan doktora çalışmasında yaşla birlikte yardım davranışlarının arttığı ve annenin çocuklarına karşı düşmanca davranışları arttıkça olumsuz sosyal davranışın arttığı bulunmuştur.

Olumlu sosyal davranışlar ile ilgili yapılan diğer araştırmalardan bazılarında örnek olarak; Kapıkıran, Kapıkıran ve Başaran'ın (2010) Pdr öğrencilerinin empatik eğilimleri ile anne babalarının olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkinin cinsiyet

değişkenine göre incelediği araştırması, Yağmurlu, Sanson ve Köymen'in (2005) Avustralya'daki 151 Avusturalyalı ve 50 Türk çocuk ve ebeveynlerinin mizacının olumlu sosyal davranış üzerindeki etkisini inceleyen araştırması, Eren ve Kaygısız'ın (2015) otellerde çalışan personelin olumlu sosyal davranışlarının hizmet kalitesine olan etkisini inceleyen araştırması, Gözün Kahraman ve Kurt'un (2013) üniversiteye giden ve 586 son sınıf öğrencisinden oluşan öğretmen adaylarının olumlu ve saldırgan davranışlarını inceleyen araştırması, Taştan, Güçel ve İşçi'nin (2017) sağlık personelinin özerklik algısı ile olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırması gösterilebilir.

Yetişkinlerin olumlu sosyal davranışları ile ilgili alan yazın incelendiğinde çok sınırlı sayıda araştırmanın olduğu görülmüştür. Poplawski (1986) de çocuklar üzerinde olumlu sosyal davranışların temelleri üzerinde odaklanıldığı halde yetişkinlerin olumlu sosyal davranışları üzerinde yeterince odaklanılmadığını ve bu konudaki çalışmaların hem zorluğuna hem de yetersizliğine vurgu yapmıştır.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada yetişkin bireylerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere bilimsel araştırmada kullanılan nicel yöntemlerden ilişkisel ve betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel tarama yöntemi, bağımlı ve bağımsız değişkenlerin aralarındaki ilişkileri açıklar. Değişken sayısı en az iki adet olmalıdır (Büyüköztürk, 2018: 31).

#### 3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2019 yılında, Türkiye genelinde, kolay ulaşılabilir ve yaşları 17-70 arası değişen 617 yetişkin oluşturmaktadır. Çalışma grubuna ilişkin dağılımlara aşağıdaki tablolarda yer verilmiştir.

**Tablo 3.1: Çalışma Grubunun Cinsiyete Göre Dağılımı**

Cinsiyet	N	Yüzde
Kadın	319	52
Erkek	298	48
Toplam	617	100

Tablo 3.1. incelendiğinde çalışma grubunu oluşturan katılımcıların 319 kişisi (%52) kadınlardan 298 kişi (%48) ise erkeklerden oluşmaktadır.

**Tablo 3.2. Çalışma Grubunun Medeni Hale Göre Dağılımı**

Medeni Hal	N	Yüzde
Bekar	241	39
Evli	376	61
Toplam	617	100

Tablo 3.2. incelendiğinde çalışma grubunu oluşturan katılımcılardan 241 kişi (%39) bekar, 376 kişi (%61) ise evlidir.

**Tablo 3.3. Çalışma Grubunun Yaşa Göre Dağılımı**

Yaş	N	Yüzde
17-25 yaş	147	23,8
26-40 yaş	325	52,7
41 yaş ve üstü	145	23,5
Toplam	617	100

Tablo 3.3. incelendiğinde çalışma grubundaki katılımcıların 147'si (%23,8) 17-25 yaş arası, 325'i (%52,7) 26-40 yaş arası ve 145'i (%23,5) ise 41 yaş ve üstü kişilerden oluşmaktadır.

**Tablo 3.4: Çalışma Grubunun Aylık gelir Düzeyine Göre Dağılımı**

Aylık Gelir	N	Yüzde
0-3000 tl	382	61,9
3000-6000 tl	196	31,8
6000 tl ve üstü	39	6,3
Toplam	617	100

Tablo 3.4'e göre çalışma grubundan 382 kişinin (%61,9) 0- 3 bin tl arasında, 196 kişinin (%31,8) 3 bin ve 6 bin tl arasında ve 39 kişinin (%6,3) ise 6 bin tk ve üstü aylık geliri vardır.

**Tablo 3.5: Çalışma Grubunun Mesleklerine Göre Dağılımı**

Meslek	N	Yüzde
Öğrenci	130	21,1
Eğitimci	224	36,3
Memur	33	5,3
Özel Sektör	91	14,7
Esnaf	74	12
Ev Hanımı	65	10,5
Toplam	617	100

Tablo 3.5 incelendiğinde çalışma grubunun çoğunluğunu 224 kişi (%36,3) ile eğitimciler, 130 kişi (%21,1) ile de öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan diğer meslek grupları sırasıyla 91 kişi (%14,7) ile özel sektör çalışanı, 74 kişi (%12) ile esnaf, 65 kişi (%10,5) ile ev hanımı ve 33 kişi (%5,3) ile memurlardan oluşmaktadır.

**Tablo 3.6: Çalışma Grubunun Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımı**

Eğitim Durumu	N	Yüzde
İlk-Orta-Lise	128	20,7
Üniversite	412	66,8
Lisansüstü	77	12,5
Toplam	617	100

Tablo 3.6 incelendiğinde çalışma grubundaki katılımcıların 128'i (%20,7) ilk-orta-lise mezunu, 412'si (%66,8) üniversite mezunu ve 77'si (%12,5) de lisansüstü mezunlarından oluşmaktadır.

**Tablo 3.7: Çalışma Grubunun Anne Tutumlarına Göre Dağılımı**

Anne Tutumu	N	Yüzde
Otoriter	75	12,2
Koruyucu	372	60,3
Mükemmelliyetçi	53	8,6
İlgisiz	24	3,9
Demokratik	93	15,1
Toplam	617	100

Tablo 3.7 incelendiğinde çalışma grubundaki katılımcılardan 372 kişi (%60,3) koruyucu, 93 kişi (%15,1) demokratik, 75 kişi (%12,2) otoriter, 53 kişi (%8,6) mükemmelliyetçi ve 24 kişi (%3,9) ilgisiz anne tutumu ile yetişmiştir.

**Tablo 3.8: Çalışma Grubunun Baba Tutumuna Göre Dağılımı**

Baba Tutumu	N	Yüzde
Otoriter	186	30,1
Koruyucu	204	33,1
Mükemmelliyetçi	52	8,4
İlgisiz	50	8,1
Demokratik	125	20,3
Toplam	617	100

Tablo 3.8 incelendiğinde çalışma grubunu oluşturan katılımcılardan 204 kişi (%33,1) koruyucu, 186 kişi (%30,1) otoriter ve 125 kişi (%20,3) demokratik, 52 kişi (%8,4) mükemmelliyetçi ve 50 kişi (%8,1) ilgisiz baba tutumu ile yetişmiştir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak katılımcıların demografik bilgilerinin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu, Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği, Olumlu Sosyal Davranışlar Eğilimi Ölçeği, Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Ankete katılanların cinsiyet, ekonomik durumu, yaşı, öğrenim durumu, anne ve baba eğitim durumları hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen 6 maddelik kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

#### **3.3.2. Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği**

Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği, Ekşi ve Kardaş (2017) tarafından konuyla ilgili farklı ölçekler ve 17 uzmanın katkılarıyla 5’li likert olarak hazırlanmış bağımsız bir ölçektir. Ölçeğe ilk olarak Spiritüel İyi Oluş Ölçeği adı verilmiştir. Ancak Paloutzian ve Ellison (1982) tarafından aynı isimle bir ölçeğin hazırlanmış olmasından dolayı ölçeğin adı “Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” olarak değiştirilmiştir (Kardaş, 2019). Başlangıçta 49 maddeden oluşan ölçek doğrulayıcı analizlerle 29 maddeye düşürülmüştür. Yapılan analizler sonucunda ölçek, Aşkınlık, Doğayla Uyum ve Anomi adıyla üç alt boyuttan oluşmuştur. Yetişkinlerden oluşan 865 kişi üzerinde yapılan güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları sonucunda Cronbach Alpha değeri “Aşkınlık” alt boyutunda .953, “Doğayla Uyum” alt boyutunda .864, “Anomi” alt boyutunda .853 ve toplam puanda .886 olarak bulunarak “Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” geçerli ve güvenli olarak kabul edilmiştir. “Üç Faktörlü Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” toplam puanı hesaplanırken Anomi alt boyutu maddelerine verilen puanlar ters hesaplanmaktadır. Bu çalışmada kolaylık olması açısından sadece “Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” kavramı kullanılmıştır.

### 3.3.3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği

Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği'nin (EBBÖ) ilk bölümü öncelikle Hazan ve Shaver (1987) tarafından farklı 3 ifadeyle oluşturulmuştur. İkinci bölümünü ise Mikulincer (1993) her bir bağlanma biçimini belirlemek için 5'er madde belirleyerek toplam 15 madde ile geliştirmiştir (Akt., Kesebir, Kökçü ve Dereboy, 2012). Türkçe'ye uyarlamasını, daha anlaşılır olması için her bir bağlanma biçimi için 6 madde ve toplamda 18 maddeye çıkaran Kesebir, Kökçü ve Dereboy (2012: 100-104) yapmıştır. Orijinalinde 7'li likert olan ölçek, uyarlama esnasında "doğru" ve "yanlış" şeklinde puanlanacak şekilde değiştirilmiştir. Yaşları 18-80 arası değişen toplam 120 kişi ile yapılan güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları sonucunda Cronbach Alpha değeri "Güvenli Bağlanma" için .72, "Kaygılı/ikircikli Bağlanma" için .85 ve "Kaçınan Bağlanma" için .82 bulunarak geçerli ve güvenilir kabul edilmiştir. Ölçeğin doldururken bireyin tüm hayatını gözönünde bulundurması istenmiştir. Her bir ölçeğin puan ortalaması aynı zamanda bağlanma düzeyini göstermektedir.

### 3.3.4. Olumlu Sosyal Davranışlar Eğilimi Ölçeği

Carlo ve Randall (2002: 31-42) tarafından başlangıçta üniversite öğrencileri için olumlu sosyal davranışları ölçmek amacıyla 23 madde olarak geliştirilen ölçek daha sonra genç ve orta ergenlerde de kullanılmak üzere maddeler eklenerek ölçekteki madde sayısı 25'e çıkarılmıştır. Ölçeğin 2 haftalık test-tekrar test güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları sonucunda alt ölçeklerin güvenilirlik katsayısı .54 ile .82 arasında değişmiştir (Carlo vd., 2003: 130-131). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Kumru, Carlo ve Edwards, (2004) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada 23 madde ve 5'li likert olarak geliştirilen ölçek kullanılmıştır. Her bir alt ölçekten alınacak puanlar yükseldikçe o alt ölçeğin ölçtüğü olumlu sosyal davranış düzeyi yükselmektedir.

Bu ölçeğin altı alt ölçeği vardır. Bunlar; 1'i ters 4 maddeden oluşan "Kamusal OSD", 4 maddeden oluşan "Duygusal OSD", 5 ters maddeden oluşan "Özgeci OSD", 3 maddeden oluşan "İtaatkâr OSD", 5 maddeden oluşan "Gizli OSD" ve 2 maddeden oluşan "Acil Durumlarda OSD Alt Ölçeği"dir (Carlo vd., 2003: 120-123).

### **3.4. Verilerin Analizi**

Araştırma verileri SPSS 25 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Bu kapsamda alt problemlere cevap aramak için tek faktörlü varyans analizi-ANOVA ve post Hoc tukey testi, bağımsız örneklemler için t testi , korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Ölçme araçlarıyla elde edilen verilerin analiz edilmesi sonucu ortaya çıkan bulgulara bu bölümde yer verilmiştir.

**Tablo 4.1: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Alt Boyutlarıyla Birlikte Ortalama Puanları, Standart Sapmaları, Skewnes ve Kurtosis Değerleri**

	N	$\bar{X}$	Ss	Skewnes	Kurtosis
<b>Spiritüel İyi Oluş</b>	617	4,20	,513	-1,107	1,457
<b>Aşkınlık</b>	617	4,36	,721	-1,138	1,322
<b>Doğa ile Uyum</b>	617	4,45	,513	-1,159	1,328
<b>Anomi</b>	617	2,37	,782	,546	,168
<b>Güvenli Bağlanma</b>	617	1,56	,261	-,015	-,869
<b>Kaygılı Bağlanma</b>	617	1,25	,230	1,031	,744
<b>Kaçıngan Bağlanma</b>	617	1,51	,247	-,123	-,633
<b>OSD Toplam</b>	617	3,59	,404	-,579	,315
<b>Kamusal OSD</b>	617	1,80	,725	1,085	1,164
<b>Özgeci OSD</b>	617	4,23	,812	-1,242	1,170
<b>Duygusal OSD</b>	617	3,62	,799	-,246	-,435
<b>Gizli OSD</b>	617	3,99	,842	-,799	,054
<b>Acil durum OSD</b>	617	3,98	,827	-,698	,024
<b>İtaatkâr OSD</b>	617	3,89	,931	-,684	-,224

OSD: Olumlu Sosyal Davranışlar

Tablo 4.1 incelendiğinde spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından doğayla uyum en yüksek puana ( $\bar{X}=4,45$ ) sahiptir. En düşük puan ise ( $\bar{X}=2,37$ ) anomi alt boyutuna aittir. Aşkınlık alt boyutunun puanı ise ( $\bar{X}=4,36$ ) olarak bulunmuştur. Bağlanma stillerinden güvenli bağlanma ( $\bar{X}=1,56$ ) en yüksek puana sahiptir. En düşük puana sahip bağlanma stili kaygılı bağlanma ( $\bar{X}=1,25$ ) olmuştur. Kaçınan bağlanma puanı ise ( $\bar{X}=1,51$ ) olmuştur. Olumlu sosyal davranışların alt boyutlarından en yüksek puana ( $\bar{X}=4,23$ ) özgeci OSD, en düşük puana ( $\bar{X}=1,80$ ) ise kamusal OSD sahip olmuştur. Diğer alt boyutlar sırasıyla gizli OSD ( $\bar{X}=3,99$ ) acil durumlardaki OSD ( $\bar{X}=3,98$ ) itaatkar OSD ( $\bar{X}=3,89$ ) ve duygusal OSD puanı ( $\bar{X}=3,62$ ) olarak bulunmuştur. Tabloya göre basıklık ve çarpıklık değerlerinin normal sınırlar olarak kabul edilen (-1.96) ve (+1.96) içerisinde olduğu görülmektedir (Can, 2014: 85).

**Tablo 4.2: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Cinsiyete Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	Sd	P																																												
<b>Spiritüel İyi Oluş T.</b>	Kadın	319	4,22	,506	,617	609	,537																																												
	Erkek	298	4,19	,520				<b>Olumlu Sosyal Davranışlar T.</b>	Kadın	319	3,60	,400	1,130	610	,259	Erkek	298	3,57	,409	<b>Güvenli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,52	,264	-3,603	615	<b>,000</b>	Erkek	298	1,59	,253	<b>Kaygılı/ikircikli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,24	,223	-1,138	604	,257	Erkek	298	1,26	,238	<b>Kaçınan Bağlanma</b>	Kadın	319	1,53	,262	1,932	612	,054
<b>Olumlu Sosyal Davranışlar T.</b>	Kadın	319	3,60	,400	1,130	610	,259																																												
	Erkek	298	3,57	,409				<b>Güvenli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,52	,264	-3,603	615	<b>,000</b>	Erkek	298	1,59	,253	<b>Kaygılı/ikircikli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,24	,223	-1,138	604	,257	Erkek	298	1,26	,238	<b>Kaçınan Bağlanma</b>	Kadın	319	1,53	,262	1,932	612	,054	Erkek	298	1,49	,229								
<b>Güvenli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,52	,264	-3,603	615	<b>,000</b>																																												
	Erkek	298	1,59	,253				<b>Kaygılı/ikircikli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,24	,223	-1,138	604	,257	Erkek	298	1,26	,238	<b>Kaçınan Bağlanma</b>	Kadın	319	1,53	,262	1,932	612	,054	Erkek	298	1,49	,229																				
<b>Kaygılı/ikircikli Bağlanma</b>	Kadın	319	1,24	,223	-1,138	604	,257																																												
	Erkek	298	1,26	,238				<b>Kaçınan Bağlanma</b>	Kadın	319	1,53	,262	1,932	612	,054	Erkek	298	1,49	,229																																
<b>Kaçınan Bağlanma</b>	Kadın	319	1,53	,262	1,932	612	,054																																												
	Erkek	298	1,49	,229																																															

Tablo 4.2 incelendiğinde, araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş toplam puanları ( $t_{(609)}=.617$ ;  $p>.05$ ), olumlu sosyal davranış toplam puanları ( $t_{(610)}=1,130$ ;  $p<.01$ ), kaygılı bağlanma düzeyleri ( $t_{(604)}=-1,138$ ;  $p>.05$ ) ve kaçınan bağlanma düzeyleri ( $t_{(612)}=1,932$ ;  $p>.05$ ) cinsiyete göre farklılaşmamaktadır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri erkekler lehine anlamlı farklılık göstermektedir ( $t_{(615)}=-3,603$ ;  $p<.01$ ). Erkeklerin güvenli bağlanma düzeyleri ( $\bar{X}=1,59$ ) kadınların güvenli bağlanma düzeylerinden ( $\bar{X}=1,52$ ) anlamlı seviyede daha yüksektir.

**Tablo 4.3: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Medeni Hale Göre Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişken	Medeni Hal	N	$\bar{X}$	Ss	t	Sd	P																																												
Spiritüel İyi Oluş	Bekar	241	4,00	,582	8,492	393	<b>,000</b>																																												
	Evli	376	4,34	,412				Olumlu Sosyal Davranışlar T.	Bekar	241	3,57	,424	-,798	482	,425	Evli	376	3,60	,392	Güvenli Bağlanma	Bekar	241	1,55	.,262	-,077	511	,939	Evli	376	1,55	,261	Kaygılı/ikircikli Bağlanma	Bekar	241	1,28	,255	2,694	441	<b>,007</b>	Evli	376	1,23	,211	Kaçınan Bağlanma	Bekar	241	1,51	,252	,700	501	,484
Olumlu Sosyal Davranışlar T.	Bekar	241	3,57	,424	-,798	482	,425																																												
	Evli	376	3,60	,392				Güvenli Bağlanma	Bekar	241	1,55	.,262	-,077	511	,939	Evli	376	1,55	,261	Kaygılı/ikircikli Bağlanma	Bekar	241	1,28	,255	2,694	441	<b>,007</b>	Evli	376	1,23	,211	Kaçınan Bağlanma	Bekar	241	1,51	,252	,700	501	,484	Evli	376	1,50	,245								
Güvenli Bağlanma	Bekar	241	1,55	.,262	-,077	511	,939																																												
	Evli	376	1,55	,261				Kaygılı/ikircikli Bağlanma	Bekar	241	1,28	,255	2,694	441	<b>,007</b>	Evli	376	1,23	,211	Kaçınan Bağlanma	Bekar	241	1,51	,252	,700	501	,484	Evli	376	1,50	,245																				
Kaygılı/ikircikli Bağlanma	Bekar	241	1,28	,255	2,694	441	<b>,007</b>																																												
	Evli	376	1,23	,211				Kaçınan Bağlanma	Bekar	241	1,51	,252	,700	501	,484	Evli	376	1,50	,245																																
Kaçınan Bağlanma	Bekar	241	1,51	,252	,700	501	,484																																												
	Evli	376	1,50	,245																																															

Tablo 4.3 incelendiğinde katılımcıların spiritüel iyi oluş düzeyleri evliler lehine anlamlı farklılık göstermektedir ( $t_{(393)}=8,492$ ;  $p<.01$ ). Buna göre evlilerin spiritüel iyi oluş puanları ( $\bar{X}=4,34$ ), bekâr katılımcıların spiritüel iyi oluş puanlarından ( $\bar{X}=4,00$ ) anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Kaygılı bağlanmada ise bekâr katılımcıların puanı, evlilere göre pozitif yönde anlamlı düzeyde farklılaşmıştır ( $t_{(441)}=2,694$ ;  $p<.05$ ). Buna göre bekârların kaygılı bağlanma düzeyleri ( $\bar{X}=1,28$ ), evlilerin kaygılı bağlanma düzeyine göre ( $\bar{X}=1,23$ ) anlamlı derece daha yüksektir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin olumlu sosyal davranış toplam puanları ( $t_{(482)}=-,798$ ;  $p>.05$ ), güvenli bağlanma düzeyleri ( $t_{(511)}=-,077$ ;  $p>.05$ ) ve kaçınan bağlanma düzeyleri ( $t_{(501)}=,700$ ;  $p>.05$ ) medeni duruma göre anlamlı farklılaşma göstermemiştir.

**Tablo 4.4: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Yaşa Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları**

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	V. Kaynğı	KT	Sd	F	P	Anlamlılık
SİO	17-25 yaş	147	3,93	,567	G.arası	14,74	2	30,69	<b>,000</b>	<b>17-25 yaş ile 26-40 ve 41 yaş+</b>
	26-40 yaş	325	4,27	,450	G.içi	147,50	614			
	41 yaş üst	145	4,32	,490	Toplam	162,25	616			
OSD	17-25 yaş	147	3,59	,422	G.arası	,012	2	,036	,965	-
	26-40 yaş	325	3,59	,386	G.içi	101,00	614			
	41 yaş üst	145	3,58	,430	Toplam	101,01	616			
GB	17-25 yaş	147	1,54	,265	G.arası	,235	2	1,721	,180	-
	26-40 yaş	325	1,55	,261	G.içi	41,91	614			
	41 yaş üst	145	1,59	,256	Toplam	42,14	616			

<b>KİB</b>	17-25 yaş	147	1,29	,255	G.arası	,499	2	4,735	<b>,009</b>	<b>17-25 yaş ile 26-40 yaş arası</b>
	26-40 yaş	325	1,22	,212	G.içi	32,33	614			
	41 yaş üst	145	1,25	,238	Toplam	32,83	616			
<b>KB</b>	17-25 yaş	147	1,52	,244	G.arası	,058	2	,473	,624	-
	26-40 yaş	325	1,50	,251	G.içi	37,80	614			
	41 yaş üst	145	1,49	,242	Toplam	37,86	616			

SİO: Spiritüel iyi oluş. OSD: Olumlu sosyal davranış. GB: Güvenli bağlanma. KİB: Kaygılı/İkircikli bağlanma. KB: Kaçınan bağlanma

Tablo 4.4 incelendiğinde yetişkinlerin spiritüel iyi oluşları yaşa göre anlamlı farklılık göstermiştir ( $F_{(2, 614)}=30,69$ ;  $p<0.01$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için varyansların dağılımına bakılmış ve varyansların homojen olmadığı görülmüştür ( $p<0.05$ ). Dolayısıyla grup varyanslarının eşit olmadığı durumlarda anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için bu duruma uygun kullanılacak Dunnett C testi seçilmiştir (Büyüköztürk, 2018: 49). Buna göre 26-40 yaş arası yetişkinlerin ( $\bar{X}=4,27$ ) ve 41 yaş üstü yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ( $\bar{X}=4,27$ ) 17-25 yaş aralığındaki genç yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeylerine ( $\bar{X}=3,93$ ) göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Başka bir ifadeyle yaş arttıkça spiritüel iyi oluş puanı artmıştır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin kaygılı bağlanmaları yaşa göre anlamlı farklılık göstermiştir ( $F_{(2, 614)}=4,735$ ;  $p<0.05$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için dağılımın homojen olmadığı durumlarda kullanılan Dunnett C testi seçilmiştir. Buna göre 17-25 yaş genç yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeyleri ( $\bar{X}=1,29$ ) 26-40 yaş arasındaki yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeyine ( $\bar{X}=1,22$ ) göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Fakat yaşa göre katılımcıların olumlu sosyal davranış düzeylerinde ( $F_{(2, 614)}=,036$ ;  $p>.05$ ), güvenli bağlanma düzeylerinde ( $F_{(2, 614)}=1,721$ ;  $p>.05$ ) ve kaçınan bağlanma düzeylerinde ( $F_{(2, 614)}=,473$ ;  $p>.05$ ) anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir.

**Tablo 4.5: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Aylık Gelir Durumuna Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları**

Deği şken	Aylık Gelir	N	$\bar{X}$	Ss	V. Kaynağı	KT	Sd	F	P	Anlamlılık
<b>SİO</b>	0-3000 tl	382	4,18	,504	G.arası	,799	2	1,519	,220	-
	3 bin-6 bin	196	4,26	,525	G.içi	161,45	614			
	6 bin üstü	39	4,19	,532	Toplam	162,25	616			
<b>OSD</b>	0-3000 tl	382	3,59	,382	G.arası	,136	2	,414	,661	-
	3 bin-6 bin	196	3,56	,438	G.içi	100,80	614			

	6 bin üstü	39	3,57	,448	Toplam	101,01	616			
<b>GB</b>	0-3000 tl	382	1,54	,261	G.arası	,239	2			
	3 bin-6 bin	196	1,57	,268	G.içi	41,90	614	1,752	,174	-
	6 bin üstü	39	1,60	,211	Toplam	42,14	616			
<b>KİB</b>	0-3000 tl	382	1,25	,238	G.arası	,116	2			
	3 bin-6 bin	196	1,22	,213	G.içi	32,71	614	1,090	,337	-
	6 bin üstü	39	1,24	,238	Toplam	32,83	616			
<b>KB</b>	0-3000 tl	382	1,51	,246	G.arası	,162	2			
	3 bin-6 bin	196	1,48	,246	G.içi	37,70	614	1,318	,268	-
	6 bin üstü	39	1,50	,261	Toplam	37,86	616			

SİO: Spiritüel iyi oluş. OSD: Olumlu sosyal davranış. GB: Güvenli bağlanma. KİB: Kaygılı/İkircikli bağlanma. KB: Kaçınan bağlanma

Tablo 4.5 incelendiğinde yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ( $F_{(2, 614)}=1,519$ ;  $p>.05$ ), olumlu sosyal davranış düzeyleri ( $F_{(2, 614)}=.414$ ;  $p>.05$ ), güvenli bağlanma düzeyleri ( $F_{(2, 614)}=1,752$ ;  $p>.05$ ), kaygılı bağlanma düzeyleri ( $F_{(2, 614)}=1,090$ ;  $p>.05$ ) ve kaçınan bağlanma düzeyleri ( $F_{(2, 614)}=1,318$ ;  $p>.05$ ) aylık gelirlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamıştır.

**Tablo 4.6: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları**

Deği şken	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	Ss	V. Kaynağı	KT	Sd	F	P	Anlamlılık
<b>SİO</b>	İlk/orta/lise	128	4,20	,519	G.arası	,005	2			
	Üniversite	412	4,21	,523	G.içi	162,24	614	,010	,990	-
	Lisanüstü	77	4,20	,448	Toplam	162,25	616			
<b>OSD</b>	İlk/orta/lise	128	3,56	,419	G.arası	,266	2			
	Üniversite	412	3,60	,397	G.içi	100,75	614	,812	,445	-
	Lisanüstü	77	3,55	,421	Toplam	101,01	616			
<b>GB</b>	İlk/orta/lise	128	1,50	,247	G.arası	,536	2			<b>İlk/ort/lise ile Üniv+ lisanüst</b>
	Üniversite	412	1,57	,265	G.içi	41,60	614	3,957	,020	
	Lisanüstü	77	1,58	,250	Toplam	42,14	616			
<b>KİB</b>	İlk/orta/lise	128	1,28	,242	G.arası	,583	2			<b>Lisansüstü ile üniv + ilk-ort-lise</b>
	Üniversite	412	1,25	,230	G.içi	32,25	614	5,547	,004	
	Lisanüstü	77	1,17	,196	Toplam	32,83	616			
<b>KB</b>	İlk/orta/lise	128	1,58	,237	G.arası	1,04	2			<b>İlk/ort/lise ile Üniv+ lisanüst</b>
	Üniversite	412	1,49	,247	G.içi	36,81	614	8,725	,000	
	Lisanüstü	77	1,45	,242	Toplam	37,86	616			

SİO: Spiritüel iyi oluş. OSD: Olumlu sosyal davranış. GB: Güvenli bağlanma. KİB: Kaygılı/İkircikli bağlanma. KB: Kaçınan bağlanma

Tablo 4.6 incelendiğinde eğitim durumuna göre araştırmaya katılan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır ( $F_{(2, 614)}=3,957$ ;  $p<0.05$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için varyansların dağılımına bakılmış ve varyansların eşit dağıldığı görülmüştür ( $p>.05$ ). Dağılımın homojen olduğu durumlarda kullanılan Post Hoc testlerinden LSD testi

seçilmiştir (Büyüköztürk, 2018: 49). Buna göre üniversite mezunlarının güvenli bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,57$ ) ile lisansüstü mezun olanların güvenli bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,58$ ) ilk-orta-lise mezunlarının güvenli bağlanma puanlarına ( $\bar{X}=1,45$ ) göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır ( $F_{(2, 614)}=5,547$ ;  $p<0.05$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için dağılım homojen olmadığı ( $p<0.01$ ) durumlarda kullanılan Dunnett C testi seçilmiştir. Buna göre lisansüstü mezunlarının kaygılı bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,17$ ) üniversite mezunlarının kaygılı bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,25$ ) ile ilk-orta-lise mezunlarının kaygılı bağlanma puanlarına ( $\bar{X}=1,28$ ) göre anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin kaçınan bağlanma düzeyleri eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır ( $F_{(2, 614)}=8,725$ ;  $p<0.01$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için varyansların dağılımına bakılmış ve varyansların eşit dağıldığı görülmüştür ( $p>.05$ ). Dağılımın homojen olduğu durumlarda kullanılan LSD testi seçilmiştir. Buna göre ilk-orta-lise mezunu katılımcıların kaçınan bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,58$ ) üniversite ( $\bar{X}=1,49$ ) ve lisansüstü ( $\bar{X}=1,45$ ) mezunlarının kaçınan bağlanma puanlarına göre anlamlı derece daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılanların eğitim durumlarına göre spiritüel iyi oluş toplam puanları ( $F_{(2, 614)}=.010$ ;  $p>.05$ ) ve olumlu sosyal davranış toplam puanları ( $F_{(2, 614)}=.812$ ;  $p>.05$ ) anlamlı bir şekilde farklılaşmamıştır.

**Tablo 4.7: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Anne Tutumlarına Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları**

Değişken	Anne Tutumu	N	$\bar{X}$	Ss	V. Kaynağı	KT	Sd	F	P	Anlamlılık
SİO	Otoriter	75	4,26	,473	G.arası	,840	4	,796	,528	-
	Koruyucu	372	4,22	,507	G.içi	161,41	612			
	Mük.	53	4,14	,542	Toplam	162,25	616			
	İlgisiz	24	4,17	,502						
	Demokratik	93	4,15	,552						
OSD	Otoriter	75	3,63	,372	G.arası	1,62	4	2,50	,041	Demokratik ile koruyucu/ilgisiz
	Koruyucu	372	3,56	,412	G.içi	99,39	612			
	Mük.	53	3,59	,401	Toplam	101,01	616			
	İlgisiz	24	3,47	,455						



**Tablo 4.8: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışların Baba Tutumlarına Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları**

Değişken	Baba Tutumu	N	$\bar{X}$	Ss	V. Kaynağı	KT	Sd	F	P	Anlamlılık
<b>SİO</b>	Otoriter	186	4,23	,498						
	Koruyucu	204	4,21	,501	G.arası	,965	4			
	Mük.	52	4,13	,591	G.içi	161,28	612	,916	,454	-
	İlgisiz	50	4,11	,590	Toplam	162,25	616			
	Demokratik	125	4,22	,485						
<b>OSD</b>	Otoriter	186	3,56	,392						<b>Demokratik ile otoriter/ilgisiz arası</b>
	Koruyucu	204	3,61	,381	G.arası	1,87	4			
	Mük.	52	3,56	,431	G.içi	99,14	612	2,89	,022	
	İlgisiz	50	3,45	,488	Toplam	101,01	616			
	Demokratik	125	3,65	,401						
<b>GB</b>	Otoriter	186	1,52	,252						<b>Demokratik ile otoriter/ilgisiz arası</b>
	Koruyucu	204	1,56	,253	G.arası	1,15	4			
	Mük.	52	1,57	,295	G.içi	40,98	612	4,32	,002	
	İlgisiz	50	1,46	,253	Toplam	42,14	616			
	Demokratik	125	1,62	,261						
<b>KİB</b>	Otoriter	186	1,23	,226						-
	Koruyucu	204	1,26	,228	G.arası	,346	4			
	Mük.	52	1,27	,228	G.içi	32,48	612	1,62	,166	
	İlgisiz	50	1,30	,253	Toplam	32,83	616			
	Demokratik	125	1,22	,230						
<b>KB</b>	Otoriter	186	1,51	,242						-
	Koruyucu	204	1,51	,258	G.arası	,476	4			
	Mük.	52	1,52	,238	G.içi	37,38	612	1,94	,101	
	İlgisiz	50	1,57	,247	Toplam	37,86	616			
	Demokratik	125	1,46	,239						

SİO: Spiritüel iyi oluş. OSD: Olumlu sosyal davranış. GB: Güvenli bağlanma. KİB: Kaygılı/İkircikli bağlanma. KB: Kaçınan bağlanma Mük: Mükemmeliyetçi

Tablo 4.8 incelendiğinde araştırmaya katılan yetişkinlerin olumlu sosyal davranış düzeyleri baba tutumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(4, 612)}=2,89$ ;  $p<0.05$ ). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için varyansların dağılımına bakılmış ve varyansların eşit dağıldığı görülmüştür ( $p>.05$ ). Dağılım homojen olduğu için LSD testi seçilmiştir. Buna göre demokratik baba tutumuna sahip katılımcıların olumlu sosyal davranış puanları ( $\bar{X}=3,65$ ) otoriter ( $\bar{X}=3,56$ ) ve ilgisiz ( $\bar{X}=3,45$ ) baba tutumuna sahip katılımcıların olumlu sosyal davranış puanlarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca koruyucu baba tutumuna sahip yetişkinlerin olumlu sosyal davranış puanları ( $\bar{X}=3,61$ ) ilgisiz baba tutumuna sahip yetişkinlerin olumlu sosyal davranış puanlarına ( $\bar{X}=3,45$ ) göre anlamlı derecede daha yüksektir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri baba tutumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir ( $F_{(4, 612)}=4,32$ ;  $p<0.05$ ). Anlamlı farklılığın hangi

gruplar arasında olduğunu belirlemek için varyansların dağılımına bakılmış ve varyansların eşit dağıldığı görülmüştür ( $p>.05$ ). Dağılım homojen olduğu için LSD testi seçilmiştir. Buna göre demokratik baba tutumuna sahip yetişkinlerin güvenli bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,62$ ) otoriter ( $\bar{X}=1,52$ ) ve ilgisiz ( $\bar{X}=1,46$ ) baba tutumuna sahip yetişkinlerin güvenli bağlanma puanlarından anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca koruyucu baba tutumuna sahip yetişkinlerin güvenli bağlanma puanları ( $\bar{X}=1,56$ ) ilgisiz baba tutumuna sahip yetişkinlerin güvenli bağlanma puanlarına ( $\bar{X}=1,46$ ) göre anlamlı derecede daha yüksektir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ( $F_{(4, 612)}=,916$ ;  $p>.05$ ), kaygılı bağlanma düzeyleri ( $F_{(4, 612)}=1,62$ ;  $p>.05$ ) ve kaçınan bağlanma düzeyleri ( $F_{(4, 612)}=1,94$ ;  $p>.05$ ) baba tutumlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmamıştır.

**Tablo 4.9: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranış ve Alt Boyutlarının Korelasyon Analiz Sonuçları**

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Spiritüel iyi oluş	1													
Aşkınlık	,891**	1												
Doğayla Uyum	,602**	,384**	1											
Anomi	-,561**	-,192**	-,220**	1										
Güvenli bağlanma	,117**	,039	,122**	-,159**	1									
Kaygılı/ikircikli bağlanma	-,208**	-,084*	-,088*	,340**	,057	1								
Kaçınan bağlanma	-,147**	-,040	-,051	,288**	-,439**	,244**	1							
OSD Toplam	,404**	,328**	,434**	-,162**	,167**	-,029	-,053	1						
Kamusal OSD	-,188**	-,100*	-,143**	,218**	,075	,233**	-,028	-,071	1					
Duygusal OSD	,160**	,191**	,244**	,102*	,165**	,152**	-,010	,667**	,080*	1				

<b>Özgeci OSD</b>	,201**	,047	,152**	-,352**	-,012	-,353**	-,065	,261**	-,521**	-,184**	1			
<b>Gizli OSD</b>	,353**	,329**	,319**	-,100*	,025	-,026	,047	,771**	-,251**	,396**	,070	1		
<b>Acil Durumlar OSD</b>	,345**	,262**	,412**	-,150**	,178**	,011	-,052	,750**	-,161**	,443**	,074	,526**	1	
<b>İtaatkar OSD</b>	,338**	,273**	,373**	-,133**	,165**	,043	-,099*	,652**	-,128**	,410**	-,005	,452**	,559**	1

OSD: Olumlu sosyal davranış \*\*p<.01 \* p<.05

Korelasyon katsayısı 0.00-0.30 arasında olursa düşük; 0.30-0.70 arasında olursa orta; 0.70-1.00 arasında olursa yüksek düzeyde bir ilişki olduğu kabul edilir (Büyüköztürk, 2018: 32).

Tablo 4.9 incelendiğinde yetişkinlerin spiritüel iyi oluş puanları ile olumlu sosyal davranış toplam puanları arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.404$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Başka bir ifadeyle yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri arttıkça olumlu sosyal davranış düzeyleri artmaktadır.

Araştırmaya katılanların spiritüel iyi oluş düzeyleri ile olumlu sosyal davranış alt boyutlarından gizli OSD arasında orta düzeyde pozitif yönde ( $r=.353$ ;  $p<.01$ ), acil OSD arasında orta düzeyde pozitif yönde ( $r=.345$ ;  $p<.01$ ), itaatkâr OSD arasında orta düzeyde pozitif yönde ( $r=.338$ ;  $p<.01$ ), duygusal OSD arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.160$ ;  $p<.01$ ), özgeci OSD arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.201$ ;  $p<.01$ ) ve kamusal OSD arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.188$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır ( $p<.01$ ).

Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile güvenli bağlanma düzeyleri arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.117$ ;  $p<.01$ ) anlamlı ilişki vardır. Başka bir ifadeyle spiritüel iyi oluş düzeyi arttıkça güvenli bağlanma düzeyi de artmaktadır. Spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından doğayla uyum ile güvenli bağlanma arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.122$ ), anonim alt boyutu ile güvenli bağlanma arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.159$ ) anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ( $p<.01$ ). Spiritüel iyi oluşun alt boyutu aşkınlık ile güvenli bağlanma arasında ( $r=.039$ ) anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ( $p>.05$ ).

Araştırmaya katılanların spiritüel iyi oluş düzeyleri ile kaygılı bağlanma düzeyleri arasında düşük düzeyde negatif yönde ( $r=-.208$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır ( $p<.01$ ). Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında düşük

düzeyde negatif yönde ( $r=-.084$ ;  $p<.05$ ); doğayla uyum alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında düşük düzeyde negatif yönde ( $r=-.088$ ;  $p<.05$ ) ve anomi alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.340$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmaya katılanların spiritüel iyi oluş düzeyleri ile kaçınan bağlanma düzeyleri arasında ise düşük düzeyde negatif yönde ( $r=-.147$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır ( $p<.01$ ). Spiritüel iyi oluşun alt boyutu anomi ile kaçınan bağlanma arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.288$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Ancak kaçınan bağlanma ile aşkınlık alt boyutu arasında ( $r=-.040$ ;  $p>.05$ ) ve doğayla uyum alt boyutu arasında ( $r=-.051$ ;  $p>.05$ ) anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Araştırmaya katılanların olumlu sosyal davranış düzeyleri ile spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından olan doğayla uyum düzeyleri arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.434$ ;  $p<.01$ ), aşkınlık alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde ( $r=.328$ ;  $p<.01$ ) ve anomi alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.162$ ;  $p<.01$ ) anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Çalışma grubunda yer alan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranış toplam puanları arasında düşük düzeyde pozitif yönde ( $r=.167$ ;  $p<.01$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.165$ ;  $p<.01$ ); acil OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.178$ ;  $p<.01$ ); ve itaatkâr OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.165$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmaya katılanların güvenli bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranışların kamusal OSD alt boyutu ( $r=.075$ ;  $p>.05$ ) gizli OSD alt boyutu ( $r=.025$ ;  $p>.05$ ) ve özgeci OSD alt boyutu ( $r=-.012$ ;  $p>.05$ ) arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Araştırmaya katılanların kaygılı bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranış toplam puanları arasında ( $r=-.029$ ;  $p>.05$ ); gizli OSD alt boyutu arasında ( $r=-.026$ ;  $p>.05$ ); acil OSD alt boyutu arasında ( $r=.011$ ;  $p>.05$ ) ve itaatkâr OSD alt boyutu arasında ( $r=.043$ ;  $p>.05$ ) anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak kaygılı bağlanma ile olumlu sosyal davranışın özgeci OSD alt boyutu arasında orta düzeyde negatif yönde ( $r=-.353$ ;  $p<.01$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında ise düşük düzeyde pozitif yönde ( $r=.152$ ;  $p<.01$ ) kamusal OSD ile düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.233$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmaya katılanların kaçınan bağlanma ile olumlu sosyal davranış alt boyutlarından itaatkâr OSD arasında düşük seviyede negatif yönlü ( $r=-.099$ ;  $p<.05$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Kaçınan bağlanma ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında ( $r=-.053$ ;  $p>.05$ ); kamusal OSD alt boyutu arasında ( $r=-.028$ ;  $p>.05$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında ( $r=-.010$ ;  $p>.05$ ); özgeci OSD alt boyutu arasında ( $r=-.065$ ;  $p>.05$ ); gizli OSD alt boyutu arasında ( $r=.047$ ;  $p>.05$ ) ve acil OSD alt boyutu arasında ( $r=-.052$ ;  $p>.05$ ) anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Spiritüel iyi oluşun doğayla uyum alt boyutu ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.434$ ;  $p<.01$ ); kamusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.143$ ;  $p<.01$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.244$ ;  $p<.01$ ); özgeci OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.152$ ;  $p<.01$ ); gizli OSD alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.319$ ;  $p<.01$ ); acil OSD alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.412$ ;  $p<.01$ ) ve itaatkâr OSD alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.373$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile olumlu sosyal davranış toplam puanı arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.328$ ;  $p<.01$ ); kamusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.100$ ;  $p<.05$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.191$ ;  $p<.01$ ); acil OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.262$ ;  $p<.01$ ); itaatkâr OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.273$ ;  $p<.01$ ) ve gizli OSD alt boyutu arasında orta seviyede pozitif yönde ( $r=.329$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır. Aşkınlık alt boyutu ile özgeci OSD alt boyutu arasında ( $r=-.047$ ;  $p>.05$ ) anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Spiritüel iyi oluşun anomi alt boyutu ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.162$ ;  $p<.01$ ); kamusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.218$ ;  $p<.01$ ); duygusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede pozitif yönde ( $r=.102$ ;  $p<.05$ ); gizli OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.100$ ;  $p<.05$ ); acil OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.150$ ;  $p<.01$ ); itaatkâr OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde ( $r=-.133$ ;  $p<.01$ ) ve özgeci OSD alt boyutu arasında orta seviyede negatif yönde ( $r=-.352$ ;  $p<.01$ ) anlamlı bir ilişki vardır.

**Tablo 4.10: Spiritüel İyi Oluş, Bağlanma Stilleri ve Olumlu Sosyal Davranışlar Arasındaki Regresyon Analizi Sonuçları**

Sabit	Bağımlı	B	Std. Hat	( $\beta$ )	T	P	R	R <sup>2</sup>	F	P
<b>SİOT</b>	<b>OSDT</b>	,318	,029	,404	10,94	,000	404	,163	119,6	<b>,000</b>
<b>GB</b>	<b>SİOT</b>	,229	,079	,117	2,910	,004	117	,014	8,466	<b>,004</b>
<b>KİB</b>	<b>SİOT</b>	-,462	,088	-,208	-5,271	,000	,208	,043	27,778	<b>,000</b>
<b>KB</b>	<b>SİOT</b>	-,305	,083	-,147	-3,695	,000	147	,022	13,650	<b>,000</b>
<b>GB</b>	<b>OSDT</b>	,258	,062	,167	4,193	,000	167	,028	17,583	<b>,000</b>

SİOT: Spiritüel iyi oluş toplam puan. OSDT: Olumlu sosyal davranış toplam puan. GB: Güvenli bağlanma. KİB: Kaygılı/İkircikli bağlanma. KB: Kaçınan bağlanma

Tablo 4.10 incelendiğinde, regresyon analiz sonuçlarına göre, yetişkinlerin spiritüel iyi oluş toplam puanları olumlu sosyal davranış toplam puanlarını ( $R=.404$ ;  $R^2=.163$ ;  $F(1, 615) = 119,6$ ;  $p < .01$ ) anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Diğer bir ifadeyle olumlu sosyal davranışların toplam varyansının %16,3'ünü spiritüel iyi oluş kavramı açıklamaktadır.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri olumlu sosyal davranışlarını ( $R=.167$ ;  $R^2=.028$ ;  $F(1, 615) = 17,583$ ;  $p < .01$ ) ve spiritüel iyi oluş düzeylerini ( $R=.117$ ;  $R^2=.014$ ;  $F(1, 615) = 8,466$ ;  $p < .05$ ) anlamlı olarak yordamaktadır. Başka bir ifadeyle güvenli bağlanma, olumlu sosyal davranışları %2,8 spiritüel iyi oluş düzeylerini %1,4 etkilemektedir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeylerini kaygılı bağlanma düzeyleri ( $R=.208$ ;  $R^2=.043$ ;  $F(1, 615) = 27,778$ ;  $p < .01$ ) ve kaçınan bağlanma düzeyleri ( $R=.147$ ;  $R^2=.022$ ;  $F(1, 615) = 13,650$ ;  $p < .01$ ) anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Başka bir ifadeyle spiritüel iyi oluşun %2,8'ini kaygılı bağlanma ve %1,4'ünü kaçınan bağlanma açıklamaktadır. Bu etki, kaygılı bağlanma ( $B: -,462$ ) ve kaçınan bağlanma ( $B: -,305$ ) beta değerlerine göre negatif yönlüdür.

**Tablo 4.11: Spiritüel İyi Oluş Alt Boyutları ile Olumlu Sosyal Davranışlar Toplam Puan Arasındaki Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Sabit Değişke	Bağımlı Değişken	B	Std. Hat	( $\beta$ )	T	P	R	A. R <sup>2</sup>	F	P
Aşkınlık	Olumlu Sosyal Davranışlar Toplam	,103	,022	,183	4,717	,000				
Doğayla Uyum		,279	,031	,353	9,030	,000	,471	,218	58,192	,000
Anomi		-,026	,019	-,049	-1,343	,180				

Tablo 4.11 incelendiğinde bağımlı değişken olumlu sosyal davranışlar toplam puanı üzerinde bağımsız değişkenlerin (aşkınlık, doğayla uyum, anomi) yordama gücü yüzde 21,8 (Adjusted R<sup>2</sup>=,218) olarak bulunmuştur. Modelin açıklayıcılığı anlamlıdır (F=58.192, p=0.000). Regresyon analizinin sonucunda aşkınlık alt boyutu ( $\beta$ =0.183, t=4.717, p<0.01) ve doğa ile uyum alt boyutunun ( $\beta$ =0.353, t=9.030, p<0.00) olumlu sosyal davranışlar toplam puanı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü olarak yordayıcı gücünün olduğu tespit edilmiştir. Anomi alt boyutunun ise olumlu sosyal davranışlar üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür ( $\beta$ =-0.049, t=-1.343, p>0.05). Olumlu sosyal davranışlar toplam puanı üzerinde doğayla uyum alt boyutunun etkisi ( $\beta$ =0.353) aşkınlık alt boyutunun ( $\beta$ =0.183) etkisinden istatistiksel olarak daha fazladır.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 5.1. Tartışma ve Sonuç

Bu bölüm, araştırmamızın sonucunda ortaya çıkan bulguların, aynı veya yakın kavramlar ile yapılan diğer bazı çalışmaların sonuçlarıyla karşılaştırılarak tartışıldığı bölümdür. Yurt dışında yapılan çalışmalarda, kavramlarımızdan spiritüel iyi oluş ile bağlanma arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda araştırma bulursa da yurt içinde yapılmış bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bulguların tartışılmasında yakın kavramlarla yapılan çalışmalardan istifade edilecektir.

*a) Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş, olumlu sosyal davranış ve bağlanma stillerinin düzeyleri hakkında çıkan bulguların tartışılması*

Yapılan araştırma bulgularına göre katılımcı yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri çok yüksek bulunmuştur. Bazı araştırmalar (Doğan, 2019: 55; Gügen, 2019: 57; Gürsu ve Ay, 2018: 1184; Uğurluoğlu ve Erdem, 2019: 843; Yılmaz, 2019) benzer şekilde spiritüel iyi oluş düzeyini yüksek bulmuştur. Orta düzeyde bulan araştırmalar ile (Gültekin, 2018: 23) düşük seviyede bulan araştırmalar da vardır (Gönenç vd., 2016: 36; Uygur, 2016: 48). Bu durumun araştırmaya katılanların sosyo-kültürel özelliklerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırmaya katılan katılımcıların olumlu sosyal davranış toplam puanları orta düzeyde, özgeci OSD alt boyutu en yüksek, kamusal OSD alt boyutu en düşük ve diğer alt boyutlar ise orta düzeyde bulunmuştur. Bu bulgular literatürle uyumludur. Carlo ve diğerleri (2003: 118) yaptıkları araştırmada en yüksek puanı özgeci OSD alt boyutundan en düşük puanı da kamusal OSD alt boyutundan bulmuşlardır. Kumru, Carlo ve Edwards'ın (2004: 117) yaptığı araştırmada en yüksek alt boyut itaatkâr OSD puanı olurken en düşük alt boyut araştırmamıza benzer şekilde kamusal OSD olarak bulunmuştur. Yetişkinlerin olumlu sosyal davranış toplam puanlarını yüksek bulan araştırmalardan birisi de Çullu (2013: 46) olmuştur. Kamusal OSD alt

boyutunun düşük, özgeci OSD puanlarının yüksek olması yardım davranışı sergileyen bireylerin niyetlerinin menfaat beklemeksizin samimi olduğuna ve gönüllük esasına göre hareket ettiklerine işaret olabilir.

Araştırma bulguları yetişkinlerin bağlanma stillerinden en fazla güvenli, en düşük ise kaygılı bağlanmaya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ermiş (2019: 77) yaptığı çalışmada en yüksek bağlanma biçimini güvenli bağlanma, kaçınan bağlanmayı da en düşük bağlanma biçimi olarak bulmuştur. Farklı olarak, Şipit (2019: 42) ve Uyar (2019: 65) yaptıkları araştırmada katılımcıların kayıtsız bağlanma düzeyini güvenli bağlanma düzeyinden yüksek bulmuştur. Araştırma bulgusuna göre güvenli bağlanmanın daha yüksek çıkması literatürle uyumludur (Ainsworth vd, 1978; Hazan ve Shaver, 1994; Rubbert, 2014).

*b) Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranış düzeyleri ile bağlanma stillerinin demografik özelliklere göre (cinsiyet, medeni durum, yaş, aylık gelir, eğitim durumu, anne ve baba tutumu) incelenmesinin sonuçları ve tartışılması*

*Cinsiyetle ilgili bulguların tartışılması;*

Kadınların spiritüel iyi oluş düzeyleri erkeklere göre daha yüksek olsa da aralarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Benzer sonuçları bulan araştırmalar (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019: 849; Gürsu ve Ay, 2018: 1186; Kızılırmak, 2015: 63; Şirin, 2019: 407; Yüksel, 2012: 83) olduğu gibi kadınlar lehine anlamlı farklılık bulan araştırmalar (Kardaş, 2017: 119; Yılmaz, 2019: 38) da mevcuttur. Bazı araştırmalarda anlamlı farklılık olmamakla beraber erkeklerin manevi iyi oluş puanları daha yüksek bulunmuştur (Pehlivan, 2018: 39). Brown ve diğerleri (2013: 7) spiritüel düzeylerin kadınlarda erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek bulması, bu araştırmada olduğu gibi birçok araştırmada anlamlı farklılık olmasa bile kadınların puanlarının daha yüksek olması kadınların duygusal ve şefkat özelliklerinin daha baskın olmasıyla kısmen izah edilebilir. Spiritüel olma içsel bir durum olarak değerlendirildiğinde cinsiyetten bağımsız olarak her bireyin yaşayabileceği bir durumdur. Dolayısıyla farklı bulguların çıkması araştırmaların sınırlılıklarıyla değerlendirilebilir.

Araştırma sonucunda olumlu sosyal davranış toplam puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmamıştır. Araştırma bulgularına benzer şekilde olumlu sosyal

davranışların cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar (Çelikten, 2017: 66; Erzi, 2016: 127; Wang ve Wang, 2008: 346) olduğu gibi cinsiyet değişkenine göre olumlu sosyal davranışlar toplam puanında kızlar lehine anlamlı farklılık bulan araştırmalar (Aktaş ve Güvenç, 2006: 233; McGinley ve Carlo, 2007: 10; Sünbül, 2012: 51) da mevcuttur. Erkekler lehine olumlu sosyal davranışları anlamlı derece yüksek bulan araştırmaya Iverson (2010) örnek olarak verilebilir. Araştırma bulgusuna göre cinsiyet değişkeninin olumlu sosyal davranışlar üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmaması ölçme aracından kaynaklanabileceği gibi olumlu sosyal davranışların çeşitlerine göre değerlendirme yapılmamasından kaynaklanabilir. Ayrıca toplumsal olarak cinsiyete atfedilen rollerdeki benzerlikle de açıklanabilir.

Araştırma bulgularına göre bağlanma stillerinden güvenli bağlanmanın cinsiyete göre erkekler lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinde ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Benzer bir şekilde cinsiyetin bağlanma stillerinden güvenli bağlanmada erkekler lehine farklılaştığını bulan araştırmalara (Uyar, 2019: 65; Karaşar, (2014: 34; Erözkan, 2011: 66; Karasu, 2013: 68; Saymaz, 2003: 115) örnek olarak verilebilir. Ermiş (2019: 77) ise yaptığı araştırmada güvenli ve kaygılı bağlanmada kızlar lehine anlamlı bir farklılık bulmuştur. Bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulan araştırmalar (Donat 2018: 36; Sümer, 2006: 79; Şipit, 2019: 46; Tanış, 2014: 62; Tutarel-Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006: 67; Yücel, 2014: 116) da mevcuttur. Erkeklerin güvenli bağlanma puanlarının kadınlardan anlamlı bir şekilde yüksek bulunması Türk kültüründe erkeklerin daha özgür yetişmesine olanak tanınması sonucunda kendi özgüvenlerini sağlamalarıyla açıklanabilir. Kültürel olarak kızlardan beklenen ise uyumlu olma, itaat etme ve sorumluluk sahibi olmasıdır. Cinsiyete göre yetiştirme tarzlarındaki buna benzer farklılıklar erkeklerin güvenli bağlanma düzeylerinin daha yüksek olmasına sebep olduğu düşünülmektedir

#### *Medeni durumla ilgili bulguların tartışılması;*

Araştırma sonucunda medeni duruma göre evli olanların bekârlardan anlamlı derecede yüksek spiritüel iyi oluşa sahip oldukları bulunmuştur. Benzer sonuçları elde eden araştırmalar mevcuttur (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019: 849; Gültekin, 2018: 25). Spiritüel iyi oluşun medeni duruma göre farklılaşmadığını bulan araştırmalara (Doğan, 2019: 57; Gönenç vd., 2016: 37; Gürsu ve Ay, 2018: 1186) örnek olarak

verilebilir. Bu durum evli bireylerin birbirlerine verdikleri destekle açıklanabilir. Ayrıca evlilikle beraber sorumlulukların ve olgunlaşmanın artması sorunlarla baş etmede bir strateji olarak spiritüel iyi oluşu kullanmayı artırabileceği düşünülmektedir.

Olumlu sosyal davranışlar ile katılımcıların medeni durumları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Benzer bir sonucu olumlu sosyal davranışın alt boyutu özgecilik üzerine yaptığı araştırmada Pehlivan ve Lafçı (2014: 32) da bulmuştur. Bu durum olumlu sosyal davranışların ergenlik döneminin sonuna kadar şekillenmesiyle açıklanabilir

Medeni duruma göre bağlanma stillerinden kaygılı bağlanmanın bekârlar lehine anlamlı farklılık gösterdiği diğer bağlanma biçimlerinin ise farklılaşmadığı araştırma sonucunda bulunmuştur. Araştırma bulgusuyla tutarlı olarak Nurkan (2020: 87) bekarların kaygılı bağlanma düzeylerini evlilere göre anlamlı şekilde yüksek bulurken güvenli ve kaçınan bağlanma düzeylerinin farklılaşmadığını bulmuştur. Ateş (2019: 7) yaptığı araştırmada kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bekârların evlilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıklarını bulmuştur. Sümer (2006: 81) ve Tanış (2014: 62) yaptıkları araştırmalarda medeni durum ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark bulmamıştır. Kirkpatrick ve Davis (1994: 509-511) kaygılı bağlanmaya sahip evlilerin ilişki tatmin puanlarını düşük bulmuştur. Dolayısıyla kaygı ilişkisi zorlayan bir faktör olarak karşımıza çıkmakta kaygıya bağlı olarak romantik ilişkisine güvenemeyen kişilerin ilişki seviyeleri düşmekte ve bekâr kalmayı tercih etmektedirler. Bu durumun araştırma bulgusunu açıkladığı düşünülmektedir.

#### *Yaşla ilgili bulguların tartışılması;*

Araştırma sonucunda yaş ilerledikçe spiritüel iyi oluş düzeyinin anlamlı derecede arttığı bulunmuştur. Benzer sonuçlar elde eden araştırmalar vardır (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019: 849). Farklı yaş grupları arasında anlamlı farklılık bulan araştırmalar olduğu gibi (Kardaş, 2017: 126; Keçeci, 2017: 82) düşük yaş grubunun spiritüel iyi oluşunu anlamlı seviyede yüksek bulan araştırma da mevcuttur (Gültekin, 2018: 25). Brown ve diğerleri (2013: 11) orta yaş yetişkinlerin spiritüel iyi oluşlarını anlamlı derece daha yüksek bulmuştur. Yaş faktörüne göre farklılık bulmayan araştırmalara da rastlanılmıştır (Doğan, 2019: 56; Gönenç vd., 2016: 37; Gürsu ve Ay, 2018: 1186;

Şirin, 2019: 407; Yılmaz, 2019: 39). Araştırma bulgusu, yaş ilerledikçe bireylerin yaşamın anlamını kavradıkları, ölüm gerçeği ile yüzleşmeye başladıkları ve dolayısıyla aşkın bir varlığa daha fazla sığınma ihtiyacı hissettikleri şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmamızda yaş değişkenine göre olumlu sosyal davranış puanlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Benzer şekilde olumlu sosyal davranış ile yaş arasında anlamlı farklılık bulmayan araştırmalar mevcuttur (Aktaş ve Güvenç, 2006: 233; Çelikten, 2017: 67; McGinley ve Carlo, 2007: 342; Yıldız, Boz ve Yıldırım, 2012: 227). Devanaths, (2010: 40) küçük çocuklarda yaşa bağlı olumlu sosyal davranış puanlarının arttığını bulmuştur. Edwards, Knoche ve Kumru (2003: 39) literatürde yaşla birlikte olumlu sosyal davranışların arttığını ortaya koyan araştırmalara (Eisenberg, 1991; Whiting ve Edwards, 1973; DeGuzman, Edwards ve Carlo, 2008: 522) işaret etse de bu araştırmalar çocukluk ve ergenlik dönemindeki kişiler üzerinde yapılan çalışmalardır. Dolayısıyla yetişkinlerin kimlik oluşumunu tamamlamış olmalarından dolayı yaşla birlikte olumlu sosyal davranışlarda anlamlı farklılığın oluşmaması normal olarak görülebilir.

Araştırma bulgusunda bağlanma stillerinin yaşa göre incelenmesi sonucunda yaşta daha düşük olanların kaygılı bağlanma düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ancak güvenli ve kaçınan bağlanma yaşa göre farklılaşmamıştır. Şipit (2019: 47) ve Tanış (2014: 40) yaş ile bağlanma stilleri arasında bir ilişki bulmamıştır. Ermiş (2019: 85) ise sadece yaşça büyük olanların kaçınan bağlanma düzeylerinin diğer yaşlara göre anlamlı derecede yüksek olduğunu bulmuştur. Güvenli ve kaygılı bağlanmada yaşa göre bir farklılık tespit etmemiştir. Mülhim ve diğerleri (2017: 70) ise yaşla birlikte kaygılı bağlanmanın arttığını bulmuştur. Saymaz (2003: 134) yaşta büyük olanların güvenli bağlanma düzeylerini anlamlı derecede yüksek bulmuştur. 17-25 yaş aralığındaki bireylerin evlilik, iş bulma ve aileden bağımsız olma gibi faktörlerin etkisiyle kaygılı bağlanma düzeylerinin daha yüksek olabileceği düşünülmektedir.

#### *Aylık gelire ilgili bulguların tartışılması;*

Araştırma bulgularına göre yetişkin bireylerin aylık gelire göre spiritüel iyi oluş düzeyleri farklılaşmamıştır. Bu sonucu destekleyen araştırmalar mevcuttur (Kardaş, 2017: 147; Yüksel, 2012: 84). Bazı araştırmalar ise aylık gelir arttıkça spiritüel iyi

oluş düzeyinin anlamlı şekilde arttığını bulmuştur (Gürsu ve Ay, 2018: 1187). Frankl, (2018: 114) üniversite öğrencilerinden oluşan toplam 7948 kişi ile yapılan bir araştırma sonucunda yüzde 16 öğrenci hayattaki en önemli amaçlarının para kazanmak, yüzde 78 öğrenci ise hayatının anlamını bulmak olduğunu belirtmişlerdir. Dolayısıyla spiritüel iyi oluşun yaşam koşullarından bağımsız olduğu yorumu yapılabilir.

Aylık gelir durumuna göre katılımcıların olumlu sosyal davranışlarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Benzer sonuçları elde eden araştırmalara Sünbül (2012: 58) örnek olarak verilebilir. Gelir düzeyi yükseldikçe olumlu sosyal davranış düzeyinin anlamlı derecede arttığını ortaya koyan araştırmalar (Lichter, Shanahan ve Gardner, 2002: 113) olduğu gibi azaldığını ortaya koyan araştırmalar da (Banndy ve Wilhem, 2007: 37) yer almaktadır. Bu durum olumlu sosyal davranışlara olan eğilimin daha çok bireysel özellikler ve değerlere karşı geliştirilen tutumların belirlediği şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca farklı araştırma bulguları, araştırmaya katılanların sosyal kültürel özelliklerinden kaynaklanabileceği gibi araştırma sınırlılıklarından da kaynaklanabilir.

Araştırma sonucunda aylık gelir ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Tanış (2014: 41) araştırma bulgusuna benzer şekilde bağlanma stilleri ile maddi durum arasında anlamlı bir fark bulamamıştır. Karaşar (2014: 40) ve Saymaz (2003: 134) aylık gelir ile güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Saplantılı bağlanmada ise düşük gelirli olanların saplantılı bağlanma düzeylerini diğer yüksek gelirli olanlara göre daha yüksek bulmuştur. Karasu (2013: 71) aylık gelir ile kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinde bir farklılaşma tespit edememişken düşük gelire sahip olanların güvenli bağlanma düzeylerini geliri yüksek olanlara göre anlamlı olarak düşük bulmuştur. Bu çalışmada elde edilen araştırma bulgusu, bağlanma ilişkilerinin maddiyattan bağımsız olduğu şeklinde yorumlanabilir.

#### *Eğitim durumları ile ilgili bulguların tartışılması;*

Yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin eğitim durumlarına göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmada elde edilen bulguyu destekleyen araştırmalara (Keçeçi, 2017: 82; Yılmaz, 2019: 40; Gürsu ve Ay, 2018: 1186; Soylu, 2016: 29; Şirin, 2019: 407) örnek olarak verilebilir. Eğitim durumuna göre spiritüel

iyi oluş düzeyinde farklılık bulan araştırmalar da mevcuttur (Gügen, 2019: 71; Gültekin, 2018: 25). Wong ve diğerleri (2008: 333) yaptıkları araştırma sonucunda eğitim seviyesi arttıkça spiritüelliğin arttığını bulmuştur. Eğitim düzeyinin artmasıyla birlikte bilginin artması, bakış açısının derinleşmesi ve bireyin hayatı sorgulayarak yaşamının anlamını bulmaya çalışması beklendiği halde anlamlı bir farklılık bulunmamasının nedeni çalışma grubunun sosyo-kültürel özelliklerinden kaynaklanabilir.

Araştırmada yetişkinlerin eğitim durumlarına göre olumlu sosyal davranışlarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Benzer sonucu bulan bir araştırmaya rastlanmasa da anne ve baba eğitim durumlarına göre olumlu sosyal davranışların anlamlı farklılık gösterdiği araştırmaya rastlanılmıştır (Sünbül, 2012: 56). Farklı olarak Güloğlu, (2018: 83) eğitim durumu yükseldikçe olumlu sosyal davranış puanlarının yükseldiğini bulmuştur. Devanaths (2010: 41) ise anne ve baba eğitim durumu arttıkça olumlu sosyal davranış puanının anlamlı düzeyde arttığını bulmuştur. Bu durum katılımcıların eğitim düzeyi yüksek (üniversite+lisansüstü) olanlarının sayısının eğitim düzeyi düşük (ilk-orta-lise) olanların sayısından çok fazla olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Eğitim düzeyi düşük katılımcı sayısının artırılmasıyla bulguların da değişebileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların eğitim durumları ile bağlanma stilleri arasında yapılan anlamlılık analizine göre eğitim durumu yüksek olanların (üniversite ve lisansüstü mezunları) güvenli bağlanma düzeylerinin ilk-orta-lise mezunlarının güvenli bağlanma düzeylerine göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu, ilk-orta-lise mezunlarının da kaçınan bağlanma düzeylerinin üniversite ve lisansüstü mezunlarına göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür. Kaygılı bağlanmada, eğitim durumu yüksek olan lisansüstü mezunlarının, üniversite ve ilk-orta-lise mezunlarının kaygılı bağlanmalarına göre anlamlı derecede daha düşük düzeye sahip oldukları tespit edilmiştir. Ateş (2019: 7) tarafından yapılan bir çalışmada lise mezunu bekârların kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri üniversite mezunlarına göre anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Katılımcıların eğitim durumuna göre bağlanma stillerinin incelendiği başka araştırmaya rastlanılmasa da anne ve babaların eğitim düzeylerine göre bağlanma stillerini inceleyen araştırmalarda anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir (Karaşar, 2014: 35; Tanış, 2014: 41). Araştırma bulgusuna göre eğitim seviyesi arttıkça güvenli bağlanma düzeyinin artması kaygılı bağlanma düzeyinin

azalması eğitimin bireylerin kendini ve başkasını tanımada farkındalığı artırması ile açıklanabilir.

*Anne ve baba tutumları ile ilgili bulguların tartışılması;*

Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluşları ile anne ve baba tutumları arasında bir farklılık bulunamamıştır. Anne ve baba tutumları ile spiritüel iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmadığı için değerlendirilememiştir. Fakat yakın kavramlarla yapılan bir çalışmada otoriter anne ve baba tutumuna sahip genç yetişkinlerin mevcut yaşamda anlam bulma düzeylerinin diğer tutumlara göre anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Diğer alt boyutlar ve anne ve baba tutumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Yüksel, 2012: 85). Bu araştırma bulgusu spiritüel iyi oluşun çocukluktan daha çok ileriki yaşlarda şekillenmesiyle açıklanabilir.

Araştırma bulgularına göre, demokratik anne tutumuna sahip bireylerin, ilgisiz ve koruyucu anne tutumuna sahip olanların, olumlu sosyal davranış düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Demokratik baba tutumuna sahip olanların olumlu sosyal davranışları, otoriter ve ilgisiz baba tutumuna sahip olanlardan, koruyucu baba tutumuna sahip olanların ise sadece ilgisiz baba tutumundan anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Anne-baba tutumlarına göre olumlu sosyal davranış düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen araştırmalara rastlanılmasa da yakın araştırmalara örnek olarak Yağmurlu, Sanson ve Köymen'in, (2005: 1) annenin itaat bekleme tutumunun olumlu sosyal davranışı yordadığını bulduğu araştırması verilebilir. Ayrıca annenin davranışları kontrol etme düzeyinin olumlu sosyal davranışları artırdığını bulan Sünbül ve Güçray'ın (2016: 107) çalışması ile azalttığını bulan Altay ve Güre'nin (2012: 2715) araştırması yakın çalışmalar olarak örnek gösterilebilir. Anne ve baba tutumuna göre olumlu sosyal davranışları inceleyen bir araştırmaya rastlanılmasa da araştırma bulgusu demokratik anne ve baba tutumunun pozitif davranışlarla karakterize olması ile açıklanabilir. Çünkü demokratik ebeveyn tutumu ile büyüyen çocukların kendilik değerleri yüksektir (Sezer ve Vuslat, 2010: 745). Ayrıca ihtiyaçları sağlıklı bir şekilde giderilen çocukların yetişkinliklerinde başkalarına yardım etmede daha pozitif bir eğilime sahip olacakları düşünülmektedir.

Araştırmamızda, anne tutumlarından demokratik anne tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma seviyeleri, koruyucu ve otoriter anne tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma seviyelerinden anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Demokratik baba tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma düzeyleri ilgisiz ve otoriter baba tutumuna sahip olanlardan anlamlı seviyede yüksek bulunmuştur. Koruyucu baba tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma düzeyi ilgisiz baba tutumuna sahip olanlara göre anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Anne ve baba tutumları kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinde bir farklılaşma oluşturmamıştır. Ermiş (2019: 98) demokratik anne tutumuna sahip kişilerin, otoriter ve ilgisiz anne tutumuna sahip olanlara göre güvenli bağlanma düzeylerinin anlamlı derecede yüksek, kaçınan bağlanma düzeylerinin anlamlı derecede düşük olduğunu tespit etmiştir. Kaygılı bağlanmada ise ilgisiz ve koruyucu anne tutumuna sahip olanların demokratik anne tutumuna sahip olanlara göre anlamlı seviyede daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Ermiş (2019: 102) demokratik baba tutumuna sahip olanların ilgisiz ve otoriter baba tutumuna sahip olanlara göre daha anlamlı şekilde yüksek güvenli bağlanmaya ve daha düşük kaygılı bağlanmaya sahip olduğunu bulmuştur. İşgör (2017: 91) de otoriter anne baba tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma düzeylerinin düşük olduğunu bulmuştur. Kaçınan bağlanma ile anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Sümer, Aktürk ve Helvacı (2010: 42) anne ve baba tutumlarının en çok çalışıldığı kavramlardan birisinin bağlanma biçimleri olduğunu belirtmiştir. Erözkan, (2011: 69) demokratik ebeveyn tutumuna sahip bireylerin güvenli bağlanma gerçekleştirdiğini belirtmiştir. Özellikle batıda yapılan çalışmalar, demokratik tutumun olumlu sonuçlar, otoriter tutumun ise olumsuz sonuçlar doğurduğunu ortaya koymaktadır. Demokratik tutumun baskın olduğu aile ortamlarında çocuk aktiftir ve çevresiyle barışıktır. Bu durum sonraki yaşamında güvenli bağlanmanın temelini oluşturmaktadır. Otoriter ve ilgisiz ebeveyn tutumlarında bu durum tam tersidir. Aile içinde otoriter ortamdan dolayı söz hakkı elde edemeyen, gereksinimleri karşılanmamış, ilgisiz kalmış bir çocuk kendi ve çevresi hakkında olumsuz imaj geliştirerek kendi ve başkaları önemsizleşir. Dolayısıyla güvenli bağlanma gerçekleşmez. Fakat kültürel bazı farklılıklar ebeveyn tutumlarından özellikle koruyucu tutumun farklı algılandığını ve farklı sonuçlar doğurduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin koruyucu tutum, Türkiye ve Asya gibi toplulukçu kültürün daha baskın olduğu ülkelerde anne babanın çocuklara olan şefkatli yakınlığın ve disiplininin, birbirlerinin tamamlayıcısı olarak görüldüğünden

çocuklara pozitif olarak etki etmektedir (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010: 44-45). Bu tespit araştırmamızda elde edilen, koruyucu baba tutumuna sahip olanların güvenli bağlanma düzeyinin ilgisiz tutuma göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu bulgusu ile tutarlılık göstermektedir.

*c) Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranış düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyle ilgili sonuçların tartışılması*

Bu çalışmada, yetişkinlerin spiritüel iyi oluş toplam puanları ile olumlu sosyal davranış toplam puanları ve güvenli bağlanma arasında pozitif yönlü, kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile olumlu sosyal davranışın alt boyutlarından kamusal OSD arasında negatif yönlü, gizli, acil durumlarda, itaatkâr, özgeci, duygusal OSD alt boyutları arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda spiritüel iyi oluşun doğayla uyum alt boyutu ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Spiritüel iyi oluşun doğayla uyum alt boyutu ile gizli, acil durumlarda ve itaatkâr OSD alt boyutları arasında orta seviyede pozitif yönde; duygusal, özgeci OSD alt boyutları arasında düşük seviyede pozitif yönde ve kamusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile gizli OSD alt boyutu arasında ise orta seviyede pozitif yönde; duygusal, acil durumlarda ve itaatkâr OSD alt boyutları arasında düşük seviyede pozitif yönde ve kamusal OSD alt boyutu arasında düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile özgeci OSD alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Spiritüel iyi oluşun anomi alt boyutu ile olumlu sosyal davranışlar toplam puanı arasında düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Spiritüel iyi oluşun anomi alt boyutu ile özgeci OSD alt boyutu arasında orta seviyede negatif yönde; kamusal, duygusal OSD alt boyutları arasında düşük seviyede pozitif yönde; gizli, acil durumlarda ve itaatkâr OSD alt boyutları arasında düşük seviyede negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Bu kavramları birlikte araştıran bir çalışmaya yurt içinde rastlanılmamıştır. Dolayısıyla araştırma bulguları yurtdışında yapılan sınırlı sayıdaki çalışmalarla tartışılmıştır. Bu bulguyu destekleyen yakın kavramlarla yapılmış Shibli ve Shafi (2019) tarafından yapılan araştırmada dindar olan bireylerin yardımseverlik ve ebeveynlerine güvenli bağlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Crosby ve Smith (2015: 243) ve Einolf (2013: 71) spiritüelitate ile olumlu sosyal davranışlar arasında pozitif ilişki bulmuştur. Huber ve MacDonald (2012: 10) yakın kavramlardan maneviyat ile özgecilik ve empati arasında pozitif anlamlı ilişkiler bulmuştur.

Batson (1983: 1380) dinin bir sosyalleşme gücü olduğunu belirterek, prososyal davranışları desteklemedeki rolüne dair öneriler sunmuştur. Day (2017) yaptığı meta analizde birçok araştırmanın spiritellikle olumlu sosyal davranış arasında pozitif ilişkiler bulunduğunu ortaya koymuştur. Patneau (2006: iii) yaptığı araştırmada spiritüel iyi oluş seviyesi yüksek kişilerin gönüllülük gerektiren sosyal yardımlaşma gibi işlerde aktif olarak rol aldıklarını bulgulamıştır. Saroglou (2006), spiritüelitate ile olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkiyi ele alırken dinselliğin boyutlarını ayırt etmek gerektiğini belirtmiştir. nkn bu farklılıklara göre sonuçların da farklılaştığı görülmektedir. Örneğin içsel ve dışsal dinsel yönelimlere göre farklı bulgular ortaya çıkmaktadır.

Spiritüel iyi oluşun aşkınlık ve doğayla uyum alt boyutlarının kamusal olumlu sosyal davranışlarla negatif ilişkili çıkması, kendi benliğinin olumsuz ve bencil arzularını aşarak yüce bir varlıkla ve çevreyle uyumlu olan bireylerin yardımlaşma davranışlarında da başkaları tarafından onaylanma alkışlanma ihtiyacı hissetmeden olumlu davranışlar sergilemesiyle açıklanabilir. Hayatından zevk almayan ve hoşnut olmayan, zorluklarla mücadele etmeyen ve kendini boşlukta hisseden anomi düzeyi yüksek olanların özsaygıları düşük olması nedeniyle çevreden saygı görececek davranışları önemserler. Bu yönüyle anomi düzeyi yüksek olanların olumlu sosyal davranışlarının temelinde niyet olarak saygı görme ve prestij kazanma ihtiyacı olduğu düşünülebilir.

Araştırmada spiritüel iyi oluş ile güvenli bağlanma arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. Kaygılı ve kaçınan bağlanma ile spiritüel iyi oluş arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından doğayla uyum ile güvenli bağlanma arasında düşük seviyede pozitif

yönde; kaygılı bağlanma arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından doğayla uyum ile kaçınan bağlanma arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile kaygılı bağlanma arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulunurken güvenli ve kaçınan bağlanma arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Spiritüel iyi oluşun anonim alt boyutu ile güvenli bağlanma arasında düşük seviyede negatif yönde; kaçınan bağlanma arasında düşük seviyede pozitif yönde; kaygılı bağlanma arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma bulgusu, kavramlar arası ilişkinin incelendiği yurt içinde yapılan araştırmaya rastlanmadığı için başka çalışmalarla tartışılması sınırlı olmuştur. Benzer şekilde spiritüellik ile güvenli bağlanma arasında pozitif, kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında ise negatif ilişki bulan yurt dışında yapılmış araştırmalara (Diaz, Horton ve Malloy, 2014: 313; Granqvist vd., 2007: 590; Reinert, 2005: 230) örnek olarak verilebilir. Fakat Saroglou, Kempeneers ve Seynhaeve (2003), bağlanma ve spiritüellik arasındaki ilişkileri incelediği ve 181 yetişkin ile yaptığı araştırmanın bulgularına göre kaygılı bağlananların manevi yönelimlerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bu bulgu, güvenli bağlanma ile spiritüellik arasındaki olumlu ilişkiyi tartışmaya açsa da, Kirkpatrick ve Shaver'in (1990) Tanrı ile bağlanmada ortaya koyduğu ilişkisellik ve telafi edicilik boyutlarından oluşan iki temel hipotezi daha anlamlı hale getirmiştir. Çünkü telafi edicilik hipotezine göre yetişkinler, çocuklukta oluşan kaygılı bağlanmanın getirdiği eksikliklerin giderilmesi için Tanrı'ya güvenli bağlanma gerçekleştirme arayışı içerisinde olurlar. Bu çalışmada spiritüelite ile güvenli bağlanma arasında pozitif ilişki çıkması elde edilen bulgunun Tanrı'yla ilişkisellik boyutuyla ilgili olduğu düşünülebilir.

Çalışma grubunda yer alan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranış toplam puanları arasında düşük düzeyde pozitif ilişki vardır. Kaygılı ve kaçınan bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranış toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Çalışma grubunda yer alan yetişkinlerin güvenli bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranış alt boyutlarından duygusal, acil durumlarda ve itaatkâr OSD alt boyutları arasında düşük seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Araştırmaya katılanların güvenli bağlanma düzeyleri ile olumlu sosyal davranışların kamusal, gizli ve özgeci OSD alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Araştırmaya katılanların kaygılı bağlanma düzeyleri ile gizli, acil durumlarda ve itaatkâr OSD alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Ancak kaygılı bağlanma ile olumlu sosyal davranışın özgeci OSD alt boyutu arasında orta düzeyde negatif yönde, duygusal ve kamusal OSD ile düşük seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Araştırmaya katılanların kaçınan bağlanma ile olumlu sosyal davranış alt boyutlarından itaatkâr OSD arasında düşük seviyede negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Ancak kaçınan bağlanma ile kamusal, duygusal, özgeci, gizli ve acil OSD alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Yurtiçinde yapılan araştırmalarda olumlu sosyal davranışlar ve bağlanma stilleri arasında yapılan bir çalışmaya rastlanılmadığı için araştırma bulgularının tartışılması sınırlı olmuştur. Ancak yakın kavramlar ile yapılan bazı araştırmalar mevcuttur. Donat, (2018: 52) Kararırmak ve Güloğlu (2014: 9) psikolojik dayanıklılık ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönlü bir ilişki bulmuştur. Şipit, (2019: 45) empatik eğilim ile güvenli bağlanma arasında bir ilişki bulmamıştır. Uyar (2019: 73) psikolojik iyi oluş ile güvenli bağlanma arasında pozitif yönlü, diğer bağlanma biçimleri arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bulut, (2017: 36) güvenli bağlanma ile öznel iyi oluş arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Sümer (2006: 86) empati yönelimi ile bağlanma biçimleri arasında bir ilişki bulmamıştır. Merhamet ile güvenli bağlanma arasında pozitif ilişkili bulunmuştur (İşgör, 2017: 88)

Araştırmalar güvenli bağlanan kişilerin sosyal ve işbirlikçi, diğer insanlara güven duyan, yardım alan ve yardım eden özellikleriyle olumlu davranışlar sergilediklerini ortaya koymaktadır (Saymaz, 2003: 112). İnsanın olumlu davranışlar gösterip göstermemesi çocuklukta bakım verenle kuracağı ilişki ve yetiştirilme tarzından etkilenebilir. Çocukluğunda bağlanma figürü tarafından ihtiyaçlarının giderilmesi, bireyin yetişkinlik döneminde başkalarının ihtiyaçlarını giderme davranışı kazanmasını sağlayabilir (İşgör, 2017: 84). Bu durum araştırma bulgusu ile tutarlılık göstermektedir.

*d) Araştırmaya katılan yetişkinlerin bağlanma stillerinin spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranış düzeylerini yordaması ile ilgili sonuçların tartışılması*

Araştırma bulgularına göre yetişkin bireylerin bağlanma stillerinden sadece güvenli bağlanma biçimi katılımcıların olumlu sosyal davranışlarını yordamaktadır. Kaygılı

ve kaçınan bağlanma biçimi olumlu sosyal davranışları yordamamaktadır. Ayrıca güvenli bağlanmanın, olumlu sosyal davranışlar üzerindeki yordama gücü yüzde 2,8 olarak bulunmuştur. Araştırma bulgusu ile tutarlı olarak Mikulincer ve Shaver (2010: 11-12), bağlanma davranışı gibi olumlu sosyal davranışların doğuştan getirilen bir sistem olduğunu, güvensiz bağlanmanın çevreyle kurulacak keşifleri ve prososyal davranışı engellediğini ve güvenli bağlanmanın ise prososyal davranışları, empati ve şefkati daha olası hale getirdiğini belirtmiştir. Bu durum araştırma bulgusunu açıklamaktadır. Ancak güvenli bağlanmanın olumlu sosyal davranışı yordama gücü zayıf bulunmuştur. Bu açıdan olumlu sosyal davranışı etkileyen başka faktörler üzerinde de çalışılmalıdır. Ancak araştırma bulgusunda olumlu sosyal davranışlar ile kaygılı ve kaçınan bağlanma arasında ilişki bulunamaması, Shaver, Mikulincer ve Cassidy'nin (2019: 9) güvensiz bağlanma biçimlerinin (kaygılı ve kaçınan) olumlu sosyal davranışlar ile negatif ilişkili olduğunu belirtmesi ile tutarsız olmuştur. Bu bulgu, çalışma grubunu oluşturan katılımcıların bireysel ve sosyo-kültürel özelliklerinden kaynaklanabileceği gibi bağlanma kavramını ölçme aracından da kaynaklanabilir.

Araştırmaya katılan yetişkinlerin bağlanma stilleri spiritüel iyi oluş düzeylerini yordamaktadır. Buna göre spiritüel iyi oluş üzerinde güvenli bağlanmanın etkisi pozitif, kaygılı ve kaçınan bağlanmanın etkisi negatif olmuştur. Ayrıca bağlanma stillerinin spiritüel iyi oluş üzerindeki yordayıcı gücü en yüksek olan yüzde 2,8 ile kaygılı bağlanma olmuştur. Bağlanma stillerinden güvenli ve kaçınan bağlanmanın her ikisinin de spiritüel iyi oluş üzerindeki yordayıcı etkisi yüzde 1,4 ile eşit seviyededir.

Tanrı'ya yakın olmak, aşkın bir varlığa güven duymak spiritüel iyi oluşun önemli unsurlarından biridir. Stres durumlarında güvenli bir üs arayan çocuğun bakım veren objeye yaklaşarak güvenli bağlanma gerçekleştirmesi gibi yetişkinler de yaşadıkları olumsuz durumlar karşısında Tanrı'yı güvenli bir liman görerek ona yaklaşır ve olumsuz duygu durumundan kurtulurlar (Hill ve Pargament, 2008). Dolayısıyla bu durum, araştırma bulgusunda elde edilen güvenli bağlanmanın spiritüel iyi oluşu pozitif etkilemesini açıklayabilir.

*e) Araştırmaya katılan yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri olumlu sosyal davranış düzeylerini yordaması ile ilgili sonuçların tartışılması*

Araştırma sonuçlarına göre, yetişkinlerin spiritüel iyi oluş toplam puanları olumlu sosyal davranış toplam puanlarını pozitif yönlü önemli şekilde yordamaktadır. Ayrıca spiritüel iyi oluşun alt boyutları olan doğayla uyum ve aşkınlık olumlu sosyal davranışlar toplam puanı üzerinde önemli pozitif etkiye sahiptir. Spiritüel iyi oluşun anomi alt boyutunun olumlu sosyal davranışlar üzerinde anlamlı bir etkisi görülmemiştir.

Yurt içinde spiritüel iyi oluş ile olumlu sosyal davranışları birlikte inceleyen araştırmaya rastlanılmamıştır. Ancak araştırma bulgusu alanyazında da belirtildiği gibi bireyin dini değerlere yakınlığının, spiritüel olmasının, aşkın bir varlığa inanmasının ve hayatı anlamlandırmasının gönüllü yardımsever davranışları, fedakârlığı, sosyalleşmeyi ve empatiyi de içine alan olumlu sosyal davranışları artırdığını ortaya koyan yurt dışında yapılan araştırmalarla tutarlıdır (Batson, 1983: 1380; Crosby ve Smith, 2015: 243; Einolf, 2013: 71; Huber ve MacDonald, 2012: 10; Patneade, 2006: iii; Shibli ve Shafi, 2019). Ayrıca Saroglou (2013) olumlu sosyal davranışların alt boyutu olan özgecilik ile spiritüellik arasında pozitif bir ilişkinin varlığının altını çizmektedir.

Saroglou (2013) dini yönelimler ile şiddetin iç içe geçmesi gibi bazı durumların, spiritüel ile olumlu sosyal davranışlar arasındaki pozitif ilişkiyi reddeden bazı araştırmacıların lehine tanıklık etmekte olduğunu belirtmiştir. Dünya dinlerinin olumlu sosyal davranış olarak adlandırılan değerleri teşvik ettiği herkes tarafından kabul gören bir olgu olsa da davranışa dönüşmesiyle ilgili tartışmalar devam etmektedir (Saroglou, 2013: 439). Bütün dünyada ve farklı din mensuplarının tamamında kendini dindar veya spiritüel olarak tarif edenler yardımseverlik, işbirliği, affedicilik, gönüllülük, adalet, merhamet ve sevgi gibi ahlaki değer ve prensipleri önemsediklerini ifade etseler de görünen gerçeklik bu durum hakkında şüphe uyandıracak derecede küçük boyuttadır (Saroglou, 2013: 117). Araştırma bulgusunda da görüleceği üzere, spiritüel olma ile olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkinin, teoride ifade edilene göre daha vasat seviyede seyretmesinin önemli sebebi Saroglou'ya (2013: 118) göre dindar ve spiritüel olan bireylerde prososyallığın koşulsuz olmaması olarak değerlendirilmektedir. Çünkü kendini dindar ve spiritüel olarak tanımlayanlar bireyler arası ilişki boyutunda uyum ve toplumdaki onay ararlar. Kendi gruplarında varlık gösterme eğiliminde oldukları için grup üyeleriyle, akraba ve tanıdıklarıyla olumlu sosyal davranış geliştirirken grup dışı ve tanımadıklarıyla

karşı daha az olumlu sosyal davranış sergilerler. Bu durumu destekleyen birçok araştırma bulgusuna ulaşmak mümkündür (Saroglou, 2006: 442 ). Bu noktada bireysel anlamda spiritüelliğe önem atfedenenlerin gelenekçi dindarlara göre, dünya vatandaşı ortak paydasında evrensel yardımseverlik sergiledikleri ve tanımadıkları kişilere de gönüllü yardım davranışı gösterdikleri görülmektedir (Saroglou, 2013: 124).

Özetle; hayatın anlamını bulma, doğayla ve sosyal çevreyle olumlu ilişkiler içinde olma anlamlarına da gelen spiritüel iyi oluşun, spiritüel deneyime sahip olmanın olumlu sosyal davranış sergilemeyi pozitif anlamda motive ettiği, bireysel spiritüelliğin olumlu sosyal davranışları anlamlı bir şekilde yordadığı söylenebilir.

## **5.2. Öneriler**

### **5.2.1. Araştırma konusu ile ilgili öneriler**

1. Spiritüel iyi oluş ve güvenli bağlanmanın olumlu sosyal davranışların yordayıcılarından olmasından dolayı manevi eğitim ve danışmanlıkla ilgili birimler ile eğitim kurumları arasında işbirliğinin geliştirilmesi gerekmektedir.
2. İlk bakım veren ebeveynlerle çocuklar arasında kurulacak güvenli bağlanmanın önemi konusunda farkındalığı artırıcı çalışmaların okul veli organizasyonları ve halk eğitim merkezleri çerçevesinde değerlendirilmelidir.
3. Demokratik anne-baba tutumunun güvenli bağlanmayı artırması, ebeveynlerin çocuklarıyla olan ilişki tarzlarının nasıl olması gerektiği ile ilgili halk eğitim merkezlerinde ve okullarda velilere yönelik eğitici seminerler yapılabilir.
4. Spiritüel iyi oluşun iyileştirme üzerindeki etkisi dikkate alınarak özellikle yaşlılara yönelik huzurevi ve darülaceze gibi kurumların çalışma yapması gerektiği düşünülmektedir.

### **5.2.2. Araştırmacılara yönelik öneriler**

1. Ülkemizde spiritüel iyi oluş ve olumlu sosyal davranışlar ile ilgili çok sınırlı sayıda çalışmanın olması, yetişkinler ile bağlanma kavramının çalışıldığı araştırmaların azlığı, kavramlar arası ilişkinin değerlendirilmesinde sınırlılık getirdiği

için bu alanda yapılacak çalışmaların teşvik edilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

2. Olumlu sosyal davranışların spiritüel iyi oluşu yüksek ve düşük olan gruplarla yapılacak araştırmayla karşılaştırılması

3. Dindarlık ile spiritüel iyi oluşun olumlu sosyal davranışa ve bağlanma stillerine etkilerinin farklı olup olmadığını incelemek amacıyla çalışmalar yapılabilir.

4. Araştırma konusu farklı ölçeklerle test edilerek analiz edilebilir.

5. Öz bildirim dayalı anketler dışında deneysel çalışmalar yapılmalı.

6. Farklı ülkelerde yapılan spiritüel iyi oluş kavramıyla ilgili araştırmalar karşılaştırılarak analiz edilebilir.

## KAYNAKÇA

- Acar, M. C. (2018). *Bireysel psikolojik danışma sürecinde dinî boyut: Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Ainsworth, M. D. S., vd. (1978). *Patterns of Attachment. A psychological Study of the Strange Situation*. NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Aktaş, A. & Güvenç, G. B. (2006). Kız ve Erkek Ergenlerde Saldırgan ve Olumlu Sosyal Davranışlar ile Yaş, İlişkisel Bağlam ve Kişiler Arası Duyarlılık Arasındaki İlişkiler. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 23(2): 233-264.
- Allen, J. P., & Miga, E. M. (2010). Attachment in Adolescence: A Move to the Level of Emotion Regulation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2): 181-190.
- Altay, F. B., & Gure, A. (2012). Relationship among the Parenting Styles and the Social Competence and Prosocial Behaviors of the Children Who are Attending to State and Private Preschools. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(4): 2712-2718.
- Apak, H. (2018). Sosyal Hizmet Uygulamasında Din ve Maneviyatın Rolü (SHUDMR) Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 7(3): 1889-1903.
- Arslan, A. (2009). *Felsefeye Giriş* (12. Baskı). Ankara: Adres.
- Arslan, E. & Teze, S. (2016). Bağlanma Kuramı. Nurten Sargın (Edt.), *Eğitim ve Psikolojiden Yansımalar*. Konya: Çizgi Kitabevi, 71-90.
- Asa, Y., & Dalkılıç, N. (2015). Sigorta Acentesi Çalışanlarının İş Tatmini Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Insurance Research/Sigorta Arastirmalari Dergisi*, (11): 33-48.

- Ateş, N. (2019). Eğitim Düzeylerine Göre 20-35 Yaş Arasındaki Evli ve Bekârların Bağlanma Stili Puanlarının Karşılaştırılması. *Eğitim ve Yeni Yaklaşımlar Dergisi*, 2(1): 1-11.
- Ayvalıoğlu, N. (1984). The Relationship Between Urbanization and Positive Social Behaviour. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, (14): 105-182.
- Bahadır, A. (2018). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygudurumunu düzenleme arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bai, M., & Lazenby, M. (2015). A Systematic Review of Associations Between Spiritual Well-Being and Quality of Life at the Scale and Factor Levels in Studies Among Patients with Cancer. *Journal of Palliative Medicine*, 18(3): 286-298.
- Baloğlu, N., & Karadağ, E. (2009). Ruhsal Liderlik Üzerine Teorik Bir Çözümleme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 15(2): 165-190.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2): 226-244.
- Bartholomew, K. (1997). Adult Attachment Processes: Individual and Couple Perspectives. *British Journal of Medical Psychology*, 70(3): 249-263.
- Bash, A. (2004). Spirituality: The Emperor's New Clothes?. *Journal of Clinical Nursing*, 13(1): 11-16.
- Batson, C. D. (1983). Sociobiology and the Role of Religion in Promoting Prosocial Behavior: An Alternative View. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(6): 1380-1385.
- Batson, C. D., & Powell, A. A. (2003). Altruism and Prosocial Behavior. Irving B. Weiner (Ed.), *Handbook of Psychology*, New Jersey: Jhon Willey, 463-484.

- Baysal, A., & Özgenel, M. (2019). Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Öz-Düzenleme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 15(2), 142-152. doi: 10.17244/eku.507650
- Benson, P. L., vd. (1980). Intrapersonal Correlates of Nonspontaneous Helping Behavior. *The Journal of Social Psychology*, 110(1): 87-95.
- Besser, A., & Priel, B. (2005). The Apple Does Not Fall Far From the Tree: Attachment Styles and Personality Vulnerabilities to Depression in Three Generations of Women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(8): 1052-1073.
- Bierhoff, H. W. (2005). The Psychology of Compassion and Prosocial Behaviour. Paul Gilbert (Edt.), *Compassion*, London: Routledge, 160-179.
- Borry, E. L., & Henderson, A. C. (2020). Patients, Protocols, and Prosocial Behavior: Rule Breaking in Frontline Health Care. *The American Review of Public Administration*, 50(1): 45-61.
- Bowlby, J. (2014). *Ayrılma* (Müge Günay, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- (2015). *Kaybetme* (Nur Nirven-Nüket Diner, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- (2018). *Bağlanma* (3. Baskı) (T. Veli Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5): 759-775.
- Brome, vd. (2000). An Examination of Spirituality among African American Women in Recovery From Substance Abuse. *Journal of Black Psychology*, 26(4): 470-486.
- Brown, I. T., vd. (2013). Age and Gender Effects on the Assessment of Spirituality and Religious Sentiments (ASPIRES) Scale: A Cross-sectional Analysis. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(2): 1-13.
- Bulut, E. (2017). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin öznel iyi oluş düzeyleri üzerine etkisi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bülbül, İ. A. (2013). *Size nasıl yardımcı olabilirim? Örgütlerde olumlu sosyal davranışın belirleyicileri olarak benlik kurgusu, iş dizaynı ve örgüt ikliminin*

rolü (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Veri Analizi El Kitabı* (24. Baskı). Ankara: Pegem.
- Can, A. (2014). *SPSS İle Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi* (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Carlo, G., & Randall, B. A. (2001). Are all Prosocial Behaviors Equal? A Socioecological Developmental Conception of Prosocial Behavior. *Advances in Psychology Research*, (2): 151-170.
- Carlo, G., & Randall, B. A. (2002). The Development of a Measure of Prosocial Behaviors for Late Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(1): 31-44.
- Carlo, G., Hausmann, A., Christiansen, S., & Randall, B. A. (2003). Sociocognitive and Behavioral Correlates of a Measure of Prosocial Tendencies for Adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 23(1): 107-134.
- Carson, V., Soeken, K. L., & Grimm, P. M. (1988). Hope and its Relationship to Spiritual Well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 16(2): 159-167.
- Cassidy, J. (2000). Adult Romantic Attachments: A Developmental Perspective on Individual Differences. *Review of General Psychology*, 4(2): 111-131.
- Cevizci, A. (2007). *Felsefeye Giriş* (2. Baskı). Bursa: Sentez.
- Chakraborty, S. K., & Chakraborty, D. (2004). The Transformed Leader and Spiritual Psychology: A Few Insights. *Journal of Organizational Change Management*, 17(2): 194-210.
- Chandler, C. K., Holden, J. M., & Kolander, C. A. (1992). Counseling for Spiritual Wellness: Theory and Practice. *Journal of Counseling & Development*, 71(2): 168-175.
- Chapman, L. S. (1987). Developing a Useful Perspective on Spiritual Health: Love, Joy, Peace and Fulfillment. *American Journal of Health Promotion*, 2(2): 12-17.
- Cohen, L. J. (2019). *A'dan Z'ye Psikoloji* (2. Baskı) (Mihriban Doğan, Çev.). İstanbul: Say.

- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4): 644-663.
- Como, J. M. (2007). Spiritual Practice: A Literature Review Related to Spiritual Health and Health Outcomes. *Holistic Nursing Practice*, 21(5): 224-236.
- Cotton, S., Puchalski, C. M., Sherman, S. N., Mrus, J. M., Peterman, A. H., Feinberg, J. & Tsevat, J. (2006). Spirituality and Religion in Patients with HIV/AIDS. *Journal of General Internal Medicine*, 21(5): 5-13.
- Crosby III, R. G., & Smith, E. I. (2015). Church Support as a Predictor of Children's Spirituality and Prosocial Behavior. *Journal of Psychology and Theology*, 43(4): 243-254.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3): 240-255.
- Çapan, B. E. (2009). Öğretmen Adaylarının Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2): 127-142.
- Çelik, Ç. B. (2018). Bağlanma Stilleri, Psikolojik İyi Olma ve Sosyal Güvende Hissetme: Aralarındaki İlişki Ne?. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25): 27-40.
- Çelikten, B. B. (2017). *Suçta sürüklenmiş çocukların olumlu sosyal ve saldırgan davranışlarının bazı bireysel ve ailesel faktörler bağlamında incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Daştan, N. B., & Buzlu, S. (2010). Meme Kanseri Hastalarında Maneviyatın Etkileri ve Manevi Bakım. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3(1): 73-78.
- Davis, M. H., & Franzoi, S. L. (1991). Stability and Change in Adolescent Self-Consciousness and Empathy. *Journal of Research in Personality*, 25(1): 70-87.

- Day, J. M. (2017). Religion and Human Development in Adulthood: Well-being, Prosocial Behavior, and Religious and Spiritual Development. *Behavioral Development Bulletin*, 22(2): 298-313.
- DeBruine, L. M. (2002). Facial Resemblance Enhances Trust. *Proceedings of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 269(1498): 1307-1312.
- Decety, J., & Batson, C. D. (2009). Empathy and Morality: Integrating Social and Neuroscience Approaches. Jan Verplaetse (Edt), *The Moral Brain*, Dordrecht: Springer, 109-127.
- De Guzman, M. R. T., Carlo, G., & Pope Edwards, C. (2008). Prosocial Behaviors in Context: Examining the Role of Children's Social Companions. *International Journal of Behavioral Development*, 32(6): 522-530.
- Dein, S., & Kimter, N. (2014). Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi İçin Öneriler. *Ekev Akademi*, 18(58): 739-750.
- Demirel, H., & Buğdaycı, S. (2019). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Olumlu Sosyal Davranış Eğilimlerinin İncelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1): 55-59.
- Devanath, S. (2010). *Parental attitudes and children's sharing behavior: How socialization relates to early prosocial development* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). University of Pittsburgh, Pittsburgh-USA.
- Diaz, N., Horton, E. G., & Malloy, T. (2014). Attachment Style, Spirituality, and Depressive Symptoms Among Individuals in Substance Abuse Treatment. *Journal of Social Service Research*, 40(3): 313-324.
- Dilmen, N. E., & Öğüt, S. (2010). Sosyalleşmenin Yeni Yüzü: Sosyal Paylaşım Ağları. *Marmara Üniversitesi Yeni Medya ve Etkileşim Konferansı Bildiri Kitapçığı*, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 237-242.
- Doğan U. (2019). *Madde bağımlılarında spiritüel iyi oluş durumlarının umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Ana Bilim Dalı, Elazığ.

- Donat, R. (2018). *Erişkin bağlanma biçimi ve çocukluk çağı travması ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dugatkin, L. A. (1997). The Evolution of Cooperation. *Bioscience*, 47(6): 355-362.
- Düzgüner, S. (2013). *Ruh-beden ve insan-aşkın varlık ilişkisine yönelik psikolojik yaklaşımın tarihi serüveni* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Dyson, J., Cobb, M., & Forman, D. (1997). The Meaning of Spirituality: A Literature Review. *Journal of Advanced Nursing*, 26(6): 1183-1188.
- Eagly, A. H., & Crowley, M. (1986). Gender and Helping Behavior: A Meta-Analytic Review of the Social Psychological Literature. *Psychological Bulletin*, 100(3): 283-308.
- Edwards, C. P., Knoche, L., & Kumru, A. (2003). Socialization of Boys and Girls in Natural Contexts. *Encyclopedia of Sex and Gender*, (1): 34-41.
- Einolf, C. J. (2013). Daily Spiritual Experiences and Prosocial Behavior. *Social Indicators Research*, 110(1): 71-87.
- Eisenberg, N. (1991). Meta-analytic Contributions to the Literature on Prosocial Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(3): 273-282.
- Eisenberg, N. (2006). Empathy-related Responding and Prosocial Behaviour. Greg Bock (Edt.), *Empathy and Fairness*, New York: John Wiley, 71-96.
- Eisenberg, N, Fabes, A. R., & Spinrad, L. T. (2006). Prosocial Development, N. Eisenberg, M. R. Lerner, & W. Damon (Edt.), *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional, and Personality Development* (6. Baskı), New York: John Wiley, 646-718.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The Relation of Empathy to Prosocial and Related Behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1): 91-119.
- Eisenberg, N., Miller, P. A., Shell, R., McNalley, S., & Shea, C. (1991). Prosocial Development in Adolescence: A Longitudinal Study. *Developmental Psychology*, 27(5): 849-857.

- Ekmekçi, A. (2004). *20-40 Yaşlar arası dini hayatın işleyişinde anomi problemi (Adapazarı Örneği)* (Y. Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Ekşi, H., & Kardaş, S. (2017). Spiritual Well-being: Scale Development and Validation. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(1): 73-88.
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual Well-being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4): 330-338.
- Ellison, C. G., & Fan, D. (2008). Daily Spiritual Experiences and Psychological Well-being among US Adults. *Social Indicators Research*, 88(2): 247-271.
- Eren, D., & Kaygısız, N. Ç. (2015). Otel İşletmelerinde İşgörenlerin Olumlu Sosyal Davranışlarının Hizmet Kalitesi Üzerine Etkisi: Nevşehir Örneği. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 25(2): 202-210.
- Ermiş, B. S. (2019). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Karar Stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3): 60-74.
- Erzi, S. (2016). *Genç yetişkinlerin olumlu sosyal davranışlarının, suçluluk duyguları, olumlu sosyal ahlaki muhakemeler ve ahlaki benlik özellikleri bakımından incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gönenç, İ. M., Akkuzu, G., Durdun Altın, R. ve Möroy, P. (2016). Hemşirelerin ve Ebelerin Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3): 34-38.
- Granqvist, P., vd. (2007). Examining Relations Among Attachment, Religiosity, and New Age Spirituality Using the Adult Attachment Interview. *Developmental Psychology*, 43(3): 590-601.
- Gügen, B. (2019). *Gebelik sürecindeki kadınlarda manevi iyi oluş ile hayat memnuniyeti ilişkisi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Faigin, C. A., & Pargament, K. I. (2011). Strengthened by the Spirit: Religion, Spirituality, and Resilience Through Adulthood and Aging. Barbara Resnick, Lisa P. Gwyther, Karen A. Roberto (Edt.), *Resilience in Aging*, New York: Springer, 163-180.
- Foa, E. B., & Foa, U. G. (1980). Resource Theory. Kenneth J. Gergen, Martin S. Greenberg, Richard H. Willis (Edt.), *Social Exchange*, Boston, Springer, 77-94.
- Forgas, J. P., & East, R. (2008). On Being Happy and Gullible: Mood Effects on Skepticism and the Detection of Deception. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(5): 1362-1367.
- Fragar, R. (2009). *Manevi Rehberlik ve Benötesi Psikolojisi Üzerine Paylaşımlar* (Ömer Çolakoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Fraley, R. C., & Davis, K. E. (1997). Attachment Formation and Transfer in Young Adults' Close Friendships and Romantic Relationships. *Personal Relationships*, 4(2): 131-144.
- Frankl V. E. (2018). *İnsanın Anlam Arayışı* (44. Baskı) (Selçuk Budak, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Fry, L. W. (2003). Toward a Theory of Spiritual Leadership. *The Leadership Quarterly*, 14(6): 693-727.
- Güloğlu, H. (2018). *Sivil toplum kuruluşlarında gönüllü aktif kadınların, olumlu sosyal davranışlarının ve bireysel değerlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gültekin, A. (2018). *Psikiyatri hastalarının manevi iyilik düzeyleri ile tedaviye uyumları arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü: Malatya.
- Gürsu, O., & Ay, Y. (2018). Din, Manevi İyi Oluş ve Yaşlılık. *Journal of International Social Research*, 11(61): 1176-1190.
- Hall, C. S. (2016). *Freudyen Psikolojiye Giriş* (3. Baskı). İstanbul: Kaknüs.

- Hall, T. W. (2007). Psychoanalysis, Attachment, and Spirituality Part I: The Emergence of Two Relational Traditions. *Journal of Psychology and Theology*, 35(1): 14-28.
- Hamilton, W. D. (1964). The Genetical Evolution of Social Behaviour. II. *Journal of Theoretical Biology*, 7(1): 17-52.
- Hardy, S. A., & Carlo, G. (2005). Religiosity and Prosocial Behaviours in Adolescence: The Mediating Role of Prosocial Values. *Journal of Moral Education*, 34(2): 231-249.
- Hare, A. L., Miga, E. M., & Allen, J. P. (2009). Intergenerational Transmission of Aggression in Romantic Relationships: The moderating Role of Attachment Security. *Journal of Family Psychology*, 23(6): 808-818.
- Hawks, S. R., vd. (1995). Review of Spiritual Health: Definition, Role, and Intervention Strategies in Health Promotion. *American Journal of Health Promotion*, 9(5): 371-378.
- Hay, D. F. (1994). Prosocial Development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(1): 29-71.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3): 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1): 1-22.
- Heintzman, P. (2019). Empirical Research on Leisure and Spiritual Well-being: Conceptualisation, Measurement and Findings. *Leisure Studies*, 39(1): 1-10.
- Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2008). Advances in the Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality: Implications for Physical and Mental Health Research. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(1): 3-17.
- Huber, J. T., & MacDonald, D. A. (2012). An Investigation of the Relations between Altruism, Empathy, and Spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, 52(2): 206-221.

- Iverson, E. (2010). Helping Others Helps Me: Prosocial Behavior as a Function of Identity Development and Self-Regulation in Emerging Adulthood. *Journal of Gustavus Undergraduate Psychology*, 6(1): 1-36.
- İnanç, B. Y. & Yerlikaya E. E. (2016). *Kişilik Kuramları* (12. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- İşgör, İ. Y. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri Ve Akademik Başarının Merhamet Üzerindeki Yordayıcı Etkisi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1): 82-99.
- İşmen, A. E., & Yıldız, S. A. (2005). Öğretmenliğe İlişkin Tutumların Özgecilik ve Atılganlık Düzeyleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 42(42): 151-66.
- Kaczorowski, J. M. (1989). Spiritual Well-being and Anxiety in Adults Diagnosed with Cancer. *The Hospice Journal*, 5(3-4): 105-116.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2014). *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar: Sosyal Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Evrim.
- Kahraman, Ö. G. & Kurt, G. (2013). Öğretmen Adaylarının Olumlu Sosyal ve Saldırgan Davranış Eğilimlerinin İncelenmesi. *Journal of Higher Education & Science/Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3): 236-243.
- Kalkstein, S., & Tower, R. B. (2009). The Daily Spiritual Experiences Scale and Well-being: Demographic Comparisons and Scale Validation with Older Jewish Adults and a Diverse İnternet Sample. *Journal of Religion and Health*, 48(4): 402-417.
- Kamya, H. A. (2000). Hardiness and Spiritual Well-Being Among Social Work Students: Implications for Social Work Education. *Journal Of Social Work Education*, 36(2): 231-240.
- Kapıkıran, N., Kapıkıran, Ş., Başaran, B., (2010). Psikolojik Danışma ve Rehberlik Öğrencilerinin Empatik Eğilimler ve Algıladıkları Anne ve Baba Olumlu Sosyal Davranışları: Cinsiyetin Farklılaştırıcı Rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 11 (1): 1-19.

- Karabacak, A. (2016). *Evli bireylerin bağlanma stilleri, psikolojik iyi oluşları ve evlilik uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Karadağ, E., & Mutafçılar, I. (2009). Prososyal Davranış Ekseninde Özgecilik Üzerine Teorik Bir Çözümleme. *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi)*, (8): 41-69.
- Kararımak, Ö., & Güloğlu, B. (2014). Deprem Deneyimi Yaşamış Yetişkinlerde Bağlanma Mankenine Göre Psikolojik Sağlamlığın Açıklanması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43 (2): 1-18.
- Karasu, H. (2013). *Ergenlerde özerkliğin yordayıcısı olarak bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarının incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Karaşar, B. (2014). Öğretmen Adaylarının Bağlanma Stilleri ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1): 27-49.
- Kardaş, S. (2017). *Sanal kimlik ve spiritüel iyi oluşun üniversite öğrencilerinin narsistik eğilimlerini yordayıcılığı* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kardaş, S. (2019). Erratum: Correcting the Name of the Spiritual Well-Being Scale as the Three-Factor Spiritual Well-being Scale. *Spiritual Psychology and Counseling*, 4(1): 85-85.
- Kasapoğlu, F., & Yabanigül, A. (2018). Marital Satisfaction and Life Satisfaction: The Mediating Effect of Spirituality. *Spiritual Psychology and Counseling*, 3(2): 177-195.
- Kazakina, E. (1999). *Time perspective of older adults: relationships to attachment style, psychological well-being, and psychological distress* (Doktora Tezi). Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 60(1-B): 1-68.
- Keçeci, B. (2018). *Evli kadınların psikolojik istismar profillerinin toplumsal cinsiyet algıları ve spiritüel iyi oluşları açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Kesebir, S., Dereboy, F., & Kokcu, F. (2012). Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *In Yeni Symposium*, 50(2): 99-104.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Current Approaches in Psychiatry*, 3(2): 321-342.
- Kılınçer, H (2017). *Tıp, psikoloji ve ilahiyat öğrencilerinin türkiye'deki manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarına yönelik tutumları üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç yetişkinlerde yaşamda anlamın maneviyat ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- King, P. E., Carr, D., & Boitor, C. (2011). Religion, Spirituality, Positive Youth Development, and Thriving. *In Advances in Child Development and Behavior*, (41): 161-195.
- Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment Style, Gender, and Relationship Stability: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3): 502-512.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1990). Attachment Theory and Religion: Childhood Attachments, Religious Beliefs, and Conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 315-334.
- Knight, G. P., Cota, M. K., & Bernal, M. E. (1993). The Socialization of Cooperative, Competitive, and Individualistic Preferences among Mexican American Children: The Mediating Role of Ethnic Identity. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 15(3): 291-309.
- Kobya, M. (2012). *Sosyal Bilimler ve Dini İlimlerde Davranış Kuramları*. İstanbul: Rağbet.
- Koenig, H. G. (2004). Religion, Spirituality, and Medicine: Research Findings and Implications for Clinical Practice. *South Med J*, 97(12): 1194-1200.
- Korkmaz, N. E. (2012). Tanrı'ya Bağlanma ve Psikolojik İyi Oluş. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 6 (12): 95-112.

- Kumru, A. Yağmurlu, B. (2012). Çocuklukta Sosyal Gelişim. Zeynep Cemalciler (Edt.), *Psikolojiye Giriş*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 132-160.
- Kumru, A., Carlo, G. & Edwards, C. (2004). Olumlu Sosyal Davranışların İlişkisel, Kültürel, Bilişsel ve Duyuşsal Bazı Değişkenlerle İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19 (54): 109-125.
- Kumru, A., Carlo, G., Mestre, M.V., & Samper, P. (2012). Prosocial Moral Reasoning and Prosocial Behavior among Turkish and Spanish Adolescents. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 40(2): 205-214.
- Kurt, İ. (2014). *Yetişkin Psikolojisi* (2. Baskı). Ankara: Akçağ.
- Kurtar, Ş. (2009). *Ruhsal liderlik ölçeği: Türkçe dilsel eşdeğerlik, geçerlik ve güvenirlilik çalışması* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Küt, D. (2018). *Genç yetişkin kadın bireylerin bağlanma stilleri ile cinsel yaşam kalitesi düzeyleri, cinsel özgüven ve psikolojik belirtilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Laible, D. J., Carlo, G., & Roesch, S. C. (2004). Pathways to Self-Esteem in Late Adolescence: The Role of Parent and Peer Attachment, Empathy, and Social Behaviours. *Journal of Adolescence*, 27(6): 703-716.
- Lampridis, E., & Papastylianou, D. (2017). Prosocial Behavioural Tendencies and Orientation Towards Individualism–Collectivism of Greek Young Adults. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(3): 268-282.
- Lennon, R., & Eisenberg, N. (1987). Gender and Age Differences in Empathy and Sympathy. Nancy Eisenberg & Janet Strayer (Edt.), *Empathy and its Development*, New York: Cambridge University Press, 195-217.
- Levine, M., vd. (2002). Self-Categorization and Bystander Non-intervention: Two Experimental Studies 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(7): 1452-1463.

- Lichter, D. T., Shanahan, M. J., & Gardner, E. L. (2002) Helping Others? The Effects of Childhood Poverty and Family Instability on Prosocial Behavior. *Youth and Society*, (34): 89–119.
- Lin, H. R., & Bauer-Wu, S. M. (2003). Psycho-Spiritual Well-being in Patients with Advanced Cancer: An Integrative Review of the Literature. *Journal of Advanced Nursing*, 44(1): 69-80.
- Lockwood, P. L., Seara-Cardoso, A., & Viding, E. (2014). Emotion Regulation Moderates the Association Between Empathy and Prosocial Behavior. *Plos One*, 9(5): 1-6.
- Lowder, B. T. (2006). A Ghost in the Machine: The Important Role of Workplace Spirituality. Available at SSRN 9328 (11): 1-15.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, childhood, and Adulthood: A move to the Level of Representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1): 66-104.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for Identifying Infants as Disorganized/Disoriented During the Ainsworth Strange Situation. Attachment In the Preschool Years: *Theory, Research, and Intervention*, (1): 121-160.
- Markey, P. M. (2000). Bystander Intervention in Computer-mediated Communication. *Computers in Human Behavior*, 16(2): 183-188.
- Masterson, J. F. (2013). *Bağlanma Kuramı ve Nörobiyolojik Kendilik Gelişimi Açısından Kişilik Bozuklukları* (2. Baskı) (Habibe Şentürk, Çev.). İstanbul: Litera.
- McGinley, M., & Carlo, G. (2007). Two Sides of the Same Coin? The Relations between Prosocial and Physically Aggressive Behaviors. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(337): 1-17.
- Meeks Gardner, J. M., Powell, C. A., & Grantham-McGregor, S. M. (2007). Determinants of Aggressive and Prosocial Behaviour Among Jamaican Schoolboys. *West Indian Medical Journal*, 56(1): 34-41.
- Merter, M. (2014). *Nefs Psikolojisi*. İstanbul: Kaknüs.

- Mickley, J. R., Soeken, K., & Belcher, A. (1992). Spiritual Well-being, Religiousness and Hope among Women with Breast Cancer. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 24(4): 267-272.
- Mikulincer, M., vd. (2001). Attachment Theory and Rections to Others' needs: Evidence that Activiation of the Sense of Attachment Security Promotes Empathic Responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(6): 1205-1224.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Does Gratitude Promote Prosocial Behavior? The Moderating Role of Attachment Security. M. Mikulincer & P. R. Shaver (Edt.), *Prosocial Motives, Emotions, and Behavior: The Better Angels of our Nature*, Washington, DC: American Psychological Association, 267-283.
- Morsünbül, Ü., & Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3): 553-570.
- Morsünbül, Ü., & Tümen, B. (2008). Ergenlik Döneminde Kimlik ve Bağlanma İlişkileri: Kimlik Statüleri ve Bağlanma Stilleri Üzerinden Bir İnceleme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(1): 25-31.
- Musgrave, C. F., Allen, C. E., & Allen, G. J. (2002). Spirituality and Health for Women of Color. *American Journal of Public Health*, 92(4): 557-560.
- Muthuri, R. N. D. K., & Kihara, M. (2018). Factors Affecting Altruistic Behaviour Among Emerging Adults: A Case Study of the United States International University-Africa. *International Journal of Education and Research*, 6(10): 167-174.
- Mutluer, S. (2006). *Özgüven oluşmasında manevi değerlerin rolü* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Mülhim, M. A., vd. (2017). Dart Sporcularının Erişkin Bağlanma Biçimleri ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2): 61-72.
- Myers, D.G. (2017). *Sosyal Psikoloji* (10. Baskı) (Serap Akfırat, Çev.). Ankara: Nobel.

- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (2000). The Wheel of Wellness Counseling for Wellness: A Holistic Model for Treatment Planning. *Journal of Counseling & Development*, 78(3): 251-266.
- Narcıkara, E. B. (2017). *Spiritüel liderlik davranışının algılanan performans üzerine etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Neyer, F. J., & Lang, F. R. (2003). Blood is Thicker than Water: Kinship Orientation Across Adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2): 310-321.
- Nurkan, E. (2020). *Yetişkinlerin bağlanma stilleri ile duygusal zekâ, depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Onur, B. (1995). *Gelişim Psikolojisi* (3. Baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- Opatz, J. P. (1986). Stevens Point: A longstanding Program for Students at a Midwestern University. *American Journal of Health Promotion*, 1(1): 60-67.
- Özdoğan, Ö. (2005). Ruhsal Yaklaşım ve İnsan Türkiye’de Bir Uygulama Örneği. *Tasavvuf: İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 6(15): 137-152.
- Öztürk, Y. (2017). *Ergenlerde dindarlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi (Çarşamba örneği)* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Pargament, K. I. (1999). The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and No. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9(1): 3-16.
- Patneude, A.B. (2006). *Spiritual Wellness among Undergraduate College Students* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Colorado State University, Colorado.
- Pehlivan, A. (2018). *Manevi bakım ve danışmanlığın imam hatip ortaokul öğrencilerinin ruh sağlığı ve manevi iyi oluşlarına etkisi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Pehlivan, S., & Lafci, D. (2014). Altruism Levels of Nursing Students. *Gaziantep Medical Journal*, 20(1): 29-34.
- Penner, L. A. (2002). Dispositional and Organizational Influences on Sustained Volunteerism: An Interactionist Perspective. *Journal of Social Issues*, 58(3): 447-467.
- Poplawski, W. T. (1986). Adult Altruism: Problems of Terminology in Prosocial Behaviour Research. *Psychologia: An International Journal of Psychology in the Orient*, 29(4): 197-214.
- Reed, P. G. (1987). Spirituality and Well-Being in Terminally Ill Hospitalized Adults. *Research in Nursing & Health*, 10(5): 335-344.
- Reich, W. A., & Siegel, H. I. (2002). Attachment, Ego-identity Development and Exploratory Interest in University Students. *Asian Journal of Social Psychology*, 5(2): 125-134.
- Reinert, D. F. (2005). Spirituality, Self-representations, and Attachment to Parents: A Longitudinal Study of Roman Catholic College Seminarians. *Counseling and Values*, 49(3): 226-238.
- Robert, T. (2003). *The relationship between spiritual well-being and job satisfaction among adult workers*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Mississippi State University, Mississippi.
- Roberts, W., Strayer, J., & Denham, S. (2014). Empathy, Anger, Guilt: Emotions and Prosocial Behaviour. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 46(4): 465-474.
- Rubbert, F. (2014). *Travma, Bağlanma ve Aile Konstelasyonları* (2. Baskı) (Fatma Zengin, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Santrock, J.W. (2017). *Ergenlik* (17. Baskı) (Diğdem M. Siyez, Çev.). Ankara: Nobel Akademik.
- Saroglou, V. (2006). Religion's Role in Prosocial Behavior: Myth or Reality. *Religion*, 31(2): 1-66.
- Saroglou, V. (2013). Religion, Spirituality, and Altruism. *APA Handbook of Psychology, Religion and Spirituality*, (1): 439-457.

- Saroglou, V., Kempeneers, A., & Seynhaeve, I. (2003). Need for Closure and Adult Attachment Dimensions as Predictors of Religion and Reading Interests. P. Roelofsma, J. Corveleyn, & J. van Saane (Edt.), *One Hundred Years of Psychology and Religion*, Amsterdam: VU University Press, 139-154.
- Sav, S. (2017). *Etik bir problem olarak ikincil doğa: Çevre* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Scott, E. L. & Agresti, A. A. (1998). Factor Analysis of the Spiritual Well-Being Scale and Its Clinical Utility With Psychiatric Inpatients. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 37(2): 314–322.
- Seaward, B. L. (1991). Spiritual Well-being: A Health Education Model. *Journal of Health Education*, 22(3): 166-169.
- Sezer, Ö., & Vuslat, O. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Kendilerini Değerlendirmelerinin Ana Baba Tutumları ve Bazı Sosyo Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(3): 743-758.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., & Cassidy, J. (2019). Attachment, Caregiving in Couple Relationships, and Prosocial Behavior in the Wider World. *Current Opinion in Psychology*, (25): 16-20.
- Shaver, P. R., vd. (2016). A Lifespan Perspective on Attachment and Care for Others: Empathy, Altruism, and Prosocial Behavior. Cassidy, J. & Shaver, PR. (Edt.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (3. Baskı), New York: Guilford Press: 878-916.
- Sheehy, T., & Hodge, K. (2015). Motivation and Morality in Masters Athletes: A Self-determination Theory Perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3): 273-285.
- Shibli, N., & Shafi, T. (2019). Religion, Symbolic Places, Helping and Attachment Attitudes. <https://doi.org/10.31124/advance.9741137.v1> [4 Mart].

- Singelis, T. M., vd. (1995). Horizontal and Vertical Dimensions of Individualism and Collectivism: A Theoretical and Measurement Refinement. *Cross-cultural Research*, 29(3): 240-275.
- Soleimani, M. A., vd. (2019). Spiritual Well-being and Moral Distress among Iranian Nurses. *Nursing Ethics*, 26(4): 1101-1113.
- Soylu, C. (2016). *Orta yetişkinlikte benlik saygısı, hayatın anlamı ve psikososyal uyum arasındaki ilişkiler: Meme kanseri hasta örnekleme* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Steger, M. B. (2013). *Küreselleşme* (2. Baskı) (Abdullah Ersoy, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.
- Surbone, A., & Baider, L. (2010). The Spiritual Dimension of Cancer Care. *Critical Reviews in Oncology/Hematology*, 73(3): 228-235.
- Sülü, E. (2006). *Yoğun bakımda yatan çocuk hastaların annelerinin manevi bakım (spiritüel bakım) gereksinimleri* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Sümer, M. (2006). *Yetişkinlerin bağlanma stillerinin duygusal zeka, ilişkiye bağlılık, ilişkide algılanan tatmin ve bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış Y Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57): 1-22.
- Sümer, N., Gündoğdu Aktürk, E. ve Helvacı, E. (2010). Anne-Baba Tutum ve Davranışlarının Psikolojik Etkileri: Türkiye’de Yapılan Çalışmalara Toplu Bakış . *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(25): 42-59.
- Sünbül, Z. A. (2012). *Ergenlerde olumlu sosyal davranışları yordamada koruyucu faktörler ve bazı kişisel değişkenlerin rolü* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Sünbül, Z. A., & Güçray, S. S. (2016). Ergenlerde Olumlu Sosyal Davranışları Yordamada Koruyucu Faktörler ve Bazı Kişisel Değişkenlerin Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45): 101-114.

- Şimşek, T. (2019). Ruhsal İyi Oluşun/Ruhsal Sağkalımın Örgütsel Vatandaşlık Davranışı Üzerine Etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 11(2): 826-834.
- Şipit, G. (2019). *Yetişkin bireylerde bağlanma stillerinin duyguları ifade etme şekilleri ve empatik eğilim yeteneklerine etkileri* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şirin, T. (2018). Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 13(18): 1283- 1309.
- Şirin, T. (2019). Evli Çiftlerin Spiritüel İyi Oluşları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki. *Ekev Akademi Dergisi*, 23(77): 389-410.
- Tanış, Z. İ. (2014). *Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tarhan, N. (2016). *İnanç Psikolojisi ve Bilim* (12. Baskı). İstanbul: Timaş.
- Taştan, S. B., Güçel, C., & İşçi, E. (2015). Dünyaya İlişkin Varsayımlar ve Özerklik Algısının Çalışanlarda Olumlu Sosyal Davranışlar ve Saldırganlık ile İlişkilerinin İncelenmesi: Öz-Belirleme ve Pozitif Yanılsamalar Kuramları Bağlamında Bir Değerlendirme. *İş'te Davranış Dergisi*, 2(2): 1-10.
- Tekinalp, B. E. & Terzi, Ş. I. (2013). *Psikolojik Danışmada Güncel Kuramlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Temane, Q. M., & Wissing, M. P. (2006). The Role of Spirituality as a Mediator for Psychological Well-Being Across Different Contexts. *South African Journal of Psychology*, 36(3): 582-597.
- Thompson, R. (2006). Erken Dönemde Bağlanma ve Sonraki Gelişim Üzerindeki Etkileri. *Türk Psikoloji Bülteni*, 12(38): 113-120.
- Thompson, K. L., & Gullone, E. (2003). Promotion of Empathy and Prosocial Behaviour in Children Through Humane Education. *Australian Psychologist*, 38(3): 175-182.
- Tuck, I., & Anderson, L. (2014). Forgiveness, Flourishing, and Resilience: The Influences of Expressions of Spirituality on Mental Health Recovery. *Issues in Mental Health Nursing*, 35(4): 277-282.

- Turner, R. P., vd. (1995). A Culturally Sensitive Diagnostic Category in the DSM-IV. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 183(7): 435-444.
- Tutaral-Kıslak, Ş., & Çavuşoğlu, Ş. (2006). Evlilik Uyumu, Bağlanma Stilleri Yüklemeler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 8(3): 61-68.
- Twenge, J. vd. (2007). Social Exclusion Decreases Prosocial Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1): 56-66.
- Uğurluoğlu, D., & Erdem, R. (2019). Travma Geçiren Bireylerin Spiritüel İyi Oluşlarının Travma Sonrası Büyümeleri Üzerine Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3): 833-858.
- Uğurluoğlu, D., Erdem, R., & Kıyıcı, H. (2019). Sağlık Yönetimi Öğrencilerinin Eleştirel Düşünme, Benlik Saygısı ve Spiritüel İyi Oluşlarına Yönelik Bir Araştırma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 20(44): 51-66.
- Underwood, B., & Moore, B. (1982). Perspective-taking and Altruism. *Psychological Bulletin*, 91(1): 143-173.
- Unruh, A. M. (1997). Reflections on...: Spirituality and Occupation: Garden Musings and the Himalayan Blue Poppy. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 64(3): 156-160.
- Uyar, M. (2019). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini yordamada bağlanma tarzları ve bilişsel duygu düzenlemenin rolünün incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Uygur, D. (2016). *Hemşirelerin spiritüel ve spiritüel bakım algısının belirlenmesi ve iş doyumunu ile arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Van der Graaff, J., vd. (2018). Prosocial Behavior in Adolescence: Gender Differences in Development and Links with Empathy. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5): 1086-1099.
- Wang, C. C., & Wang, C. H. (2008). Helping Others in Online Games: Prosocial Behavior in Cyberspace. *CyberPsychology & Behavior*, 11(3): 344-346.

- Vargün, G. E. (2019). *Çocuklarda olumlu sosyal davranışın yordayıcıları olarak ahlaki muhakeme, ahlaki duygu ve ebeveyn davranışları* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Veenstra, R., vd. (2008). Prosocial and Antisocial Behavior in Preadolescence: Teachers' and Parents' Perceptions of the Behavior of Girls and Boys. *International Journal of Behavioral Development*, 32(3): 243-251.
- Webster, J. D. (1998). Attachment Styles, Reminiscence Functions and Happiness in Young and Elderly Adults. *Journal of Aging Studies*, 12(3): 315-330.
- Whiting, B., & Edwards, C. P. (1973). A Cross-Cultural Analysis of Sex Differences in the Behavior of Children Aged Three Through 11. *The Journal of Social Psychology*, 91(2): 171-188.
- Wigglesworth, C. (2012). *Spiritüel Zekâ* (Seda Toksoy, Çev.). İstanbul: Kuraldışı.
- Wong, K. F., Lee, L. Y., & Lee, J. K. (2008). Hong Kong Enrolled Nurses' Perceptions of Spirituality and Spiritual Care. *International Nursing Review*, 55(3): 333-340.
- Yağmurlu, B., Sanson, A., & Köymen, S. B. (2005). Ebeveynlerin ve Çocuk Mizacının Olumlu Sosyal Davranış Gelişimine Etkileri: Zihin Kuramının Belirleyici Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(55): 1-24.
- Yavuz, B. (2019). *Öğretmen adaylarında psikolojik dayanıklılık ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişki: Manevi iyi oluşun rolü* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yeh, P. M. (2018). The Influences of Family Interaction and Spiritual Well-being on Anxiety and Depression among Older Adults in the United States. *Healthy Aging Research*, 7(3): 1-8.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma Kuramı Açısından Yaşlılık Dönemine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1): 1-30.
- Yıldız, S., Boz, İ. T., & Yıldırım, B. (2012). Kişilik Tipi İle Olumlu Sosyal Davranış Arasındaki İlişki: Marmara Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir

- Araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 26(1): 215-233.
- Yılmaz, Ö. (2019). *Farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Y. Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yoon, M. O. (2009). The Effects of a Death Preparing Education Program on Death Anxiety, Spiritual Well-Being, and Meaning of Life in Adults. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 20(4): 513-521.
- Yörükan, T. (2015). *Bir Erken Yaş Sosyalleşmesi Olarak Bağlanma ve Sonraki Yaşlarda Görülen Etkileri* (2. Baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yücel, D. (2014). *Çocukluk çağı istismar yaşantılarının genç yetişkinlik dönemindeki bağlanma süreçleri, psikopatolojik semptomlar, ilişki yeterlilikleri ve aşk tutumları ile ilişkilerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Yüksel, R. (2012). Genç Yetişkinlerde Yaşamın Anlamı. *Sakarya University Journal of Education*, 2(2): 69-83.
- Zinnbauer, vd. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy. *Sociology of Religion*, Routledge. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(4): 549-564.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., & Scott, A. B. (1999). The Emerging Meanings of Religiousness and Spirituality: Problems and Prospects. *Journal of Personality*, 67(6): 889-919.
- Zohar, D. (2017). *Kuantum Benlik* (Seda Kervanoğlu, Çev.). İstanbul: Ayrıntı.

## Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

### Kişisel Bilgi Formu

Dolduracağınız formlarda kendiniz, aileniz ve sosyal çevreniz ile ilgili birtakım sorular yer almaktadır. Bu sorular sizinle ilgili bir değerlendirme yapmak için değil bilimsel bir araştırmaya veri sağlama amacıyla sorulmaktadır. Ve bilgiler saklı tutulacaktır. **Formlara isminizi yazmanıza gerek yoktur. Gönüllülük esasına göre doldurulacaktır.** Soruları yanıtlarken her maddeyi dikkatle okuyunuz ve **hiçbir maddeyi boş bırakmadan size en uygun TEK seçeneği işaretleyiniz.** Araştırma sonuçlarının geçerliliği açısından soruları içtenlikle yanıtlamanız beklenmektedir. Yardımlarınız ve dürüst yanıtlarınız için teşekkür ederim.

**1- Cinsiyetiniz:** ( ) Kadın ( ) Erkek

**2- Medeni Hal:** ( ) Bekar ( ) Evli ( ) Ayrı (Boşanmış, eş vefat vb.)

**3- Yaşınız :** .....

**4- Aylık gelir düzeyiniz:**

( ) 0 - 3000 TL ( ) 3000 - 6000 TL ( ) 6000 TL ve üzeri

**5- Mesleğiniz:**.....

**6- Eğitim düzeyiniz**

( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Y. Lisans

( ) Doktora

**7- Annenizin tutumu**

( ) Otoriter ( ) Koruyucu ( ) Mükemmeliyetçi ( ) İlgisiz

( ) Demokratik

**8- Babanızın tutumu**

( ) Otoriter ( ) Koruyucu ( ) Mükemmeliyetçi ( ) İlgisiz

( ) Demokratik

**9- Çocukluğunuzda size bakım veren kim / kimlerdi? .....**

## Ek-2. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneği işaretleyiniz	Bana hiç uygun değil	Bana uygun değil	Bana biraz uygun	Bana oldukça uygun	Bana tamamen uygun
1. İlahi bir güce bağlı olmak bana güven verir.					
2. Doğaya saygı duyulması gerektiğini düşünürüm.					
3. Hayata dair bir hoşnutsuzluk duygusu hissedirim.					
4. Bir problemle karşılaştığımda Allah'ın yardımını hissedirim.					
5. Allah'ın gizli ve açık tüm duygu ve düşüncelerimi bildiğine inanırım.					
6. Bütün canlıların saygıyı hak ettiğini düşünürüm.					
7. Hayatımda büyük bir boşluk var.					
8. Günlük hayatta Allah'ın kudretine şahit olurum.					
9. Allah'ın beni sevdiğine ve önemseddiğine inanırım.					
10. Yeryüzündeki tüm canlılara iyi davranırım.					
11. Hayattan zevk almam.					
12. Hayatımın her anında Allah'ın varlığını hissedirim.					
13. Daha güçlü bir varlığa sığınma duygusu beni rahatlatır.					
14. Kendimi doğanın bir parçası olarak görürüm.					
15. Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim.					
16. Yaşadığım her olayda bir hayır olduğuna inanırım.					
17. İnançım, nasıl bir hayat süreceğime dair bana yol gösterir.					
18. Yeryüzündeki bütün canlıların hakları benim için önemlidir.					
19. Sorunlarımı çözmeye nereden başlayacağımı bilemem.					
20. Yalnız kaldığımda Allah'ı ve yaratıklarını düşünürüm (tefekür ederim).					
21. İnanç ve değerlerim, zorluklar karşısında dayanabilme gücümü artırır.					
22. Doğayla uyum içinde yaşarım.					
23. Zorluklar yaşadığımda bunalmış hissedirim.					
24. İnançım, yaşadığım sıkıntılarda dahi olumlu tarafların olabileceğini görmemi sağlar.					
25. Hayatta hiçbir şey sebepsiz değildir.					
26. Hayatın beni mutsuz eden olaylardan ibaret olduğunu düşünürüm.					
27. Her şeyin elimde olmadığını bilmek üzüldüğüm olaylar karşısında bir teselli kaynağıdır.					
28. Yeryüzündeki her doğal varlığın eşsiz olduğuna inanırım.					
29. Dünya hayatının geçici olduğuna inanmak beni hırslarımdan arındırır.					

### Ek-3. Erişkin Bağlanma Biçimi

Aşağıdaki ifadelerden size en yakın geleni Doğru (D) veya Yanlış (Y) olarak işaretleyiniz	Doğru	Yanlış
1. Kendimi rahat bırakıp başka insanlara bağlanmak zor gelir.		
2. İhtiyacım olduğunda başkaları asla orada olmaz.		
3. Başka birine rahatça bağlanırım.		
4. İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağını bilirim.		
5. İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağına her zaman güvenebileceğimden emin değilim		
6. Başka bir insana tümüyle güvenmek zor gelir		
7. Sıklıkla, terk edilme kaygıları yaşamam		
8. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği endişesine kapılırım.		
9. Başkalarının benimle benim istediğim kadar yakınlık kurmadıklarını düşünürüm.		
10. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin benimle kalmak istemeyeceği endişesi yaşarım.		
11. Başka bir insanla tümüyle bütünleşmek isterim.		
12. Başka bir insanla tümüyle bir olma arzum insanları benden uzaklaştırır.		
13. Başkalarıyla yakın ilişkiler kurmayı kolay bulurum.		
14. Başka birinin benimle çok yakın olma isteğinden rahatsız olmam.		
15. Başka birinin benimle çok yakınlaşması beni endişelendirir.		
16. Başka birini kendime yakınlaştırmak konusunda rahatımdır.		
17. Sıklıkla, birlikte olduğum kişi, benimle, benim kendimi rahat hissedebileceğimden daha çok yakınlaşmak ister.		
18. Sıklıkla, birlikte olduğum kişi ile onun kendini rahat hissettiğinden daha yakın olmak isterim.		

#### Ek-4. Olumlu Sosyal Davranışlar Eğilimi Ölçeği

Aşağıda sizi bazı yönlerinize tanımlayan ya da tanımlamayan ifadeler yer almaktadır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatle okuyunuz ve bu ifadelerin sizi ne ölçüde tanımladığını düşünerek yandaki boşluklardan birine X işareti koyunuz.	Beni Hiç Tanımlamıyor	Beni Biraz Tanımlıyor	Tanımlıyor	Beni İyi Tanımlıyor	Beni Çok İyi Tanımlıyor
1. Etrafta birileri görecekse başkalarına daha çok yardım ederim.					
2. Çok üzgün birini rahatlattığım zaman kendimi iyi hissederim.					
3. Etrafta başkaları olduğu zaman, ihtiyacı olanlara yardım etmek benim için daha kolaydır.					
4. Bence başkalarına yardım etmenin en iyi tarafı, beni iyi biri olarak göstermesidir.					
5. Yardım, başkalarının önünde yapılacağı zaman bundan genellikle kaçınıyorum.					
6. Gerçek bir kriz ya da ihtiyaç içinde olan insanlara yardım etmek eğilimindeyim.					
7. İnsanlar benden yardım istedikleri zaman tereddüt etmem.					
8. Para bağışısı yaptığım zaman ismimin bilinmemesini tercih ederim.					
9. Ağır biçimde zarar görmüş insanlara yardım etme eğilimindeyim.					
10. Para veya mal bağışısı yapanlar bundan yarar sağlarsa, bağışılarının artacağına inanırım.					
11. İhtiyacı olan insanlar kim olduğumu bilmedikleri zaman onlara daha çok yardım etme eğilimindeyim.					
12. İnsanlar özellikle duygusal yönden sıkıntıda oldukları zaman yardım etme eğilimindeyim.					
13. Birileri benim yaptıklarımı izliyorsa başkalarına en iyi şekilde yardım ederim.					
14. Başlarına kötü bir şey gelen insanlara soğukkanlılıkla yardım edebilirim.					
15. Genellikle başkalarına, onlara kimin yardım ettiğini bilmediklerinde yardım ederim.					
16. Gönüllü hizmetlere ayırdığım zaman ve emek için daha fazla ödüllendirilmem gerektiğine inanırım.					
17. Başkalarına en iyi yardımı duygulu anlarda yaparım.					
18. Başkaları benden yardım istediğinde gecikmeden yardım ederim.					
19. Bence en iyi yardım, yapanın kim olduğunun bilinmediği yardımdır.					
20. Hayır işlerinde çalışmanın en iyi yönlerinden biri, özgeçmişimde beni iyi göstermesidir.					
21. Duygusal ortamlar bende muhtaçlara yardım etme isteği uyandırır.					
22. Genellikle isimsiz bağışılar yaptığımda kendimi daha iyi hissederim.					
23. Eğer birilerine yardım edersem gelecekte onlar da bana yardım etmeliler diye düşünürüm.					

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

**Adı Soyadı:** Adem NURKAN

**Doğum Yeri ve Tarihi:** Çine - 1979

**İletişim:** anurkan09@hotmail.com

### **Eğitim Durumu**

**Lise:** Aydın İmam Hatip Lisesi (1996)

**Lisans:** Marmara Üniversitesi/ İlahiyat Fakültesi (2001)

**Yüksek Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2020, İstanbul.