

**T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI**



**YETİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI
İLE YENİ ÇAĞ İNANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE
ANLAM ARAYIŞI VE MANEVİ İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜ**

Yüksek Lisans Tezi

Rumeysa ÇELİK

Danışman

Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK

SAMSUN
2025

TEZ KABUL VE ONAYI

Rumeysa ÇELİK tarafından, **Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK** danışmanlığında hazırlanan “**YETİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI İLE YENİ ÇAĞ İNANISLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ANLAM ARAYIŞI VE MANEVİ İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜ**” başlıklı bu çalışma, jürimiz tarafından 7.7.2025 tarihinde yapılan sınav sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı Adı Soyadı Üniversitesi Ana Bilim/Ana Sanat Dalı	Sonuç
Başkan	Dr. Öğr. Üyesi Fatih ORDU Samsun Üniversitesi Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret
Üye	Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Nurdan DOĞRU ÇABUKER Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından uygun görülmüştür.

Prof. Dr. Faik Ahmet SESLİ
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI

Hazırladığım Yüksek Lisans tezinin bütün aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara riayet ettiğimi, çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak kullandığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin Kaynaklar'da gösterilenlerden oluştuğunu, her unsurun enstitü yazım kılavuzuna uygun yazıldığını ve TÜBİTAK Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Yönetmeliği'nin 3. bölüm 9. maddesinde belirtilen durumlara aykırı davranılmadığını taahhüt ve beyan ederim.

Etik Kurul Gerekli mi ?

Evet ☒ (Gerekli ise ekler kısmına ekleyiniz)

Hayır ☐

06/08/ 2025
Rumeysa ÇELİK

TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI

Tez Başlığı : YETİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI İLE YENİ ÇAĞ İNANISLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ANLAM ARAYIŞI VE MANEVİ İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜ

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışması için şahsım tarafından 12.06.2025 tarihinde intihal tespit programından alınmış olan özgünlük raporu sonucunda;

Benzerlik oranı : % 17

Tek kaynak oranı : % 2 çıkmıştır.

06/08/ 2025
Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK

ÖZET

YETİŞKİN BİREYLERDE SAVUNMA MEKANİZMALARI İLE YENİ ÇAĞ İNANISLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ANLAM ARAYIŞI VE MANEVİ İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜ

Rumeysa ÇELİK
Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı
Yüksek Lisans, Haziran/2025
Danışman: Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK

Çalışmanın amacı, yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolünü belirlemek ve bu değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşma durumunu tespit etmektir. Çorum ili Osmancık ilçesinde yaşayan 500 (387 kadın, 113 erkek) yetişkin birey örneklem grubunu oluşturmaktadır. Çalışma kapsamında veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Savunma Biçimleri Testi (SBT-40), Yeni Çağ İnanışları Ölçeği (YÇİÖ), Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ) ve Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (SİÖÖ) kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda YÇİÖ puanları ile SBT toplam puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, matür ve nevrotik savunmalar ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve immatür savunmalar ile arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anlam arayışı ile SBT toplam puanları, matür ve nevrotik savunmalar arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken immatür savunmalar ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Anlamın varlığı ile SBT toplam puanları ve immatür savunma arasında negatif yönlü düşük düzeyde, matür savunma ile arasındapozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken nevrotik savunmalar ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. SBT toplam puanları ile manevi iyi oluş arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmamış ancak SBT alt boyutları olan matür ve nevrotik savunmalar ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve immatür savunmalar ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. YÇİÖ ile anlam arayışı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, anlamın varlığı ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. YÇİÖ ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Manevi iyi oluş ile anlam arayışı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken anlamın varlığı ile arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SBT ve YÇİÖ ilişkisinde anlam arayışının ve manevi iyi oluşun aracılık rolünün olmadığı ancak anlamın varlığı değişkeninin kısmi aracılık rolü üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma kapsamında ele alınan cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine yönelik farklılaşmalar tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: *Savunma mekanizmaları, Matür savunmalar, Nevrotik savunmalar, İmmatür savunmalar, Yeni çağ inanışları (New Age), Anlam arayışı, Manevi iyi oluş.*

ABSTRACT

THE ROLE OF MEANING SEARCH AND SPIRITUAL WELL-BEING IN THE RELATIONSHIP BETWEEN DEFENSE MECHANISMS AND NEW AGE BELIEFS IN ADULT INDIVIDUALS

Rumeysa ÇELİK

Ondokuz Mayıs University

Institute of Graduate Studies

Department of Educational Sciences

Guidance and Psychological Counseling Programme

Master, June/2025

Supervisor: Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK

The aim of the study is to determine the mediating role of search for meaning and spiritual well-being in the relationship between defense mechanisms and new age beliefs in adult individuals and to determine the differentiation of these variables according to gender, age, education level and socio-economic level. The sample group consisted of 500 (387 female, 113 male) adult individuals living in Osmancık district of Çorum province. Within the scope of the study, Personal Information Form, Forms of Defense Test (SHT-40), New Age Beliefs Scale (NBBS), Meaning in Life Scale (MALS) and Spiritual Well-Being Scale (SWBS) were used as data collection tools. As a result of the analyses, it was found that there was a significant positive relationship between NWBS scores and SBT total scores, a low positive relationship between mature and neurotic defenses, and a moderate positive relationship between immature defenses. There was a significant positive low-level relationship between the search for meaning and the total scores of the SBT, mature and neurotic defenses, but no significant relationship was found between the search for meaning and immature defenses. There was a negative low-level significant relationship between the presence of meaning and SBT total scores and immature defenses, and a positive low-level significant relationship between the presence of meaning and mature defenses, but no significant relationship was found between the presence of meaning and neurotic defenses. No significant relationship was found between the total scores of the SBT and spiritual well-being, but a positive low-level significant relationship was found between the SBT sub-dimensions of mature and neurotic defenses and a negative low-level significant relationship was found between immature defenses. While there was no significant relationship between the SWLS and the search for meaning, there was a negative low-level significant relationship between the presence of meaning. It was found that there was no significant relationship between SWLS and spiritual well-being. While there was no significant relationship between spiritual well-being and the search for meaning, there was a moderately significant positive relationship with the presence of meaning. It was concluded that the search for meaning and spiritual well-being did not have a mediating role in the relationship between SBT and SWLS, but the presence of meaning assumed a partial mediating role. Differences were found for the variables of gender, age, education level and socio-economic level.

Keywords: *Defense mechanisms, Mature defenses, Neurotic defenses, Immature defenses, New Age beliefs, Search for meaning, Spiritual well-being*

İÇİNDEKİLER

TEZ KABUL VE ONAYI	i
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI	ii
TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
SİMGELER VE KISALTMALAR	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ	viii
TABLolar DİZİNİ	ix
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Problem Cümlesi	3
1.2.1. Araştırmanın Alt Problemleri	3
1.3. Araştırmanın Denenceleri	4
1.4. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	4
1.5. Sayıtlılar	6
1.6. Sınırlılıklar	6
1.7. Tanımlar	6
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR TARAMASI	8
2.1. Kuramsal Çerçeve	8
2.1.1. Savunma Mekanizmaları	8
2.1.1.1. Savunma Mekanizmaları Kavram ve İşlevleri	8
2.1.1.2. Savunma Mekanizmaları Sınıflandırılması	11
2.1.1.2.1. Matür (Olgun) Savunma Mekanizmaları	13
2.1.1.2.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları	15
2.1.1.2.3. İmmatür (Olgun Olmayan) Savunma Mekanizmaları	18
2.1.2. Yeni Çağ İnanışları	24
2.1.2.1. Yeni Çağ (New Age) Kavramı	24
2.1.2.2. Yeni Çağ' ın Tarihçesi ve Ortaya Çıkışı	27
2.1.2.3. Yeni Çağ' ın Temel Özellikleri	29
2.1.2.4. Türkiye' de Yeni Çağ (New Age)	30
2.1.3. Anlam Arayışı	31
2.1.3.1. Anlam	31
2.1.3.2. Anlam Arayışı	33
2.1.3.3. Anlam Arayışının Temelleri	34
2.1.3.4.1. Psikolojik Temel	35
2.1.3.4.2. Felsefi Temel	37
2.1.3.4.3. Dini Temel	38
2.1.4. Manevi İyi Oluş	39
2.1.4.1. Manevi ve Maneviyat	39
2.1.4.2. Maneviyat ve Din	41
2.1.4.3. Maneviyat ve Psikoloji	43
2.1.4.1. Manevi İyi Oluş Kavramı	44
2.2. Literatür Taraması	46
2.2.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	46
2.2.1.1. Savunma Mekanizmaları ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar	46
2.2.1.2. Yeni Çağ İnanışları ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar	49
2.2.1.3. Anlam Arayışı ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar	51
2.2.1.4. Manevi İyi Oluş ile İlgili Yurt İçi Araştırmalar	54
2.2.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	56
2.2.2.1. Savunma Mekanizmaları ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar	56
2.2.2.2. Yeni Çağ İnanışları ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar	58
2.2.2.3. Anlam Arayışı ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar	59

2.2.2.4. Manevi İyi Oluş ile İlgili Yurt Dışı Araştırmalar	60
3. YÖNTEM	62
3.1. Araştırmanın Modeli	62
3.2. Evren ve Örneklem	62
3.3. Veri Toplama Araçları	62
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	63
3.3.2. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40)	63
3.3.3. Yeni Çağ İnanışları Ölçeği (YÇİÖ)	64
3.3.4. Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ)	64
3.3.5. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (SİÖÖ)	65
3.4. Verilerin Toplanması	65
3.5. Verilerin Analizi	66
4. BULGULAR	68
4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri	68
4.2. Değişkenler Arası Pearson Korelasyon Analizleri	69
4.3. Değişkenlerin Cinsiyete Göre T Testi Analizleri	72
4.4. Değişkenlerin Yaşa Göre T Testi Analizleri	74
4.5. Değişkenlerin Eğitim Düzeyine Göre Tek Yönlü ANOVA Analizleri	76
4.6. Değişkenlerin Ekonomik Duruma Göre Tek Yönlü ANOVA Analizleri	80
4.7. Aracı Değişkenler İçin Regresyon Analizleri	83
5. TARTIŞMA VE YORUM	90
5.1. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	90
5.2. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	91
5.3. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Manevi İyi Oluş Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	92
5.4. Yeni Çağ İnanışları ile Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	93
5.5. Yeni Çağ İnanışları ile Manevi İyi Oluş Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	93
5.6. Manevi İyi Oluş ile Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	93
5.7. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkiye Ait Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığının Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	94
5.8. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Cinsiyete Göre Tartışılması ve Yorumlanması	94
5.9. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Yaşa Göre Tartışılması ve Yorumlanması	96
5.10. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Eğitim Düzeyine Göre Tartışılması ve Yorumlanması	97
5.11. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Ekonomik Duruma Göre Tartışılması ve Yorumlanması	98
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	99
6.1. Sonuçlar	99
6.2. Öneriler	100
KAYNAKLAR	103
EKLER	120
ÖZGEÇMİŞ	126

SİMGELER VE KISALTMALAR

SBT	: Savunma Biçimleri Testi
YÇİÖ	: Yeni Çağ İnanışları Ölçeği
YAÖ	: Yaşamda Anlam Ölçeği
SİÖÖ	: Spiritüel İyi Oluş Ölçeği



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 4.1. Savunma Mekanizmalarının Yeni Çağ İnanışları Üzerindeki Etkisi	84
Şekil 4.2. Manevi İyi Oluşun Aracılık Rolü	84
Şekil 4.3. Anlam Arayışının Aracılık Rolü	86
Şekil 4.4. Anlamın Varlığının Aracılık Rolü	87



TABLÖLER DİZİNİ

Tablo 3.1. SBT ile Alt Boyutları, YÇİÖ, YAÖ ile Alt Boyutları ve SİÖÖ Puanlarına İlişkin Normal Dağılım Sonuçları.....	66
Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	68
Tablo 4.2. SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam Puanlarına ve Alt Boyutlarına İlişkin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	69
Tablo 4.3. Cinsiyete Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin T Testi Analiz Sonuçları.....	72
Tablo 4.4. Yaşa Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin T Testi Analiz Sonuçları.....	74
Tablo 4.5. Eğitim Düzeyine Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	76
Tablo 4.6. Eğitim Düzeyine Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	78
Tablo 4.7. Ekonomik Duruma Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	80
Tablo 4.8. Ekonomik Duruma Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	82

1. GİRİŞ

Araştırmaya ait problem durumu, problem cümlesi, alt problemler, araştırmanın genel amacı, araştırmanın alt amaçları, önemi ve gerekçesi, sayıtlar, sınırlılıklar, tanımlar ve kısaltmalar ile ilgili bilgiler bu bölümde ele alınmıştır.

1.1. Problem Durumu

Psikolojinin temel yapı taşlarından biri olan ego savunma mekanizmaları kavramsal olarak ilk defa Freud tarafından tanımlaması yapılan ve kişilerin yaşantılarında ruhsal yapılarını muhafaza etmeye dönük vermiş oldukları davranışsal karşılıklar şeklinde nitelendirilen bir kavramdır ve kişilerin bilinçaltında ortaya çıkan bu mekanizmalar, yaşamda karşılaşılan kaygı, stres ve ruhsal problemlerle mücadele etmek amacıyla kullanılmaktadır (A. Freud, 2011). Ego savunma biçimleri, bireylerin yaşantısında ortaya çıkan ana varoluşsal çatışmaları ele alan ve bireyin bilinç düzeyine çeşitli biçimlerde yansımaya yardımcı olan bir sistem olmakla birlikte uyumlu olmayan bir şekilde ele alınmaları halinde bireylerde psikolojik kökenli semptomların açığa çıkmasına sebebiyet vermektedir (Taşçı ve Bilge, 2021). Savunma mekanizmaları, kişilerin içsel dünyasıyla mücadele yöntemi olmasının yanında dışsal süreçlerle uyumu, hayata atfettiği anlam ve inanç sistemlerini de dolaylı olarak etkilemekte ve bu bağlamda kişilerin inanç sistemleriyle olan alakası ön plana çıkmakta ve önem arz etmektedir (A. Freud, 2011).

İnsanların gün geçtikçe dini inançlar noktasında geleneksellikten sıyrılarak daha kişisel, rahat ve tecrübeye dayalı manevi arayışlara yönelmeleri ile birlikte yeni çağ (New Age) inanışları sosyokültürel bir olgu olarak önemli hale gelmiştir (Heelas, 1996). Yeni çağ inanışları, kişilerin ruhsal ve manevi gereksinimlerini gidermek maksadıyla içselleştirdikleri ve aynı zamanda içinde bulunulan dünyayı kavrama, üstesinden gelme ve idrak etme şekillerine etki edebilen tercih edilebilir inanç yapılarıdır (Hanegraaff, 1998). Ruhsal işlevi noktasında çeşitli düşünceler olan yeni çağ inanışlarının, yapılan bir kısım araştırmada kişilerin anlam arayışlarına fayda sağladığı (Heelas, 1996; Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006) diğer bir kısımda ise gerçeklerden kaçış için kullanılan araçlar olduğu görüşleri öne sürülmüştür (Hanegraaff, 1998; Possamai, 2005). Bireylerde gözlemlenen yeni çağ inanışlarına yönelik, psikolojik gereksinimlerin giderilmesi noktasında şekil değişikliklerine

sebebiyet vererek kişilerin içsel huzuru yakalama, kendini gerçekleştirme ve yaşantılar karşısında başa çıkma stratejileri geliştirmelerini etkilemektedir (Emmons, 2000). Yeni çağ inanışları, kişilerin hayatlarında anlam bulma, bireysel gelişim ve manevi iyi oluş arayışlarını ifade eden inanç yapısı olmakla birlikte kişilerin içsel problemlerle mücadele etme yöntemlerine etki edebildiği ve ego savunma mekanizmalarının ise kullanım sürecini şekillendirebileceği söylenebilir (Cramer, 2006). Birçok bireye anlam arayışı sürecinde tercih edebileceği bir zemin sunan yeni çağ inanışları, kişilerin bu arayış sürecinde bireysel tecrübelerini, sezgiler yoluyla elde edilen bilgileri ve kişisel manevi gelişimi merkeze almasına yardımcı olmaktadır (Steger & ark., 2006). Böylece yaşamındaki olayları manevi olarak değerlendiren kişinin manevi iyi oluş süreci de desteklenebilir (Hill & Pargament, 2003). Yeni çağ inanışları, anlam arayışı sürecini desteklerken manevi iyi oluşun ise artmasına sebep olmaktadır ve bunu belirsiz bir dünya düzeni içerisinde kişilere bir yön ve içsel denge sağlamak için bir araç olma özelliğiyle sağlamaktadır (Partridge, 2004).

Anlam arayışını kişilerin yaşamlarında harekete geçirici ana güç olarak ele alan varoluşçu yaklaşım, bireyler için temel ihtiyaçlardan biri olan anlam arayışının önüne geçilmesi ya da doyurulmaması halinde bireylerin yaşantılarında varoluşsal öfkenin açığa çıkabileceğini ileri sürmüştür. Bireylerin yaşantılarında ortaya çıkan bu varoluşsal öfke birey için ana varoluşsal çatışmalar arasında yer almakta ve birey bu varoluşsal öfkesi ile mücadele etme sürecinde ego tarafından ortaya çıkarılan savunma mekanizmalarına başvurmaktadır (Taşçı ve Bilge, 2021).

Kişilerin hayatlarında anlam bulma, iç huzuru yakalama ve dengede olma sürecini ifade eden manevi iyi oluş kavramı, yüksek düzeylerde ortaya çıktığında kişilerin stresli ve riskli yaşam olayları karşısında daha başarılı mücadele etmelerini sağlamaktadır ve manevi iyi oluşları yüksek olan kişilerin ego savunma mekanizmalarını olumlu yönde kullanmaya meyilli oldukları söylenebilir ayrıca kişilerin manevi iyi oluş düzeyleri yeni çağ inanışlarına duydukları ilgiyi ve yapısal olarak kullandıkları savunma mekanizmalarını etkileyebilmekte ve kişilerin anlam arayışlarının doyuma ulaştırılmasıyla gelişim gösterebilmektedir (Pargament, 2007).

Literatür incelendiğinde yeni çağ inanışlarının savunma mekanizmaları üzerindeki etkilerini ve anlam arayışı ile manevi iyi oluş üzerindeki rolünü araştıran

bir çalışmaya rastlanmamış olup bu çalışmada amaçlanan yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolünün incelenmesi ile alan yazına önemli derecede katkılar sağlanacağı düşünülmektedir.

1.2. Problem Cümlesi

Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolü var mıdır?

1.2.1. Araştırmanın Alt Problemleri

1. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile yeni çağ inanışları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile yaşamda anlam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile yaşamda anlam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Yetişkin bireylerde yaşamda anlam ve alt boyutları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolü var mıdır?
8. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
9. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri yaşa göre farklılaşmakta mıdır?
10. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
11. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri algılanan ekonomik duruma göre farklılaşmakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Denenceleri

1. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile yeni çağ inanışları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
2. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile yaşamda anlam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
3. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve alt boyutları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki vardır.
4. Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile yaşamda anlam ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.
5. Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki vardır.
6. Yetişkin bireylerde yaşamda anlam ve alt boyutları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki vardır.
7. Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolü vardır.
8. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir.
9. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri yaşa göre anlamlı farklılık göstermektedir.
10. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
11. Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş düzeyleri algılanan ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermektedir.

1.4. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Modern hayatın kompleks yapılaşması sonucunda, insanlar içsel ve dışsal olarak çok sayıda stres etkeni ile karşılaşmakta ve böylece sosyal ve ekonomik krizler, anlamsızlık, çoğalan belirsizlikler ve kimlik karmaşası gibi problemlerle mücadele etme çabası içindedirler (Bauman, 2007). Bireylerin içinde bulundukları toplumsal yapının hızlı bir şekilde değişimi, inanç sistemlerinin geleneksellikten uzaklaşarak kişisel maneviyat şekillerine dönüşmesi, ruhsal problemlerin çoğalması

gibi durumlar bireylerde anlam arayışı ve psikolojik denge halinin ön plana çıkarılmasını sağlamıştır (Heelas & Woodhead, 2005). Bu noktada bireylerin ruhsal açıdan dengeye ulaşmaları ve psikolojik sağlamlıklarını muhafaza etmeleri amacıyla başvurdukları içsel süreçlerini anlamak psikoloji alan yazını için değerli bir gereksinime dönüşmüştür (Pargament, 2007). Çalışma kapsamında ele alınan savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş kavramları ise bu aşamada etkileşimli olarak insanların içsel süreçlerinin anlaşılmasına olanak sağlamaktadır (Emmons, 2005).

Kişilerin benliği için tehdit oluşturan içsel ya da dışsal problemlerle mücadelesinde bilinçaltı düzeyde ortaya çıkan psikolojik süreçler olarak tanımlanan savunma mekanizmaları (A. Freud, 2011) kişilerin psikolojik gelişimi ile yakından ilişkili olmakla birlikte stresle mücadele yöntemlerini şekillendirmekte ve kişilerin anlam arayışları ile köklü bağlarının olduğu savunulmaktadır (Cramer, 2000).

Gün geçtikçe kişilerin inanç sisteminin gelenekselliğinden uzaklaşarak daha çok Yeni Çağ inanışlarına yöneldiği ve kendilerini bu inanışlar çerçevesinde şekillendirme eğiliminde oldukları görülmektedir (Heelas & Woodhead, 2005). Bireylerin bu yönelimlerinin çeşitli enerji, meditasyon, astroloji teknikleri ile şekillendiği ve yaşamlarına farklı bakış açıları kazandırdığı söylenebilir (Hanegraaff, 1998). Bu farklı bakış açıları sayesinde yaşamında anlam arayışı içerisinde olan bireyler kendilerine yeni bir ruhsal alan açmaktadır (York, 2001).

Logoterapi kuramında, kişilerin motivasyonlarının ana kaynağının anlam arayışı olduğunu ileri süren V. E. Frankl, anlam arayışının eksik olduğu hallerde ruhsal problemlerin ve varoluşsal boşluğun açığa çıkabileceğine vurgu yapmış olup bu bağlamda, anlam arayışı psikolojik sağlamlık ve savunma mekanizmalarının kullanım şekilleri üzerinde ciddi etkileri olan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Frankl, 2015).

Psikolojik sağlamlık ile ilişkilendirilebilecek bir başka kavram olan manevi iyi oluş ise kişinin yaşantısında içsel uyum, umut, huzur, affetme gibi değerlerle nitelendirilen bir kavramdır (Pargament, 1997). Manevi iyi oluş kavramı, kişilerin yaşamlarından aldıkları doyumunu artırıcı ve stresli yaşantılarla mücadelesinde daha sağlıklı yöntemler bulmasına yardımcı etkilere sahiptir (Piedmont, 2007).

Bireylerin savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışlarına yönelme düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğu ve bu ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun ne derece etkili olduğu alan yazında incelenmemiş bir konudur. Bu çalışmada, savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide, anlam arayışı ve manevi iyi oluşun nasıl bir aracı rol üstlendiğini açıklamak amaçlanmaktadır. Bu bağlamda, literatürde daha önce ele alınmamış olan bir ilişkiyi araştırmakta, kişilerin savunma biçimleri ve manevi kaynaklarının anlaşılması noktasında ruh sağlığı uzmanlarına imkan sunmakta ve güncel toplumsal dinamiklere dikkat çekmektedir. Bu sebeple çalışma; uygulama, literatüre katkı sağlama, bulgulardan hareketle kişilerin psikolojik iyilik durumlarının geliştirilmesine yönelik terapi süreçlerine ve manevi açıdan terapötik yaklaşımlara katkı sağlaması yönünden önemlidir.

1.5. Sayıtlılar

- Katılımcıların araştırmaya gönüllü olarak katılım sağladıkları varsayılmıştır.
- Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının katılımcılar tarafından samimi ve kendi düşünceleri doğrultusunda yanıtlandığı varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

- Araştırma, çevrim içi olarak araştırmaya katılması sağlanan 500 yetişkinden toplanan veriler ile sınırlıdır.
- Araştırma, Çorum ili Osmancık ilçesinde bulunan 18 yaş üstü yetişkin bireyler ile sınırlıdır.
- Katılımcıların savunma mekanizmaları “Savunma Biçimleri Testi”, yeni çağ inanışları “Yeni Çağ İnanışları Ölçeği”, anlam arayışları “Yaşamda Anlam Ölçeği” ve manevi iyi oluşları “Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” maddeleri ile sınırlıdır.
- Araştırma, 2023-2024 yılları ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Savunma Mekanizmaları: Bireyleri içsel ve dışsal problemlere ve risklere karşı kollayan ancak çoğunlukla otomatik bir şekilde bireylerin farkındalıkları dışında gelişen psikolojik süreçlerdir (American Psychiatric Association, 1994).

Yeni Çağ İnanışları: Kurumsallığı, tutarlı felsefesi ve dogması olmayan, ruhsal düşünce ve prensipler koleksiyonundan oluşan ve ruhsal konulara kişisel bir yaklaşımı belirten bir hareket şeklinde tanım yapılabilir (Arslan, 2006).

Anlam Arayışı: Bireylerin, kendi amaçlarına veya anlamlı olan diğer amaçlara doğru oluşturduğu yolları bir araya getiren, dinamik, kapsam alanında keşif, koruma ve gerekli durumlarda amaç ve değer inşa etmeyi bulunduran bir süreçtir (Pargament, 2005).

Manevi İyi Oluş: NICA tarafından 1975 yılında yapılan tanıma göre; bireyin yaşamında yaratıcı, benlik, toplum ve çevresi ile ilişkili, bütünlüğünü besleyici ve kutsayıcı olan olumlama sürecidir (N. Öztürk, 2023).



2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR TARAMASI

2.1. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.1. Savunma Mekanizmaları

2.1.1.1. Savunma Mekanizmaları Kavramı ve İşlevleri

Savunma kavramı ilk olarak 1894’ de Sigmund Freud tarafından “Neuro-Psychoses of Defense (Savunma Psikonevrozları)” adlı çalışmada ortaya çıkarılmıştır (A. Freud, 2011). Bu kavram Sigmund Freud tarafından 1915 yılına kadar histeri nevrozu içinde yer alan patolojik bir kavram olarak tanımlanmış ancak daha sonra patolojik olmayan ve bilinçdışı bir şekilde çatışma anlarında başvurulmuş genel bir mekanizma olarak yeniden tanımlanmıştır (Cramer, 1987). Bireye acı veren veya dayanılmaz hislere ve hayallere karşı dirençli olmak olarak nitelendirilen savunma kavramı birden fazla çalışmada bu anlamı ile kullanılmış ancak sonraki süreçte savunma kavramı bırakılarak yerine bastırma kavramı kullanılmaya başlanmış ve bu iki kavram arasında oluşan belirsizlikten dolayı Sigmund Freud tarafından 1926 yılında ‘Kitleme, Semptom ve Kaygı’ adlı çalışmasında bir açıklama yapılmıştır. Yapılan açıklama ile birlikte savunma kavramının ‘ben tarafından çatışmalarda kullanılacak olan tüm yöntemlerin genel bir adı’ ve bastırma kavramının ise bu yöntemlerden yalnızca birinin adı olarak saptanmıştır (A. Freud, 2011).

Anna Freud 1936 yılında “Ego and The Defense Mechanisms (Ben ve Savunma Mekanizmaları)” adlı kitabında ego savunma mekanizmalarına dair detaylandırma çalışmaları yaparak geliştirmiş ve savunma mekanizmalarının sebeplerine yönelik psikanalitik çerçevede açıklamalar yapmıştır (A. Freud, 2011). Savunma mekanizmalarına ilk defa DSM III-R’de yer verilmiş ve sonraki süreçte DSM IV’de (American Psychiatric Association, 1994) bireyleri içsel ve dışsal problemlere ve risklere karşı kollayan ancak çoğunlukla otomatik bir şekilde bireylerin farkındalıkları dışında gelişen psikolojik süreçler şeklinde tanımlanmıştır (Yılmaz, Gençöz ve Ak, 2007). Sigmund Freud tarafından bastırma, yansıtma, içe yansıtma, yapıp bozma, yalıtma, gerileme, tepki oluşturma, karşıtına çevirme ve kendine yöneltme olmak üzere dokuz tane ve Anna Freud tarafından ise özgecilik, yüceltme ve saldırganla yüzleşme olmak üzere üç tane savunma mekanizması

tanımlanmıştır (A. Freud, 2011). Çeşitli psikanalistlerin de destekleriyle sonraki süreçlerde savunma mekanizması sayısı otuz bire çıkarılmıştır (Akt., Taşkent, 2010).

Anna Freud savunma mekanizmalarını, egonun kaygı verici ve istenmeyen dış kaynaklı olaylardan uzak durması görevinin yanında içgüdüsel talepler, dürtüsel davranımlar, hisler vb. içsel gerilimlere karşı kontrolcü olmasına yol açan psikolojik süreçler olarak nitelendirmektedir (A. Freud, 2011). Savunma mekanizmaları, kişinin kaygıyla mücadelesine yardım ederek benin çok fazla baskı altında kalmasını engeller (Corey, 2008). Tehlikelerin kaynağı önemsiz olmakla birlikte savunmalarda amaç, kişiyi korumak için kaygı ve ruhsal acı vb. olumlu olmayan hislerin bilinç düzeyine çıkmasını engellemek ve bunu yaparken çarpıtma, yalanlama, olumsuzlama veya farkındalık dışına atma gibi yöntemlere başvurmasıdır (Lemma, 2003). Dorpat (1987)' a göre bilinçdışında otomatik olarak gerçekleşen savunma mekanizmalarının görevi kişiye rahatsızlık veren kaygı, küçük düşürülmek, utangaçlık, suçluluk ve üzüntü vb. hisleri kabullenebilir duruma getirmektir (West, 2018).

Lemma (2003) tarafından iç ve dış tehlikelere karşı denge sağlamaya çalışma yönünden savunma mekanizmaları deriye benzetilmiş ve savunmaların deri gibi vazgeçilmez olduğu ileri sürülmüştür. Savunma mekanizmalarında bireyi içsel ve dışsal gerçeklikten koparan çok katı durumların olabileceği ve bu sebeple hangi mekanizmanın ne sıklıkla kullanıldığının asıl önemli olan şey olduğu ortaya atılmıştır. Sigmund Freud ve kızı Anna Freud savunma mekanizmalarının; çatışma ve duygulanımı yönetmenin önemli bir yolu, nispeten bilinçdışı, birbirleri ile ilişkili olmayan, çeşitli psikolojik belirtilerin ayırt edici özellikleri olmalarına rağmen geri döndürülebilir ve hem patolojik hem uyumsal yapıya sahip olmak üzere beş özelliği olduğunu öne sürmüşlerdir (Vaillant, 1994).

Savunma mekanizmaları, aralıksız ve sert bir şekilde kullanıldığında normal dışı ve uygunsuz olarak nitelendirilirken kişinin problemlerinin kaynağına inerek mücadele etme çabası şeklinde kullanıldığında ise normal ve uygun olarak nitelendirilmektedir (Clark, 1992). Bu mekanizmalar patolojik davranışlara göre çok daha normal davranışlardır ve gerçeklerden kopuk bir hayat şeklini almadığı müddetçe kişilerin uyum sağlayıcı özelliklerini destekleyebilir (Corey, 2008). Bireyleri hiçbir zaman için tam bir mutluluğa ve doyma noktasına ulaştıramayan savunmalar, birçok durumda kısmi olarak kaygılarını dindiren bireylerin sorunlarını görmezden gelmelerine ve durumlarını idealleştirmelerine yol açarak toplumdan

soyutlaşmalarına sebep olabilmekte ve bunun yanında aşırıya kaçan savunma kullanımlarında ise ciddi uyum problemleri ve kaygı nöbetleri ortaya çıkabilmektedir (Morgan, 2011). Kişilerin başvurduğu savunma mekanizmaları, yaşadıkları kaygının büyüklüğüne ve içinde bulundukları gelişim dönemlerine göre farklılık göstermektedir (Corey, 2008). Kişilik bozulmaları yaşanan durumlarda, savunma mekanizmalarının kullanımı belirgin bir şekilde farklılık gösterebilir ve bu nedenle tanı koyma aşamasına dahil edilen savunmalar hastalar hakkında önemli bilgiler vererek problemin ortaya çıkarılmasına yardımcı olabilir (Vaillant, 1994).

Olumlu yanları olmasına rağmen çatışmalar ve engeller karşısında bireylerin kaygılarını kısmi bir şekilde dindirdiği için savunma mekanizmaları, belirtileri ortadan kaldıran ancak hastalıkları iyi edemeyen tıbbi ilaçlara benzetilerek bireyleri avutan önlemler olarak değerlendirilebilir ve buradan hareketle savunmaların, psikolojik olarak sorunların gerçekçi çözümlerine ulaşıncaya kadar olumlu işlevinin olduğu ancak çözüme ulaşmada yaşanan gecikmelerde ise olumsuz işlevinin devreye girdiği söylenebilir (Morgan, 2011).

Çocukluğun erken dönemlerinde tecrübe edilen olumlu olmayan yaşantıların çeşidi, daha önce başvurulan savunmalardan öğrenilen sonuçlar, anne ve babalar tarafından çocuklara bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde aktarılan savunmaları ve mizaç etkenlerinin ortak sonucunda savunma mekanizmaları meydana gelmektedir (McWilliams, 2013). Winnicott (1958) savunma mekanizmalarının gelişme sürecini erken dönemde anne rolü ve çevrenin kolaylaştırma etkisi üzerinden tanımlamış, bebeğin çevreye uyumlu olmak ve beklentilere karşılık vermek için sahte benlik oluşturduğunu ve bu durumun bebeğin gerçekte olan benliğini muhafaza etmek amacıyla tasarlandığını ileri sürmüştür (Akt., Uluyürek, 2022). Melanie Klein (1946) tarafından savunmalar aracılığıyla bebeklik döneminde yaşanan psikotik kaygılar ile mücadele edilebildiği belirtilmiş, benliği bölmeyi ve diğer bir bireye aktarmanın normal ve şizoid nesne ilişkilerindeki birleşimlerini, yansıtma aracılığıyla özdeşimin alt süreçlerini tanımlamıştır.

Savunma mekanizmalarını ve psikopatolojiyle ilişkisini anlayabilmek amacıyla klinik çalışmalarda hikayeler, görüşmeler, projektif testler, otobiyografi ve anket benzeri çeşitli metotlardan faydalanılmıştır (Yılmaz ve ark., 2007). Cramer (2015) tarafından ego savunma mekanizmaları ile alakalı olarak üç kuramsal varsayım ortaya atılarak stresin savunma mekanizması kullanımı üzerinde artırıcı

etkisinin olduğu, çocuklar için savunmaları kullanmanın psikolojik problemlerden koruyucu bir etkisinin olduğu ve yaşa uygun olmayan savunmaların çok fazla kullanılmasının yetişkinlik, ergenlik ve son çocukluk psikopatolojisinden dolayı olduğu ileri sürülmüştür.

Savunma mekanizmaları ile ilgili yapılan araştırmaların birçoğu tarafından 7 tane ana ilke desteklenmiş olup bu ilkeler:

- 1- Savunma mekanizmaları normal kişiliklerde vardır.
- 2- Stresli anlarda kullanımları artar.
- 3- Bilinçdışında işlev görürler.
- 4- Aşamalı bir gelişimleri vardır.
- 5- Çok fazla kullanımları psikopatolojiktir.
- 6- Fonksiyonları otonom sinir sistemine bağlıdır.
- 7- Kullanımları sonucunda olumlu olmayan duyguların bilinçsiz deneyimlenmesini çoğaltır (Cramer, 2008).

Savunma mekanizmaları, bireyin ruh bütünlüğünü ve dengede olma halini korumayı amaçlar, inkara dayalı olan savunmalar ve psikolojik onarılmaya dayalı olan savunmalar olmak üzere ikiye ayrılır. İnkara dayalı olan savunmalar haklı sebepler aramak gibi bireyin değerini muhafaza etmeyle ilişkili olup psikolojik onarılmaya dayalı savunmalar ise aralıksız konuşma ve ağlayış davranışlarında meydana gelir (Geçtan, 1995).

2.1.1.2. Savunma Mekanizmaları Sınıflandırılması

Savunma mekanizmaları hakkında tanımlamaların ve türlerin artması ile birlikte hangi savunma mekanizmasının daha uyumlu ve anksiyeteyle mücadelede daha etkili olduğu düşünülerek savunmaların kendi içlerinde aşamalı bir sistemlerinin varlığından söz edilmeye başlanmıştır (Taşkent, 2010). Savunma mekanizmalarının sınıflandırma çalışmaları ilk olarak Anna Freud tarafından patolojik savunmalar ve uyumlu savunmalar olmak üzere iki kategoriye ayrılarak yapılmıştır (A. Freud, 2011).

DSM (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı) tarafından toplamda 20 tane savunma mekanizması belirlenmiş ve olgun, nevrotik ve olgun olmayan olmak üzere 3 kategoride toplanmış olup bu kategorilerde olgun savunmalar

yüceltme, baskılama, beklenti, ve mizah olmak üzere 4 savunmadan; nevrotik savunmalar idealleştirme, karşıt tepki geliştirme, yapma- bozma ve sahte özgecilik olmak üzere 4 savunmadan ve olgun olmayan savunmalar ise yansıtma, pasif agresyon, otistik fantezi, yadsıma, yer değiştirme, dışa vurma, yalıtma, bölme, mantıksallaştırma, bedenselleştirme, değersizleştirme ve disosiyasyon olmak üzere 12 savunmadan oluşmaktadır (Akt., Aksu, 2019).

Vaillant tarafından savunma mekanizmaları aşamalı olarak psikotik, immatür, nevrotik ve olgun olarak 4 kategoride toplanmış ve bunlardan psikotik savunmalar Travma Sonrası Stres Bozukluğunda (TSSB) genel olarak karşımıza çıkan psikotik bozulma, psikotik inkar ve sanrısız izdüşümden oluşmaktadır (Vaillant, 2011). Vaillant' a göre psikotik savunmalar yaşamın ilk yıllarında ve ileri psikopatolojik rahatsızlıklarda, immatür savunmalar çoğunlukla çocukluk ve ergenlik dönemleri ile duygu durum ve kişilik bozukluklarında, nevrotik savunmalar normal bireyler yanında çoğunlukla obsesif-kompulsif bozuklukta ve histerik ya da nevrotik bireylerde, olgun savunmalar ise sağlıklı kişilerde kullanılmaktadır (Snarey & Vailant, 1985). Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından savunma mekanizmaları Vaillant (2011)' ın aşamalı gruplandırmasına uyumlu bir şekilde immatür (olgun olmayan), nevrotik ve matür (olgun) olmak üzere 3' lü sınıflandırma yapılmıştır (A. Kaya ve Bozkur, 2017).

Bir diğer sınıflamada ise savunma mekanizmaları yüksek ve düşük düzeyde olarak iki grupta ele alınmış olup yüksek düzeyde yer alan savunmaların (özgecilik, çilecilik, mizah, yüceltme ve beklenti) beni gerçeklikten uzaklaştırmadığı, kişinin düzenli benlik saygısı oluşturmada etkili olduğu, topluma ayak uydurma konusunda yardımcı olduğu, semptomu sebebiyet vermeden problemlerin çözümü noktasında etkili olduğu ileri sürülmüştür. Tanımlanan diğer savunmaların ise psikolojide daha çok bilinen mekanizmalar olduğu ve düşük düzeydeki savunma grubuna girdiği ileri sürülmüş ve sık sık savunmalara başvurulmasının bireyin var olan psişik enerjisini farklı yönlerde kullanmasına engel olarak benliğe zarar vermektedir (Karaca, 2019).

Bu çalışmada Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından geliştirilmiş, orijinal adı "The Defense Style Questionnaire" olan ve türkçeye uyarlama çalışmaları Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılan 'Savunma Biçimleri

Testi-40 (SBT-40)' kullanılmış olup ölçekte yer alan savunma mekanizmaları açıklanmıştır.

2.1.1.2.1. Matür (Olgun) Savunma Mekanizmaları

Gerçeklik algısını bünyesinde barındıran ve hayatın ileri dönemlerinde başvurulmuş olgun savunmalardır (Akt., Bardakçı-Güröl, 2024). Olgun (matür) savunmalar zihinsel çarpıtmaları diğer savunmalardan belirgin bir şekilde daha az içinde bulundurur (Olson, 2008). Çoğunlukla ruhsal açıdan sağlıklı yetişkin kişilerde kullanılması beklenen ve zihinsel değişim döneminde kişilerarası ve toplumsal ilişkilerde en iyi başarıya ulaşmak maksadıyla uyum yakalayan savunmalardır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Bu mekanizmaların dürtü boşalımını sağlamak, kaygıyı ve ruhsal gerginliği azaltmak, sosyal açıdan olumlu dönütler alarak kişiye yarar sağlamak gibi işlevleri vardır ve bu savunmalar sayesinde kişiler içsel süreçleri ve gerçek çevre arasında faydalı ve uyumlu bir dengeye ulaşabilirler (West, 2018). Matür (olgun) savunmalar yüceltme, mizah, beklenti ve baskılamadır.

Yüceltme

Bu savunma mekanizması Freud tarafından, bireyin cinsel merakının yaratıcı ve yararlı etkinliklere yönlendirilmesi şeklinde tanımlanmıştır (Corey, 2008). Olgun olmayan güdülerin esas gaye ve nesnelerinden ayrılarak toplumsal olarak onaylanan veya kabul gören eylemler ile doyum noktasına varması yüceltme olarak tanımlanmaktadır (S. Freud, 1963). Yüceltme mekanizması sayesinde birey, uyumsuz olabilecek duygularını veya güdülerini toplum için onaylanabilir eylemlere döndürerek içsel ve dışsal stres faktörleri veya duygusal problemlerle mücadele etmektedir (American Psychiatric Association, 1994).

Birey yüceltme savunma mekanizmasını kullandığında dürtünün ifade edilmesini engellemek yerine nesnesini ve tarafını değiştirdiği için bu savunma mekanizması sağlıklı ve yapıcı bir savunma olarak nitelendirilmekte olup ayrıca bu mekanizma sayesinde birey hem kendisi hem de toplum için pozitif bir şekilde enerjisini boşaltabilmektedir (S. Freud, 1963). Yüceltme mekanizmasının 3 oluşum aşaması bulunmakta ve bu aşamalar; gerçek gayenin ketlenmesi, saldırganca veya cinsellik içeren özelliklerin etkisizleştirilmesi ve egonun enerjiyi yeni bir şekle sokması şeklindedir. Yüceltme savunmasında birey herhangi bir bunaltıcı etkene

karşı savunma ihtiyacına bağlı olmadığı için bu savunmanın diğer savunmalara göre normal dışı tarafının olmadığı fakat diğerlerinin seviyesine ve yerine kıyasla anormal niteliklere sahip olabileceği ifade edilmektedir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Bireyin yüceltme sayesinde saldırganca dürtülerini spora ya da tıptaki cerrahi kısma yönlendirmesi örnek olarak gösterilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Mizah

S. Freud (1998)' un yapmış olduğu tanımlamada mizah, kişinin olumsuzluklar karşısında realist bakış açısını kaybetmeden espri ve alaya başvurarak bu olumsuz hislerden korunmasına destek olan sağlıklı savunmalar olarak ele alınmıştır. Rollo May tarafından bu savunma, bireyin yaşadığı sorunlardan yeterli düzeye kadar uzaklaşarak yaşadığı soruna dair bir bakış açısı kazanmasına destek olan mekanizma olarak nitelendirilmiştir (May, 1997). Birey mizahı kullandığı zaman problemin veya stres faktörlerinin ironik ve eğlenceli taraflarına yoğunlaşarak içsel ve dışsal stres faktörleri veya duygusal problemlerle mücadele etmektedir (American Psychiatric Association, 1994). Kişilerin kendilerini mizah ile açıkladığı bu savunma mekanizmasında kaygıyı ortaya çıkaran durumlar ve fikirler unutulmaz, bireyler mizahı sadece kaygılarını en aza indirmek amacıyla kullanırlar fakat yaşadıkları kaygı zihinlerinde dönmeyi sürdürür ve buradan hareketle mizahın kişilerin mutsuz anlarını unutturan bir seçenek olabileceği ileri sürülmüştür (Blackman, 2021).

Beklenti

Bireyin gelecek zamanda yaşama olasılığı olan kaygılı ve stres yaratıcı anlar için şu anki zamanda bir anksiyete oluşturarak kendini hazır hale getirmesidir (Di Giuseppe & Perry, 2021). Bu savunma mekanizmasında kişi, gelecek zamanda yaşama ihtimalinin olduğu durumlar için şimdiki zamanda alternatif ve realist tepkiler ya da çareleri düşünerek, verebileceği tepkileri deneyimler ya da çıktılarını öngörerek stres faktörleri veya duygusal problemlerle mücadele edebilmektedir (American Psychiatric Association, 1994). İleriki dönemlerdeki problemlere karşı şimdiden bir hazırlık yapmayı hedefleme yönünden bu savunma olgun (matür) savunmalar arasında sayılmaktadır (R. Bailey & Pico, 2023). İnsanın, kendisi üzerinde kaygıya sebep olan durumlarla anksiyete ve problemin daha ortaya

çıkmadığı süreçte hayal dünyasını çalıştırarak baş etmeye çabaladığı savunma mekanizmasıdır (Perrotta, 2020). Anksiyeteyi hislerin bir alıştırması olarak şu anda yaşamının ileride hissedilecek olumlu olmayan duygulanımların azaltılmasında etkili olduğu söylenebilir (Saçal, 2024). Sözlü mülakata katılacak olan bir bireyin, mülakat esnasında karşılaşılabileceği aksaklıklar üzerine düşünmesi ve kendisini sürece hazırlaması bu savunma mekanizmasına örnek olarak gösterilebilir bir durumdur.

Baskılama

Bastırma adıyla da bilinen baskılama savunması, Freud tarafından ortaya atılan savunmaların içinde önemli bir yere sahiptir ve savunma mekanizmaları ile nevrotik bozuklukların birçoğunun kökeninde yer almaktadır (Corey, 2008). Anksiyeteden korunmak için başvurulmuş en ana savunmadır ve diğer daha detaylı savunmalar için zemin hazırlamaktadır (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016). Bu savunmada benlik tarafından bilinçaltına atılan güdüler, hisler, arzular ve hatıraların bilinç seviyesine yükselmesi onaylanmaz ve ketlenir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Bireyin olumsuz sorunlar, hisler, istekler ve tecrübeler üzerine bilerek düşünmemeye çalışarak stres etkenleri ya da duysusal problemlerle mücadele etmesidir (American Psychiatric Association, 1994). Baskılama, diğer matür (olgun) savunmaların kullanımlarına mani olmaya başlarsa bu aşamada patolojik etkiler oluşturmaya başlar (McWilliams, 2013). Hayatın ilk 6 yılında yaşanmış birçok olumsuz deneyimin kişi tarafından bilinçdışına atıldığı ve bu olumsuz deneyimlerin sonraki yıllarda kişinin eylemleri üzerinde etkin olduğu düşünülmektedir (Corey, 2008).

2.1.1.2.2. Nevrotik Savunma Mekanizmaları

Yetişkin kişilerde yaygın olarak görülen bu savunmalar, nevrotik niteliklere sahip olduğu düşünülerek nevrotik savunma mekanizmaları şeklinde isimlendirilmiştir. Bu savunmalar bireyin problemleri ile mücadele sürecinde kısa süreli fayda sağlamakla birlikte bireyin başvurduğu temel savunma halini aldığı anda; yaşam doyumu, iş hayatı ve duygusal ilişkiler hususlarında uzun süre devam eden problemlere neden olmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Olgun olmayan (immatür) savunmalara benzer şekilde zorlu problemlerle mücadelede aşırı düzeyde kullanılması bireyin gündelik hayatına adaptasyonunda zorluk çıkarmaktadır

(Geçtan, 1995). Nevrotik savunmalar yapma-bozma, yapay özgecilik, idealleştirme ve karşıt tepki geliştirmedir.

Yapma-Bozma

Bireyin davranışta bulunduktan sonra davranışını bozmaya çalışarak olumsuz fikirlerine ket vurması ve aynı zamanda güdüsel ve karşı gelme isteğini doyurması yapma-bozma mekanizması olarak nitelendirilir (A. Freud, 2011). Yapma- bozma savunması bireyin fikrinde veya hakikatte gerçekleştirdiği ya da gerçekleştirmeyi planladığı olumlu olmayan davranışı etkisizleştirmek, nötr hale getirmek ve hiç gerçekleşmediğini varsaymak amacıyla yapılan bazı işlemler şeklinde nitelendirilmiş ve bu mekanizmanın obsesif- kompulsif özelliklere sahip bireylerde daha fazla görüldüğü ileri sürülmüştür (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Gelişimin erken dönemlerinde birey tarafından öğrenilen, herhangi bir yanlış davranıştan sonra af dilemenin cezayı ortadan kaldırdığı bilgisi bu mekanizmanın kökeninde yatan çocukluk yaşantılarından (Geçtan, 1995). Kişinin, onaylanmayan fikir, davranış veya hisleri reddetmek ya da göstermelik olarak yerini doldurmak için oluşturulmuş kelime ya da eylemler aracılığıyla stres faktörleri ya da duygusal problemler ile mücadele etmesidir (American Psychiatric Association, 1994). Bireyin zihninde canlanan rahatsız edici düşüncesinden dolayı gerçekleşmemesi amacıyla üç kere tahtaya tıklatma davranışı bu mekanizmaya örnek olarak gösterilebilir (Namlı, 2024).

Yapay Özgecilik

Bireyin kişisel gereksinimlerini ve güdülerini diğer bireyler aracılığıyla yerine getirmesi olarak tanımlanan yapay özgecilik savunmasını kullanan bireylerin diğerlerine karşı olan iyi eylemlerinin altında kendi güdülerinin yattığı ileri sürülmüştür (A. Freud, 2011). Yapay özgecilik savunması, yansıtma ile özdeşim savunmalarının ortaklığı sonucunda ortaya çıkmıştır (Blackman, 2021). Çocukluk döneminde sert ebeveyn tutumlarından dolayı aynı şekilde süperegoları sert bir hale gelen bireyler, isteklerini tatmin etmezler ve bastırmadan etrafındaki diğer bireylere aktarırlar, böylelikle dolaylı bir doyuma ulaşırlar ve yaşamlarını diğer bireylere adanmış olarak algılanabilirler (A. Freud, 2011).

Yapay özgecilik savunma mekanizmasını kullanan bireyler özdeşim kurdukları diğer bireylerin karşılaştıkları zorluklara karşı saldırganca bir tavır

takınabilmekte ve sert süperegolarının izin vermediği eylem ve isteklerini toplumca takdir edilen kişilik özelliklerine dönüştürmektedirler (A. Freud, 2011). Bu savunma mekanizması, bireyin kendisini diğer bireylerin gereksinimleriyle oyalayarak stres faktörleri ve ruhsal problemlerle mücadele etmesi ve başkalarının tepkilerinden hoşnut olması durumu olarak tanımlanabilir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Bu savunmayı kullanan bireyler özdeşleştikleri nesnenin başarılarından tatmin olup tehlikede oldukları anlarda saldırganca tavır sergileyerek kendilerine ceza vermiş ve dolaylı olarak doyuma ulaşmış olurlar (Blackman, 2021).

İdealleştirme

İdealleştirme savunması, kişinin kendisine veya diğer kişilere abartılı olumlu özellikler yüklemesi şeklinde tanımlanmakta ve idealize edilene karşı olan tutarlı olmayan düşüncelerin bilinçaltına atılmasına sebep olmaktadır (A. Freud, 2011). Hayatın ilk dönemlerinde çocuklar, anne-babalarının sevgisine ulaşmak için takdirlik davranışları sergilemeye meyillidir ancak anne-babalarından gördükleri sevgiyi özümseyemedikleri zaman ileriki süreçlerde diğerlerine karşı aşırı sevgi ve özellikler yükleyebilmekte böylelikle bireyde uzun süreli öz saygı eksikliği ve bağımlı kişilik oluşabilmektedir. Buradan hareketle öz saygısını kaybetmiş bireylerin depresyon ve suçluluk hislerinden sıyrılmak için idealleştirme savunma mekanizmasını kullandıkları ileri sürülmüştür (McWilliams, 2013). Bireylerin stres faktörleri veya duygusal problemlerle mücadele ederken diğer bireylere karşı aşırıya kaçan olumlu özellikler yüklemesi olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 1994). Bu savunma mekanizmasına sahip bireyler, çoğunlukla değersizlik, sıradanlık, zayıflık vb. hislerden kurtulmak için değerli, önemli ve kudretli özelliklere sahip başkalarıyla hakiki ya da sözde ilişkiler edinir ve idealleştirilen bireyin aşırı iyi ve kudretli olduğuna inanılır ve bireyde var olan herhangi bir eksiklik ya da hatanın önemsiz olduğu düşünülerek idealleştirilen birey mükemmel olarak nitelendirilmektedir (Di Giuseppe & Perry, 2021). Bireyin hangi seviyede bağımlı olduğu idealleştirme eğiliminin gücünü etkilemektedir (McWilliams, 2013).

Karşıt Tepki Geliştirme

Anna Freud' a göre 'tersine inanmak' şeklinde de isimlendirilen bu mekanizma onaylanamayan güdülerin aksine dönüştürülmesidir ve hem 'saldırgan

kişi ile özdeşleşmeyi' hem de 'özgeci şekilde teslim olmayı' içermektedir (A. Freud, 2011). Karşıt tepki geliştirme kollayıcı bir süreç olmakla birlikte, ilk olarak benlik tarafından onaylanmayan fikir, his ve güdülerin bastırılması ve sonrasında tam zıttı bilinç seviyesinde belirtilmesi olarak iki aşamada oluşmaktadır (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016). Bu mekanizma, bireyin bilinçaltında yer alan istek, güdü ve yasakların tam aksi davranışlar sergilemesi şeklinde tanımlanmakta olup birey bilinçdışında yer alan istek, güdü ve yasaklardan dolayı oluşan gerginliği azaltmak ve kendisini kollamak adına karşıt tepkiler geliştirir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Kişi, suçluluk hislerine sebebiyet veren arzuları çoğaldığında, bilinçli şekilde arzularının tam zıttı eylemlerde bulunarak kendisini kollamaya çalışır ve böylelikle var olan olumsuz hislerini tam aksi hisleriyle gizleyebilmektedir (Geçtan, 1995). Bilinçaltında homoseksüel dürtülere sahip olan bireyin homoseksüel kişilere karşı aşırıya kaçan anlayışsız tutumlarının olması bu mekanizmaya örnek olarak verilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

2.1.1.2.3. İmmatür (Olgun Olmayan) Savunma Mekanizmaları

Çoğunlukla hayatın ilk dönemlerinde, bireyin içsel ve dışsal kaynakların sebep olduğu kaygı ile mücadele etmek amacıyla kullanılan, ciddi psikolojik bozulmalarda da sık sık gözlemlenen savunmalardır (Katar, 2023). Benlik ve dış dünya arasındaki sınırlarla alakalı olan en ilkel savunmalardır (McWilliams, 2013). Bu savunmalar bireyin kendi ve diğerleri ile ilgili algısının bozulmasına sebep olmaktadır (American Psychiatric Association, 1994). Bireyin gerçeklik algısının henüz oluşmaması ve başka bireylerin durağan ve kendisinden ayrı olmasının algılanmaması gibi gelişimin dil öncesi dönemi ile karakterize olmuş belirtilerin olması gerekmektedir (McWilliams, 2013). Bireyde psikotik olarak kabul edilen durumun olgun olmayan savunma mekanizmalarının kullanılması değil olgun savunmaların kullanılmaması olduğu belirtilmiştir (McWilliams, 2013). İmmatür (Olgun olmayan) savunmalar yansıtma, pasif agresyon, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, yadsıma, yer değiştirme, disosiyasyon, bölme, mantıksallaştırma ve bedenselleştirme.

Yansıtma

Kişinin, onaylanamaz arzularını ve eylemlerini diğer kişilerde görmeye eğilimli olmasıdır (Corey, 2008). Bireylerin stres faktörleri ve ruhsal problemlerle mücadele edebilmek amacıyla diğer bireylere kendi onaylanamaz his ve fikirlerini yöneltmesi olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Yansıtma savunma mekanizması kişiyi ‘bireyin mağlubiyetleri ve eksikliklerinden diğerlerini sorumlu ve suçlu ilan etmesi’ ve ‘bireyin suçlu hissetmesine sebep olacak arzu, fikir ve güdülerini başkalarına mal etmesi’ olmak üzere iki şekilde kullmaktadır (Geçtan, 1995). Kişinin kendisinde güçsüz ya da kabahatli gördüğü his, arzu, sorumluluk ve fikirlerini diğer kişilere atfetmesi anlamına gelmektedir (Blackman, 2021). Bu savunma mekanizmasında, birey tüm olumsuz durumların kendisi dışında başkasına ait olduğunu düşünür, bireyin kendisi ve başkası arasındaki ayrım belirsiz hale gelir ve içsel dünyadaki yaşantıların kaynağı olarak dış dünya görülebilir ayrıca yansıtmanın sık kullanılması ciddi kişilik bozukluklarına sebep olmakta ve bireyin yansıtmayı yaptığı kişiyi gerçek dışı olarak yorumlaması nedeniyle fikirler paranoid hale gelmektedir (McWilliams, 2013). Bilinçaltında cinsellik dürtüleri yoğun olan bireyin kendisine yakınlık gösteren karşı cinsten herkesin kendisini tahrik etme niyetinde olduğunu düşünmesi bu savunmaya örnek olarak verilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Pasif Agresyon

Bireyin ifade edemediği rahatsız edici durumların eylemlerine dökülmesi yani eylemler ve söylemler arasında karşıtlık olması şeklinde tanımlanmaktadır (Cramer, 2015). Pasif saldırganlık, başkalarına zarar verme güdüsünün gizli ve aktif olmayacak şekilde yerine getirilmesidir (Vaillant, 1994). Bu mekanizma, öfke ya da düşmanlık içeren hislerin gizli, iddiasız ve dolaylı bir şekilde diğerlerine yönelik açığa çıkarılmasını kapsamaktadır (Di Giuseppe & Perry, 2021). Birey, diğerlerine karşı olan saldırganca hislerini pasif ve dolaylı şekilde belirterek stres faktörleri ya da ruhsal problemlerle mücadele eder (American Psychiatric Association, 1994). Psikanalitik kurama göre pasif saldırganlık anal dönemdeki problemlerden kaynaklanmakta ve tuvalet eğitimi çocuğun güdülerinden ayrıştığı ilk durum olduğu için egosu ile güdüler arasındaki ilişkide belirgin bir rol oynamaktadır. Çocuk dürtülerinin anında karşılanmaması durumunda öfkeyle karşı gelme veya dışkısını

boşaltma şeklinde tepkisini ortaya koyar ve burada dışkının boşaltılması aktif bir tutum iken cezadan korkulduğu için dışkının boşaltılmaması ise aktif olmayan bir tutumdur (Topçuoğlu, 2003).

Dışa Vurma

Kişinin stres etkenleri ya da ruhsal sorunlarla mücadele sürecinde his ve fikirler yerine davranışlara yönelmesi olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 1994). Bireyin, bilinçaltında yer alan his, arzu ve fikirlerini kendinden bağımsız dış çevreyle bağlantılı olduğunu düşünme eğilimidir ve nevroitik bireylerde kendi yetersizlikleri sebebiyle dış dünyayı sorumlu tutma şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu mekanizmada benliğin bütünüyle geride bırakılması söz konusudur (Geçtan, 1994). Dışa vurma savunmasında bastırılan hisler davranışlar üzerinde kendilerini belli ederler (Vaillant, 1994). Benlik için uygun bulunmayan ve kontrolü sağlanamayan hisler onaylanmayan ve zarar verici davranışlara yansıtılarak ortaya çıkmaktadır (Cramer, 2015). Bu savunmada dikkat edilmesi gereken kısım, bireyin dışa vurma savunmasını kullanmasına neden olan etkenlerin kökeninin bilinçaltında istemsiz ve endişe verici halde ortaya çıkmasıdır (McWilliams, 2013). Dışa vurma mekanizması borderline (sınırdan), narsistik ve antisosyal kişilik rahatsızlıklarına sahip bireyler tarafından sık sık başvurulan savunmalardır (Vaillant, 1994).

Yalıtma

Birey tarafından stres etkenleri ve ruhsal sorunlarla mücadele ederken yaşanan bir olaya ait fikirlerini ve hislerini birbirinden ayırtması yalıtma savunması olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Sigmund Freud tarafından tanımlanan ilk mekanizmalardan olan yalıtma, bireyde anksiyeteye ve probleme sebep olan hayal, his ve fikirlerin duygusallıktan ayrışması ve güçsüzleşerek denetlenebilir şekle sokulması olarak tanımlanabilir. Burada esas olarak yapılan olayların duygusal kısımlarının yalıtımı yapılarak bilişsel kısımlarının ortaya çıkarılmasıdır (McWilliams, 2013). Bireylerin yaşadıkları travmalar sonrasında olayı anımsadıkları anlarda duygusal olarak tepkisiz olması veya toplumca yaşanan travmalarda görülen ruhsal donuklaşmalar bu savunmaya örnek olarak verilebilir ve böylelikle zorlayıcı duygular göz ardı edilerek ruhsal yapı muhafaza edilmektedir (S. Freud, 1894). Bireyin hayalleri, fikirleri ve tecrübelerinin

duygusal tarafını yalıtma yaparak kendisini hayal kırıklıklarından ve zarar verici durumlardan kollamaya çabalar ve çatışmalarını dile getirirken başkalarına aitmiş gibi duygusal donukluk yaşayabilir (Geçtan, 1995).

Değersizleştirme

Bireyin kendi benliğine ya da diğer bireylere karşı aşırıya kaçan şekilde hoş olmayan özellikler yüklediği bir savunmadır (American Psychiatric Association, 1994). McWilliams tarafından ‘ilkel değersizleştirme’ şeklinde belirtilen değersizleştirme idealleştirme gereksiniminin başka bir tarafıdır (McWilliams, 2013). Mükemmel ilerlemeyen bireyin yaşantısında erken dönem idealizasyonlar hüsrarla son bulmakta ve sonucunda idealleştirilen nesne değersizleştirmeye karşı karşıya kalmaktadır (McWilliams, 2013). Bireyin öz saygısını muhafaza etmek amacıyla başka bireyleri değersizleştirme olarak tanımlanmakta ve narsistik bireylerde gözle görülebilir şekilde ortaya çıkar ancak gizli olarak da görülebilmektedir (Blackman, 2021). Değersiz olduğunu hisseden kişi başkalarını kendisinden üstte ya da aşağıda görmektedir, eşitlik durumu söz konusu değildir ve kişi tarafından benliğinin olumsuz taraflarını başkalarında görmesinden kaynaklı diğerlerini küçümseme ve bilinçsiz olarak diğerlerini değersizleştirme söz konusudur (Geçtan, 1995). Bu mekanizma borderline (sınırdaki), narsistik ve obsesif-kompulsif kişilik bozulmalarına sahip bireylerde ya da manik depresif kişinin depresif kısmında ortaya çıkabilmektedir (Taşkent, 2010).

Otistik Fantezi

Birey tarafından diğerleriyle iletişimlerinde düşler kurularak stres etkenleri ve ruhsal problemlerle mücadele etmesi şeklinde tanımlanan savunmadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Bir kısım kaynakta ilkel geri çekilme şeklinde adlandırılan bu savunma mekanizması, kişinin sıkıntılı his, fikir ve olaylara karşı kendi iç dünyasına yönelmesidir (McWilliams, 2013). Bireyin gerçek yaşamın olumsuz taraflarının kabul etmeyerek yerine oluşturduğu hayallerini getirmesi olarak tanımlanabilir (Hartmann, 2021). Bireyin doyumuna ulaşmamış ve karşılanmamış ihtiyaçlarının düş kurma şeklinde doyuma ulaştırılmasıdır (A. Freud, 2011). Çoğu zaman düş kurma ile yadsıma savunmaları bir arada kullanılmaktadır ve silahlar,

kılıçlar vb. oyuncaklar ile oynayan bir çocuğun kendisini yenilmez bir komutan olarak hayal etmesi bu savunmaya örnektir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Yadsıma (İnkâr)

Birey tarafından tecrübelerinin ya da dışsal gerçekliğin diğerlerince anlaşılabilen olumsuz taraflarının reddedilerek stres etmenleri ya da ruhsal problemlerle mücadele edilmesi olarak tanım yapılmıştır (American Psychiatric Association, 1994). Benlik üzerinde kaygı verici özelliğe sahip bir gerçeğin ya da durumun yokmuş gibi düşünülmesi, anlaşılmamasıdır ve çocukluk yıllarının rol yapma oyunlarının altında yatan dürtüler şeklinde karşımıza gelmektedir, benliğin kuvvetlenmesi ile yadsıma (inkar) savunması güçsüzleşir ve zorlaşır ayrıca bu savunmada kaygının sebebi dışsal çevreden doğan risklerken, bastırma savunmasında kaygının kaynağı içsel dürtülerdir ve bu noktada bu iki savunma farklılaşmaktadır (A. Freud, 2011). Ölümcül hastalığı olan bir bireyin doktor raporları olmasına rağmen hastalığını kabul etmemesi bu savunmaya örnek olarak gösterilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Yer Değiştirme

Bireyin kontrol etmekte zorlandığı güdü ve hislerinin yoğunlaştığı anlarda başvurulmuş bu mekanizmanın işleyişi iki şekilde gerçekleşmekte ve bunlar; (1) kontrolü kolay olmayan güdü ya da hislerin bağlı olduğu nesneden uzaklaştırılarak kontrolünün daha kolay sağlandığı ve ilişkili olmayan nesneye aktarılması, (2) Risk teşkil eden güdü ya da hislerin ortaya çıkardığı tepkinin başka bir tepki ile değiştirilmesidir (Geçtan, 1995). Benliğin riskli gördüğü ve onaylamadığı yönelim, his ve arzuların esas nesne dışına yönlendirilmesi ya da istenilen ancak tehlikeli olabilecek tepkinin değiştirilmesi anlamında kullanılabilir (McWilliams, 2013). Bu mekanizmada içsel güdülerin onaylanabilir birey veya nesneye yönlendirilmesi söz konusudur ve anne-babasına öfkesini evcil hayvanına ya da oyuncaklarına yönelttiği saldırganca davranışlar ile belirten çocuk buna örnek olarak gösterilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Disosiyasyon

Bu savunmada, bireyin farkındalığı dışındaki bazı güdü ya da hislerin, bireyin yaşamında normal farkındalıktan ayrı işlev görmektedir (Di Giuseppe & Perry, 2021). Travmatik ve üzücü yaşantılar sayesinde ego bölünür ve böylelikle bireyin problemlerinin etki gücü azalarak hoş olmayan fikir ve hislerden ayrışma yaşanır (Taşkent, 2010). Disosiyasyonun aşırı kullanımı, insanlar arası iletişimi bozar ve travma yaşanmadığında bile istemsiz kullanılma riski ortaya çıkar (McWilliams, 2013). Bireyi zorlayan travmatik yaşantılarda bölme ve bastırma savunmasının birlikte kullanılarak travmatik yaşantıyı katlanılabilir hale sokmak olarak tanımlanabilir (Taşkent, 2010). Bu mekanizma bireyde çoklu kişilik bozukluğu, depersonalizasyon, psikojenik amnezi ve füge sebep olarak bir parçasını tanımadan, farkındalığı dışında deneyimlerini hatırlamamasına yol açmaktadır (Geçtan, 1995).

Bölme

En ilkel savunmalardan biri olarak nitelendirilen bu savunma, aralarında zıtlık olan benlik ve nesne imgelerini belirgin bir sınır ile ayrıştıran bilinçaltı yapılar olarak tanımlanabilir (Geçtan, 1995). Bebeğin benliğinde iyi ve kötünün birlikte bulunmayarak ayrı uçlar şeklinde ayrışması olarak tanımlanmakta ve bu durumun ileriki zamanlarda ikircikli hislere (ambivalans) davetiye çıkardığı söylenmektedir (Klein, 1946). İçselleştirilen güdü ve nesnelerin iyi ve kötü olacak şekilde ayrımının yapılması ancak bu nitelikleri taşıyamayacaklarına inanç duyulması olarak tanımlanan bu savunmalar çoğunlukla borderline (sınırdan) kişilik bozukluklarında görülmektedir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Mantıksallaştırma (Rasyonalize Etme)

Kişilerin olayları onaylanabilir şekilde ifade ederek yapılan zıt açıklamaları ölçüp tartmaya dirençli olmasıdır (Clark, 1992). Çoğunlukla yadsıma (inkar) mekanizması ile birlikte kullanılmakta, eylemi doğru olarak gösterme ve ulaşılamayan gayeler sonucunda hissedilen düş kırıklıklarının etki gücünü düşürme olarak iki alt boyutu bulunmaktadır (Geçtan, 1995). Bireyin kendisine veya başkalarına ait his, fikir ya da davranışlara yönelik kendisini rahatlatan ve yanlış ama kendi işine yarayacak olan açıklamalar oluşturması şeklinde tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 1994). Hoş olmayan durumları zihinsel

çarpıtmalar aracılığıyla mantık çerçevesine yerleştirmeyi içeren bu savunmanın aşırı şekilde kullanımı sonucunda bireyin gerçeklerden kopmasına sebebiyet verebilmektedir (McWilliams, 2013). Klinik açıdan bakıldığında alkol ve madde bağımlılığı problemine sahip bireylerin sık bir şekilde mantıksallaştırmaya başvurdukları ortaya konmuştur (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Örnek olarak, sevgililik teklifinde bulunan bir gencin aldığı olumsuz cevap karşısında aslında hoşlanmadığını dile getirmesi gösterilebilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2016).

Bedenselleştirme

Bireyin herhangi bir bozukluğu veya hastalığı olmamasına rağmen kendi vücudu ve işlevleriyle alakalı olarak gerçek olmayan endişelerini belirten savunma mekanizmasıdır ve burada bireyin; eksiklik, doyumsuzluk, depresiflik ve tek başınalıktan kaynaklanan olumsuz hislerden uzaklaşmak amacıyla bedenine odaklandığı görülmektedir (M.O. Öztürk ve Uluşahin, 2011). Herhangi bir tıbbi teşhis konulmadığı halde bireyin bedeninde gözlemlenen belirtiler somatizasyon savunmasının kullanımından kaynaklanmakta olup kişiler bu savunmada kaygılanacakları durumun içinde kalmamak için dikkati bedenlerine yoğunlaştırdıkları söylenebilir (Blackman, 2021). Çoğunlukla hipokondri nevrozunda kendisini gösteren bedenselleştirme mekanizması, bireyin saldırganca güdülerinin bedeninde bulunan organlara aktarılmasıdır (Geçtan, 1995).

2.1.2. Yeni Çağ İnanışları

2.1.2.1. Yeni Çağ (New Age) Kavramı

Yeni çağ; kurumsallığı, tutarlı felsefesi ve dogması olmayan, ruhsal düşünce ve prensipler koleksiyonundan oluşan bir kavram olmakla birlikte tanımının yapılması oldukça zordur ancak bu kavram için ruhsal konulara kişisel bir yaklaşımı belirten bir hareket şeklinde tanım yapılabilir (Arslan, 2006). Yeni çağ akımı, içerisinde diğer inançlar ile ortak birçok inanış ve uygulamış şeklini kapsayan anlaşılması zor bir hareket olması nedeniyle başlangıcı ve sonu noktasında yaşanan zorluk araştırmacıların sık sık karşılaştığı bir durumdur (Başkaya, 2006). Literatüre bakıldığında yeni çağ kavramının tanımıyla alakalı rastlanan farklılıklara araştırmacılar tarafından ortaya konan; bir din, dinden öte bir fikir sistemi, çeşitli dinlerin derlemesinden oluşan bir felsefe, sosyallik içeren bir devinim, çeşitli

yöntemler aracılığıyla iyileştirici etkiye sahip bir akım, büyük inanışlar karşısında bir dünya bakışı, üyelerinden maddi kazanç sağlayan bir akım şeklinde ifadeler örnek olarak verilebilir (Aydın, 2008).

Yeni çağ kavramı, kaynağını astroloji biliminden almakta ve beklenti olarak yeni bir döneme gönderme yapmaktadır (Pınarbaşı, 2021). Kova çağına girişin habercisi olduğu düşünülen yeni çağ kavramı, 1980' lerin ortalarından bu yana akademi camiasında astroloji, tarot, başka kehanet türlerini de kapsamak üzere; tamamlayıcı ve alternatif şifa yöntemleri, reiki, yoga, gündemde olan psikoterapiler ve danışmanlık uygulamaları gibi farklı tümsel ya da zihin beden ruhu fenomenleri içinde bulunduran, doğu felsefesi, pagan dini ve gizli psişik fenomenlerinin karışımından oluşan manevi yapı şeklinde tanım yapılması amacıyla ele alınmıştır (Topaloğlu, 2022).

Yeni çağ teriminin sosyo-bilimsel edebiyatın birçoğunda gün geçtikte daha çok kullanıldığı ve bu kavramın birbiri ile tamamıyla tutarlı olmayan bazı dini düşünceler ve faaliyetler için kullanılabileceği belirtilmiştir (Aupers & Houtman, 2006). Yeni çağ kavramı Hanegraaff' a (2000) göre; batının içsel ve gizli (esoteric) akımları ile adetlerin çağdaş bir şekilde dönüşüme uğramasıdır ve iki şekilde ele alınmaktadır. Yeni çağ akımının, seküler dinin tutarlı ve açık bir göstergesidir şeklindeki anlamında kişilerin bireysel seçimlerine bağlı olarak kendileri için ruhsal anlamlandırma olanağı sunmaktadır ve ikinci anlamında ise bireysel deneyimlere dikkat çekilen, kişiselleştirilmiş dinin bir türü olarak görülmekte olup burada yeni çağın ortaya çıkışının dinin yeni formunun oluşum sürecini gösterdiği ve eski geleneklere benzeyebileceği ancak bütünüyle yeni temeller üzerine kurulduğu belirtilmiştir.

Luther Gerlach ve Virginia Hine tarafından sistematikleştirilen ve Marilyn Ferguson tarafından yeni çağ akımına uyarlaması yapılan SPIN teorisi yeni çağ alanında geçerliliği yüksek bir teoridir ve parçalanmış (S), çok merkezli (P), bütüncül (I) ve ağ (N) şeklinde sıralanmaktadır ve buradan hareketle yeni çağ akımları birbirlerinden farklı görünse bile aynı kökene sahip olan, aynı sonuca varmaya çalışan ve doğrudan ya da dolaylı olarak ortaklık içerisinde olan yapılardır (D. Öztürk, 2015).

Yeni çağ kavramı fenomenolojik açıdan, yaratıcı ya da dini otorite olarak değil birey odaklı bir kutsallığın oluşturulması ve bununla ilişkili öğreti ve uygulamaların tümü şeklinde nitelendirilebilir (Başkaya, 2006). Geçmişin mistik öğretilerinden modern yaşamın psikik pratiklerine, kökeni ruhsallık olan bilgilerden modern çağın bilimsel akımlarına dayanan fazlaca geniş bir bilgi ağına göre şekillenmiş yeniliklere açık ve esnek olan, kurucusu belirsiz bir dünya bakışıdır (Aydın, 2015).

Yeni çağ inanışları krizin olduğu anlarda bireyler için sosyal destek sağlayan mekanizmalar şeklinde düşünülebilir ve stres düşürücü bireysel savunma alanlarının ortaya çıkarılmasında destek olabilirler ve bu savunma alanlarına dua, meditasyon, fikrin duraklatılması ya da kontrol edilmesi, olumlu hisleri bekleyiş, olumlu görüntülere odaklanma ve davranışsal düzeltme teknikleri örnek verilebilir (Gürbüz, 2020). Bu inanışların belirginleşen özelliklerine; herhangi bir dinin temsilcisi olmaması, çoğunlukla ruhsal ve manevi olarak arınma, aydınlanma ve mutluluk hedeflerinin olması örnek verilebilir ve modern yaşamın mücadelesinde anlam arayışı içerisinde olan kişiler tarafından tercih edilebilen hareketlerdir (Sevgi, 2011).

Yeni çağ akımı genel olarak; (1) yüksek benlikle olan iletişim (meditasyon, rüya, hipnoz, Sufi zikir ve dansları, kabile dansları, kanallık, görselleştirme, hayal etmek vb.), (2) bireysel gelişim ve insani kapasitenin ortaya çıkarılması (psikolojik çalışmalar, doğu kaynaklı gizemli yöntemler ‘meditasyon, zikir’, duyular dışında algılama kabiliyeti ‘telepati, telekinezi, astral seyahat’), (3) şifa çalışmaları (biyoenerji, reiki, yoga, zikir, nefes egzersizleri, telkin ve potizif düşünme vb.), (4) kehanet (atroloji, tarot, numeroloji) şeklinde sınıflandırılmaktadır (Başkaya, 2006).

Çeşitli tarz ve özellikteki yeni ruhsal ve dini hareketlerin kullanımları ve etkilediği alanlar gün geçtikçe artış göstermekte ve bunların zemini üzerinde milletler çeşitli politikalar ortaya çıkarabilmektedir (Arslan, 2006). Yaygın kültür ve resmi örgütlerden ayrılmak yoluyla ortaya çıkan bu yeni hareketler, Batı kültürlerinde 200 yıldır gelişim gösteren fazlaca modernleşmiş yaklaşımların tabii bir sonucu olarak var olmuştur (Türkdoğan, 1999). Ülkemizde en çok Uzakdoğu kökenli yeni çağ inanışlarının olduğu fakat bu inanışların Batı kültürü aracılığıyla geldiği söylenmektedir ve bu yeni çağ hareketleri; medya, internet, seminer, kurslar vb.

çeşitli yöntemler sayesinde yaygınlaşarak çeşitli topluluk alanlarında üye toplanmaktadır (Sevgi, 2011).

2.1.2.2. Yeni Çağ' ın Tarihçesi ve Ortaya Çıkışı

Yeni çağ kavramının başlangıcı noktasında araştırmacılar arasında yaşanan fikir ayrılıkları sonucunda; bir kesim tarafından başlangıcı 1950' li yıllara dayandırıldığı, bir kesim tarafından 1960' lı yıllara dayandırıldığı ve bir diğer kesim tarafından ise 1960' lı yıllarda Amerika 'da ortaya çıkarak sonraki süreçte Avrupa' ya yayıldığı şeklinde farklı düşünceler ortaya çıkmıştır (Akt., Aydın, 2008). Yeni çağ akımının belirli bir kurucusu olmamakla birlikte değişik kaynaklardan hareketle var olmuş ve ilk olarak Alice Ann Bailey' in geliştirdiği ve yaygınlaştırdığı bir akımdır (Aydın, 2008). Aynı zamanda yeni çağ (new age) kavramını ilk defa ve literatüre bu kavramı kazandıran kişi Bailey' dir (R. Acar, 2019).

Kökenlerinin astroloji, ruhsalcılık, Taoizm, büyü, Hinduizm, gnostik adetler ve diğer neo-pagan geleneklerde bulunabileceği yeni çağ akımının, mistisizm ve kişisellikten ortaya çıktığını savunan bir kesim bulunmaktadır (Aupers & Houtman, 2006). Norlander, Gard ve Lindholm'a (2003) tarafından, geçmişte kalan adetlerin işlevselliğini kaybetmesi durumunda, modern düşünce akımlarının oluştuğu ve bu akımların kendisine üyeler bulduğu ifade edilmiş ve bu nedenle Yeni Çağ veya Yeni Ruhaniyet akımlarının farklı şekillerde geniş kitlelere yayıldığı söylenebilir (Akt., Aydın, 2008).

Teosofi hareketinin modern bir hali şeklinde oluşan Yeni Çağ (New Age) akımı, Teosofi akımının tüm ilke ve inanışlarını kendi içinde barındırmakta ve bu şekilde Teosofi akımının çizdiği yolu takip etmektedir ancak yeni çağ akımı yalnızca teosofi çerçevesinde değil kültür, politika, sağlık, sanat, bilim, tarım vb. daha birçok dalda hizmet vermektedir (Özkan, 1998). Teosofi akımı yeni çağ akımının oluşumunda kılavuzluk yapan bir harekettir (Biçer, 2006).

1960' lı yıllarda Amerika' da yer alan gençlik arasında hedonist bir bakış açısının yaygın olması, okült anlayışının gençlerin odak noktasında olması ve Doğu bölgelerinde var olan inançların bakış açıları ile yakından alakadar olmaları yeni çağ akımının ortaya çıkışında etkili olduğuna inanılmaktadır (Akt., Aydın, 2008).

Yeni çağ inanışlarının ortaya çıkış sebeplerinin neler olduğunu belirlemek amacıyla yapılan araştırmalara bakıldığında bir çalışmada bu sebepler sıralı bir halde verilmiş ve sebepler arasında; heyecan verici ve ilgi çekici öykülerin hoş karşılanması, bir sebep olmadan anlamlandırma, farklı anlamlar bulma çabası, çok iyi iletişim kabiliyeti olması, hislere ve görülene inanma ve iyi niyetlilik sayılmaktadır (Akt., Aydın, 2008).

Yeni çağ inanışlarının çağdaş dünyada yaygınlaşmasının en önemli nedenleri arasında bireyin yaşamının her alanında hissettiği anlamsızlık problemi gösterilmektedir (Arslan, 2012). Bireylerin yaşadığı kimlik karmaşaları ve kimliği yeniden oluşturma yönelimleri ve çoğunlukla ergenlik döneminde baş gösteren krizler ve psikolojik sorunlar sayesinde bireyin kişiliği ve psikolojik durumları uyumlu hale gelerek yeni çağ hareketlerine yönelmelerine sebep olmaktadır (Aydın, 2015). Ayrıca bireylerin çocukluk ve gençlik dönemlerinde din eğitimlerini yetersiz aldıkları durumlarda da içsel boşluk hislerini gidermek için bu tür akımlara eğilim gösterdikleri belirtilmiştir (Biçer, 2006).

Tucker tarafından; medeniyetin, kişiselliğin ve dini içerisinde bulunduran geleneksel ve toplumsal kurumların bir miktar etkisini düşürdüğü bununla birlikte etkisizleşen dinin kişilerin yaşantısında ruhani boşluğun oluşmasına sebebiyet verdiği ve ruhani boşluk hissine kapılan kişinin bu boşluğu yeni çağ inanışlarına yönelerek gidermeye çalıştığı ifade edilmektedir (Tucker, 2002). Din konusunda yeterli eğitime sahip olmayan bireylerin psikolojik gereksinimlerine cevap arama süreçlerinde ciddi ve derinlemesine araştırmalar yapmadıkları için sağlıksız kaynaklara ulaştıkları ve bu süreçte karşılarına çıkan modernlik dışı din açıklamalarını reddederek farklı dini hareketlere yöneldikleri ileri sürülmüştür (Biçer, 2006).

Bireylerin istekleri noktasında var olan dinin, doyumsuzluğa doğru ilerlemesi, bireyin kendi benliğini doyuma ulaştırma noktasında yeterli olmayacak hale gelmesi, kişinin kendini açıklayamaması vb. durumlar din bakımından yeni akımların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Ak, 2008).

2.1.2.3. Yeni Çağ' ın Temel Özellikleri

Her ne kadar kendi dışındaki dini akımlara benzer şekilde seküler özelliklere sahip olsa da yeni çağ inanışları diğerlerine göre farklılık yaratan bazı niteliklere sahiptir (Biçer, 2008). Yeni çağ akımı Müslümanlık, Yahudilik ve Hristiyanlık olmak üzere üç temel dinin inanç sistemleri ve uygulamalarıyla mistisizm, okültizm gibi birtakım inanç ve pratiklerin iç içe geçirilmiş halidir ve böylece yeni çağ toplulukları misyonerlik ve liderliğe dayalı bir sistematik sunmazlar (Aydın, 2015). Yeni çağ inanışları, çağdaş hayatın stresli ve zorlu şartlarında bireyleri problemlerinden sıyırmak ya da problemleri azaltmak için çözüm önerileri sunmakta ve bunu içerisinde bulunan pratik ve uygulamalar aracılığıyla gerçekleştirmektedir (Develi, 2019).

Birtakım araştırmacı tarafından; birbirinden oldukça farklı grup hareketlerinin ve yaklaşımların yanında bireylerin ruhsal olarak değişimlerini de içinde barındıran yeni çağ hareketinin çoğunlukla dinlerin ve kuruluşların birleşiminden oluştuğu belirtilmiş ve bu hareketin; din, bilim, siyaset, eğitim, sağlık, sanat vb. birçok alanda yaygınlaştığı üzerinde durulmuştur (Aydın, 2008). Bu akım dünyada var olan dinler gibi sistemli bir dini rehber olarak almaktan ziyade Şamanizm, Neopaganizm ve Okültizm inanışlarının gizli öğretilerinden işine yarayacakları olarak kendine has ruhsal yolculuğunun temellerini atmaktadır (Aydın, 2015).

Kendisine bağlı olan bireylerin sayısal verilerinin tutulamadığı yeni çağ hareketleri, köken olarak resmi dinlerden farklılık göstermekte ve üyelere, manevi bir metine, ana merkeze ve buna bağlı olarak yapılan faaliyetlere, resmi bir din görevlileri grubuna sahip değildir (Aydın, 2015). Yeni çağ hareketi, çağdaş bireyin memnuniyetsizliklerinden hareketle açığa çıkmakta ve çağdaş öncesi dönemde var olan inançların özelliklerinin farkına varılması ile yer ve zaman sınırlarını aşmaktadır. Bu inanış, çağdaş zamanda kişilerin isteklerini gerçekleştirmekte ve eski zamanların mistik ve pagan anlayışlarını çağdaş bir bakış açısıyla ele almaktadır (Develi, 2019).

Yeni çağ inanışlarına göre; rastlantısal olarak oluşan hiçbir şey yoktur ve her insan kendine has bakış açılarıyla kendi gerçekliklerini oluşturmaktadır ve böylece düşünceleri üzerinde kontrol sahibi olan bireylerin hayatlarında değişiklik yaratma

gücüne de erişebileceği ifade edilmiştir (Ak, 2008). Kapitalist rejimin ve çağdaşlığın ürettiği yeni bir tüketim süreci olarak nitelendirilen yeni çağ akımı kapitalist düzeni reddederek gerçeklik ve mutluluğa ruhsallık açısından ulaşmayı amaçlar (Develi, 2019).

2.1.2.4. Türkiye’ de Yeni Çağ (New Age)

Yeni çağ akımının Türkiye’deki etkilerine bakıldığında, başlangıçta bir vizyon şeklinde ele alındığı ve sonrasında maneviyat ve daha da sonraki süreçte ise kişisel gelişim çalışmalarının bir ögesi olarak işlenmeye başlamıştır (Başkaya, 2006). Türkiye’de bu akımın açığa çıkmasına sebep olan anlayışların 1980’ li yıllardan önceki zamanlara tekabül ettiği ileri sürülmüştür (Develi, 2019). Türkiye’de spiritüalizmin yayılması için yürütülen çalışmalar noktasında Bedri Ruhselman en çok odaklanılan kişi olmakla birlikte, spiritüalizmi bilimsel olarak bir temele oturtmaya çalıştığı anlayışını “Neospiritüalizm (Yeni Ruhçuluk)” olarak adlandırmış ve düşüncelerini yaygınlaştırmak amacıyla 1950 yılında ‘Türkiye Metapsişik Tetkikler ve İlmi Araştırmalar Cemiyeti’ ni kurmuştur (Aydın, 2015).

Türkiye’de 1990’ lı yılların sonrasında yeni kurulan yaynevleriyle birlikte Yeni Çağ’ ın kapsamında olan çoğu konuda kitapların Türkçe’ye çevirilerinin yapılmasıyla bu akımın manevi boyutunun teorik olarak dikkat çekmeye başlamasına zemin hazırlamıştır (Develi, 2019). Bunun yanında şifa çalışmaları (reiki, biyoenerji, aromaterapi, renk terapi vb.), yeni çağın altında sunulan yoga ve meditasyon pratikleri de farklı bireyler ve topluluklarca uygulanmaya başlanmıştır (Başkaya, 2006).

2000’li yıllara bakıldığında Türkiye’de Amerika ve Avrupa merkezli toplulukların temsilciliklerinin yaygınlaşması ve yeni çağ uygulamaları üzerine yurt dışında eğitim görmüş bireyler tarafından diğer insanlara verilen derslerle birlikte bu akımın uygulama alanı gelişimini sürdürmüştür ve yeni çağ akımının uygulama alanlarının desteklenmesinde; alternatif tıp çalışmaları, farklı manevi uygulamalar, fuarlar, festivaller, çalıştaylar, uluslararası konferanslar, kurslar ve seminerler katkıda bulunmaktadır (Başkaya, 2006).

Türkiye’de yeni çağ hareketinin kişisel gelişim kavramı altında öne sürülmesi toplum içerisinde yaygınlaşmasına kolaylık sağlamış ve bu şekilde akımın manevi

boyutuna tedbirli bir şekilde yaklaşan İslami grupların da rahat bir şekilde benimsemesi sağlanmıştır ancak bu durumun akımın ana felsefesinin benimsendiği anlamını çıkarmadığı belirtilmiştir (Develi, 2019).

Türkiye’de birçok ruhani akım açığa çıkmış ve bunların açığa çıkış kökeninde toplumsal yaşamdaki farklılaşma ve değişimler yer almaktadır. Böylece sanayinin gelişmesi ve buna bağlı olarak ortaya çıkan modernitenin yarattığı kaos kişinin yeni dini yaklaşımlara yönelmesini sağlamış ve Türkiye’de kendine üye bulan bu akımların bazıları, farklı gibi görünse de çoğunluğu aynı bakış açısı çerçevesinde şekillenmiştir (Ak, 2008).

2.1.3. Anlam Arayışı

2.1.3.1. Anlam

Anlam kavramına ilk olarak 20.yy başlarında E. Spranger, S. Freud, W. Dilthey ve A. Adler tarafından 1940’ lı yıllarda ise A.N. Leontiev ve V. E. Frankl tarafından çalışmalarında yer verilmiştir (Leontiev, 2005). Yaşamda anlam Alfred Adler aracılığıyla psikoloji dalında araştırılmaya başlanmış ve varoluşçu yaklaşım ile Viktor E. Frankl’ ın logoterapisi içerisinde kendisine yer edinmiştir (Frankl, 2015). Hayatta anlam, bireyin bir amaç duygusunun ya da amacının olmasıdır şeklinde tanımlanmaktadır (Ryff, 1989). Bu kavram Wong tarafından; bireysel bir şekilde oluşturulmuş, kültüre dayalı, kişinin amaç ve faaliyet seçimlerine etki eden, hayatı hedef, şahsi değer ve yerine getirme hissiyle destekleyen zihinsel bir yapı şeklinde ifade edilmiştir (Wong, 1998). Anlam kavramına varoluşsal açıdan bakıldığında, bireyin yaşam şekline yol gösteren ve yaşantılarına karşı belirli tepkiler vermesine sebep olan bir model olarak tanımlandığı görülmektedir (Akıncı, 2005). Bireyin kendisi dışında sonsuz bir değerde olan herhangi bir varlıkla kurduğu bağ sayesinde nihai anlam oluşmaktadır (Eaglaton, 2012).

Anlam kelimesi, bireyin geçmişte oluşturduğu inançlarına göre değerlendirerek bilişsel yapıya yerleştirmesi sonucunda içsel olarak hissettiği basitlik durumundan uzaklaştıran bir varoluş olarak ifade edilebilir (Leontiev, 2005). Anlam, hem öznel hem de ilişkisel bağlamda ele alınabilecek bir kavramdır ve birey öznel bir anlamdan bahsederken bulunduğu zamana bağlı olarak bir yorumlama yapabilmekte böylece birey geçmişteki deneyimleri ve geleceğe yönelik hedefleri

ışığında içinde bulunduğu ana anlam yükleyebildiği için içinde bulunulan zamanın kıymeti olaylara anlam yükleme sürecinde yaşanan farklılaşmalar için önem arz etmektedir (Geçtan, 1990). Kainat üzerinde yaratılmış olan herhangi bir varlığın manasız ya da sebepsiz bir şekilde yaratılmadığı ve bütün varlıkların yaratılmasında kuşkusuz bir anlam olabileceği ileri sürülmüştür (Özakıncı, 1998).

Schopenhauer tarafından yaşamın esas manasının, manasızlık olduğu ve gündelik yaşamdaki her şeyin ana işlevinin boşluk veya hiçlik olduğu ortaya atılmıştır. Ayrıca mutluluk duygusu acıya göre anlık ve geçicidir; acı ise daha kalıcı ve ön plandadır ve bu sebeple hayatı iyilik arayarak değil ıstırapı en aza düşürmeye odaklanarak geçirmek gerektiği savunulmuştur (Schopenhauer, 2010).

Alfred Adler, hayatta bir hedefe ulaşmak istemenin bireyin içgüdülerinden kaynaklanmadığını yalnızca hayatın doğası gereğince ortaya çıkan bir gelişim süreci olduğunu belirtmiştir (Adler, 1998). Anlamli bir yaşam, kişinin çoğu davranışına yol gösteren ve bütünü kapsayacak şekilde amaçlarının olması şeklinde tanımlanmakta ve böylelikle bireyin amaçlarının olması ve bunlar için gayret etmesi yaşamda anlam yakalamak için en önemli özelliklerden biri olarak belirtilmektedir (Kartopu, 2013). Bütün bireylerin yaşamlarında anlam oluşturmak ve gelişimlerini sağlamak amacıyla üç tane temel görevinin olduğunu ileri süren Adler' e göre bu görevler; meslek edinmek, toplumsal uyumu yakalayabilmek ve eşitlik ile sevgi üzerine kurulu evlilik gerçekleştirmektir (Adler, 1998).

Bütün bireylerin yaşamlarındaki anlamları, hedefleri ve bunların ortaya çıkışları birbirinden farklılık göstermekte bununla birlikte bireyler yaşamlarının anlamını 'iş, inanç, aşk, sanat vb.' farklı alanlara adayabilmektedir. Buradan hareketle hayatına yönelik bir düşüncesi olmayan bireyin ruhsal problemlere sahip olabileceği veya hayatını belirli bir alana adamadan yalnızca zevk alabileceği şekilde idame ettirmek istediği düşünülebilir (Zorlu, 2021).

Anlam kavramını dolaysız olarak yaşam ile bağlantılı ele alan ilk kişi Sokrates' dir (Anuştekin, 2023). Sokrates tarafından yaşamın anlamı, bireyin kendisini bilmesi, tanınması ve bilgelikle geçen bir yaşam olarak tanımlanmıştır (Platon, 2005). Yaşamın anlamına yönelik literatüre bakıldığında; hayata yönelik yüksek bir hedef hissi, kozmolojik anlam, değerler sistemi, hayatın yaşanmak için

kıymetli olduğuna inanmak vb. olmak üzere çok çeşitli tanımlar yapılmıştır (Anuştekin, 2023).

Irwin D. Yalom anlamın kozmik ve bireysel olarak iki çeşit olduğunu ileri sürmüş ve bu iki çeşit anlam kavramını şu şekilde açıklamıştır: Kozmik anlam, kişiden bağımsız ve onu aşan bir şekilde tüm bireyler için anlam ve hedef oluşturan düzeni ifade etmekte, bireysel anlam ise kişinin yaşam hedefleri ve kendisini kapsamaktadır, bireysel anlam ise üretkenlik, kendini gerçekleştirme, adanmışlık vb. bileşenler ile var olmakta iken kozmik anlam bireysele kıyasla daha kapsamlı, yaratıcının planladıklarına dayanan, kainattaki mükemmelliği ve nizamı algılama gayretidir (Yalom, 2001).

2.1.3.2. Anlam Arayışı

Viktor Emil Frankl tarafından geliştirilen logoterapi ya da diğer bir adıyla anlam yoluyla terapide anlam arayışı bireyin hayatının özü olarak ele alınmış ve Frankl tarafından logoterapinin, bireyin ilerleyen zamanlarda yerine getireceği anlamlarına odaklandığı belirtilmiştir (Frankl, 2015).

Frankl' a göre bireyin en net özelliği sürekli olarak anlam arayışında olmasıdır ve anlam arayışı, varoluşsal problemlerin ve kaygıların bir yansımasıdır (Frankl, 1994). Bireyin tüm arayışlarını ve var olanı anlama çabasını ifade eden anlam arayışı, bireyin temel dürtüleri arasında yer alan ve yalnızca birey tarafından bulunabilir olması açısından benzersiz olan bir kavramdır (Akıncı, 2005).

Anlam arayışının ruhsal bir bozulmaya sebep olmamakla birlikte bireyin insan oluşunun bir kanıtı olduğuna inanan Frankl' a göre anlam arayışına yönelmenin ön şartı ruhsal problemler değil, insan olmaktır (Frankl, 1994). Anlam ve anlam arayışı kavramları insani bir olgu olmaları yönünden evrensel bir özelliğe sahiplerse de, anlamlandırma süreci önceki değer ve deneyimlere dayandığından bu kavramlar içerik ve yönelim şekilleri açısından bireysel olarak kabul edilmektedir (Cüceloğlu, 2014).

İnsanın yaşamda sorumluluk almasının önemli olduğuna dikkat çeken Frankl, en önemli bireyi anlama yolunun sevgi olduğunu ileri sürmüş ve iyilik, dürüstlük, doğa ve insan sevgisinin yaşamı anlamlı kılacağını ifade etmiştir. Ayrıca sevgisizlik

durumunda diğ er bireylerin özüne ulaşılamayacağı ve yalnızca sevgi ile değer verilen bireylerin var olan potansiyelinin farkına varılacağı ve ilerletmelerine destek verilebileceğı belirtilmiş  yrıca bireyin en umutsuz hissettiğı anda bile ancak bu şekilde anlama ulaşabileceğı ileri sürülmüştür (Frankl, 2015).

Anlam arayışının özünde ‘yaşamın anlamı nedir?’ sorusuna yanıt arama yatmaktadır ve bu durum tutarlılık arayışını ifade etmektedir (Kartopu, 2013). Farklı kavramlar olmalarına rağmen bazen aynı manada ele alınan anlam arayışı ve yaşamın amacı i in ‘anlam arayışı belirlenen amaçlara ulaşılınca kadar devam eder ve amacına ulaşan bireyin yaşamı anlamlı hale gelmiş olur’ şeklinde bir bağlantı kurulabilir (Akıncı, 2005).  nem arz eden ve ulaşılabilir hedeflerin olması, hedeflerin gerçek bir değere sahip olması ve hedeflerin yerine getirilmesi durumunda bireyin yaşamında gerçek bir anlamın olduğu söylenebilir (Kartopu, 2013).

Anlam arayışı, bireylerin kendi amaçlarına veya anlamlı olan diğ er amaçlara doğru oluşturduğu yolları bir araya getiren, dinamik, kapsam alanında keşif, koruma ve gerekli durumlarda amaç ve değer inşa etmeyi bulunduran bir süreçtir (Pargament, 2005). Bireyin geçmişte yaşadıkları, şu anda yaşıyor oldukları ya da gelecekte yaşayacakları ile ilişkili olabilen anlam arayışı, ilk olarak kendini tanınması sonrasında ise varoluştaki yerini, ödevini ve hedefini algılaması sürecidir (Akıncı, 2002). Anlam arayışı içerisinde olan kişiler; varoluşta insanlığın anlamını sorgulamak, varoluşun ve yaşamın anlamını sorgulamak ve kendi yaşantısında kişisel anlamı bulma gayreti olmak üzere üç zihinsel faaliyette bulunurlar. Kısaca birey anlam arayışı sürecinde ilk olarak kendini, ikinci olarak varlığı ve üçüncü olarak ise varlııkla kurulan ilişkisini anlamaya çabalamaktadır (Frankl, 2015).

2.1.3.3. Anlam Arayışının Temelleri

Anlam arayışının temellerini net bir şekilde belirlemek mümkün olmasa da bireylerin ortaklaşa kabul ettikleri psikoloji, felsefe, sosyoloji, din vb. temel olabilecek disiplinlerden söz edilebilir (Akıncı, 2002). Bu çalışmada anlam arayışının psikolojik, felsefi ve dini temellerine yer verilmiştir.

2.1.3.3.1. Psikolojik Temel

Psikoloji alanında başlangıçta yaşam anlamını odak noktasında hastalık ve nevroz olan yaklaşımlar aracılığıyla ele alsa da zamanla içsel potansiyeli açığa çıkarma merkezli bir şekilde ele almaya başlamış ve böylelikle anlam merkezli yaklaşımların ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Kılavuz-Çalışkan, 2019). Psikoloji alanında çalışmaları bulunan birçok bilim insanı psikolojinin sunmuş olduğu çıktıları kullanarak hedef ve anlam sorunlarını ele almış ve bireyin anlaşılmasına destek vermişlerdir (Akıncı, 2002).

Anlamanın kendiliğinden ortaya çıkacağını savunan geleneksel psikolojide anlam ve amaç kavramları net bir şekilde ele alınırken, günümüz psikolojisinde ise anlam istemi (iradesi) görmezden gelinmektedir (Frankl, 1994). Varoluşçu terapistlere göre; yaşam kendi içerisinde anlamlı değildir ve insanın kainatta kendi var oluşunu yaratan tek canlı olduğu, buradan hareketle bireyin kendi yönünü seçerek ve değerini oluşturarak bizzat kendisinin yaşamına anlam bulduğu ileri sürülmüştür (Corey, 2008).

Güdülenme teorileri, bireyi uyaranlara tepki gösteren veya dürtülerini açığa çıkaran bir varlık olarak nitelendirmekte, bireyin teorilerin atfettiği niteliklerin aksine hayatın getirisi olan sualleri yanıtlayan ve bu şekilde hayatın getirdiği anlamları gerçekleştiren bir varlık olduğunu önemsememektedir (Frankl, 1994).

Freud, yaşamda anlamanın kökeninin yaşamın erken dönemlerine uzandığını belirterek mutlu ve anlamlı bir yaşantının, psikoseksüel gelişim evlerinde başarılı ve hoş giden tecrübeler edinmeye bağlı olarak kurulabileceğine değinmiştir (Akıncı, 2002). Freud' un bakış açısına göre kişinin, yaşamın cinsel ve içgüdüsel taraflarını kabul etmekte zorlanması, problemlerin ve anlamsızlık hislerinin nedenini oluşturmakta ve böylelikle toplum tarafından inşa edilen tabular ve kendi cinsel dürtüleri arasında çatışma yaşamaktadır (May, 1997).

Yaşam anlamının, kişisel eksikliklerin yok edilmesi ve toplumun ortak hedefleri ile şekil alabileceğine dikkat çeken Adler, anlam arama sürecinin yaşantılardan iyi veya kötü yönde etkilenebileceğini ve anlama yönelik sorgulayışların özellikle zor yaşantılarda daha sık görüldüğünü bu nedenle mükemmel bir yaşam anlamının olamayacağını belirtmiştir. Herhangi bir engelinin

olması, aşırı ilgi ile büyütülmesi ya da ihmal edilmesinin bireyin anlamlandırma sürecini hatalı değerlendirmesine neden olmakta ve kişi bu şartlarda yaşam ödevlerini yapmakta zorluk yaşamaktadır (Adler, 1998).

Carl Gustav Jung' a göre; devlet, insanın hedeflerini ve kişisel eğilimlerini yönlendirmesine engeller koyarak kişilerin ahlaki yönden gelişimlerini olumsuz etkilemekte ve politikalarla kişilerin karar alma süreçlerini yüklenmekte böylelikle kişide yetememe ve güçsüzlük duyguları oluşmaya başlamakta ve kişinin yaşamına yüklediği anlamı kaybetmesine sebebiyet vermektedir (Jung, 1999). Bireydeki anlam eksikliğinin nevrozların ortaya çıkmasındaki etkisine vurgu yapılmış ve nevrotik rahatsızlığı olan kişinin acı çekmesinin sebebi olarak yaşamında anlam bulamaması gösterilmiştir (Jung, 2001).

Varoluşçu terapi, kişinin varoluşun getirileriyle karşı karşıya gelmesinden kaynaklanan problemleri ele almakta, bu problemlere sebep olarak ölüm, özgürlük, varoluşçu izolasyon ve anlamsızlık olmak üzere 4 ana kaygıdan söz etmektedir. Kişinin yaşama sebebini araştırması ve anlam arayışında olması kişisel anlamını oluşturması noktasında cesaretlendirici olmakla birlikte esas kaygının gün yüzüne çıkmasına sebebiyet vermektedir. Ayrıca bireyin yaşamına dair anlam ve hedeflerinin olmaması kaygıya sebep olmaktadır, bu sebeple bireyin kendisine yol gösterebilecek idealler ve kılavuzlar oluşturması gerekmektedir (Yalom, 2001).

Hayret duygusu, anlamlı ve değerli olan şeylerin bir işlevidir ve bu duygu olgunlaşmış ve yaratıcılık yönünden zirvede olan bireylerde görülmektedir. Hayret, bireyi tatmin ve mutlu eden bir duygu olmakla birlikte bireyin bakış açısını genişletmesi ve yaşamın zenginleşmesi için bir amaç olarak kullanılabilir (May, 1997).

Viktor Emil Frankl' ın logoterapisine göre, anlam arayışı kişinin hayatında temel bir güdü olarak nitelendirilmektedir. Bu yaklaşım, aranan anlamın tek ve yalnızca birey tarafından ulaşılabilir olduğunu, bireyin bulduğu bu anlam aracılığıyla zor yaşantıların üstesinden gelebileceğini ve anlamın olmaması halinde yaşama dair isteksizlik, umutsuzluk ve depresyon vb. durumların görülebileceğini savunmaktadır. Logoterapi' nin temelinde; (1) yaşamda anlam vardır, (2) anlamlı bir yaşam için

bireyin temel motivasyonu anlam arayışıdır ve (3) birey zor durumdayken bile anlam bulunabilir şeklinde 3 ilke yer almaktadır (Frankl, 2015).

Frankl, yaşama dair bir anlam bulunamamasından kaynaklanan bir durum olarak varoluşsal engellemeden bahsetmiş ve engellenmenin ilerleyen süreçte varoluşsal boşluğu açığa çıkaracağını ileri sürmüştür (Frankl, 1994). Rollo May, anlamsızlık sonucunda açığa çıkan boşluk hissinin bireylerin temel problemi olduğunu, bu boşluk duygusuna benlik algısında yaşanan bozulmaların, birey ve doğa arasındaki azalan etkileşimin ve yok olan toplumsal değerlerin etkisinin olduğunu ve bununla birlikte kişinin varoluşunu riske attığını ileri sürmüştür (May, 1997).

İnsancıl yaklaşıma göre kişi, hayatı olduğu şekliyle kabul etmeli, hayatına dair sorumluluklar almalı ve bu şekilde hayatına bir yön belirlemelidir (Burger, 2006). Maslow' a göre ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üstünde, bireyin doğuştan gelen potansiyelinin farkına varmasını sağlayan gereksinimler yer almakta ve kendini gerçekleştirme olarak nitelendirilmektedir. Kendini gerçekleştirme gereksiniminin kökeninde anlama, anlamlandırma ve bilme ihtiyaçlarının olduğu ve hiyerarşik şekilde ilerleyen bu sürecin bireyin kendisini ve yaşamını anlamlandırmasını ve anlam bulmasını kapsadığı belirtilmiştir (Maslow, 1970). Kişi anlamlı bir hayat için temel gereksinimlerini sağlamasının yanında gelişimini iyi yönde ilerletmek için çabalamalı, geçen zaman yerine şu ana odaklanarak kapasitesini kullanabilmelidir (Burger, 2006).

2.1.3.3.2. Felsefi Temel

Yaşamın anlamı konusu diğer disiplinlere kıyasla daha çok felsefenin alanına girmiş ve 'yaşamın anlamı nedir' sorusu felsefenin merkezine yerleşmiştir (Demişbaş, 2010). Geçmiş dönemlerden bu zamana hemen hemen her birey tarafından varlık, var olmak, yaşamda anlam konuları düşünülmüş ancak varoluşun getirdiği problemler üzerinde en çok duranlar filozoflar olduğu için yaşamda anlam ve varoluş konuları öncelikli olarak felsefenin merkezinde yer almıştır (Battista & Almond, 1973).

Hem felsefe hem de psikoloji alanında varlığını sürdüren varoluşçu düşünceye göre, anlam insan tarafından oluşturulur ancak birey her şeyden önce var

olmakta ve sonrasında imkanları dahilinde seçimler yaparak benliğini tekrar inşa etmektedir. Buradan yola çıkarak bireyin özgür bir şekilde kendi hayatını anlamlandırabildiği ve hayatının sorumluluğunun kendisine ait olduğu savunulmaktadır (Cevizci, 1999).

Albert Camus, bireylerin anlam arayışı sonucunda ‘absürt (saçma)’ durumda kaldıklarını, yaşamın anlamsız olduğunu algılamaları sonrasında yaşamaya devam edip etmeyeceklerinin felsefenin en önemli problemi olduğunu ileri sürerek insanın bunlardan sıyrılıp yaşamı yeniden anlamlandırması gerektiği ifade edilmiştir (Camus, 2010). Varoluşçu felsefe açısından ‘absürt’ kelimesi; yaşamın anlamlı olmaması, tutarlı olmaması ve amacının olmaması anlamında ele alınmaktadır (Cevizci, 1999).

Jean Paul Sartre’ e göre, bireyler seçimlerinde tek başına ve sorumluluk kendilerine ait olduğundan alınan kararlar ve sonucunda yapmış olduğu davranışlar varoluşunu tayin etmektedir. İnsanlar varoluşlarını tayin edebildikleri için hayatın önceden tayin edilmiş bir anlamı olmadığı ve buradan hareketle anlamın oluşmasını ve yaşamın anlamlı olmasını sağlayan birey olduğu ileri sürülmüştür (Sartre, 1985).

Anlamın aşkınsal olan tanrı inancında olduğunu savunan Kierkegaard’ a göre birey, dünyada sınırlı güçlere sahiptir ve kendi gücü ile sonsuza ulaşması imkansızdır. İnsan güçlerinin sınırlı olduğunun farkına varmadığı sürece umutsuzluk hissedeceği ancak bir yaratıcı olduğuna ve yaşam sonrası hayata inanmasının bireyi bu umutsuzluk hissinden kurtaracağı belirtilmiştir (Kierkegaard, 2010). Nietzsche, tanrı inancının anlamı yok ettiğini ve anlamın bireyin dışında değil kendi içindeki anlamlandırma gücünde gizli olduğunu savunmaktadır (Nietzsche, 2000).

2.1.3.3.3. Dini Temel

Din alanı içerisinde yer alan çeşitli inançlar, yaşama dair yorumlamalar yaparak bireyin zihnine ışık tutmakta ve dini değerler ise bireye rehberlik etmek amacıyla davranış gelişimini desteklemektedir (Akıncı, 2005). Din içerisinde yer alan çeşitli inançlar, acıların ve çilelerin anlamlı hale gelmesinde kişiye motivasyon sağlayarak manevi destek sunmakta ve bu sebeple din anlamının temellerinden sayılmaktadır (Aydın, 2015).

Din, anlama dair en eski sorulara cevap bulması, inançlı bireylerin yaşamlarına bir yol göstermesi, eylemlerine açıklık getirmesi ve hayatını bütünüyle sarması yönlerinden anlam arayışı süreci için değerli katkılar sunmaktadır (Kılavuz-Çalışkan, 2019). Dinler aracılığıyla insanlara sunulan kalıplaşmış eylemler bireyleri iyi ve doğru olana yöneltmekte ve bu şekilde bireyin anlam arayışı sürecindeki soruları dinler yardımıyla cevaplanmaktadır (Kılavuz-Çalışkan, 2019).

Bilim tarafından açıklanması zor olan ve sınırları dışında kalan konuları açıklayarak bireyin anlam arayışı sürecine destek olan din, bireye dünya ve hayatın başlangıcı ya da kabullenilmesi güç olan ölüm gibi sorunlar için yanıtlar sunmaktadır (Hökelekli, 1998).

Frankl, bireyin manevi adanmışlığına dikkat çekerek dini ‘süper anlam’ şeklinde tanımlamakta ve dinin, bireye yaşamındaki anlam ve amacı açığa çıkarma sürecinde önemli katkıları sunduğunu belirtmektedir (Frankl, 2015). Anlam ve anlamamanın önde gelen kaynakları arasında kabul edilen din, bireyin karşılaştığı zorlu ve çileli yaşam olaylarında bireyin kaygılarının azalmasını sağlayarak koruyucu işlevi yanında yorumlayıcı ve anlamlandırıcı bir perspektif sunmaktadır (Aydın, 2015).

Tolstoy, bireyin bireysel mutluluk ve tutum ile dini tutum olmak üzere bireyin dünyaya dair iki tutumunun olduğunu ileri sürmüştür. Bireysel mutluluk ve tutum, yaşamda anlama diğerleriyle veya ayrı bir şekilde ulaştığı tutum iken, dini tutum ise yaşamda anlama yaratıcıya ibadet etmekle ulaştığı tutumdur şeklinde açıklanmakta ve buradan hareketle kişilerin bireysel mutluluk veya dini görevleri yerine getirerek yaşamlarında anlam ve huzur bulmaya çabaladıkları belirtilmektedir (Tolstoy, 1999).

2.1.4. Manevi İyi Oluş

2.1.4.1. Manevi ve Maneviyat

Kökeni Arapça’ya dayanan manevi kelimesi madde ve nesne ile alakası olmayan, gözle görülemeyen ve dokunulamayan, inanç ile alakalı ve ruha ait olan anlamlarına gelmektedir (Türk Dil Kurumu [TDK], 2022). Manevi ile aynı kökten olan ve çokluk bildiren maneviyat kelimesi ise Türkçe’de birden fazla şekilde

tanımlanmakta olup bu tanımlamalardan birisi ‘Tehlikeler ve zorluklar karşısında ahlak ve inanç değerlerine bağlı olarak ortaya çıkan dayanma kuvveti’dir (TDK, 2022).

İnsanlar, dinler ve inançlar göz önünde bulundurulduğunda tarih boyunca aşkın ve manevi olana inanma ihtiyacı hissetmişlerdir ve maneviyat hemen hemen tüm çağ ve toplumları ilgilendiren ortak bir noktadır (Akt., Ekşi, Boyalı ve Ümmet, 2019). Buradan hareketle maneviyatın evrensel bir olgu olduğu ortaya konmaktadır (Ekşi ve ark., 2019).

Maneviyat kavramını daha iyi anlamak için literatüre baktığımızda çok çeşitli tanımlamalar yapıldığı görülmektedir. Myers, Sweeney ve Witmer (2000) tarafından maneviyat, bireyin varoluşunun bir parçası ve yaşamın maddi boyutunun ötesinde bir güç olarak tanımlanmıştır. Maneviyat, insanın yaşamda anlam ve amaç bulma çabası ayrıca hayat boyu elde edilen bilgilerin sonucudur (Çetinkaya, Altundağ ve Azak, 2007). Maneviyat; bireyin potansiyelinin en yükseğine ulaşma isteği, yaşamda anlam arayışı, aşkınlık, bir olmak ve bağlanmaktır (Akt., Yavuz, 2019). Benner’ın (1989) maneviyat tanımına göre, ‘Tanrı’ nın merhametli çağrısına karşılık insanoğlunun verdiği yanıtıdır (Akt., Dursun, 2023). Çalışkan (2020) maneviyatı içsel veya sosyal yönüyle insanların yaşamlarında olan, bireyin deneyimleri ile yaşantısında yer edinen ve bazen dini unsurları da içinde bulunduran bir olgu olarak değerlendirmiştir. Maneviyat kelimesine ilişkin yapılan tanımlara bakıldığında hepsinde maneviyatın bireye özgü, çok boyutlu ve dini inançlardan ayrı olduğu belirtilmiş; anlam arayışı, bağlılık ve aşkın olmak açısından ele alınmıştır (Akt., Tunç, 2020).

Chandler, Holden ve Kolander (1992) tarafından maneviyat kavramının 7 boyuttan oluştuğu ortaya konulmuştur. Bu boyutlar:

- 1- İnsanda doğuştan var olan kapasite: Tüm insanlarda maneviyatın olduğunu ifade eder.
- 2- Arayış: İnsanın maneviyatı yaşayış koşullarını kendisinin belirleme isteğini ifade eder.
- 3- Aşmak: İnsanın içinde bulunduğu durumdan daha olumluya ilerlemesini ifade eder.
- 4- Eğilim: İnsanın hayatının merkezine yerleşmesini ifade eder.

- 5- Güncel odak: İnsanın şu anki ruh halini ifade eder.
- 6- Bilgi: İnsanın bilgi dağarcığının artırılmasını ifade eder.
- 7- Sevgi kapasitesinin artması: İnsanın değerlere sahip olması ve hayatın amacını bulmasını ifade eder (Akt., Bilgin, 2023).

2.1.4.2. Maneviyat ve Din

Düzgüner (2016) tarafından maneviyat kelimesinin gelişim sürecine yönelik yapılan incelemede; 1950’li yıllarda gelişmeye ve değişmeye başladığı, 1970’li yıllara kadar din kavramı ile birlikte ele alındığı, bu yıldan sonra 1990’lı yıllara kadar din kavramı ile ayrı olarak ele alındığı ve 2000’li yıllarda ise aşkın, yüce güç, anlam ve amaçla alakalı olan anlamlarıyla ele alındığı ancak sonraki yıllarda yapılan çeşitli tanımlamalarla da kavramın netlik kazanmadığı ortaya konmuştur (Akt., Türkgeldi, 2019).

Din; eğitim temelinde ilerleyen, belirli kurallara sahip, teslim olmayı ve harekete geçmeyi gerektiren kurumsallaşmış bir yapıdır (Coyle, 2008). Manevilik ise dine kıyasla daha öznel ve herhangi bir din tarafından kontrol edilemez ve kısıtlanamaz (Kale, 2004). Dinin maneviyatı derinleştirme, maneviyatın ise dinin faaliyetlerini anlamlı kılma gücü vardır (Adams, Bezner & Steinhardt, 1997). Pehlivan’a (2018) göre maneviyat zaman zaman içinde dini unsurları barındıran subjektif bir deneyimdir. Maneviyat dini kapsayıcı bir yapıdadır ve maneviyat olmadan bir din düşünmek olanaksızdır. Dini inanışa sahip bireyler her ne kadar maneviyat ile dinin gerekleri arasında bir ilişkilendirme yapsa da maneviyatın yalnızca dini inanışa sahip bireylere has olmadığı, dindar olmayan bireylerinde maneviyata sahip oldukları görülmektedir (Kızılırmak, 2015).

Kutsal olanın arayışını ifade eden maneviyat, din ya da daha geniş sınırlar içerisinde değerlendirilebilir (Şirin, 2018). Manevi hayatı anlamak için gerekli olan soyut tartışmalar yerine maneviyatı hissetmek ve yaşamaktır. Ayrıca din; belirli ilkeler ve bu ilkelerin hayata ne şekilde yansıtıldığı üzerine kurulmuş bir yapıdır, insanın iç dünyasıyla ilgilenmez (Altunbezer, 2020). Din, emir ve yasakları içeren bir yapı olmasına rağmen maneviyat için emir ve yasaklara uygun hareket etme zorundalığı yoktur, bu nedenle maneviyatın din olmadan da sahip olunabilecek bir yapı olduğu belirtilmiştir (Hull ve Kapaklıkaya, 2003).

Maneviyat ve dindarlığa yönelik Apak ve Acar'ın (2018) ortaya koyduğu dört farklı bakış açısı bulunmaktadır. Bunlar:

- 1- Maneviyat ve dinin aynı olduğunu kabul eden geleneksel yaklaşım,
- 2- 1980 sonlarında ortaya çıkan yaklaşım. Bu yaklaşıma göre maneviyat dinden farklıdır ve din dışında başka anlamları da vardır,
- 3- Maneviyat ve din kavramlarının kesiştiği noktaların olduğu ancak maneviyatın daha geniş alanının olduğunu öne süren yaklaşım,
- 4- Maneviyatın dinin bir alt boyutu olduğunu ve din olmadan maneviyatın mümkün olmadığını kabul eden yaklaşımdır (Akt., Bilgin, 2023).

Zinbauer ve Pargament (2013) tarafından, geleneksel yaklaşıma sahip bireylerin din ve maneviyatı birlikte değerlendirdikleri; maneviyat ve dini ayrı kavramlar olarak algılayan bireylerin ise maneviyatı önemseyip dine yönelmedikleri belirtilmiştir (Akt., Bilgin, 2023). Zinbauer ve Pargament'e göre (2013) maneviyat ve dindarlık ile alakalı ulaşılan sonuçlar:

- 1- Kendini dindar aynı zamanda maneviyata sahip olarak tanımlayan birçok birey vardır.
- 2- Maneviyat ve dindarlık aynı anlama gelmeyen ancak iç içe geçmiş yapılardır.
- 3- Maneviyat ve dindarlık kavramlarının işlevsellik özelliğine sahip alanlar vardır.
- 4- Maneviyat ve dindarlık kültürel gerçeklikle alakalıdır ve farklı olgularla ya da süreçlerle açıklanamazlar.
- 5- Bir grup azınlık tarafından maneviyat dini inkar eden araç olarak kullanılmış ve kendilerini dindar değil ama manevi olarak tanımlamışlardır.
- 6- Maneviyat ve dindarlık çok boyutlu ve karmaşık yapılardır.
- 7- Her iki kavram da duygusal, zihinsel, kültürel, ahlaki ve sosyal olguları içerisinde bulundurmaktadır.
- 8- Her iki kavram da duygusal ve ruhsal problemlerle ilişkilendirilerek değerlendirilmiştir.
- 9- Maneviyat ve dindarlık zamanla tutum ve deneyimlere göre değişikliğe uğrayabilir.

10- Farklı kullanım alanlarına sahip olan kavramlardan maneviyatın kişisel alanda, dindarlığın ise sosyal ya da grup alanlarında ele alındığı görülmektedir (Akt., Türkgeldi, 2019; Yavuz, 2019).

2.1.4.3. Maneviyat ve Psikoloji

İnsan psikolojisine önemli etkileri olan ve bireyin spiritüel tarafı olarak nitelendirilen maneviyat, kişilerin her biri için ayrı anlamlar ifade etmekte ve zaman içerisinde dönüşüme uğramaktadır ancak buna rağmen önemini muhafaza etmiş bir kavramdır (Dursun, 2023). Maneviyat ve psikolojinin ilişkisine yönelik literatüre bakıldığında maneviyat kavramının din ile aynı anlamda kullanılması ve bilimsel olarak ele alınamayacağının düşünülmesi sebepleriyle psikoloji alanında diğerlerine kıyasla göz ardı edilen bir boyut olmuştur (Kararımak, 2007). Tuncay (2007) tarafından maneviyatın 1970’li yıllardan sonra psikoloji alanında bilimsel olarak ele alındığını belirtmiştir (Akt., Çalışkan, 2020; Bilgin, 2023; Güneş, 2023).

21. yüzyılın ilk zamanlarından bu yana maneviyat ile psikolojik danışma içe içe ilerleme göstermiştir (M.F. Tunç, 2023). 2014 yılında ise Türkiye’de Erciyes Üniversitesi Psikolojik Danışma Merkezi tarafından Ulusal Maneviyat Psikolojisi konulu sempozyumlar düzenlenmiştir (Çalışkan, 2020; Bilgin, 2023). Maneviyat her ne kadar yakın bir tarihte psikoloji alanına dahil olsa da maneviyatın insanların iyi oluşları üzerindeki etkisi tarih boyunca devam etmektedir (Ekşi, Kaya ve Çiftçi, 2016).

Dailey, Curry, Harper, Moorhead ve Gill (2011) tarafından maneviyat ve psikolojiyi ilk buluşturan kişilerin William James ve Alfred Adler olduğu ileri sürülmüştür (Akt: Kasapoğlu, 2017). William James’in kendi kitabında ve üniversitede vermiş olduğu derslerde maneviyata değinmesi ve manevi tecrübesi bulunan bireyleri psikolojik olarak incelemesi maneviyat ve psikolojinin ilişkisi bağlamında önem arz etmektedir (B. Tunç, 2020). Adler’e göre bireylerin aşkın ve üstün olanla her zaman ilişkisi ve evrenle bağ kurmaya yönelik görevleri vardır (Bilgin, 2023).

Carl Gustav Jung’a göre bireyin manevi yönü vardır ve bu maneviyatı kullanarak şu an ki durumdan daha iyi duruma gelebilir. Jung bireylerin psikoseksüel, psikososyal ve psikospiritüel yapılarının olduğunu belirterek bireydeki

tüm sorunların maneviyat temelinde olduğunu ve bu manevi sorunların çözüme kavuşturulmadan iyileşmenin gerçekleşmeyeceğini savunmuştur (Gürsu ve Ay, 2018).

İnsanın manevi tarafının altını çizen ve hayatın temeline anlamı alan Viktor Frankl'a göre bireyin arayış serüveni yalnızca yaşanan dünyaya sıkışmış durumda değildir, nihai varoluşa ulaşmak için anlam arayışı bir yoldur ve bu keşif serüveni bir problem ile karşı karşıya kaldığında boşluk hisleri oluşur ve birey için yaşamın bir anlamı kalmaz (M.F. Tunç, 2023).

Maneviyatın güçlü olması, zorluklar karşısında bireyin ruhsal durumunun düzenlenmesi açısından yararlıdır. Bireylerin ruh sağlığını muhafaza etmeleri noktasında 'inanılan bir şeylerin olması' önemli düzeyde motivasyon kaynağıdır (Dursun, 2023). Dinler, mistik olarak inanılan şeyler, dinlerin inanç ilkeleri, doğada ve kainattaki düzen bireylere motivasyon sağlamakta ve manevi hayatı düzene sokmaktaki destekleyici etkisiyle manevi iyi oluşları yükseltmektedir (H. Acar, 2014).

2.1.4.4. Manevi İyi Oluş Kavramı

Manevi iyi oluş kavramından ilk olarak 1971 yılında ABD' de yapılan yaşlılık konulu bir konferansta söz edilmiş ve sonraki süreçte Ulusal Dinler Arası Yaşlanma Koalisyonu (National Interfaith Coalition on Aging/NICA) tarafından tanımı yapılmıştır (Yavuz, 2019). NICA tarafından 1975 yılında yapılan tanıma göre manevi iyi oluş; bireyin yaşamında yaratıcı, benlik, toplum ve çevresi ile ilişkili, bütünlüğünü besleyici ve kutsayıcı olan olumlama sürecidir (N. Öztürk, 2023). Manevi iyi oluş kavramı Dünya Sağlık Örgütü tarafından; sağlık alanının dördüncü boyutu olarak nitelendirmiş olup fiziksel, zihinsel ve sosyal refah derecesinde önemli olduğu vurgulanmıştır (Liu, Ho, Lam, Lam, Cheng, Ching & Wong, 2022). Manevi iyi oluş, ruhsal iyilik, bireyin potansiyeli, anlam ve hedeflerine yönelik farkındalıklarını çoğaltan ve bu şekilde mutluluk vererek günlük rutinlerini gerçekleştirmesine yardımcı olan bir durum olarak tanımlanmıştır (Liu & ark., 2022).

İyi oluş, pozitif psikolojinin bütüncüllüğünden kaynaklı olarak maneviyat ile sıkı bir ilişki içerisinde olmakta ve bu ilişki yaşamda anlam bulmak, karakterin ve kişiliğin pozitif olarak geliştirilmesi, aşkınla olan bağ ve evrensel ahlaki değer

yargılarına ulaşmak ile açıklanabilmektedir (Toprak, 2018). Sürekli değişen ve gelişen dünyaya uyumda zorluk yaşayan bireyler nedeniyle çok daha fazla ele alınması gereken manevi iyi oluş kavramı kişilerin değerleri, yaşam anlamları, zorluklarla kolayca mücadele etme süreçleri ve ruh sağlığı üzerinde etkilidir (R. Acar, 2014). Manevi iyi oluş bireyin yaşamında nizam, kararlılık, uyum gibi durumların gelişimini sağlarken; toplumsal olarak da uyumu yakalamalarına destek olmakta ve böylelikle bireyin kendi benliği, yaratıcı ve içinde bulunduğu toplum ile kurduğu bağları güçlenmektedir (Mahdian & Ghaffari, 2016).

Manevi iyi oluş, varoluşsal ve dinsel boyut olmak üzere iki boyuttan oluşmakta ve varoluşsal boyut, bireylerin öz benlikleri ve kişilerarası iletişimlerinden oluşan, yaşam anlamlarını ve hedeflerine dikkat çeken bir boyutu ifade ederken kişinin ilahi bir güçle olan bağı ise dinsel boyutu ifade etmektedir (Moberg, 1979). Dini açıdan, bedenin içsel potansiyellerini birleştiren bir güç olarak doyuma ulaşması manasına gelirken varoluşsal açıdan yaşamda anlam bulmayı ve amaç edinmeyi sağlamaktadır (N. Öztürk, 2023).

Bireylerin bir inanışa sahip olmaktan bağımsız olarak en önemli amaçlarından birisi anlamlı bir yaşama sahip olmaktır. İnsanlar çoklu olarak kurdukları kişilerarası ilişkiler içinde sosyalleşirler ve bu durum bireylerin kendilerini, zamanı, mekanı ve diğerlerini anlamlandırma süreci üzerinde etkilidir (N. Öztürk, 2023). Yaşamın anlamlı bir hale gelmesi bireyin; kendisi, ailesi, arkadaşları, diğerleri ve bu çevre kurduğu iletişimle bağlantılıdır (Lou, 2022). Manevi iyi oluş kavramı çeşitli problemler ve stresle mücadelede önem verilmesinden ziyade ruh sağlığını koruyan, geliştiren eylemler ve ruh sağlığının olumlu tarafıyla bağlantılıdır (Mathad, Rajesh & Pradhan, 2017). Aynı zamanda kişilerde bulunan ruhsal semptomların düşürülmesinde ve iyi oluşun artırılmasında manevi iyi oluşun önemli bir etkisi bulunmaktadır (Corey, 2008).

Manevi iyi oluş tanımı yapılırken, köklü bir yaşantıya ve ölümün varlığı düşüncesine sahip olmak şeklinde ifadeler kullanılmaktadır ve tanım yapılırken bu ifadelerin kullanımının sebebi manevi iyi oluşun yaşamın tüm iniş ve çıkışlarıyla bir arada değişime uğramasıdır (Hoshi, 2008).

Manevi iyi oluşla ilgili çeşitli alt boyut kategorileştirmeleri olabilmekte ve bu çalışmada kullanılan Spiritüel İyi Oluş Ölçeği'nde aşkınlık, doğayla uyum ve anomi olarak 3 başlıkta toplanmış olup aşkınlık ve doğayla uyum manevi iyi oluşu olumlu yönde etkilerken anomi ise olumsuz yönde etkilemektedir. Bu alt boyutlardan aşkınlık kişinin kendisinden daha güçlü olana inanmasını, doğayla uyum bireyin doğanın parçası olduğunu ve bundan dolayı huzurlu hissetmesini, anomi ise toplumsal normların eylemler üzerinde etkisiz hale gelmesi ve bireyin eylemleri noktasında kararsızlık yaşamasını ifade etmektedir (Nurkan, 2020).

2.2. LİTERATÜR TARAMASI

2.2.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

2.2.1.1. Savunma Mekanizmaları İle İlgili Yurt İçi Araştırmalar

Namlı (2024) tarafından evli bireyler üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları ile evlilik doyumu arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Yapılan diğer analizlerde savunma mekanizmaları ile eğitim düzeyi ve aylık kazanç değişkenleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ancak savunma mekanizmalarının yaş, cinsiyet, çalışma durumu, evlilik süresi, çocuk sayısı ve evlenme biçimi değişkenlerine göre farklılaşmadığı ortaya konmuştur.

Bardakçı-Gürül (2024) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada algılanan stresin olgun savunma mekanizmaları ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki, immatür savunma mekanizmaları ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ve nevrotik savunma mekanizmaları ile arasında herhangi bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Olgun savunma mekanizmalarının kopukluk ve saldırganlık eğilimleri ile arasında pozitif yönlü, uysallık eğilimi ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu; immatür savunma mekanizmaları ile kopukluk ve saldırganlık eğilimleri ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ancak uysallık eğilimi ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı; nevrotik savunma mekanizmaları ile uysallık eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ancak kopukluk ve saldırganlık eğilimleri ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur.

Saçal (2024) tarafından kadınlar üzerinde yapılan araştırmada kadınların günlük Instagram platformunu kullanım süreleri ile beden algıları arasındaki ilişkide savunma mekanizmalarının aracı etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda kadınların gündelik Instagram kullanım süreleri ile beden algıları arasında negatif yönlü güçlü bir ilişki olduğu ancak bu ilişkide olgun savunma mekanizmalarının herhangi bir aracı etkisinin olmadığı saptanmıştır.

Saylık (2023) tarafından yetişkin bireyler üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları alt boyutu olan immatür savunma mekanizmaları ile kendini sabotaj ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki, olgun savunma mekanizmaları alt boyutu ile kendini sabotaj ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasında ise düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. İmmatür ve olgun savunma mekanizmalarının kendini sabotajın yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca savunma mekanizmalarının cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumu değişkenleri açısından farklılık göstermediği ancak savunma mekanizmalarının alt boyutlarının eğitim durumuna göre farklılaştığı ortaya konmuştur.

Arslanoğlu (2023) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları ile risk alma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Savunma mekanizmaları ile beş faktör kişilik modelinde yer alan uyumluluk, dışa dönüklük, deneyime açıklık, nevrotiklik ve sorumluluk arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur.

Vural (2020) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları ile karanlık üçlü kişilik özellikleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda çocukluk çağı ruhsal travmaları ile savunma mekanizmaları ve karanlık üçlü kişilik özellikleri arasında herhangi anlamlı bir ilişkinin olmadığı anlaşılmıştır. Ayrıca yapılan diğer analizlerde savunma mekanizmalarının yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, psikolojik rahatsızlığın varlığı, çocuklukta ve şu an psikolojik tedavi alma durumu değişkenlerine göre herhangi bir farklılık göstermediği ortaya konmuştur.

Yıldız (2020) tarafından yetişkin bireyler üzerinde yapılan araştırmada olgun savunma mekanizmaları ile bilinçli farkındalık arasında pozitif yönlü ancak mutluluk

korkusu ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda ilkel savunma mekanizmaları ile mutluluk korkusu arasında pozitif yönlü ancak bilinçli farkındalık ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca mutluluk korkusu ile bilinçli farkındalık değişkenleri arasında ters yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Aracı (2019) tarafından yetişkin bireyler üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları ile erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilik bozuklukları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur ancak savunma mekanizmaları ile kişilik bozuklukları arasında bulunan ilişkide savunma mekanizmaları alt boyutlarının en güçlüden en zayıfa doğru kendi içlerinde immatür, nevrotik ve matür olmak üzere bir sıralamanın olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda Şizotipal ve Obsesif Kompulsif kişilik bozukluklarının İmmatür ve nevrotik savunma mekanizmaları tarafından yordandığı ancak diğer kişilik bozukluklarının (paranoid, şizoid, antisosyal, borderline, histriyonik, narsisistik, çekingen ve bağımlı) yalnızca immatür savunma mekanizması tarafından yordandığı ortaya konmuştur. Ayrıca savunma mekanizmalarının yaş, cinsiyet, gelir düzeyi ve eğitim durumu değişkenleri açısından herhangi bir farklılaşma yaşamadığı saptanmıştır.

A. Kaya ve Bozkur (2017) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada kadercilik eğilimi ile olgun savunma biçimleri ve özyeterlik inancı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken nevrotik savunma biçimleri ve olgun olmayan savunma biçimleri ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kadercilik eğiliminin alt boyutları açısından yapılan analizlere bakıldığında kişisel kontrol eksikliği ve önceden belirlenmişlik alt boyutlarının nevrotik savunma biçimlerini, kişisel kontrol eksikliği alt boyutunun olgun savunma biçimlerini, batıl inanç ve şans alt boyutlarının ise olgun olmayan savunma biçimlerini anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Ayrıca kadercilik eğiliminin cinsiyet değişkeni açısından kadınlar lehine farklılaştığı ortaya konmuştur.

Çağatay (2014) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada savunma mekanizmaları alt boyutu olan immatür savunma mekanizmaları ile çocukluk çağı travmatik yaşantı değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu, çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile matür ve nevrotik savunma mekanizmaları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur.

Savunma mekanizmalarının her bir alt boyutu ile kayıtsız bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki, immatür ve nevrotik savunma mekanizmaları alt boyutları ile saplantılı bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki, nevrotik savunma mekanizmaları alt boyutu ile korkulu bağlanma stili arasında ise pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca savunma mekanizmalarının yaş, ebeveyn kaybı, şiddet yaşantısı, bakım veren kişi değişkenleri açısından farklılaştığı ancak cinsiyet, kardeş sayısı, gelir düzeyi değişkenleri açısından herhangi bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

2.2.1.2. Yeni Çağ İnanışları İle İlgili Yurt İçi Araştırmalar

Ulu ve Osmanoglu (2023) tarafından ilahiyat fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada hayatın anlam ve amacı ile yeni çağ inançları arasında hafif düzeyde, zıt yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda değişkenler üzerinde cinsiyet yönünden yapılan analizlerde hayatın anlam ve amacı bağlamında kadınların erkeklerden daha yüksek puanlara sahip olduğu, yeni çağ inançları bağlamında ise erkeklerin kadınlardan daha yüksek puanlara sahip olduğu saptanmıştır.

Bozdağ-Tulum (2023) tarafından dijital yerli olarak tanımlanan lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada dijital yerlilerin orta düzeyde yeni çağ inanışlarına sahip olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda katılımcıların yeni çağ inanışlarının okul türlerine ve yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer değişkenine göre farklılık gösterdiği ancak cinsiyet, yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Ahmedi (2022) tarafından yapılan araştırma 403 yetişkin katılımcı üzerinde uygulanmıştır. Araştırma kapsamında, Yeni Çağ inançlarını dini bilgi düzeyi, tutumları ve modernleşme değişkenleri açısından incelemek amaçlanmıştır. Araştırma neticesinde, din açısından bireyselleşme eğiliminin siyasi düşünce, eğitim düzeyi ve dini bilginin çıkış noktasına bağlı olarak arttığı bulunmuştur. Ayrıca dini yaşantı arayışının otoriteden bağımsız olarak eğitim düzeyi, siyasi görüş ve dini bilgi kaynağı ile anlamlı olarak ilişkili olduğu ortaya konmuştur.

Gürbüz ve Aygöl (2021) tarafından yeni çağ inançlarına yönelen ve katılan kişiler üzerinde görüşme tekniği kullanılarak yapılan araştırmada bireylerin sosyal

etkileşimler, psiko-sosyal nedenler, günlük rutinler ve alternatif inançlar sebepleriyle yeni çağ inançlarına yöneldiği belirlenmiştir. Aynı zamanda bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin ve isteklerinin sürecin tecrübe edilmesinde ve etkilenme düzeylerinde farklılıklara sebep olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bireylerin dini inançları noktasında yeni çağ inançlarından faydalandığı ve farklı açılardan bağdaşım kurdukları saptanmıştır.

Develi (2019) tarafından derinlemesine görüşme tekniği kullanılarak 20 katılımcı üzerinde yapılan sosyolojik araştırmada batıl inanç ve New Age (Yeni Çağ) kavramları arasındaki benzerliklerin ve ortaya çıkış sebeplerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Yapılan görüşmeler neticesinde batıl inanç ve New Age kavramlarının benzer işlevsellikte olduğu ve modernleşmenin etkisi ile batıl inanç kavramının yeni bir forma büründüğü tespit edilmiştir.

Kara (2017) tarafından farklı sektörlerde çalışan girişimci, yönetici ve iş görenler üzerinde yapılan araştırmada maneviyat ve din kavramlarının oluşturduğu anlam karmaşası içerisinde yeni çağ inanışlarının örgütlerdeki varlığının ortaya konulması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan analizler sonucunda örgütsel kararlar ile yeni çağ değerleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda demografik özelliklerin, örgütsel kararlar ve yeni çağ değerlerinin yordayıcısı olmadığı ancak yeni çağ değerlerinin ‘Eski Halk İnançları ve Geleceği Tahmin Etme’ alt boyutu ile yaş bağımsız değişkeni arasında zıt yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Aydın (2015) tarafından çeşitli mesleklerde çalışan yetişkinler ve çeşitli kademelerde eğitim gören öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada yeni çağ inanışları ile hayatın anlamı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda yeni çağ inanışları ile medeni durum, cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş ancak öğrenim durumu, yaşanan yer ve sosyo-ekonomik durum değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca hayatın anlamı ile medeni durum, cinsiyet, yaş, öğrenim durumu ve yaşanan yer değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilirken yalnızca sosyo-ekonomik değişkeni ile arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Aydın (2008) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada dinsel fundamentalizm ile yeni çağ inançları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Aynı zamanda yeni çağ inançları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak öğrenim alanları, medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, yaşanan yer ve cinsiyet değişkenleri ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan Dinsel Fundamentalizm ile öğrenim alanları ve yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken medeni durum, sosyo-ekonomik düzey, yaşanan yer ve cinsiyet değişkenleri ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

2.2.1.3. Anlam Arayışı İle İlgili Yurt İçi Araştırmalar

B. Kaya (2024) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan araştırmada yaşamın anlamı ile travma sonrası büyüme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve bu ilişkide umut değişkeninin aracı rolünün bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca yaşamın anlamının cinsiyet, fiziksel hastalık, kayıp deneyimi, gelir durumu, öğrenim durumu ve medeni durum değişkenleri açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Akbulut (2023) tarafından öğretmenler üzerinde yapılan araştırmada yaşamda anlam, mesleki doyum ve dindarlık arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca öğretmenlerin yaşamda anlam düzeylerinin yaş, medeni durum, çocuk durumu, kıdem ve istihdam durumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği ancak cinsiyet, branş, okul türü ve yaşamın çoğunda bulunulan yer değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Yüksel (2020) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaşamın anlamı ve alınan dini eğitim süresi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca hayatın anlam ve amacının üniversite tercih sebebi, dindar hissetme ve hayata bağlayan önemli unsur değişkenlerine göre farklılaştığı ancak cinsiyet, sınıf ve dini eğitimin yeterli bulunması değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Karslı (2020) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada hayatta anlam bulma ile dini tutum ve içsel dini motivasyon arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca hayatın anlamı ile

sağlıklı olma ve dışadönük kişilik arasında pozitif yönlü, sigara ve alkol kullanımı ile arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunurken yaş ve sosyo-ekonomik durum değişkenleri ile arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan diğer analizlere bakıldığında dini tutum ve içsel dini motivasyon değişkenleri ile kişilik yapısı arasında pozitif yönlü, sigara ve alkol kullanımı ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken yaş, sosyo-ekonomik durum ve sağlık durumu değişkenleri ile arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca kadınların hayatın anlamı ve dini tutum düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Mehel (2019) tarafından ergenler üzerinde yapılan araştırmada ergenlerin yaşamda anlam, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeylerinin aile durumuna (birlikte, boşanmış) göre farklılaştığı saptanmıştır. Bu farklılığa göre anne-babası birlikte olan ergenlerin benlik saygısı, öznel iyi oluş, anlamın varlığı ve anlam arayışı düzeylerinin anne-babası ayrı olan ergenlere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca aile durumu (birlikte, boşanmış) ile kardeş sayısı, anne eğitim durumu ve ebeveynle ilişki değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak okul başarısı ve baba eğitim durumu değişkenleri ile arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur.

Terzioğulları-Yılmaz (2019) tarafından çeşitli mesleklerde çalışan bireyler üzerinde yapılan araştırmada yaşamda anlam ve kişilik özellikleri (nevrotizm, psikotizm ve dışa dönüklük) arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında meslekler Holland' ın Tipolojisine (araştırmacı, sanatçı, sosyal, gerçekçi, girişimci ve geleneksel) göre ele alınmıştır. Holland' ın tipolojisine göre araştırmacı, sanatçı, gerçekçi ve geleneksel kişilik tiplerine uygun mesleklerde çalışan bireylerin kişilik özellikleri (nevrotizm, psikotizm ve dışa dönüklük) ile yaşamda anlamın varlığı alt boyutu arasında anlamlı ilişkilerin olduğu ancak sosyal ve girişimci kişilik tiplerine uygun mesleklerde çalışan bireylerin kişilik özellikleri (nevrotizm, psikotizm ve dışa dönüklük) ile yaşamda anlamın varlığı alt boyutu arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur. Ayrıca Holland' ın tipolojisine göre araştırmacı, sosyal, girişimci ve geleneksel kişilik tiplerine uygun mesleklerde çalışan bireylerin kişilik özellikleri (nevrotizm, psikotizm ve dışa dönüklük) ile yaşamda anlam arayışı alt boyutu arasında anlamlı ilişkilerin olduğu ancak sanatçı ve gerçekçi kişilik tiplerine uygun mesleklerde çalışan bireylerin kişilik özellikleri (nevrotizm, psikotizm ve dışa dönüklük) ile yaşamda anlam arayışı alt boyutu

arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur. Yapılan diğer analizler sonucunda cinsiyet, öğrenim düzeyi, mesleki doyum ve algılanan ekonomik durum değişkenlerinin meslek tiplerine göre yaşamda anlamın varlığı alt boyutunda farklılaşmalara sebep oldukları ancak yaşamda anlam arayışı alt boyutunda herhangi bir farklılaşmaya sebep olmadıkları saptanmıştır.

Altıparmak (2019) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaşamda anlam arayışı alt boyutu ile sosyal-duygusal yalnızlık (romantik yalnızlık, aile yalnızlığı ve sosyal yalnızlık) değişkeni arasında pozitif yönlü, öz-anlayış değişkeni ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Yaşamda anlamın varlığı alt boyutu ile sosyal-duygusal yalnızlık (romantik yalnızlık, aile yalnızlığı ve sosyal yalnızlık) değişkeni arasında negatif yönlü, öz-anlayış değişkeni ile arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca yaşamda anlamın varlığının aile tutumu ve sosyal topluluk/kulüp etkinliklerine katılma değişkenleri açısından, yaşamda anlam arayışının ise bölüm değişkeni açısından farklılaştığı ancak yaşamda anlamın (anlam varlığı ve anlam arayışı) cinsiyet, sınıf düzeyi, aylık aile geliri, romantik ilişki durumu ve evcil hayvan durumu değişkenlerine göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Altuntaş (2018) tarafından ergenler üzerinde yapılan araştırmada iyi oluş ile minnettarlık ve yaşamda anlamın alt boyutu olan yaşamda anlamın varlığı arasında pozitif yönlü orta düzeyde, affedicilik ve yaşamda anlamın alt boyutu olan yaşamda anlam arayışı ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yapılan analizlerde iyi oluşun en güçlü yordayıcısının yaşamda anlamın varlığı olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca ergenlerde iyi oluşun sınıf düzeyi, akademik başarı, baba eğitim düzeyi, aile gelir düzeyi, kardeş sayısı, mesleki hedef, okul memnuniyeti ve lise tercih durumu değişkenlerine göre farklılaştığı ancak cinsiyet, okul türü, ebeveyn birlikteliği ve anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Çamur (2014) tarafından geç ergenlik dönemindeki öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada yaşamda anlamın varlığı alt boyutu ile dindarlık arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca yaşamda anlam ve dindarlık düzeylerinin cinsiyet, yaşanılan yer, sınıf düzeyi, öznel dindarlık algısı ve

öznel yaşamda anlam algısı değişkenlerine göre farklılaştığı ancak yaş, medeni durum ve gelir düzeyi değişkenleri açısından farklılaşmadığı bulunmuştur.

Demirbaş (2010) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaşamda anlam değişkeninin alt boyutları olan ‘yaşamda anlamın aranması’ ve ‘yaşamda anlamın varlığı’ ile yılmazlığın alt boyutları olan ‘toparlanmaya yönelik kişisel güçlü yönler’ ve ‘kendine yönelik olumlu değerlendirmeler’ arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca yaşamda anlam değişkeninin alt boyutları olan ‘yaşamda anlamın aranması’ ve ‘yaşamda anlamın varlığı’ ile yılmazlığın bir diğer alt boyutu olan ‘yeniliklere açık olma’ arasında herhangi bir anlamlı ilişkinin olmadığı saptanmıştır. Yapılan diğer analizlere bakıldığında ise yaşamda anlamın cinsiyet, yaş ve fakülte değişkenine göre herhangi bir farklılaşma göstermediği ortaya konmuştur.

2.2.1.4. Manevi İyi Oluş İle İlgili Yurt İçi Araştırmalar

Elgün (2023) tarafından evli bireyler üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile aile yaşam doyumu değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca manevi iyi oluş değişkeninin yaş, cinsiyet, evlilik süresi, çocuk sayısı, sosyo-ekonomik düzey, eğitim durumu ve yaş farkı değişkenleri açısından farklılaşmadığı; aile yaşam doyumu değişkeninin yaş, sosyo-ekonomik düzey ve yaş farkı değişkenleri açısından farklılaştığı ancak cinsiyet, evlilik süresi, çocuk sayısı ve eğitim durumu değişkenleri açısından ise farklılaşmadığı ortaya konmuştur.

Güneş (2023) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile aile iklimi değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca manevi iyi oluşun yaş, sosyo-ekonomik düzey, anne tutumu ve baba eğitim durumu değişkenleri açısından pozitif yönde farklılaştığı ancak cinsiyet, medeni durum, kardeş sayısı, ebeveyn hayatta olma durumu, baba tutumu ve anne eğitim durumu değişkenleri açısından farklılaşmadığı; aile ikliminin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, ebeveyn tutumu, baba eğitim durumu ve anne hayatta olma durumu değişkenleri açısından farklılaştığı ancak anne eğitim düzeyi ve baba hayatta olma durumu değişkenleri açısından farklılaşmadığı saptanmıştır.

Dursun (2023) tarafından yeme bozukluğu tanısı almamış yetişkin bireyler üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile duygusal yeme değişkeni arasında hafif düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada kadınların manevi iyi oluş ve duygusal yeme düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca medeni durum değişkeninin manevi iyi oluş ve duygusal yeme üzerinde herhangi bir farklılaşmaya sebep olmadığı; vücut kitle indeksi değişkeninin ise duygusal yeme üzerinde farklılaşmaya sebep olurken manevi iyi oluş üzerinde farklılaşmaya sebep olmadığı ortaya konmuştur.

M.F. Tunç (2023) tarafından yetişkinler üzerinde yapılan araştırmada yaşam sevgisi ile genel psikolojik sağlık arasında negatif yönlü, yaşam sevgisi ile manevi iyi oluş arasında pozitif yönlü ve genel psikolojik sağlık ile manevi iyi oluş arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Manevi iyi oluşun yaşam sevgisi ile genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide kısmi olarak aracı rolü olduğu bulunmuştur. Ayrıca manevi iyi oluşun yaş, medeni durum ve gelir değişkenleri açısından anlamlı olarak farklılaştığı ancak cinsiyet, eğitim durumu, çalışma durumu ve sağlık durumu değişkenleri açısından anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya konulmuştur.

Çalışkan ve Dilmaç (2022) tarafından evli bireyler üzerinde yapılan araştırmada ailede yılmazlık, yaşamın anlamı ve manevi iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Ayrıca ailede yılmazlığı etkileyen en önemli değişkenin manevi iyi oluş olduğu ortaya konmuştur.

Ayhan ve Seki-Öz (2022) tarafından yetişkin bireyler üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile ölüm algısı değişkeninin alt boyutu olan ölüm sonrası hayat arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ancak ölüm algısı değişkeninin alt boyutu olan yok olma ile arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca manevi iyi oluş ile yaş değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve çalışan bireylerde manevi iyi oluşun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Durmuş (2020) tarafından hemodiyaliz tedavisi gören hastalar üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile depresyon ve anksiyete değişkenleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca depresyon ile

anksiyete arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmaya katılan hastaların orta düzeyde manevi iyi oluşa ve anksiyeteye, hafif düzeyde ise depresyona sahip oldukları saptanmıştır. Diğer analizlere bakıldığında ise manevi iyi oluş değişkeninin kadın hemodiyaliz hastalarında daha yüksek olduğu ancak yaş, eğitim, meslek, medeni durum, gelir düzeyi, tedavi süresi, birlikte yaşanan kişi ve başka kronik hastalık değişkenleri açısından farklılaşmadığı saptanmıştır.

Yavuz (2019) tarafından öğretmen adayları üzerinde yapılan araştırmada psikolojik dayanıklılık, bilinçli farkındalık ve manevi iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ve manevi iyi oluş değişkeninin psikolojik dayanıklılık ve bilinçli farkındalığın anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Türkgeldi (2019) tarafından öğretmen adayları üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş ile sahip olunan değerler ve sabır değişkenleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Ayrıca sahip olunan değerler ve sabır değişkenleri arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Gürsu ve Ay (2018) tarafından 60 yaş üstü bireyler üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş değişkeni ile dindarlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan diğer analizlere bakıldığında ise manevi iyi oluş il gelir düzeyi değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ancak manevi iyi oluşun cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durum, yaşanan yer, sağlık algısı ve kronik hastalık değişkenleri açısından farklılaşmadığı saptanmıştır.

2.2.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

2.2.2.1. Savunma Mekanizmaları İle İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Gori, Topino ve Di Fabio (2020) tarafından COVID-19 salgını döneminde kilitlenme önlemlerini yaşayan 1102 italyan katılımcı üzerinde yapılan araştırmada, yaşamdan memnuniyet ve algılanan stres arasındaki ilişkide savunma mekanizmaları ile başa çıkma stratejilerinin aracı rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda algılanan stres ile olgun savunma mekanizmaları ve yaşam memnuniyeti arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca algılanan stres ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide olumlu tutum, yaklaşımsal başa çıkma ve olgun savunma mekanizmalarının kısmen aracılık etkisinin olduğu saptanmıştır.

Pawlaczyk, Siembida, Balaj ve Rajewska-Rager (2020) tarafından iki grup şeklinde Lehçe ve İngilizce konuşan 305 tıp fakültesi 1.sınıf öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, gruplar arasında depresif belirtiler, anksiyete, stres düzeyleri ve savunma mekanizmaları açısından farklılaşmayı belirlemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Lehçe konuşan öğrencilerin genel stres düzeyleri ve depresif belirtileri İngilizce konuşan öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Lehçe konuşan öğrencilerin sınav sürecinde daha yüksek stres, depresyon ve anksiyete semptomları gözlemlenmiş ancak diğer grupta böyle bir durum gözlemlenmemiştir. Olgun savunma mekanizmalarında İngilizce konuşan öğrencilerin diğer gruba göre puanları daha fazla bulunmuştur. Ayrıca olgun savunmalar ile algılanan stres arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların erkekler ile karşılaştırıldıklarında nevrotik savunmaları daha fazla, olgun savunmaları ise daha az kullandıkları ortaya konulmuştur.

Granieri, La Marca, Mannino, Grunta, Guglielmucci ve Schimmenti (2017) tarafından 328 yetişkin üzerinde yapılan araştırmada, savunma mekanizmaları ile DSM-5’ de yer alan uyumsuz kişilik alanları arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda; olgun olmayan savunma mekanizmaları ile uyumsuz kişilik alanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ve olgun savunma mekanizmalarının ise kişilik alanları içerisinde daha iyi kişilik işlevi olanla ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca farklı savunma mekanizmalarının DSM-5’ de yer alan uyumsuz kişilik alanlarını önemli ölçüde yordadığı saptanmıştır.

Waqas, Rehman, Malik, Muhammad, Khan ve Mahmood (2015) tarafından Pakistanlı 409 tıp öğrencisi üzerine yapılan araştırmada, savunma mekanizmaları ile anksiyete, depresyon ve akademik performans arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, akademik performans ile savunma mekanizmaları, anksiyete ve depresyon arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca olgun ve nevrotik savunmalar ile akademik performans arasında doğrusal bir ilişki olduğu ancak olgun olmayan savunmalar ile akademik performans arasında dolaylı bir ilişki olduğu ve yüksek akademik performansın orta düzeyde kaygı ve düşük düzeyde depresyon ile ilişkili olduğu ortaya çıkarılmıştır.

Pellitteri (2002) tarafından 107 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, savunma mekanizmaları ile duygusal zeka arasındaki ilişki ele

alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda savunma mekanizmaları ile duygusal zeka arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş ve matür (olgun) savunmaları kullanan kişilerin duygusal zeka puanlarının diğerlerine kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Soldz, Budman, Demby ve Merry (1995) tarafından yapılan araştırmada kişilik patolojileri ve savunma mekanizmaları arasında ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda kişilik patolojileri ile savunma mekanizmaları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

2.2.2.2. Yeni Çağ İnanışları İle İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Donahue (1993) tarafından yapılan araştırma altı farklı Protestan mezhebine sahip yaklaşık 3500 yetişkin katılımcılar üzerinde uygulanmıştır. Araştırma kapsamında, New Age inanışlarının yaygınlığını ve bu inanışlarla ilişkili olarak demografik, tutum ve din değişkenlerini araştırmak amaçlanmıştır. Araştırma neticesinde, astroloji, reenkarnasyon, psişik iletişim vb. uygulamalara dayanan inanışların daha az katılımcı tarafından kabul edildiği ancak ruhsal gerçekliklerin tümünün insanın kendi içerisinde olduğu vb. ideolojik ifadelerin ise daha fazla katılımcı tarafından benimsendiği ortaya konmuştur. Ayrıca, teolojik olarak muhafazakar mezheplerin Yeni Çağ inanışlarına daha az eğilimli iken liberal mezheplerin ise daha fazla eğilimli olduğu saptanmıştır.

Farias (2004) tarafından 99 yetişkin katılımcı üzerinde yapılan araştırma kapsamında, New Age uygulamalarının benimsenmesindeki alt motivasyon, bilişsel ve kişilik temelli özellikleri sistemli bir şekilde incelemek amaçlanmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda, New Age inanışlarına sahip kişilerin bütüncül ve somut olmayan bir benlik algısını benimsedikleri ve inançlı olmayan ya da sıradan bir dinden farklılaşma gösterdiği ortaya konmuştur. Ayrıca New Age inanışlarını benimseyen katılımcıların şizotipal kişilik özellikleri, duygusal duyarlılık ve bilişsel gevşeklik puanlarının da anlamlı olarak daha fazla olduğu bulunmuştur.

Farias, Claridge ve Lalljee (2005) tarafından yapılan araştırma 99 yetişkin katılımcı üzerinde uygulanmıştır. Araştırma kapsamında, Yeni Çağ inanç ve uygulamalarını özümsemede bireylerin kişilik özelliklerinin ve bilişsel yaklaşımların rolünü incelemek amaçlanmıştır. Araştırma neticesinde, Yeni Çağ inanç ve

uygulamaları ile sezgisel düşünme eğilimi, mistik deneyimlere yatkınlık ve deneyime açıklık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken analitik düşünme ile arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Aupers ve Houtman (2006) tarafından yapılan sosyolojik analize ve literatür taramasına dayalı araştırmada Yeni Çağ spiritüelliğinin toplum içindeki yaygınlaşma süreçlerini ve kişilerin Yeni Çağ yaklaşımları ile ilişkilerini incelemek amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında, Yeni Çağ kavramının kişisel ve toplumsal boyutları kavramsal olarak ele alınarak din sosyolojisi ve çağdaş toplumdaki varlığı değerlendirilmiştir. Yapılan incelemeler neticesinde Yeni Çağ spiritüelliğinin toplumsal değerler üzerinde ve kişilerin kimlik oluşumu süreçlerinde önemli etkilerinin olduğu anlaşılmıştır. Böylece Yeni Çağ spiritüelliğinin sadece bir ruhsal pazar olmaktan öte toplumsal olarak ele alınması ve anlaşılması gereken değişken bir olgu olduğu ortaya konmuştur.

2.2.2.3. Anlam Arayışı İle İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Pourebrahim ve Rasouli (2019) tarafından 60 yetişkin, 60 yaşlı ve 60 çok yaşlı birey üzerinde yapılan araştırmada, yaşamın anlamı ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda; kadın ve erkeklerde yaş ilerledikçe psikolojik iyi oluşun azaldığı, yaşamın amacı ve anlamı için erkek katılımcıların yaş gruplarında farklılaşma olmadığı, yetişkin grubunda yer alan kadınların yaşamda anlam ve psikolojik iyi oluşları diğer yaş gruplarından yüksek olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle psikolojik iyi oluş ve yaşam anlamının ilerleyen yaşlarda düştüğü ve psikolojik iyi oluşun cinsiyete göre farklılaştığı saptanmıştır.

A. Bailey ve Fernando (2012) tarafından rutin ve proje bazlı boş zaman tecrübelerinin anlam ve mutluluk üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla 305 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada anlam, mutluluk ve rutin boş zaman etkinlikleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca anlam ve mutluluğun güçlü yordayıcıları olarak sosyal katılım, bireysel düşünme ve dışarıda geçirilen zaman belirtilmiştir.

De Klerk, Boshoff ve Wyk (2009) tarafından ABD’ de yaşayan Güney Afrikalılar üzerinde yapılan araştırmada, ABD’ de geliştirilen ‘Life Regard Index

(Yaşamın Anlamı Ölçeği)' ölçeğinin Güney Afrika örneklemeine aktarılabilirliğini test etmek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin Güney Afrika örneklemeine aktarılabilir olduğu fakat orijinalinden bağımsız ve düzenlemeler yapılmadan aktarılamayacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Mascaro ve Rosen (2005) tarafından 329 psikoloji bölümü öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, varoluşsal anlamın umudun arttırılması ve depresif belirtilerin önlenmesindeki rolü ele alınmıştır. Araştırmaya başlangıçta 329 öğrenci katılmış ancak 2 ay ara ile yapılan tekrar bir ölçümde 191 öğrenci araştırmaya tekrar katılım sağlamıştır. Yapılan analizler sonucunda açık ve örtük anlamın umut sürekliliğini artırarak depresyon belirtilerini azalttığı ve buradan hareketle varoluşsal anlam ile ruh sağlığı arasında anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.2.2.4. Manevi İyi Oluş İle İlgili Yurt Dışı Araştırmalar

Noer (2023) tarafından 572 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, manevi iyi oluşun öğrenci tutumu, öznel norm ve davranışsal kontrol üzerindeki etkilerini incelemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, manevi iyi oluşun öğrenci tutumu, öznel norm ve davranışsal kontrolü pozitif yönde etkilediği ve bunun sonucunda ruh sağlıklarına da etki ettiği bulunmuştur. Ayrıca manevi iyi oluş ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiye öğrenci tutumu, öznel norm ve davranışsal kontrolünün kısmi olarak aracılık etkilerinin olduğu saptanmıştır.

Dami, Tameon ve Alexander (2018) tarafından 152 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, manevi iyi oluş, yaşam doyumu ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, bilinçli farkındalığın manevi iyi oluşu etkilediği, manevi iyi oluşun ise yaşam doyumunu etkilediği, bilinçli farkındalığın yaşam doyumunu doğrudan etkilemediği ancak bilinçli farkındalık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide manevi iyi oluşun aracı etkisinin olduğu saptanmıştır.

Jafari, Dehshiri, Eskandari, Najafi, Heshmatid ve Hoseinifar (2010) tarafından 223 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada manevi iyi oluş ve ruh sağlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, manevi iyi oluş ile ruh sağlığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak manevi iyi oluş ile somatik belirtiler, anksiyete, sosyal işlev bozukluğu ve depresyon

arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Ayrıca manevi iyi oluşun kadınlarda daha yüksek olduğu ve ruh sağlığını anlamlı olarak yordadığı ortaya konmuştur.

Calicchia ve Graham (2006) tarafından 56 yüksek lisans öğrencisi üzerinde yapılan araştırmada, maneviyat, stres ve sosyal destek arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, manevi iyi oluş ile stres arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve manevi iyi oluş ile sosyal destek arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Musa, Pevalin ve Khalaileh (2017) tarafından 218 hemodiyaliz hastası üzerinde yapılan araştırmada, manevi iyi oluş ile anksiyete, depresyon ve stres arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, manevi iyi oluş ile anksiyete, depresyon ve stres arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmanın amacı yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolünü ve bu değişkenler arasında cinsiyete, yaşa, eğitim düzeyine ve algılanan ekonomik duruma göre anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemektir.

Araştırmada iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalar olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2022).

Araştırmanın bağımlı değişkenlerini savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş oluştururken bağımsız değişkenlerini ise cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey oluşturmaktadır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 18 yaş üstü yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Çorum ili Osmancık ilçesinde yaşayan 18 yaş üstü 500 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmada evrendeki tüm birimlerin, örneğe seçilmek için eşit ve bağımsız bir şansa sahip olduğu basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2022).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların kullandıkları savunma mekanizmalarını belirlemek için Türkçeye uyarlama çalışması Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılan “Savunma Biçimleri Testi” kullanılmıştır. Katılımcıların sahip oldukları yeni çağ inanışlarını belirlemek için Aydın ve Kaya (2013) tarafından geliştirilen “Yeni Çağ İnanışları Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların anlam arayışları hakkında bilgi toplamak için Türkçeye uyarlama çalışması Demirbaş (2010) tarafından yapılan “Yaşamda Anlam Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların manevi iyi oluşları hakkında bilgi toplamak için Ekşi ve Kardaş (2017) tarafından geliştirilen “Spiritüel İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, eğitim düzeyleri ve

ekonomik durumları hakkında bilgi toplamak için ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’ hazırlanmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

‘‘Kişisel Bilgi Formu’’ araştırmacı tarafından katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve algılanan ekonomik durumu hakkında bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır.

3.3.2. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40)

Ölçeğin orijinali Andrews, Singh ve Bond (1993) tarafından geliştirilmiş ve ‘‘The Defense Style Questionnaire’’ olarak adlandırılmıştır. Türkçeye uyarlama çalışmaları Yılmaz, Gençöz ve Ak (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin matür(olgun), nevrotik ve immatür(olgun olmayan) olmak üzere 3 alt boyutu vardır. Ölçekte 20 savunmadan her birinde 2 madde olmak üzere toplamda 40 madde bulunmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamakta ve 9’lu Likert tipi bir derecelendirme ölçeği olmakla birlikte maddelerin her biri ‘‘1-Bana Hiç Uygun Değil’’ ile ‘‘9-Bana Çok Uygun’’ arasında değişen seçenekler ile değerlendirilmektedir. Ölçekte Olgun savunmalar, beklenti, baskılama, mizah ve yüceltme; Nevrotik savunmalar, yapma-bozma, karşıt tepki geliştirme, idealleştirme ve yapay özgecilik; İmmatür savunmalar, değersizleştirme, otistik fantezi, bölünme, mantıksallaştırma, yansıtma, yalıtma, pasif saldırganlık, bedenselleştirme, disosiyasyon, yer değiştirme, inkar ve dışa vurmadır. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları olgun savunma için 0.70, nevrotik savunma için 0.61 ve immatür savunma için 0.83 bulunmuştur. Ölçeğin kriter geçerliliği analizi sonucunda klinik ve normal sınıflar arasında savunma mekanizmalarının kullanımı açısından anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerlik analizi sonucunda matür savunmalar ile depresyon ve kaygı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki, immatür savunmalar ile depresyon ve kaygı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki, nevrotik savunmalar ile kaygı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunurken nevrotik savunmalar ile depresyon ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuş olup ölçeğin Türkiye için geçerli olduğu ortaya konulmuştur (Yılmaz ve ark., 2007). Bu çalışmada ise ölçeğin toplam Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.86

ve alt boyutlarından matür(olgun) savunma için 0.61, nevrotik savunma için 0.63 ve immatür(olgun olmayan) savunma için 0.83 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Yeni Çağ İnanışları Ölçeği (YÇİÖ)

Aydın ve M. Kaya (2013) tarafından bireylerin sahip oldukları yeni çağ inançlarını ve ifade ediş biçimlerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. 20 maddeden oluşan 5’li Likert tipi bir derecelendirme ölçeğidir. Ölçekte ters madde bulunmamakta ve maddelerinin her biri “5- Kesinlikle Katılıyorum”, “4- Katılıyorum”, “3- Kararsızım”, “2- Katılmıyorum” ve “1- Kesinlikle Katılmıyorum” olmak üzere beş derece ile değerlendirilmektedir. Ölçek ‘Eski Halk İnançları ve Geleceği Tahmin Etme’, ‘Ruhçuluk ve Psişik Güçler’ ve ‘İyileştirici Nesne ve Yöntemler’ olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlilik analizleri için faktör analizi, madde analizi ve uzman görüşlerine başvurulmuş olup geçerli bir ölçek olduğu ortaya konmuştur (Aydın ve M. Kaya, 2013). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.92 olarak hesaplanmıştır.

3.3.4. Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ)

Ölçeğin orijinali Steger, Frazier, Oishi ve Kaler (2006) tarafından geliştirilmiş ve “Meaning in Life Questionnaire” olarak adlandırılmıştır. Türkçeye uyarlama çalışmaları Demirbaş (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin yaşamda anlamın varlığı (1., 4., 5., 6. ve 9. maddeler) ve yaşamda anlam aranması (2., 3., 7., 8. ve 10. maddeler) olmak üzere 2 alt boyutu vardır. Ölçekte her bir alt boyutta 5 madde olmak üzere toplamda 10 madde bulunmakta ve 9.madde ters puanlanmaktadır. Ölçekte toplam puan üzerinden işlem yapmak için yaşamda anlam aranması alt boyutu maddelerinin ters puanlanması gerekmektedir. Ölçek 7’li Likert tipi bir derecelendirme ölçeği olmakla birlikte maddelerin her biri “1-Kesinlikle Doğru Değil”, “2-Çoğunlukla Doğru Değil”, “3-Kısmen Doğru Değil”, “4-Ne Doğru Ne Yanlış”, “5-Kısmen Doğru”, “6-Çoğunlukla Doğru” ve “7-Kesinlikle Doğru” seçenekleri ile değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayı hesaplamaları için iki uygulama yapılmıştır. İlk uygulamada Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı yaşamda anlamın varlığı alt boyutunda 0.81, yaşamda anlam aranması alt boyutunda ise 0.90 bulunmuştur. İkinci uygulamada ise Cronbach Alfa

güvenirlik katsayısı yaşamda anlamın varlığı alt boyutunda 0.84, yaşamda anlam aranması alt boyutunda ise 0.87 bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliliğini ortaya koymak amacıyla doğrulayıcı ve açıklayıcı faktör analizleri yapılmış olup ölçeğin Türkiye’ de kullanıma uygun geçerli bir araç olduğu tespit edilmiştir (Demirbaş, 2010). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı yaşamda anlamın varlığı alt boyutunda 0.82, yaşamda anlam aranması alt boyutunda ise 0.89 olarak hesaplanmıştır.

3.3.5. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (SİÖÖ)

Ekşi ve Kardaş (2017) tarafından geliştirilmiştir. 29 maddeden oluşan 5’li Likert tipi bir derecelendirme ölçeğidir. Ölçek maddelerinin her biri “5- Bana Hiç Uygun Değil”, “4- Bana Uygun Değil”, “3- Bana Biraz Uygun”, “2- Bana Oldukça Uygun” ve “1- Bana Tamamen Uygun” olmak üzere beş derece ile değerlendirilmektedir. Ölçek aşkınlık, doğa ile uyum ve anomi olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte ters madde olmamakla birlikte toplam puan üzerinden işlem yapılması için anomi (3., 7., 11., 15., 19., 23. ve 26. maddeler) alt boyutu maddelerinin ters puanlanması gerekmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliliğini ortaya koymak için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış olup başlangıçta 49 maddeden oluşan ölçek 29 maddeye düşürülerek 3 faktörlü geçerli bir araç ortaya konmuştur (Ekşi ve Kardaş, 2017). Bu çalışmada ise Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.92 olarak hesaplanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmacı tarafından “Kişisel Bilgi Formu”, “SBT”, “YÇİÖ”, “YAÖ” ve “SİÖÖ” maddeleri “Google Forms” uygulaması aracılığıyla internet ortamına aktarılmıştır. İnternet ortamına aktarılan ölçekler sosyal medya kanalları üzerinden katılımcılara ulaştırılmış ve veriler çevrimiçi olarak toplanmıştır. Çevrimiçi veri toplama aşamasında katılımcılara araştırma hakkında bilgilendirme yapılmış ve katılımcıların gönüllü bir şekilde araştırmaya katılması sağlanmıştır. Veri toplama ölçeklerinin cevaplanma süresinin her katılımcı için yaklaşık 15 dakika olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmada kullanılan SBT, YÇİÖ, YAÖ ve SİÖÖ için ölçekleri geliştiren ya da uyarlayan sorumlu yazarlardan kullanım izinleri alınmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın bağımlı değişkenlerini savunma mekanizmaları, yeniçağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş oluştururken bağımsız değişkenlerini ise cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzey oluşturmaktadır. Verilerin istatistiksel analizi bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki etkilerini ortaya koyacak şekilde ele alınmıştır. Verilerin analizi için SPSS.20 paket programı kullanılmıştır.

Verilerin analizinde ve betimsel istatistiklerde sayı, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Yapılacak olan analizlerde hangi yöntemlerin kullanılacağına belirlenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları aracılığıyla normallik testi yapılmıştır. Kullanılan ölçeklerden alınan puanların çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo 3.1’ de verilmiştir.

Tablo 3.1. Savunma Biçimleri Testi ile Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları Ölçeği, Yaşamda Anlam Ölçeği ile Alt Boyutları ve Spiritüel İyi Oluş Ölçeği Puanlarına İlişkin Normal Dağılım Sonuçları

	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
SBT	.254	.805
Matür Savunma	-.140	.602
Nevrotik Savunma	.121	.085
İmmatür Savunma	.296	.340
YÇİÖ	.412	-.453
YAÖ	.648	1.231
Anlamanın Varlığı	-.652	.179
Anlam Arayışı	-.777	.278
SİÖÖ	-.635	-.212

Tablo 3.1 incelendiğinde katılımcıların SBT toplam puanlarının çarpıklık değeri .254 ve basıklık değeri .805, matür savunma alt boyut puanlarının çarpıklık değeri -.140 ve basıklık değeri .602, nevroitik savunma alt boyut puanlarının çarpıklık değeri .121 ve basıklık değeri .085, immatür savunma alt boyut puanlarının çarpıklık değeri .296 ve basıklık değeri .340 olarak bulunmuştur. YÇİÖ toplam puanlarının çarpıklık değeri .412 ve basıklık değeri -.453 olarak bulunmuştur. YAÖ toplam puanlarının çarpıklık değeri .648 ve basıklık değeri 1.231, anlamanın varlığı alt boyut puanlarının çarpıklık değeri -.652 ve basıklık değeri .179, anlam arayışı alt boyut puanlarının çarpıklık değeri -.777 ve basıklık değeri .278 olarak bulunmuştur. SİÖÖ toplam puanlarının çarpıklık değeri -.635 ve basıklık değeri -.212 olarak

bulunmuştur. Ölçek verilerinin çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,50 ve +1,50 arasında olması ölçekten alınan puanların normal dağılım gösterdiği anlamına gelmektedir (Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S., 2015). Buradan hareketle ölçeklerden alınan toplam ve alt boyut puanları çarpıklık ve basıklık katsayıları - 1,50 ve +1,50 arasında değer aldığı için normal dağılıma sahip oldukları söylenebilir. Bunun üzerine araştırmada parametrik testler kullanılmıştır.

Savunma mekanizmaları, yeniçağ inanışları, anlam arayışı ve manevi iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiye bakmak için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı; değişkenlerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşma durumunu test etmek için Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem t Testi ve Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem Tek Yönlü ANOVA kullanılmıştır. ANOVA sonucunda farklılaşmanın kaynağını tespit etmek amacıyla Post Hoc testlerinden LSD testi kullanılmıştır. Savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışının ve manevi iyi oluşun aracı rolünü tespit etmek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

4. BULGULAR

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcılardan elde edilen demografik özelliklerin belirlenebilmesi için frekans analizleri yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların demografik özelliklerine dair sayı ve yüzdelik değerler elde edilmiş ve sonuçlar Tablo 4.1’de verilmiştir.

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	387	77.4
	Erkek	113	22.6
	Toplam	500	100
Yaş	18-34 yaş	372	74.4
	35+ yaş	128	25.6
	Toplam	500	100
Eğitim Düzeyi	Lise ve öncesi	45	9
	Ön Lisans	51	10.2
	Lisans	259	51.8
	Lisansüstü	145	29.0
	Toplam	500	100
Sosyo-Ekonomik Düzey	Düşük	49	9.8
	Orta	421	84.2
	Yüksek	30	6
	Toplam	500	100

Tablo 4.1 incelendiğinde katılımcılara ait demografik özellikler görülmektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet özelliklerine bakıldığında 387’si (%77.4) kadın ve 113’ ünün (%22.6) ise erkek olduğu görülmektedir. Buradan hareketle katılımcıların çoğunluğunun kadınlardan oluştuğu anlaşılmaktadır.

Katılımcıların yaş aralıklarına bakıldığında 18-34 yaş aralığında 372 (%74.4), 35-64 yaş ve üstü aralıkta 128 (%25.6) katılımcının olduğu görülmektedir. Buradan hareketle katılımcıların çoğunluğunun 18-34 yaş aralığındaki bireylerden oluştuğu anlaşılmaktadır.

Katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında lise ve öncesi düzeyde 45 (%9), ön lisans düzeyinde 51 (%10.2), lisans düzeyinde 259 (%51.8) ve lisansüstü düzeyde 145 (%29) katılımcının olduğu görülmektedir. Buradan hareketle katılımcıların çoğunluğunun lisans düzeyinde eğitime sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Katılımcıların sosyo-ekonomik durumuna bakıldığında düşük düzeyde 49 (%9.8), orta düzeyde 421 (%84.2) ve yüksek düzeyde 30 (%6) birey araştırmaya katılmıştır. Buradan hareketle katılımcıların çoğunluğunun ekonomik durumlarını orta düzeyde algıladığı anlaşılmaktadır.

4.2. Değişkenler Arası Pearson Korelasyon Analizleri

Katılımcıların SBT, YÇİÖ, YAÖ ve SİÖÖ toplam puanları ve alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen bulgular tablo 4.2’de verilmiştir.

Tablo 4.2. SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam Puanlarına ve Alt Boyutlarına İlişkin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.SBT	r	1								
Toplam	p									
2.Matür	r		1							
Toplam	p									
3.Nevrotik	r			1						
Toplam	p									
4.İmmatür	r				1					
Toplam	p									
5.YÇİÖ	r	.337	.091	.267	.339	1				
Toplam	p	.000*	.042*	.000*	.000*					
6.YAÖ	r	-.173	.039	-.068	-.231	-.152	1			
Toplam	p	.000*	.384	.131	.000*	.001*				
7.Anlam	r	.118	.134	.109	.078	.085		1		
Arayışı	p	.008*	.003*	.015*	.083	.056				
8.Anlamın	r	-.133	.227	.025	-.275	-.139			1	
Varlığı	p	.003*	.000*	.574	.000*	.002*				
9.SİÖÖ	r	-.016	.251	.159	-.171	-.059	.365	.007	.592	1
Toplam	p	.720	.000*	.000*	.000*	.190	.000*	.879	.000*	
Ortalama(x)		184.83	45.09	39.39	100.33	42.30	42.40	23.77	26.18	115.65
Standart		38.87	9.60	10.59	27.69	14.22	9.24	7.07	5.77	17.58
Sapma(ss)										

* $p<0,001$, $p<0,01$ ve $p<0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.2’de görüldüğü üzere katılımcıların SBT toplam puan $\bar{X}$ =184.83 ve SS=38.87, matür savunma puan $\bar{X}$ =45.09 ve SS=9.60, nevroitik savunma puan $\bar{X}$ =39.39 ve SS=10.59, immatür savunma puan $\bar{X}$ =100.33 ve SS=27.69, YÇİÖ toplam puan $\bar{X}$ =42.30 ve SS=14.22, YAÖ toplam puan $\bar{X}$ =42.40 ve SS=9.24, anlam arayışı puan $\bar{X}$ =23.77 ve SS=7.07, anlamın varlığı puan $\bar{X}$ =26.18 ve SS=5.77, SİÖÖ toplam puan $\bar{X}$ =115.65 ve SS=17.58 olarak hesaplanmıştır.

Yetişkin bireylerin SBT toplamı ile YÇİÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=.337$ ve $p=.000$ ($p<.001$), SBT toplamı

ile YAÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.173$ ve $p=.000$ ($p<.001$), SBT toplamı ile anlamın varlığı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.133$ ve $p=.003$ ($p<.01$), SBT toplamı ile anlam arayışı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.118$ ve $p=.008$ ($p<.01$), SBT toplamı ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.016$ ve $p=.720$ ($p>.05$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, yaşamda anlam toplam puanları ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde, anlamın varlığı alt boyutu ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde ve anlam arayışı alt boyutu ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Matür savunma alt boyutu ile YÇİÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=.091$ ve $p=.042$ ($p<.05$), matür savunma alt boyutu ile YAÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.039$ ve $p=.384$ ($p>.05$), matür savunma alt boyutu ile anlamın varlığı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.227$ ve $p=.000$ ($p<.001$), matür savunma alt boyutu ile anlam arayışı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.134$ ve $p=.003$ ($p<.01$), matür savunma alt boyutu ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.251$ ve $p=.000$ ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların matür savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, anlamın varlığı ve anlam arayışı alt boyutları ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile yaşamda anlam toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Nevrotik savunma alt boyutu ile YÇİÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=.267$ ve $p=.000$ ($p<.001$), nevroitik savunma alt boyutu ile YAÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.068$ ve $p=.131$ ($p>.05$), nevroitik savunma alt boyutu ile anlamın varlığı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.025$ ve $p=.574$ ($p>.05$), nevroitik savunma alt boyutu ile anlam arayışı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.109$ ve $p=.015$ ($p<.05$), nevroitik savunma alt boyutu ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.159$ ve $p=.000$ ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların nevroitik savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları ve anlam arayışı alt boyutları ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde

anlamli bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile yaşamda anlam toplam puanları ve anlamın varlığı alt boyutu arasında anlamli bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

İmmatür savunma alt boyutu ile YÇİÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=.339$ ve $p=.000$ ($p<.001$), immatür savunma alt boyutu ile YAÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.231$ ve $p=.000$ ($p>.001$), immatür savunma alt boyutu ile anlamın varlığı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.275$ ve $p=.000$ ($p<.001$), immatür savunma alt boyutu ile anlam arayışı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.078$ ve $p=.083$ ($p>.05$), immatür savunma alt boyutu ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.171$ ve $p=.000$ ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların immatür savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, yaşamda anlam toplam puanları, anlamın varlığı alt boyutu ve manevi iyi oluşları ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamli bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile anlamın varlığı alt boyut puanları arasında anlamli bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Yetişkin bireylerin YÇİÖ toplamı ile YAÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=-.152$ ve $p=.001$ ($p<.001$), YÇİÖ toplamı ile anlamın varlığı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.139$ ve $p=.002$ ($p<.01$), YÇİÖ toplamı ile anlam arayışı alt boyutu arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.085$ ve $p=.056$ ($p>.05$), YÇİÖ toplamı ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=-.059$ ve $p=.190$ ($p>.05$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların yeni çağ inanışları ile yaşamda anlam toplam puanları ve anlamın varlığı alt boyutu arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamli bir ilişki olduğu ancak anlam arayışı alt boyutu ve manevi iyi oluş puanları arasında anlamli bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

Yetişkin bireylerin YAÖ toplamı ile SİÖÖ toplamı arasındaki ilişkiye bakıldığında pearson korelasyon katsayısı $r=.365$ ve $p=.000$ ($p<.001$), anlam arayışı alt boyutu ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.007$ ve $p=.879$ ($p>.05$), anlamın varlığı alt boyutu ile SİÖÖ toplamı arasındaki pearson korelasyon katsayısı $r=.592$ ve $p=.000$ ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle katılımcıların manevi iyi oluşları ile yaşamda anlam toplam puanları ve

anlamın varlığı alt boyutu arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ancak anlam arayışı alt boyutu ve manevi iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

4.3. Değişkenlerin Cinsiyete Göre t Testi Analizleri

Araştırmaya katılan katılımcıların savunma mekanizmaları ve alt boyutlarının, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, yaşamda anlam düzeyleri ve alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşma durumunu test etmek amacıyla Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem t Testi analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen bulgular tablo 4.3’de verilmiştir.

Tablo 4.3. Cinsiyete Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin t Testi Analiz Sonuçları

	Cinsiyet	$\bar{X}$	SS	sd	t	p	Cohen’s d
SBT Toplam	Kadın	183.15	39.03	498	-1.790	.074	-
	Erkek	190.57	37.91				
Matür Savunma	Kadın	44.55	9.70	498	-2.339	.020*	.25
	Erkek	46.94	9.02				
Nevrotik Savunma	Kadın	39.37	10.55	498	-.101	.920	-
	Erkek	39.48	10.76				
İmmatür Savunma	Kadın	99.22	27.89	498	-1.663	.097	-
	Erkek	104.14	26.76				
YÇİÖ Toplam	Kadın	42.85	14.05	498	1.602	.110	-
	Erkek	40.42	14.71				
YAÖ Toplam	Kadın	41.78	9.10	498	-2.794	.005*	.29
	Erkek	44.53	9.44				
Anlamın Varlığı	Kadın	25.91	5.82	498	-1.912	.056	-
	Erkek	27.09	5.50				
Anlam Arayışı	Kadın	24.13	7.01	498	2.077	.038*	.22
	Erkek	22.56	7.15				
SİÖÖ Toplam	Kadın	115.67	17.20	498	.047	.963	-
	Erkek	115.58	18.89				

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.3’de görüldüğü üzere SBT toplam puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=183.15$, erkeklerde ise $\bar{X}=190.57$; matür savunma puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=44.55$, erkeklerde $\bar{X}=46.94$; nevrotik savunma puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=39.37$, erkeklerde $\bar{X}=39.48$; immatür savunma puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=99.22$, erkeklerde $\bar{X}=104.14$; YÇİÖ toplam puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=42.85$, erkeklerde $\bar{X}=40.42$; YAÖ toplam puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=41.78$, erkeklerde $\bar{X}=44.53$; anlamın varlığı puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=25.91$, erkeklerde $\bar{X}=27.09$;

anlam arayışı puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=24.13$, erkeklerde $\bar{X}=22.56$ ve SİÖÖ toplam puan ortalamaları kadınlarda $\bar{X}=115.67$, erkeklerde $\bar{X}=115.58$ olarak hesaplanmıştır.

SBT toplam standart sapma değeri kadınlarda $SS=39.03$, erkeklerde ise $SS=37.91$; matür savunma standart sapma değeri kadınlarda $SS=9.70$, erkeklerde $SS=9.02$; nevrotik savunma standart sapma değeri kadınlarda $SS=10.55$, erkeklerde $SS=10.76$; immatür savunma standart sapma değeri kadınlarda $SS=27.89$, erkeklerde $SS=26.76$; YÇİÖ toplam standart sapma değeri kadınlarda $SS=14.05$, erkeklerde $SS=14.71$; YAÖ toplam standart sapma değeri kadınlarda $SS=9.10$, erkeklerde $SS=9.44$; anlamın varlığı standart sapma değeri kadınlarda $SS=5.82$, erkeklerde $SS=5.50$; anlam arayışı standart sapma değeri kadınlarda $SS=7.01$, erkeklerde $SS=7.15$ ve SİÖÖ toplam standart sapma değeri kadınlarda $SS=17.20$, erkeklerde $SS=18.89$ olarak hesaplanmıştır.

Yapılan t Testi analizi sonucunda değişkenlerin varyanslarının homojen dağıldığı bulunmuş ve bu sebeple homojen dağılım olduğu durumda kullanılan değerler tabloya alınmıştır. Katılımcıların SBT toplam puanının p değeri .074 ($p>.05$), matür savunma puanının p değeri .020 ($p<.05$), nevrotik savunma puanının p değeri .920 ($p>.05$), immatür savunma puanının p değeri .097 ($p>.05$), YÇİÖ toplam puanının p değeri .110 ($p>.05$), YAÖ toplam puanının p değeri .005 ($p<.01$), anlamın varlığı puanının p değeri .056 ($p>.05$), anlam arayışı puanının p değeri .038 ($p<.05$) ve SİÖÖ toplam puanının p değeri .963 ($p>.05$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle yetişkin bireylerin matür savunma puanları, YAÖ toplam puanları ve anlam arayışı alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği ancak SBT toplam, nevrotik savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam puanı, anlamın varlığı ve SİÖÖ toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyetin matür savunma düzeyini hangi ölçüde farklılaştırdığını bulmak için Cohen's d etki büyüklüğü değeri hesaplanmış olup Cohen's $d=.25$ olarak bulunmuş ve cinsiyetin matür savunmayı küçük düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Cohen, 1988). Cinsiyetin YAÖ toplam puanı ve anlam arayışı alt boyutu üzerindeki etki büyüklüğü değerleri (Cohen's d) sırasıyla .29 ve .22 olarak bulunmuş ve cinsiyetin yaşamda anlam toplam puanlarını ve anlam arayışını küçük düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Cohen, 1988).

4.4. Değişkenlerin Yaşa Göre t Testi Analizleri

Araştırmaya katılan katılımcıların savunma mekanizmaları ve alt boyutlarının, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, yaşamda anlam düzeyleri ve alt boyutlarının yaşa göre farklılaşma durumunu test etmek amacıyla Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem t Testi analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen bulgular tablo 4.4’de verilmiştir.

Tablo 4.4. Yaşa Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin t Testi Analiz Sonuçları

	Yaş	$\bar{X}$	SS	sd	t	p	Cohen’s d
SBT	18-34	181.86	38.63				
Toplam	35+	193.43	38.42	498	-2.926	.004*	.29
Matür Savunma	18-34	44.52	9.48				
	35+	46.74	9.80	498	-2.258	.024*	.23
Nevrotik Savunma	18-34	38.08	10.55				
	35+	43.20	9.80	498	-4.814	.000*	.49
İmmatür Savunma	18-34	99.25	27.24				
	35+	103.49	28.83	498	-1.497	.135	-
YÇİÖ Toplam	18-34	42.85	14.05				
	35+	40.42	14.71	498	-1.512	.131	-
YAÖ Toplam	18-34	41.74	14.33				
	35+	43.94	13.83	498	-4.588	.000*	.15
Anlamlı Varlığı	18-34	25.61	5.91				
	35+	27.85	4.99	258.34	-4.182	.000*	.39
Anlam Arayışı	18-34	24.29	6.74				
	35+	22.28	7.78	196.47	2.606	.010*	.28
SİÖÖ Toplam	18-34	113.84	18.10				
	35+	120.89	14.84	266.36	-4.365	.000*	.40

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.4’de görüldüğü üzere SBT toplam puan ortalamaları $\bar{X}$ =18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =181.86, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =193.43; matür savunma puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =44.52, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =46.74; nevroitik savunma puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =38.08, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =43.20; immatür savunma puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =99.25, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =103.49; YÇİÖ toplam puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =42.85, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =40.42; YAÖ toplam puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =41.74, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =43.94; anlamlı varlığı puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}$ =25.61, 35+ yaş aralığında $\bar{X}$ =27.85; anlam arayışı puan ortalamaları 18-34 yaş

aralığında $\bar{X}=24.29$, 35+ yaş aralığında $\bar{X}=22.28$ ve SİÖÖ toplam puan ortalamaları 18-34 yaş aralığında $\bar{X}=113.84$, 35+ yaş aralığında $\bar{X}=120.89$ olarak hesaplanmıştır.

SBT toplam standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=38.63$, 35+ yaş aralığında $SS=38.42$; matür savunma standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=9.48$, 35+ yaş aralığında $SS=9.80$; nevrotik savunma standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=10.55$, 35+ yaş aralığında $SS=9.80$; immatür savunma standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=27.24$, 35+ yaş aralığında $SS=28.83$; YÇİÖ toplam standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=14.05$, 35+ yaş aralığında $SS=14.71$; YAÖ toplam standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=14.33$, 35+ yaş aralığında $SS=13.83$; anlamın varlığı standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=5.91$, 35+ yaş aralığında $SS=4.99$; anlam arayışı standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=6.74$, 35+ yaş aralığında $SS=7.78$ ve SİÖÖ toplam standart sapma değeri 18-34 yaş aralığında $SS=18.10$, 35+ yaş aralığında $SS=14.84$ olarak hesaplanmıştır.

Yapılan t Testi analizi sonucunda SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam ve YAÖ toplam değişkenlerinin varyanslarının homojen dağıldığı bulunmuş ve bu sebeple homojen dağılım olduğu durumda kullanılan değerler tabloya alınmış ancak anlamın varlığı, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam değişkenlerinin varyanslarının homojen dağılmadığı bulunmuş ve bu sebeple homojen dağılım olmayan durumda kullanılan değerler tabloya alınmıştır. Katılımcıların SBT toplam puanının p değeri .004 ($p<.01$), matür savunma puanının p değeri .024 ($p<.05$), nevrotik savunma puanının p değeri .000 ($p<.001$), immatür savunma puanının p değeri .135 ($p>.05$), YÇİÖ toplam puanının p değeri .131 ($p>.05$), YAÖ toplam puanının p değeri .000 ($p<.001$), anlamın varlığı puanının p değeri .000 ($p<.01$), anlam arayışı puanının p değeri .010 ($p<.01$) ve SİÖÖ toplam puanının p değeri .000 ($p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, YAÖ toplam, anlamın varlığı, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği ancak immatür savunma ve YÇİÖ toplam puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Yaşın değişkenleri hangi ölçüde farklılaştırdığını bulmak için Cohen's d etki büyüklüğü değerleri hesaplanmış olup SBT toplam için Cohen's $d=.29$, matür savunma için Cohen's $d=.23$, nevrotik savunma için Cohen's $d=.49$, YAÖ toplam için Cohen's $d=.15$, anlamın varlığı için

Cohen's $d=.39$, anlam arayışı için Cohen's $d=.28$ ve SİÖÖ toplam için Cohen's $d=.40$ olarak bulunmuştur. Buradan hareketle yaş değişkeninin SBT toplam, matür savunma, YAÖ toplam ve anlam arayışını küçük düzeyde; nevrotik savunma, anlamın varlığı ve SİÖÖ toplamını orta düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Cohen, 1988).

4.5. Değişkenlerin Eğitim Düzeyine Göre Tek Yönlü ANOVA Analizleri

Araştırmaya katılan katılımcıların savunma mekanizmaları ve alt boyutlarının, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, yaşamda anlam düzeyleri ve alt boyutlarının eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu test etmek amacıyla Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem Tek Yönlü ANOVA yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen bulgular tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 4.5. Eğitim Düzeyine Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

	Eğitim Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS
SBT Toplam	Lise ve öncesi	45	197.57	42.79
	Ön lisans	51	188.33	47.50
	Lisans	259	182.50	35.49
	Lisansüstü	145	183.78	39.61
Matür Savunma	Lise ve öncesi	45	44.80	11.27
	Ön lisans	51	45.17	11.13
	Lisans	259	44.71	9.55
	Lisansüstü	145	45.84	8.55
Nevrotik Savunma	Lise ve öncesi	45	42.40	10.62
	Ön lisans	51	39.74	14.35
	Lisans	259	39.01	9.54
	Lisansüstü	145	39.03	10.78
İmmatür Savunma	Lise ve öncesi	45	110.37	28.93
	Ön lisans	51	103.41	31.49
	Lisans	259	98.78	26.72
	Lisansüstü	145	98.91	27.15
YÇİÖ Toplam	Lise ve öncesi	45	44.31	13.73
	Ön lisans	51	46.13	13.59
	Lisans	259	41.50	13.95
	Lisansüstü	145	41.77	14.92
YAÖ Toplam	Lise ve öncesi	45	45.77	10.62
	Ön lisans	51	42.37	8.72
	Lisans	259	42.15	9.43
	Lisansüstü	145	41.83	8.46
Anlamın Varlığı	Lise ve öncesi	45	27.28	4.68
	Ön lisans	51	24.54	6.48
	Lisans	259	25.93	5.84
	Lisansüstü	145	26.86	5.57

Anlam Arayışı	Lise ve öncesi	45	21.51	8.53
	Ön lisans	51	22.17	7.07
	Lisans	259	23.78	7.23
	Lisansüstü	145	25.02	5.98
SİÖÖ Toplam	Lise ve öncesi	45	119.75	12.39
	Ön lisans	51	114.84	18.11
	Lisans	259	114.88	17.69
	Lisansüstü	145	116.04	18.50

Tablo 4.5’de görüldüğü üzere SBT toplam puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=197.57$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=188.33$, lisans düzeyinde $\bar{X}=182.50$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=183.78$; matür savunma puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=44.80$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=45.17$, lisans düzeyinde $\bar{X}=44.71$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=45.84$; nevrotik savunma puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=42.40$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=39.74$, lisans düzeyinde $\bar{X}=39.01$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=39.03$; immatür savunma puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=110.37$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=103.41$, lisans düzeyinde $\bar{X}=98.78$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=98.91$; YÇİÖ toplam puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=44.31$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=46.13$, lisans düzeyinde $\bar{X}=41.50$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=41.77$; YAÖ toplam puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=45.77$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=42.37$, lisans düzeyinde $\bar{X}=42.15$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=41.83$; anlamın varlığı puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=27.28$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=24.54$, lisans düzeyinde $\bar{X}=25.93$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=26.86$; anlam arayışı puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=21.51$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=22.17$, lisans düzeyinde $\bar{X}=23.78$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=25.02$ ve SİÖÖ toplam puan ortalamaları lise ve öncesi düzeyde $\bar{X}=119.75$, ön lisans düzeyinde $\bar{X}=114.84$, lisans düzeyinde $\bar{X}=114.88$ ve lisansüstü düzeyde $\bar{X}=116.04$ olarak hesaplanmıştır.

SBT toplam standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde $SS=42.79$, ön lisans düzeyinde $SS=47.50$, lisans düzeyinde $SS=35.49$ ve lisansüstü düzeyde $SS=39.61$; matür savunma standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde $SS=11.27$, ön lisans düzeyinde $SS=11.13$, lisans düzeyinde $SS=9.55$ ve lisansüstü düzeyde $SS=8.55$; nevrotik savunma standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde $SS=10.62$, ön lisans düzeyinde $SS=14.35$, lisans düzeyinde $SS=9.54$ ve lisansüstü düzeyde $SS=10.78$; immatür savunma standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde $SS=28.93$, ön lisans düzeyinde $SS=31.49$, lisans düzeyinde $SS=26.72$ ve lisansüstü düzeyde $SS=27.15$; YÇİÖ toplam standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde $SS=13.73$, ön lisans

düzeyinde SS=13.59, lisans düzeyinde SS=13.95 ve lisansüstü düzeyde SS=14.92; YAÖ toplam standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde SS=10.62, ön lisans düzeyinde SS=8.72, lisans düzeyinde SS=9.43 ve lisansüstü düzeyde SS=8.46; anlamın varlığı standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde SS=4.68, ön lisans düzeyinde SS=6.48, lisans düzeyinde SS=5.84 ve lisansüstü düzeyde SS=5.57; anlam arayışı standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde SS=8.53, ön lisans düzeyinde SS=7.07, lisans düzeyinde SS=7.23 ve lisansüstü düzeyde SS=5.98 ve SİÖÖ toplam standart sapma değeri lise ve öncesi düzeyde SS=12.39, ön lisans düzeyinde SS=18.11, lisans düzeyinde SS=17.69 ve lisansüstü düzeyde SS=18.50 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4.6. Eğitim Düzeyine Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
SBT Toplam	Gruplar Arası	9491.141	3	3163.714	2.108	.098	-
	Gruplar İçi	744573.409	496	1501.156			
	Toplam	754064.550	499				
Matür Savunma	Gruplar Arası	122.571	3	40.857	.442	.723	-
	Gruplar İçi	45886.821	496	92.514			
	Toplam	46009.392	499				
Nevrotik Savunma	Gruplar Arası	469.519	3	156.506	1.397	.251 (w)	-
	Gruplar İçi	55552.279	496	112.001			
	Toplam	56021.798	499				
İmmatür Savunma	Gruplar Arası	5938.895	3	1979.632	2.605	.051	.01
	Gruplar İçi	376862.657	496	759.804			
	Toplam	382801.552	499				
YÇİÖ Toplam	Gruplar Arası	1136.653	3	378.884	1.882	.132	-
	Gruplar İçi	99833.915	496	201.278			
	Toplam	100970.568	499				
YAÖ Toplam	Gruplar Arası	575.914	3	191.971	2.264	.080	-
	Gruplar İçi	42054.854	496	84.788			
	Toplam	42630.768	499				
Anlamlın Varlığı	Gruplar Arası	273.577	3	91.192	2.764	.041*	.01
	Gruplar İçi	16364.125	496	32.992			
	Toplam	16637.702	499				
Anlam Arayışı	Gruplar Arası	588.492	3	196.164	3.994	.011* (w)	.02
	Gruplar İçi	24361.866	496	49.117			
	Toplam	24950.358	499				
SİÖÖ Toplam	Gruplar Arası	967.350	3	322.450	1.043	.155 (w)	-
	Gruplar İçi	153304.098	496	309.081			
	Toplam	154271.448	499				

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Varyanslar homojen olmadığı durumda Welch testine bakıldı.

Tablo 4.6 incelendiğinde değişkenlerin eğitim düzeyi değişkenine göre farklılık analiz sonuçları görülmektedir. Yapılan analiz sonucunda SBT toplam, matür savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam ve anlamın varlığı puanlarında varyanslar homojen olarak bulunurken nevrotik savunma, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam puanlarında varyanslar homojen bulunmadığı için homojen olmayan puanlarda welch testi değerleri tabloya alınmıştır. SBT toplam puanının p değeri .098 ($p>.05$), matür savunma puanının p değeri .723 ($p>.05$), nevrotik savunma puanının p değeri .251 ($p>.05$), immatür savunma puanının p değeri .051 ($p<.05$), YÇİÖ toplam puanının p değeri .132 ($p>.05$), YAÖ toplam puanının p değeri .080 ($p>.05$), anlamın varlığı puanının p değeri .041 ($p<.05$), anlam arayışı puanının p değeri .011 ($p<.05$) ve SİÖÖ toplam puanının p değeri .155 ($p>.05$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam ve SİÖÖ toplam puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ancak immatür savunma, anlamın varlığı ve anlam arayışı puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Eğitim düzeyi değişkeninin immatür savunmayı, anlamın varlığını ve anlam arayışını hangi ölçüde farklılaştırdığını bulmak için eta kare (η^2) etki büyüklüğü değerleri hesaplanmış olup immatür savunma için $\eta^2=.01$, anlamın varlığı için $\eta^2=.01$ ve anlam arayışı için $\eta^2=.02$ olarak bulunmuş ve eğitim düzeyi değişkeninin immatür savunmayı, anlamın varlığını ve anlam arayışını küçük düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2015).

İmmatür savunma puanlarında eğitim düzeyine dair uygulanan LSD testi sonucunda immatür savunmanın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile lisans düzeyindeki ($p=.009$) ve lisansüstü düzeydeki ($p=.015$) katılımcılar arasındaki farklılaşmadan kaynaklandığı saptanmıştır. İmmatür savunma puanlarında diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Anlamın varlığı puanlarında eğitim düzeyine dair uygulanan LSD testi sonucunda anlamlı farklılığın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile ön lisans düzeyindeki katılımcılar arasındaki ($p=.020$) ve ön lisans düzeyindeki katılımcılar ile lisansüstü düzeydeki katılımcılar arasındaki ($p=.014$) farklılaşmadan

kaynaklandığı saptanmıştır. Anlamların varlığı puanlarında diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Anlamların arayışı puanlarında homojenlik durumu göz ardı edilerek eğitim düzeyine dair uygulanan LSD testi sonucunda anlamlı farklılığın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile lisans düzeyindeki ($p=.045$) ve lisansüstü düzeydeki ($p=.003$) katılımcılar arasındaki ve ön lisans düzeyindeki katılımcılar ile lisansüstü düzeydeki katılımcılar arasındaki ($p=.013$) farklılaşmadan kaynaklandığı saptanmıştır. Anlam arayışı puanlarında diğer gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

4.6. Değişkenlerin Ekonomik Duruma Göre Tek Yönlü ANOVA Analizleri

Araştırmaya katılan katılımcıların savunma mekanizmaları ve alt boyutlarının, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, yaşamda anlam düzeyleri ve alt boyutlarının ekonomik duruma göre farklılaşma durumunu test etmek amacıyla Bağımsız (İlişkisiz) Örneklem Tek Yönlü ANOVA yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen bulgular tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 4.7. Ekonomik Duruma Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

	Ekonomik Durum	N	$\bar{X}$	SS
SBT Toplam	Düşük	49	187.71	48.06
	Orta	421	184.32	37.59
	Yüksek	30	187.26	41.01
Matür Savunma	Düşük	49	45.44	10.63
	Orta	421	45.05	9.35
	Yüksek	30	45.03	11.41
Nevrotik Savunma	Düşük	49	38.24	12.53
	Orta	421	39.47	10.33
	Yüksek	30	40.13	11.05
İmmatür Savunma	Düşük	49	104.02	31.75
	Orta	421	99.78	27.26
	Yüksek	30	102.10	27.10
YÇİÖ Toplam	Düşük	49	39.44	15.03
	Orta	421	42.50	13.96
	Yüksek	30	44.26	16.32
YAÖ Toplam	Düşük	49	40.36	8.89
	Orta	421	42.63	9.23
	Yüksek	30	42.56	9.72
Anlamların Varlığı	Düşük	49	24.38	6.91

	Orta	421	26.40	5.56
	Yüksek	30	26.06	6.28
Anlam Arayışı	Düşük	49	24.02	6.87
	Orta	421	23.76	7.10
	Yüksek	30	23.50	7.20
SİÖÖ Toplam	Düşük	49	111.16	17.41
	Orta	421	116.41	17.23
	Yüksek	30	112.33	21.49

Tablo 4.7’de görüldüğü üzere SBT toplam puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=187.71$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=184.32$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=187.26$; matür savunma puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=45.44$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=45.05$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=45.03$; nevrotik savunma puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=38.24$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=39.47$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=40.13$; immatür savunma puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=104.02$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=99.78$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=102.10$; YÇİÖ toplam puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=39.44$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=42.50$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=44.26$; YAÖ toplam puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=40.36$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=42.63$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=42.56$; anlamın varlığı puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=24.38$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=26.40$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=26.06$; anlam arayışı puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=24.02$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=23.76$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=23.50$ ve SİÖÖ toplam puan ortalamaları düşük ekonomik düzeyde $\bar{X}=111.16$, orta ekonomik düzeyde $\bar{X}=116.41$ ve yüksek ekonomik düzeyde $\bar{X}=112.33$ olarak hesaplanmıştır.

SBT toplam standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde $SS=48.06$, orta ekonomik düzeyde $SS=37.59$ ve yüksek ekonomik düzeyde $SS=41.01$; matür savunma standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde $SS=10.63$, orta ekonomik düzeyde $SS=9.35$ ve yüksek ekonomik düzeyde $SS=11.41$; nevrotik savunma standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde $SS=12.53$, orta ekonomik düzeyde $SS=10.33$ ve yüksek ekonomik düzeyde $SS=11.05$; immatür savunma standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde $SS=31.75$, orta ekonomik düzeyde $SS=27.26$ ve yüksek ekonomik düzeyde $SS=27.10$; YÇİÖ toplam standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde $SS=15.03$, orta ekonomik düzeyde $SS=13.96$ ve yüksek ekonomik düzeyde $SS=16.32$; YAÖ toplam standart sapma değeri düşük ekonomik

düzeyde SS=8.89, orta ekonomik düzeyde SS=9.23 ve yüksek ekonomik düzeyde SS=9.72; anlamın varlığı standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde SS=6.91, orta ekonomik düzeyde SS=5.56 ve yüksek ekonomik düzeyde SS=6.28; anlam arayışı standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde SS=6.87, orta ekonomik düzeyde SS=7.10 ve yüksek ekonomik düzeyde SS=7.20 ve SİÖÖ toplam standart sapma değeri düşük ekonomik düzeyde SS=17.41, orta ekonomik düzeyde SS=17.23 ve yüksek ekonomik düzeyde SS=21.49 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4.8. Ekonomik Duruma Göre SBT, YÇİÖ, YAÖ, SİÖÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
SBT Toplam	Gruplar Arası	694.973	2	347.487	.229	.795
	Gruplar İçi	753369.577	497	1515.834		
	Toplam	754064.550	499			
Matür Savunma	Gruplar Arası	6.787	2	3.394	.037	.964
	Gruplar İçi	46002.605	497	92.561		
	Toplam	46009.392	499			
Nevrotik Savunma	Gruplar Arası	84.192	2	42.096	.374	.688
	Gruplar İçi	55937.606	497	112.551		
	Toplam	56021.798	499			
İmmatür Savunma	Gruplar Arası	887.977	2	443.988	.578	.562
	Gruplar İçi	381913.575	497	768.438		
	Toplam	382801.552	499			
YÇİÖ Toplam	Gruplar Arası	531.329	2	265.665	1.315	.270
	Gruplar İçi	100439.239	497	202.091		
	Toplam	100970.568	499			
YAÖ Toplam	Gruplar Arası	226.346	2	113.173	1.326	.266
	Gruplar İçi	42404.422	497	85.321		
	Toplam	42630.768	499			
Anlamlın Varlığı	Gruplar Arası	178.849	2	89.424	2.700	.068
	Gruplar İçi	16458.853	497	33.116		
	Toplam	16637.702	499			
Anlam Arayışı	Gruplar Arası	5.228	2	2,614	.052	.949
	Gruplar İçi	24945.130	497	50.191		
	Toplam	24950.358	499			
SİÖÖ Toplam	Gruplar Arası	1560.178	2	780.08	2.539	.080
	Gruplar İçi	152711.270	497	307.26		
	Toplam	154271.448	499			

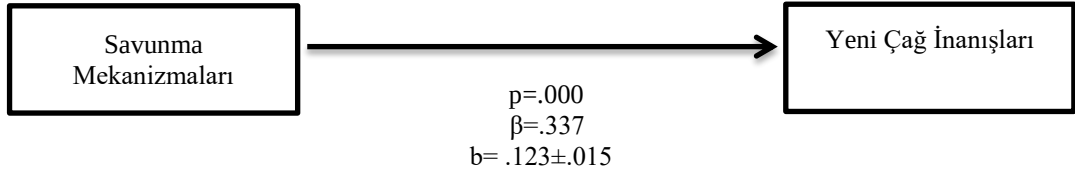
Tablo 4.8 incelendiğinde değişkenlerin ekonomik duruma göre farklılık analiz sonuçları görülmektedir. Yapılan analiz sonucunda varyanslar homojen olarak bulunmuştur. SBT toplam puanının p değeri .795 ($p>.05$), matür savunma puanının p

değeri .964 ($p>.05$), nevrotik savunma puanının p değeri .688 ($p>.05$), immatür savunma puanının p değeri .562 ($p>.05$), YÇİÖ toplam puanının p değeri .270 ($p>.05$), YAÖ toplam puanının p değeri .266 ($p>.05$), anlamın varlığı puanının p değeri .068 ($p>.05$), anlam arayışı puanının p değeri .949 ($p>.05$) ve SİÖÖ toplam puanının p değeri .080 ($p>.05$) olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam, anlamın varlığı, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam puanlarının ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

4.7. Aracı Değişkenler İçin Regresyon Analizleri

Araştırma kapsamında savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolünün incelenmesi amacıyla hareketle değişkenlerin aracılık etkisini belirlemek için regresyon analizleri yapılmıştır. Değişkenlerin aracılık etkisinin olabilmesi için 6 tane ön koşul bulunmaktadır. Bunlar: (1) Aracılık modeli oluşturulmadan önce X'in Y üzerindeki etkisi anlamlı olmalı. (2) X'in M üzerindeki etkisi anlamlı olmalı. (3) X ve M'nin Y üzerindeki beraber etkisi ele alındığında, M'nin Y üzerindeki etkisi anlamlı olmalı. (4) Bütün değişkenler eşit aralıklı ya da eşit oranlı olmalı. (5) Bütün değişkenler normal dağılım göstermeli. (6) Değişkenler arasındaki ilişkiler doğrusal olmalı (Köleoğlu ve Çelik, 2024). Buradan hareketle bu çalışmada yer alan değişkenlerin ölçme düzeyi, normallik ve doğrusallık ön koşullarını sağladığı görülmüş olup diğer ön koşullar için basit ve çoklu regresyon analizleri yapılmıştır. Regresyon analizleri yapılırken savunma mekanizmalarının bağımlı, yeni çağ inanışlarının ise bağımsız değişken olarak kabul edildiği ve tam tersi şekilde yeni çağ inanışlarının bağımlı, savunma mekanizmalarının ise bağımsız değişken olarak kabul edildiği şekilde iki farklı uygulama yapılmış ancak her iki durumda da benzer sonuçlar bulunduğundan yalnızca savunma mekanizmalarının bağımlı, yeni çağ inanışlarının ise bağımsız değişken olarak kabul edildiği analizler verilmiştir.

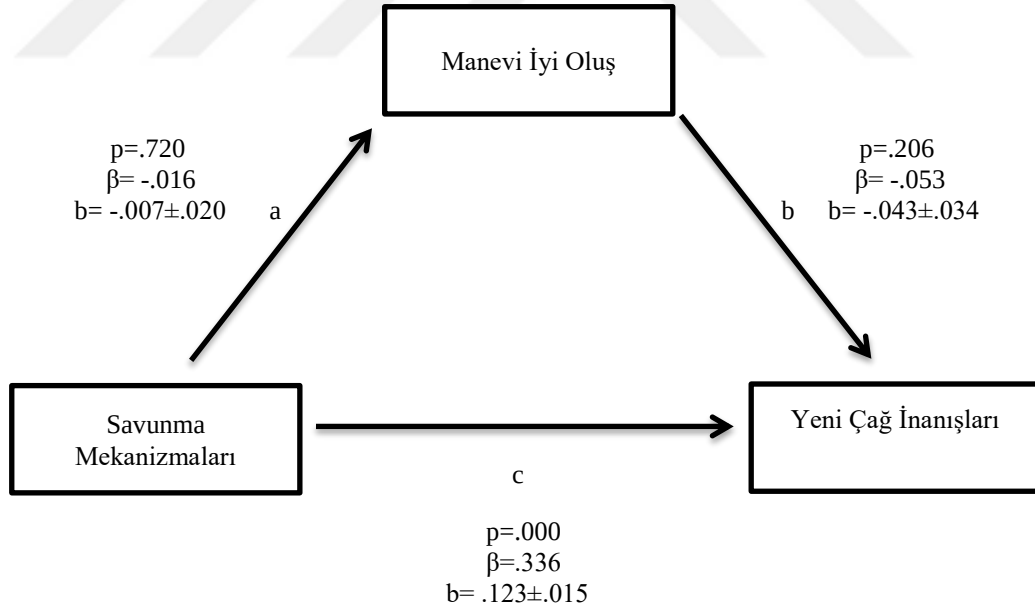
Savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini ortaya koyan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları şekil 4.1'de verilmiştir.



Şekil 4.1. Savunma Mekanizmalarının Yeni Çağ İnanışları Üzerindeki Etkisi

Şekil 4.1’de yer alan basit doğrusal modele göre savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.000$) anlamlı olduğu görülmektedir ($p<.001$). Yapılan analizde regresyon katsayısı $b=.123$, standart hata $.015$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.337$ olarak hesaplanmıştır. Buradan hareketle birinci ön koşulun sağlandığı görülmektedir.

Savunma mekanizmalarının manevi iyi oluş üzerindeki etkisini ortaya koyan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları ile manevi iyi oluş değişkeninin savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün tespit edilmesi amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Şekil 4.2’de verilmiştir.

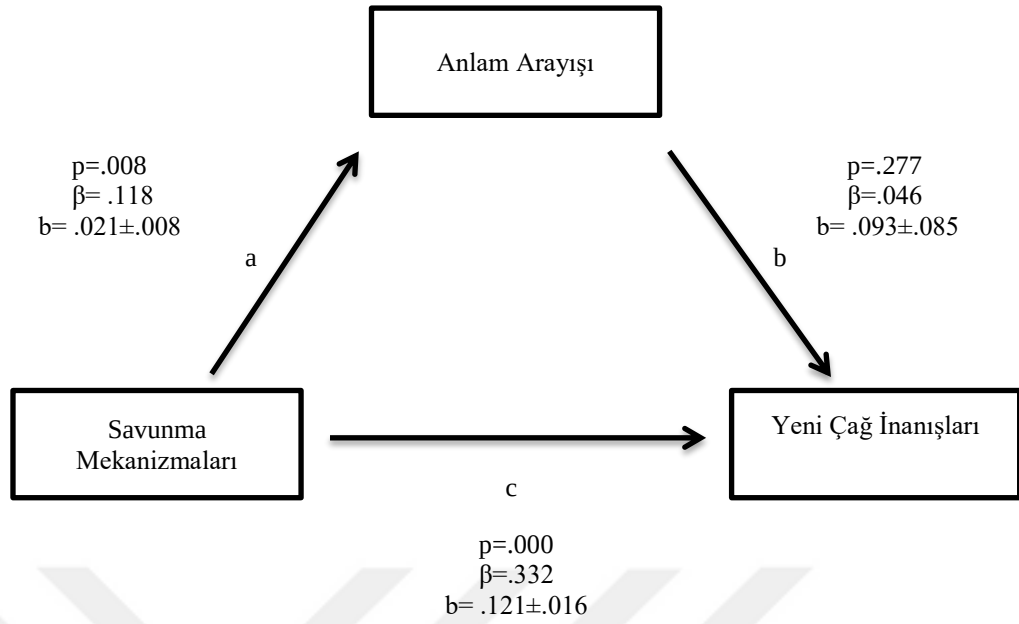


Şekil 4.2. Manevi İyi Oluşun Aracılık Rolü

Şekil 4.2’de savunma mekanizmalarının manevi iyi oluş üzerindeki etkisini gösteren basit doğrusal modele göre (a) regresyon katsayısı $b=-.007$, standart hata $.020$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=-.016$ olarak; savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında manevi iyi

oluşun yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (b) regresyon katsayısı $b=-.043$, standart hata $.034$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=-.053$ olarak; savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (c) regresyon katsayısı $b=.123$, standart hata $.015$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.336$ olarak hesaplanmıştır. Savunma mekanizmalarının manevi iyi oluş üzerindeki etkisinin ($p=.720$) ve savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında manevi iyi oluşun yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.206$) anlamlı olmadığı ($p>.05$) ancak savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.000$) başlangıçtaki gibi anlamlı olduğu görülmektedir ($p<.001$). Buradan hareketle savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında başlangıçtaki gibi savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı bir şekilde devam ettiği ancak savunma mekanizmalarının manevi iyi oluş üzerindeki ve savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluşun birlikte etkisi dikkate alındığında manevi iyi oluşun yeni çağ inanışları üzerindeki dolaylı etkisinin olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla X'den M'ye giden ve X ile M'nin birlikte etkisi ele alındığında M'den Y'ye giden etkinin anlamlı olması ön koşulları sağlanmadığından manevi iyi oluşun savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Savunma mekanizmalarının anlam arayışı üzerindeki etkisini ortaya koyan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları ile anlam arayışı değişkeninin savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün tespit edilmesi amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları şekil 4.3'de verilmiştir.

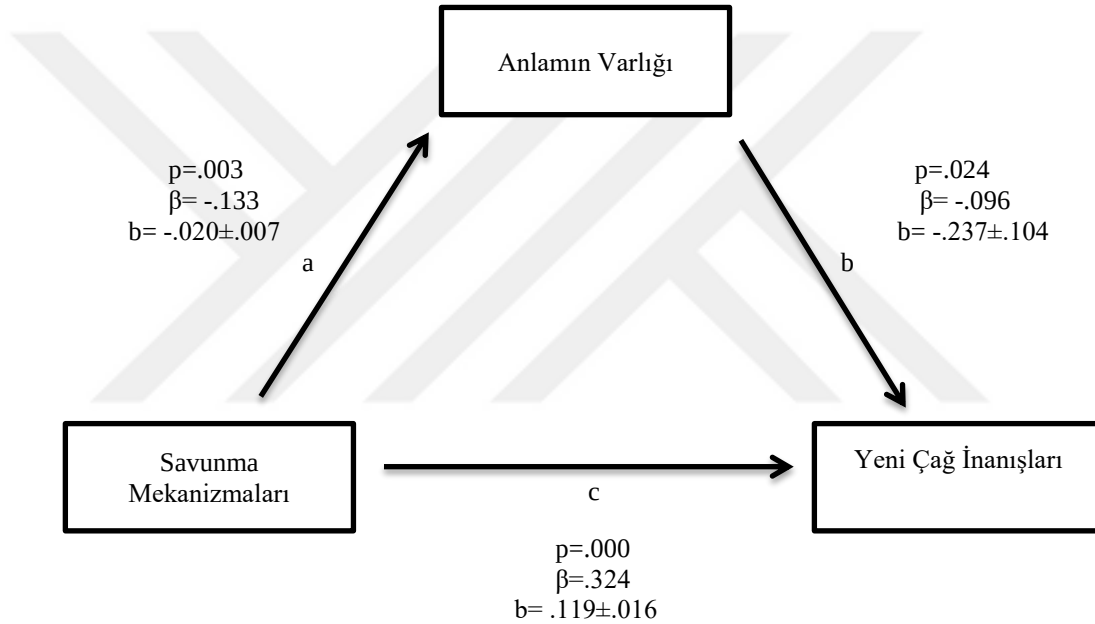


Şekil 4.3. Anlam Arayışının Aracılık Rolü

Şekil 4.3’de savunma mekanizmalarının anlam arayışı üzerindeki etkisini gösteren basit doğrusal modele göre (a) regresyon katsayısı $b=.021$, standart hata $.008$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.118$ olarak; savunma mekanizmaları ile anlam arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında anlam arayışının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (b) regresyon katsayısı $b=.093$, standart hata $.085$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.046$ olarak; savunma mekanizmaları ile anlam arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (c) regresyon katsayısı $b=.121$, standart hata $.016$ ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.332$ olarak hesaplanmıştır. Savunma mekanizmalarının anlam arayışı üzerindeki etkisinin ($p=.008$) ve savunma mekanizmaları ile anlam arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.000$) başlangıçtaki gibi anlamlı olduğu ($p<.01$) ancak savunma mekanizmaları ile anlam arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında anlam arayışının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.277$) anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>.05$). Buradan hareketle savunma mekanizmaları ile anlam arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında başlangıçtaki gibi savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı bir şekilde devam ettiği ve savunma mekanizmalarının anlam arayışı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu ancak savunma mekanizmaları ile anlam

arayışının birlikte etkisi dikkate alındığında anlam arayışının yeni çağ inanışları üzerindeki dolaylı etkisinin olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla X ile M'nin birlikte etkisi ele alındığında M'den Y'ye giden etkinin anlamlı olması ön koşulu sağlanmadığından anlam arayışının savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Savunma mekanizmalarının anlamın varlığı üzerindeki etkisini ortaya koyan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları ile anlamın varlığı değişkeninin savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün tespit edilmesi amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları şekil 4.4'de verilmiştir.



Şekil 4.4. Anlamın Varlığının Aracılık Rolü

Şekil 4.4'de savunma mekanizmalarının anlamın varlığı üzerindeki etkisini gösteren basit doğrusal modele göre (a) regresyon katsayısı $b=-.020$, standart hata .007 ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=-.133$ olarak; savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında anlamın varlığının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (b) regresyon katsayısı $b=-.237$, standart hata .104 ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=-.096$ olarak; savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisini gösteren çoklu regresyon analizinde (c) regresyon katsayısı $b=.119$, standart hata .016 ve standartlaştırılmış regresyon katsayısı $\beta=.324$ olarak hesaplanmıştır.

Savunma mekanizmalarının anlamın varlığı üzerindeki etkisinin ($p=.003$), savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında anlamın varlığının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.024$) ve savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında başlangıçtaki gibi savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki etkisinin ($p=.000$) anlamlı olduğu ($p<.05$) görülmektedir. Buradan hareketle savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında savunma mekanizmalarının yeni çağ inanışları üzerindeki doğrudan etkisinin başlangıçtaki gibi anlamlı bir şekilde devam ettiği, savunma mekanizmalarının anlamın varlığı üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu ve savunma mekanizmaları ile anlamın varlığının birlikte etkisi dikkate alındığında anlamın varlığının yeni çağ inanışları üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Dolayısıyla aracılık için bütün ön koşullar sağlandığından anlamın varlığının savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolünün olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dolaylı ve doğrudan etki toplanarak toplam etki aşağıdaki gibi hesaplanır.

$$\begin{aligned} \text{Dolaylı etki} + \text{Doğrudan etki} &= \text{Toplam etki} \\ a.b + c &= a.b + c \end{aligned}$$

Savunma mekanizmalarının ve anlamın varlığının yeni çağ inanışları üzerindeki toplam etkisi standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β) kullanılarak hesaplanmıştır.

$$-.133 * -.096 + .324 = .336$$

Dolaylı etki ile doğrudan etkinin toplam etki üzerindeki oranı aşağıdaki gibi hesaplanır.

$$\text{Dolaylı etki (\%)} = \frac{a.b}{a.b + c} \quad \text{Doğrudan etki (\%)} = \frac{c}{a.b + c}$$

Savunma mekanizmalarının ve anlamın varlığının yeni çağ inanışları üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerinin oranı standartlaştırılmış regresyon katsayıları (β) kullanılarak hesaplanmıştır.

$$\text{Dolaylı etki (\%)} = \frac{-0.133 \cdot -0.096}{-0.133 \cdot -0.096 + 0.324} = \frac{0.012}{0.336} = 0.038 (\%3,8)$$

$$\text{Doğrudan etki (\%)} = \frac{0.324}{-0.133 \cdot -0.096 + 0.324} = \frac{0.324}{0.336} = 0.962 (\%96,2)$$

Hesaplanan oranlarda görüldüğü üzere yeni çağ inanışları üzerine gelen etkinin %3,8'i dolaylı olarak anlamın varlığı aracı değişkeni üzerinden sağlanmakta ve geriye kalan %96,2 ise savunma mekanizmaları ile doğrudan etki ile sağlanmaktadır.

5. TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular alan yazında yer alan araştırmaların bulguları ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca yeni çağ inanışları ile SBT alt boyutları olan matür ve nevrotik savunmalar arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve immatür savunmalar arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle bireylerin savunma mekanizmaları kullanımları arttıkça yeni çağ inanışlarına eğilimleri de artış göstermektedir. Literatüre bakıldığında savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Savunma mekanizmaları, egonun kaygı verici ve istenmeyen dış kaynaklı olaylardan uzak durması görevinin yanında içgüdüsel talepler, dürtüsel davranımlar, hisler vb. içsel gerilimlere karşı kontrolcü olmasına yol açan psikolojik süreçler olarak nitelendirmektedir (A. Freud, 2011). Yeni çağ inanışları ise, çağdaş hayatın stresli ve zorlu şartlarında bireyleri problemlerinden sıyırmak ya da problemleri azaltmak için çözüm önerileri sunmakta ve bunu içerisinde bulunan pratik ve uygulamalar aracılığıyla gerçekleştirmektedir (Develi, 2019). Bu iki benzer durumdan hareketle bireylerin yeni çağ inanışlarını da bilinç düzeyinde olmayan kaygı durumlarıyla mücadelesinde bir seçenek olarak görüp kullanabileceği ve aynı zamanda farkında olmadan kullandığı savunma mekanizmalarının etkisiyle yeni çağ inanışlarına eğilim gösterebileceği söylenebilir. Aynı zamanda bireylerin yeni çağ inanışlarını yeri geldiğinde bir kaçış yeri geldiğinde ise bir destekleyici güç olarak görmelerinin olası olduğu ve bu durumun savunma mekanizmalarının bütün alt boyutları ile ilişkisine etki ettiği söylenebilir.

5.2. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Anlam Arayışı ve Anlamlı Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları ile anlam arayışı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, anlamlı varlığı ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca anlam arayışı ile SBT alt boyutları olan matür ve nevrotik savunmalar arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken immatür savunmalar ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Anlamlı varlığı ile matür savunmalar arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, immatür savunmalar ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken nevrotik savunmalar ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buradan hareketle yaşamlarında anlam arayan bireylerin savunma mekanizmalarına başvurduğu ve anlam arayışları ile doğru orantılı olarak savunma mekanizmaları kullanımlarının da artış gösterdiği; yaşamlarında bir anlama sahip olan bireylerin ise savunma mekanizmalarını daha az kullandıkları ve yaşantılarındaki anlamlılık düzeyi arttıkça savunma mekanizmalarını kullanım eğilimlerinin azaldığı söylenebilir. Literatüre bakıldığında savunma mekanizmaları ile anlam arayışı arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Frankl' a göre bireyin en net özelliği sürekli olarak anlam arayışında olmasıdır ve anlam arayışı, varoluşsal problemlerin ve kaygıların bir yansımasıdır (Frankl, 1994). Benzer şekilde savunma mekanizmaları da istenmeyen sorunlarla ve kaygı ile mücadele etmek amacıyla farkında olmadan ortaya çıkan süreçlerdir. Bireyin bu iki kavramı da hayatla mücadele etme sürecinde bir strateji olarak kullandığı söylenebilir. Varoluşsal problemler ve kaygılar sonucunda anlam arayışı sürecine giren kişiler bu süreçte yapıcı ve olgun savunmaları kullanarak yaşamında bir anlama ulaştığı ve savunma mekanizmaları ile anlam arayışı sürecini farkında olmadan desteklediği söylenebilir. Bu iki kavram arasında karşılıklı olarak birbirlerini olumlu etkileyen bir dinamiğin olduğu ve bu dinamik sayesinde bireyin anlamsızlıktan kurtulabileceği ve savunma mekanizmalarının olumsuz etkilerini düşürebileceği söylenebilir.

Yaşamlarında bir anlama sahip olan bireylerin olgun savunmaları kullanmaya daha yatkın oldukları ve tam tersi şekilde olgun olamayan savunmaları ise daha az

kullanma eğiliminde oldukları söylenebilir. Anlamlı bir hayat içerisinde olan bireylerin karşılaştıkları herhangi bir problem karşısında olumsuz bir ruh haline bürünmeden yapıcı çözümler bularak sorunun üstesinden gelmeye çalıştıkları ve bunları yaparken ise farkında olmadan olgun savunmalardan destek aldıkları söylenebilir.

5.3. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları ile Manevi İyi Oluş Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin savunma mekanizmaları toplam puanları ile manevi iyi oluşları arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmamış ancak SBT alt boyutları olan matür ve nevrotik savunmalar ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ve immatür savunmalar ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle bireylerin matür ve nevrotik savunma mekanizmaları kullanımları arttıkça manevi iyi oluşlarının da artış gösterdiği ve immatür savunmaları kullanımlarının ise manevi iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Literatüre bakıldığında savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluş arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Manevi iyi oluş kavramı çeşitli problemler ve stresle mücadelede önem verilmesinden ziyade ruh sağlığını koruyan, geliştiren eylemler ve ruh sağlığının olumlu tarafıyla bağlantılıdır (Mathad, Rajesh & Pradhan, 2017). Aynı zamanda kişilerde bulunan ruhsal semptomların düşürülmesinde ve iyi oluşun artırılmasında manevi iyi oluşun önemli bir etkisi bulunmaktadır (Corey, 2008). Buradan hareketle bireylerin manevi iyi oluşlarını artırıcı eylemlerde bulunmaları sonucunda yaşadıkları çatışmalar ile daha kolay başa çıkabildikleri ve aynı zamanda bu başa çıkma sürecinde savunma mekanizmalarının olgun ve yapıcı olanlarından destek aldığı söylenebilir. Yaşadıkları çatışmalar karşısında problemleri yok saymak yerine problemlerini çözüme kavuşturmak için yollar arayan bireylerin manevi iyi oluşlarının yüksek olduğu ve savunma mekanizmalarından yapıcı olanları kullanıma eğilimli oldukları söylenebilir.

5.4. Yeni Çağ İnanışları ile Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile anlam arayışı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, anlamın varlığı ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle bireylerin yaşantılarındaki var olan anlam düzeyi arttıkça yeni çağ inanışlarına yönelimlerinde azalma olacağı söylenebilir. Literatüre bakıldığında yeni çağ inanışları ile anlam arayışı ve anlamın varlığı arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalara rastlanmıştır. Aydın (2015) ve Ulu ve Osmanoglu (2023) tarafından yapılan araştırmalarda, yeni çağ inanışları ile hayatın anlamı arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ve ulaşılan sonuçlar bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Ülkemizde yaygın olan bir İslam dininin olması sebebiyle bireylerin yeni çağ inanışlarına yabancı oldukları, bireylerin hayatlarını anlamlandırma süreçlerinde yaygın olan dinden etkilendikleri için yeni çağ inanışlarını islam dinine uymayan bir takım batıl inançlar olarak yorumladıkları ve bu sebeple hayatın anlamı açısından yeni çağ inanışlarından uzak bir konumda oldukları söylenebilir.

5.5. Yeni Çağ İnanışları ile Manevi İyi Oluş Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde yeni çağ inanışları ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Literatüre bakıldığında yeni çağ inanışları ile manevi iyi oluş arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Çalışmada elde edilen bu bulgunun, bireylerin maneviyat kavramını din ile bağdaşık olarak ve yeni çağ inanışlarını ise maneviyattan ayrı olarak değerlendirme eğilimlerinden kaynaklı olarak ortaya çıkabileceği düşünülmektedir.

5.6. Manevi İyi Oluş ile Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde manevi iyi oluş ile anlam arayışı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken anlamın varlığı ile arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buradan hareketle bireylerin manevi iyi oluş düzeyleri yükseldikçe yaşamlarının daha anlamlı hale geldiği ve tam tersinin de geçerli olduğu söylenebilir. Literatüre bakıldığında manevi iyi oluş ile anlam arayışı ve anlamın

varlığı arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalara rastlanmıştır. Dilmaç ve Çalışkan (2022) ve Bilgin (2023) tarafından yapılan araştırmalarda manevi iyi oluş ile yaşamda anlam arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuş ve bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir ve aynı zamanda Bilgin (2023)'in çalışmasında bu araştırmanın bulguları ile çelişen şekilde manevi iyi oluş ile anlam arayışı arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Buradan hareketle bireylerin hayatlarında bir anlama sahip olmalarının manevi iyi oluşlarını olumlu yönde etkilediği ve manevi bir temelin olmasının insanı daha anlamlı bir hayata yönlendireceği söylenebilir. Bu araştırmada anlam arayışı ile manevi iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmamasının katılımcıların anketleri dolduruş şekillerine bağlı olarak geliştiği düşünülmektedir.

5.7. Savunma Mekanizmaları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkide Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamanın Varlığının Aracılık Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları ilişkisinde anlam arayışının ve manevi iyi oluşun aracılık rolünün olmadığı ancak anlamanın varlığı değişkeninin kısmi aracılık rolü üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları ilişkisi içerisinde anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracılık rolünü inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bireylerin anlama erişim sağlamadan ruhsal açıdan dengeyi yakalayamayacaklarını ileri süren Frankl'ın (2015) düşüncesinden hareketle yaşamlarında bir anlama sahip olan ve anlamı özümsemiş olan kişilerin yeni çağ inanışlarına karşı daha açık olabilirken anlam arayışının ve manevi iyi oluşun tek başına kişilerin yeni çağ inanışlarına eğilimlerini açıklayamayacağı söylenebilir.

5.8. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamanın Varlığına İlişkin Bulguların Cinsiyete Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde matür savunma puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği ve erkeklerin matür savunma puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ancak SBT toplam, nevrotik ve immatür puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında savunma

mekanizmalarının cinsiyete göre farklılaştığı ve farklılaşmadığı sonuçlarına ulaşan çalışmalara rastlanmıştır. Aksu (2019) tarafından yapılan araştırmada SBT toplam puanlarının ve alt boyutlarının hiçbirinde cinsiyete göre farklılaşma bulunmamıştır. Katar (2023) ve Bahadır (2019) tarafından yapılan çalışmalarda ise immatür savunmaların cinsiyete göre farklılaşma gösterdiği ve erkeklerin, kadınlardan daha yüksek ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle erkeklerin kadınlara göre savunma mekanizmalarını daha fazla kullandıkları ve bu durumun aile içindeki yetiştirilme tarzlarından kaynaklanabileceği, ayrıca toplum tarafından erkeklere ve kadınlara yüklenen rollerin kişiler üzerinde yarattığı etkilerden kaynaklı olarak savunma mekanizmalarına yönelimlerin fazla olduğu söylenebilir.

Anlam arayışı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği ancak anlamın varlığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Anlam arayışında kadınların ortalamasının ($\bar{X}=24.13$) erkeklerden ($\bar{X}=22.56$) daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında Karşlı (2020) ve Aydın (2015) tarafından yapılan çalışmalarda kadınların erkeklerden daha fazla anlam düzeyine sahip olduğu bulunmuş ve bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Akbulut (2023) ve Demirbaş (2010) tarafından anlam düzeyinin cinsiyete göre farklılık göstermediği ortaya koyulmuştur. Bu çalışmadan elde edilen bulgulardan hareketle kadınların erkeklerden daha duygusal, detaycı, sosyal vb. özelliklere sahip olmalarından dolayı hayatı daha anlamlı ve doyusya yaşama eğiliminde oldukları ve bu sebeple hayata dair anlamları erkeklerden daha çok oluşturmakta ve aramakta oldukları söylenebilir.

Yeni çağ inanışları ve manevi iyi oluş puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Manevi iyi oluş ile ilgili literatüre bakıldığında Nurkan (2020), Gürsu ve Ay (2018) tarafından yapılan araştırmalarda bu çalışmanın bulgularını destekler şekilde kadın ve erkekler arasındaki manevi iyi oluş düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Buradan hareketle manevi iyi oluş düzeyinin cinsiyet ile belirlenmeyeceği ve kişisel süreçlerden etkilenebileceği söylenebilir. Bireylerin maneviyatlarının içinde bulundukları toplumdan ve toplumda var olan inanışlardan etkilenebileceği ve bu durumda cinsiyet etkeninin önemli olmadığı söylenebilir.

5.9. Savunma Mekanizmaları ve Alt Boyutları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamların Varlığına İlişkin Bulguların Yaşlar Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, YAÖ toplam, anlamların varlığı, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam puanlarının yaşlar göre anlamlı farklılık gösterdiği ancak immatür savunma ve YÇİÖ toplam puanlarının yaşlar göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Yaş değişkeninin SBT toplam (Cohen's $d=.29$), matür savunma (Cohen's $d=.23$), YAÖ toplam (Cohen's $d=.15$) ve anlam arayışını (Cohen's $d=.28$) küçük düzeyde; nevrotik savunma (Cohen's $d=.49$), anlamların varlığı (Cohen's $d=.39$) ve SİÖÖ toplamını (Cohen's $d=.40$) orta düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında Namlı (2024) ve Taşkent (2010) tarafından yapılan çalışmalarda savunma mekanizmalarının yaşlar göre farklılaşmadığı ortaya konmuş ve bu çalışmanın bulguları ile çelişmektedirler. Yazgan (2019) tarafından yapılan araştırmada savunma mekanizmalarının yaşlar göre farklılaştığını ve yaş azaldıkça matür savunmaların arttığını, yaş arttıkça ise nevrotik savunmaların azaldığını ortaya koymuştur.

Literatüre bakıldığında Aydın (2015) tarafından yeni çağ inanışlarının yaşlar göre farklılık gösterdiğini ve yaş ilerledikçe yeni çağ inanışlarının azaldığını ortaya koymuştur. Ona göre bu sonuç bireyler daha genç yaşlarda iken geleneksel inanışlar yerine daha modern yeni inanışlara yönelim göstermesinden ve bu durumun yaş ilerledikçe değişmesinden kaynaklandığı ileri sürülmüştür (Aydın, 2015). Çamur (2014) tarafından var olan anlam düzeylerinin yaşlar göre farklılaşmadığını ortaya koymuş ve bu çalışmanın bulguları ile çelişmektedir. Aydın (2015) tarafından yapılan çalışmada anlam düzeylerinin yaşlar göre farklılaşma gösterdiği ve yaş ilerledikçe anlam düzeylerinin arttığını ortaya koymuş ve bu çalışmanın bulgularını desteklemiştir. Bireylerin genç yaşlarda iken hayata dair anlam ve amaç oluşturma olgunluğuna henüz erişemediği ve zamanla bu olgunluğa erişerek hayatlarını amaçları doğrultusunda ilerletebilecekleri ve ilerleyen yaşlara geldiklerinde ise amaçlarına ulaşmış bir birey olarak daha anlamlı bir hayat yaşayabilecekleri söylenebilir. M.F.Tunç (2023) tarafından yapılan çalışmada manevi iyi oluşun yaşlar göre farklılaştığı ve bu çalışma bulgularını destekler niteliktedir. Yaşın ilerlemesi ile birlikte bireylerin anlam düzeylerinin ve manevi yönelimlerinin daha da artış

göstereceği ve bu durumun bireylerin iyi oluşlarına katkı sağlayabileceği söylenebilir.

5.10. Savunma Mekanizmaları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Eğitim Düzeyine Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam ve SİÖÖ toplam puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ancak immatür savunma, anlamın varlığı ve anlam arayışı puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. İmmatür savunma puanlarında anlamlı farklılığın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile lisans düzeyindeki ($p=.009$) ve lisansüstü düzeydeki ($p=.015$) katılımcılar arasındaki farklılaşmadan kaynaklandığı saptanmıştır. Anlamın varlığı puanlarında anlamlı farklılığın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile ön lisans düzeyindeki katılımcılar arasındaki ($p=.020$) ve ön lisans düzeyindeki katılımcılar ile lisansüstü düzeydeki katılımcılar arasındaki ($p=.014$) farklılaşmadan kaynaklandığı saptanmıştır. Anlamın arayışı puanlarında anlamlı farklılığın lise ve öncesi düzeydeki katılımcılar ile lisans düzeyindeki ($p=.045$) ve lisansüstü düzeydeki ($p=.003$) katılımcılar arasındaki ve ön lisans düzeyindeki katılımcılar ile lisansüstü düzeydeki katılımcılar arasındaki ($p=.013$) farklılaşmadan kaynaklandığı saptanmıştır. Literatüre bakıldığında Namı (2024) tarafından savunma mekanizmalarının eğitim düzeyine göre farklılaşma gösterdiği, lise ve altı eğitim düzeyine sahip olan kişilerin savunma mekanizmaları kullanımlarının daha fazla olduğu ortaya konmuş ve bu çalışmanın bulgularıyla çelişmektedir. Aydın (2015) tarafından yeni çağ inanışlarının eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı ortaya konmuş ve bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. M.F. Tunç (2023) tarafından yapılan çalışmada manevi iyi oluşun eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği bulunmuş ve bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Aydın (2015) tarafından yapılan araştırmada anlamın varlığının eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiği ve eğitim düzeyi yükseldikçe hayatın anlamının da artış gösterdiği bulunmuş ve bu çalışmadaki bulguları desteklemektedir. Bektaş (2012) tarafından yapılan çalışmada anlam arayışının eğitim düzeyine göre farklılaştığı bulunmuş ve bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir.

Savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları ve manevi iyi oluşun çoğunlukla kişisel inanç sistemleri, bireysel özellikler ve hayat tecrübeleri ile bağlantılı olabileceği ve eğitim düzeyinden ayrı bir şekilde gelişebileceği söylenebilir. Kişilerin eğitim düzeyleri yükseldikçe varoluşsal olaylar ile alakadar olma, yaşamını sorgulama ve anlam edinme düzeylerinin de artabileceği ve eğitim düzeyinin yükselmesinin bireyler üzerinde bilinçli ve derin sorgulamalara sebep olabileceği söylenebilir.

5.11. Savunma Mekanizmaları, Yeni Çağ İnanışları, Manevi İyi Oluş, Anlam Arayışı ve Anlamın Varlığına İlişkin Bulguların Ekonomik Duruma Göre Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerde SBT toplam ve alt boyutları, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluş, anlam arayışı ve anlamın varlığı değişkenlerinin ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatür incelendiğinde Bahadır (2019) tarafından yapılan çalışmada savunma mekanizmalarının ekonomik duruma göre farklılık göstermediği ve bu çalışmanın bulguları ile örtüşmektedir. Aydın (2015) tarafından yapılan çalışmada yeni çağ inanışlarının ekonomik duruma göre farklılaşmadığı bulunmuş ve bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir. M.F. Tunç (2023) tarafından yapılan çalışmada manevi iyi oluşun ekonomik duruma göre farklılaşma gösterdiği ve bu farklılaşmanın orta ve yüksek ekonomik durum lehine olduğu bulunmuş olup bu çalışmanın bulguları ile çelişmektedir. B. Kaya (2024) tarafından yapılan çalışmada anlam arayışı ve anlamın varlığının gelir durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuş ve bu çalışmanın bulguları ile uyumludur.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın temel amacı yetişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide anlam arayışı ve manevi iyi oluşun aracı rolünü belirlemektir. Bunun yanı sıra savunma mekanizmalarının, yeni çağ inanışlarının, anlam arayışının ve manevi iyi oluşun cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve ekonomik duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bu bölümde önce elde edilen bulgulara dayalı olarak varılan sonuçlara daha sonra ise bu sonuçlar doğrultusundaki önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

- Katılımcıların savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, yaşamda anlam toplam puanları ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde, anlamın varlığı alt boyutu ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde ve anlam arayışı alt boyutu ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile manevi iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların matür savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları, anlamın varlığı ve anlam arayışı alt boyutları ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile yaşamda anlam toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların nevrotik savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları, manevi iyi oluşları ve anlam arayışı alt boyutları ile arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile yaşamda anlam toplam puanları ve anlamın varlığı alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların immatür savunma alt boyutu ile yeni çağ inanışları arasında pozitif yönlü orta düzeyde, yaşamda anlam toplam puanları, anlamın varlığı alt boyutu ve manevi iyi oluşları ile arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca savunma mekanizmaları ile anlamın varlığı alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların yeni çağ inanışları ile yaşamda anlam toplam puanları ve anlamın varlığı alt boyutu arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir

ilişki olduğu ancak anlam arayışı alt boyutu ve manevi iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

- Katılımcıların manevi iyi oluşları ile yaşamda anlam toplam puanları ve anlamın varlığı alt boyutu arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ancak anlam arayışı alt boyutu ve manevi iyi oluş puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.
- Yetişkin bireylerin matür savunma puanları, YAÖ toplam puanları ve anlam arayışı alt boyut puanlarının cinsiyete göre küçük düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği ancak SBT toplam, nevrotik savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam puanı, anlamın varlığı ve SİÖÖ toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
- Yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, YAÖ toplam ve anlam arayışı puanlarının yaşa göre küçük düzeyde; nevrotik savunma, anlamın varlığı ve SİÖÖ toplam puanlarının ise yaşa göre orta düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği ancak immatür savunma ve YÇİÖ toplam puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
- Yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam ve SİÖÖ toplam puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ancak immatür savunma, anlamın varlığı ve anlam arayışı puanlarının eğitim düzeyine göre küçük düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.
- Yetişkin bireylerin SBT toplam, matür savunma, nevrotik savunma, immatür savunma, YÇİÖ toplam, YAÖ toplam, anlamın varlığı, anlam arayışı ve SİÖÖ toplam puanlarının ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
- Manevi iyi oluş ve anlam arayışının savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün olmadığı ancak anlamın varlığının savunma mekanizmaları ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolünün olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.2. Öneriler

6.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Bu araştırmada savunma mekanizmaları, yeni çağ inanışları, manevi iyi oluş ve yaşamda anlam değişkenleri ele alınmıştır. Gelecek araştırmalarda benlik saygısı, başa çıkma tarzları, bağlanma stilleri, ruhsal kırılganlık ve dini

yönelim gibi değişkenlerin de dahil edilmesi, daha bütüncül bir psikolojik yapı analizi sağlayabilir.

- Araştırma nicel yöntemle yürütülmüştür. Katılımcıların savunma mekanizmaları ve yeni çağ inanışları ile ilgili yaşantılarının daha derinlemesine anlaşılabilmesi için nitel araştırmalara ihtiyaç vardır.
- Anlamın arayışının kısmi aracılık rolü gösterdiği bu araştırmanın bulguları, ileride yapılacak yapısal eşitlik modellemeleri ile daha kapsamlı biçimde test edilebilir.
- Yeni çağ inanışları ve manevi iyi oluş gibi değişkenler kültürel olarak farklılık gösterebilir. Bu nedenle farklı kültürlerde yapılacak karşılaştırmalı çalışmalar, değişkenlerin evrensel ve kültüre özgü yönlerini ortaya koyabilir.
- Anlam arayışı, maneviyat ve savunma mekanizmaları gibi kavramlar zaman içinde değişebilir. Bu nedenle boylamsal araştırmalar bireylerin bu süreçlerdeki değişimlerini daha iyi anlayabilmek adına önemlidir.

6.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

- Psikolojik danışma sürecinde bireylerin kullandıkları savunma mekanizmalarının tanınması, danışanın duygusal ve düşünsel süreçlerinin daha doğru anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Buda psikolojik yardım verenlerin daha etkili bir danışma süreci yönetmelerine neden olabilir. Bu nedenle sahadaki ruh sağlığı uzmanları danışanlarının kullandıkları savunma mekanizmalarını tesbit edecek çalışmalar planlayabilirler.
- Danışanların anlam arayışlarını destekleyen müdahale tekniklerinden olan logoterapi danışma sürecinden daha sık kullanılabilir. Ruh sağlığı uzmanlarının logoterapi eğitimi almaları teşvik edilebilir.
- Günlük yaşamda bazı bireyler yeni çağ inanışlarını bir baş çıkma mekanizması ya da maneviyat kaynağı olarak kullanabilir. Bunlar tespit edilerek bireylerin sağlıklı başa çıkma mekanizmalarını geliştirmeleri, dini ve kültürel değerleri ile çelişmemesine özen gösterilmelidir.
- Bireylerin yaşamda anlam bulma ve psikolojik sağlığını koruma açısından önemli bir rol oynamaktadır. Danışanların manevi kaynaklara yönelmesi desteklenmelidir.
- Psikolojik danışma süreçlerinde bireyin gelişimsel dönemi ve eğitim geçmişi dikkate alınmalı, bu doğrultuda danışma sürecinde kullanılacak müdahale yöntemleri bireyselleştirilmelidir.

- Okullarda, üniversitelerde veya gençlik merkezlerinde anlam ve maneviyat temalı atölyeler, grup danışmaları veya seminer programları düzenlenebilir.
- Araştırma sonucunda, matür savunma mekanizmalarında erkeklerin kadınlara göre anlamlı olarak daha yüksek puanlara sahip olduğu görüldüğünden kadınların matür savunmaları konusunda farkındalıklarını artırıcı ve destekleyici psikoeğitim çalışmaları yapılması önerilebilir.
- Erkek katılımcıların yaşamda anlam toplam puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ancak kadınların anlam arayışı toplam puanlarının ise erkeklerden daha yüksek olduğu görüldüğünden kadınlara yönelik yaşamda anlam oluşturmaları noktasında destekleyici rehberlik uygulamalarının ve grup etkinliklerinin geliştirilmesi önerilebilir.
- 18-34 yaş aralığındaki bireylerin anlam arayışları puanlarının 35 yaş ve üzeri bireylere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu ancak savunma mekanizmaları toplam, matür savunma, nevrotik savunma, yaşamda anlam toplam, anlamın varlığı ve manevi iyi oluş puanlarının ise 35 yaş üzeri bireylerde daha yüksek olduğu görüldüğünden genç yaşta bireylere yönelik psikolojik danışma süreçleri, gençlik merkezleri ve üniversiteler aracılığıyla anlam arayışlarını destekleyici kişisel gelişim merkezli eğitimler düzenlenmesi önerilebilir.
- Lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip olan kişilerin immatür savunma ve anlamın varlığı puanlarının daha yüksek eğitim düzeylerine sahip kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görüldüğünden lise ve öncesi eğitim düzeyindeki kişilere yönelik temel seviyede psikoeğitim programları uygulanarak daha işlevsel ve sağlıklı savunma mekanizmalarının kullanımı desteklenebilir.
- Lisansüstü eğitime sahip kişilerin ise anlam arayışı puanlarının daha düşük eğitim düzeylerine göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldüğünden ruhsal olarak zorlayıcı ve yorucu bir anlam arayışı içerisinde olmamaları adına manevi olarak destekleyici içsel süreçlere odaklanan çalışmalara yönlendirilebilirler.

KAYNAKLAR

- Acar, H. (2014). Manevi iyi oluş ile dindarlık arasındaki ilişki üzerine bir değerlendirme. *C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 391–412. <https://doi.org/10.18505/cuifd.254730>
- Acar, R. (2019). *New Age hareketi* (Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Erişim adresi: <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/120320>
- Adams, T., Bezner, J., & Steinhardt, M. (1997). *The conceptualization and measurement of perceived wellness: Integrating balance across and within dimensions*. *American Journal of Health Promotion*, 11(3), 208–218. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-11.3.208>
- Adler, A. (1998). *Yaşamının anlam ve amacı* (K. Şipal, Çev.). Say Yayınları.
- Ahmedi, E. Ş. (2022). Yeni Çağ inanışlarının çeşitli değişkenlerle ilişkisi üzerine bir araştırma: Bursa örneği. *Bilimname*, 2022(3), 1657–1694. <https://doi.org/10.28949/bilimname.1192639>
- Ak, S. (2008). *Yeni dini akımlar bağlamında Dünya Kardeşlik Birliği Mevlana Yüce Vakfı Örneği* (Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=yx7rvqXIMTSB5LnaozRP6w&no=Rw38WV1nlqf4G2-jqrDshA>
- Akbulut, T. (2023). *Öğretmenlerde anlam arayışı, mesleki doyum ve dindarlık ilişkisi (Konya örneği)* (Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Necmettin Erbakan Üniversitesi Açık Erişim Arşivi. Erişim adresi: <https://acikerisim.erbakan.edu.tr/items/6daba41a-41cb-4d41-9f9f-07cf6bd71f9d>
- Akıncı, A. (2002). *Hayata anlam vermeye din öğretiminin katkısı* (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=KKvJdwtlh2k -wBzgJ9q3g&no=71kjiU-ue2ufxRQ3ogfE-g>
- Akıncı, A. (2005). Hayata anlam vermede dinî değerlerin ve din öğretiminin rolü. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3(9), 7–24. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ded/issue/29192/312551>
- Aksu, B. (2019). *Psikolojik savunma mekanizmaları ile sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=bSK8RtKC_0Nj2E--3Uh1dA&no=uV2f0nl6X5u4vZQ5dr9pgA
- Altıparmak, P. (2019). *Üniversite öğrencilerinde yaşamda anlamın yordayıcıları olarak sosyal duygusal yalnızlık ve öz-anlayış* (Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal

Tez Merkezi. Erişim adresi:
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=dI3cskUQYaoMkurVt3FsAQ&no=QfOo8vbZjPFRW79y14Gn2A>

Altunbezer, Ş. (2020). *Savaş görmüş ergenlerin gelecek beklentisi ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkide manevi iyi oluşun rolü* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Arşivi. Erişim adresi: <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12436/2432/656728.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Altuntaş, S. (2018). *Ergenlerde iyi oluşun yordayıcısı olarak yaşamda anlam, minnettarlık ve affedicilik* (Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü). İnönü Üniversitesi Kurumsal Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/11616/11141>

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. Washington: American Psychiatric Association.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısı ve sayımsal el kitabı: DSM-5* (E. Koroğlu, Çev.). Hekimler Yayın Birliği.

Anuştekin, M. N. (2023). *Ergenlerde hayatın anlamı, psikolojik iyi oluş, dindarlık ilişkisi (Diyarbakır örneği)* (Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü). Erciyes Üniversitesi Akademik Veri Sistemi (AVESİS). Erişim adresi: <https://avesis.erciyes.edu.tr/yonetilen-tez/a562ee24-cd7c-4789-b2ed-a2303953b16e/ergenlerde-hayatin-anlami-psikolojik-iyi-olus-dindarlik-iliskisidiyarbakir-ornegi>

Aracı, A. (2019). *Kişilik bozukluklarının erken dönem uyumsuz şemalar ve savunma mekanizmalarıyla ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=S7o_avbCMpuhqmBH23j41w&no=aB3XZanNdy1YakPMsDUnog

Arslan, M. (2012). “Yeni toplum, yeni dinselilikler: küreselleşme sürecinde dinin gelişen soft power etkisi”. *Turgut Özal Uluslararası Ekonomi ve Siyaset Kongresi – II*, Küresel Değişim ve Demokratikleşme.

Arslan, M. (2006). Değişim sürecinde yeni dindarlık formları: ‘Yeni Çağ’ inanışları örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 4(11), 9–25. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ded/issue/29190/312537>

Arslanoğlu, G. (2023). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve savunma mekanizmaları çerçevesinde risk alma davranışlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Aupers, S., & Houtman, D. (2006). Beyond the spiritual supermarket: the social and public significance of new age spirituality. *Journal of Contemporary Religion*, 21(2), 201-222. <https://doi.org/10.1080/13537900600655894>
- Aydın, C. (2008). *Dinsel fundamentalizm ile yeni çağ inançlarına yönelik tutumlar arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=1IHvjvoBpqLzagOiAIUZEg&no=Nx4F6UutJfGrTUVyalgyuA>
- Aydın, C. (2015). *İnsanın anlam arayışı ile yeni çağ inanışları arasındaki ilişki* (Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=tWWhmd3YxDeTOcTftFjIrQ&no=vD8ueS3o1OUo2aXLcHSMmqQ>
- Ayhan, D. ve Seki-Öz, H. (2022). Yetişkin bireylerde ölüm algısının manevi iyi oluş üzerine etkisi. *Black Sea Journal of Health Science*, 5(3), 424-429. <https://doi.org/10.19127/bshealthscience.1110155>
- Bahadır, E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemaları ile savunma mekanizmaları arasındaki ilişkilerin çocukluk çağı travmaları açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Bailey, A. W., & Fernando, I. K. (2012). Routine and project-based leisure, happiness, and meaning in life. *Journal Of Leisure Research*, 44(2), 139-154. <https://doi.org/10.1080/00222216.2012.11950259>
- Bailey, R., & Pico, J. (2023). Defense mechanisms. In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing.
- Bardakçı-Gürül, B. (2024). *Üniversite öğrencilerinde nevrotik eğilimler, savunma mekanizmaları ve algılanan stres arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Türkiye Cumhuriyeti Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Başkaya, Ş. (2006). *New age hareketi: modern bir dinsellik biçiminin sosyo-kültürel analizi*. (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=Q3L1kmUelUqd-a1TGa8gzg&no=5irQI65Ie9OIVXkYsnHx0g>
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 36(4), 409-427. <https://doi.org/10.1080/00332747.1973.11023774>
- Bauman, Z. (2007). *Liquid times: living in an age of uncertainty*. Cambridge, Polity Press.

- Bektaş, A. (2012). *Yöneticilerin iş tatmini ve motivasyon düzeylerinin yaşam anlamı düzeyi üzerindeki etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=bzxRP1vjCvIwjIJ-AwksOQ&no=aoq1OP7twNWM1xYKgi3Sgg>
- Biçer, R. (2006). Heretik bir New Age tarikatı: Dünya Kardeşlik Birliği Mevlana Yüce Vakfı. *EKEV Akademi Dergisi*, 10(29), 27-50. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/profile/Ramazan-Bicer/publication/319718290_Heretik_Bir_New_Age_Tarikati_Dunya_Kardeslik_Birligi_Mevlana_Yuce_Vakfi/links/5a56163145851547b1bee9cb/Heretik-Bir-New-Age-Tarikati-Duenya-Kardeslik-Birligi-Mevlana-Yuece-Vakfi.pdf
- Biçer, R. (2008). Küreselleşme: İslam teolojisi bağlamında bir yaklaşım. *İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18, 49-88. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iuilah/issue/960/10826>
- Bilgin, M. (2023). *Özel eğitim gereksinimli çocuğu olan ebeveynlerin yaşama anlam verme düzeylerinin, manevi iyi oluş ve sabır düzeyleri açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Blackman, J. S. (2021). Zihnini kendini koruma yöntemi: 101 savunma (3. bs.; T. Özakkaş, Ed.; Psikoterapi Enstitüsü, Çev.). Psikoterapi Enstitüsü Yayıncılık.
- Bozdağ-Tulum, A. (2023). Dijital yerli öğrencilerin yeni çağ inanışları. *Social Science Development Journal*, 8(37), 201-222. <https://doi.org/10.31567/ssd.912>
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ. D. Erguvan-Sarioğlu, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. ve Köklü, N. (2015). *Sosyal bilimler için istatistik* (17). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2022). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (32). Ankara: Pegem Akademi.
- Camus, A. (2010). *Sisifos söylemi* (T. Yücel, Çev.). Can Yayınları.
- Calicchia, J. A., & Graham, L. B. (2006). Assessing the relationship between spirituality, life stressors, and social resources: Buffers of stress in graduate students. *North American Journal of Psychology*, 8(2), 307-320. <https://doi.org/10.31567/ssd.912>
- Cevizci, A. (1999). *Felsefe sözlüğü* (3.Baskı). İstanbul: Paradigma Yayınları.
- Clark, A. J. (1992). Psikolojik danışmada savunma mekanizmalarının tanınması ve şekillendirilmesi (H. Ersever, Çev.). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 25(2), 579-596. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000578

- Cohen, J. (1998). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Corey, G. (2008). Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları (T. Ergene, Çev.). Mentis Yayıncılık. (Orijinal eser 2005)
- Cramer, P. (1987). The development of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 55(4), 597–614. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1987.tb00454.x>
- Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. *American Psychologist*, 55(6), 637–646. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.637>
- Cramer, P. (2006). *Protecting the self: defense mechanisms in action*. Guilford Press.
- Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1963–1981. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00135.x>
- Cramer, P. (2015). Understanding defense mechanisms. *Psychodynamic Psychiatry*, 43(4), 523–552. <https://doi.org/10.1521/pdps.2015.43.4.523>
- Coyle, A. (2008). Qualitative methods and ‘the (partly) ineffable’ in psychological research on religion and spirituality. *Qualitative Research in Psychology*, 5(1), 56–67. <https://doi.org/10.1080/14780880701863583>
- Cüceloğlu, D. (2014). İnsan ve davranışı (28. baskı). Remzi Kitabevi.
- Çağatay, S. E. (2014). *Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmatik yaşantı düzeyi ile bağlanma stilleri ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=6GTF00g0ZyYE1eSA9hsNCg&no=NWkVXKeSwbj1GCMJDesg1g>
- Çalışkan, Ş. (2020). *Evli bireylerde manevi iyi oluş, ailede yılmazlık ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://acikerisim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/294170>
- Çalışkan, Ş. ve Dilmaç, B. (2022). Evli bireylerde manevi iyi oluş, ailede yılmazlık ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(1), 113-127. <https://doi.org/10.33206/mjss.902045>
- Çamur, Z. (2014). *Yaşamda anlam ve dindarlık ilişkisi (Geç Ergenlik Dönem)* (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=3M_KvRvU-3cd3oC1Aj21Rg&no=JFMW13LaWnyXRR1856s9lQ

- Çetinkaya, B., Altundağ, S. ve Azak, A. (2007). Spiritüel bakım ve hemşirelik. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(1), 47–50. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/674596>
- Dami, Z. A., Tameon, S. M., & Alexander, F. (2018). Spiritual well-being as an intervening variable mindfulness and life satisfaction. *Konselor*, 7(4), 124–137. <https://doi.org/10.24036/0201874102383-0-00>
- De Klerk, J. J., Boshoff, A. B., & Van Wyk, R. (2009). Measuring meaning in life in South Africa: Validation of an instrument developed in the USA. *South African Journal of Psychology*, 39(3), 314–325. <https://doi.org/10.1177/008124630903900306>
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık* (Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=1MbvV7Yn4gmEzST56tefOA&no=8d0YjENEDxKSakI5I7i4WA>
- Develi, H. (2019). *Modern toplumda batıl inançlar ve new age akımı* (Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=qoCN6nWKkF3jptNWp8o-iQ&no=oo3MBLIYnqDewGBN11Lw1Q>
- Di Giuseppe, M., & Perry, C. J. (2021). The hierarchy of defense mechanisms: Assessing defensive functioning with the Defense Mechanisms Rating Scales Q-sort. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 718440. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718440>
- Donahue, M. J. (1993). Prevalence and correlates of New Age beliefs in six Protestant denominations. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 32(2), 177–184. <https://doi.org/10.2307/1386663>
- Durmuş, Y. (2020). *Hemodiyaliz hastalarında manevi iyi oluş ile anksiyete ve depresyon arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Dursun, H. E. (2023). *Duygusal yeme ve manevi iyi oluş* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Eagleton, T. (2012). *Hayatın anlamı* (K. Tunca, Çev., 2. Baskı). Ayrıntı Yayınları.
- Ekşi, H. ve Kardaş, S. (2017). Spiritüel iyi oluş: Ölçek geliştirme ve geçerlik. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(1), 73–88. <https://doi.org/10.12738/spc.2017.1.0022>

- Ekşi, H., Boyalı, C. ve Ümmet, D. (2019). Öğretmen adaylarının spiritüel iyi oluş ile yaşamda anlam değişkenlerinin psikolojik dayanıklılığı yordaması: Bir yapısal eşitlik modeli (YEM) denemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(4), 1695–1704. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3256>
- Elgün, Z. (2023). *Evli bireylerin manevi iyi oluşları ile aile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Kurumsal Arşivi. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/20.500.12436/6176>
- Emmons, R. A. (2000). Spirituality and intelligence: Problems and prospects. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 57–64. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_6
- Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61(4), 731–745. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00429.x>
- Farias, M. (2004). *A psychological study of New Age practices and beliefs* (Doctoral dissertation, University of Oxford, Jesus College). Oxford University Research Archive. <https://ora.ox.ac.uk/objects/uuid:eae25fc5-1644-44f6-8f3c-8f25e5707d22/files/mb1664ab973b7a019b1bc423dec06ee49>
- Farias, M., Claridge, G., & Lalljee, M. (2005). Personality and cognitive predictors of New Age practices and beliefs. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 979–989. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.04.003>
- Frankl, V. E. (1994). *Duyulmayan anlam çılgılığı* (S. Budak, Çev.). Öteki Yayınevi.
- Frankl, V. E. (2015). *İnsanın anlam arayışı* (22. bs., S. Budak, Çev.). Okuyanıs Yayıncılık.
- Freud, A. (2011). *Ben ve savunma mekanizmaları* (2. bs., Y. Erım, Çev.). Metis Yayınları.
- Freud, S. (1894). The neuro-psychoses of defense. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume 3, (s.45-61) içinde. London, UK: Hogarth Press. Erişim adresi: https://www.lutecium.org/ftp/Freud/pdf/1894_the_neuro_psychoses_of_defence.pdf
- Freud, S. (1959). *Inhibition, symptoms, and anxiety*. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XX (1925-1926), An Autobiographical Study, Inhibitions, Symptoms and Anxiety, The Question of Lay Analysis and Other Works, Strachey, J. (Ed.). London: Hogarth Press, 281-291, 22.05.2025 tarihinde https://web.english.upenn.edu/~cavitch/pdf-library/Freud_Inhibitions_Symptoms_Anxiety.pdf adresinden indirildi.
- Freud, S. (1963). *Introductory lectures. On Psychoanalysis*. London: Penguin Books.

- Freud, S. (1998). Espriler ve bilinçdışı ile ilişkileri (3. bs., E. Kapkın, Çev.). Payel Yayınevi.
- Gençtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gençtan, E. (1994). *İnsan olmak* (26. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (1995). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (11. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gori, A., Topino, E., & Di Fabio, A. (2020). The protective role of life satisfaction, coping strategies and defense mechanisms on perceived stress due to COVID-19 emergency: A chained mediation model. *PLoS ONE*, 15(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242402>
- Granieri, A., La Marca, L., Mannino, G., Giunta, S., Guglielmucci, F., & Schimmenti, A. (2017). The relationship between defense patterns and DSM-5 maladaptive personality domains. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 1926. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01926>
- Güneş, A. (2023). *Üniversite öğrencilerinde aile iklimi algıları ile manevi iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Gürbüz, G. (2020). Yeni çağ inanışları: faaliyet alanları, etkileri ve görünümünün sosyolojik analizi (Antalya örneği) (Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Gürbüz, G. ve Aygöl, H. H. (2021). Arayıştan uyanışa, şifadan estetiğe yeni çağ inançları. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23(43), 19–51. <https://doi.org/10.17335/sakaifd.872353>
- Gürsu, O. ve Ay, Y. (2018). Din, manevi iyi oluş ve yaşlılık. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(61), 1176–1190. <https://doi.org/10.17719/jisr.2018.3007>
- Hanegraaff, W. J. (1998). *New age religion and western culture: esotericism in the mirror of secular thought*. Albany: SUNY Press.
- Hanegraaff, W. J. (2000). New Age religion and secularization. *Numen*, 47(3), 288–312. <https://doi.org/10.1163/156852700511568>
- Hartmann, H. (2021). *Ben psikolojisi ve uyum sorunu* (B. Büyükkal, Çev.). Metis Yayıncılık.
- Heelas, P. (1996). *The New Age Movement: The Celebration of the Self and the Sacralization of Modernity*. Oxford: Blackwell.

- Heelas, P., & Woodhead, L. (2005). *The Spiritual Revolution: Why Religion is Giving Way to Spirituality*. Oxford: Blackwell.
- Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. *American Psychologist*, 58(1), 64–74. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.64>
- Hoshi, M. (2008). *Self-transcendence, vulnerability and well-being in hospitalized japanese elders*. Arizona: The University of Arizona.
- Hökelekli, H. (1998). *Din psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Hull, J. M. ve Kapaklıkaya, İ. (2003). Manevî gelişim: Yorumlar ve uygulamalar. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1(2), 109–124. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ded/issue/29199/312603>
- Jafari, E., Dehshiri, G. R., Eskandari, H., Najafi, M., Heshmati, R., & Hoseinifar, J. (2010). Spiritual well-being and mental health in university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1477–1481. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.311>
- Jung, C. G. (1999). *Keşfedilmemiş benlik* (B. İlhan, Çev.). İlhan Yayınevi.
- Jung, C. G. (2001). *İnsan ruhuna yöneliş* (4. bs., E. Büyükinal, Çev.). Say Yayınları.
- Kale, S. H. (2004). Spirituality, religion, and globalization. *Journal of Macromarketing*, 24(2), 92–107. <https://doi.org/10.1177/0276146704269296>
- Kara, H. (2017). Örgütlerde yeni çağ değerleri'nin din ve maneviyat kavramlarının oluşturduğu anlam kayması üzerinden araştırılması. *Researcher: Social Sciences Studies*, 5(9), 122-141. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/researcher/issue/66626/1042415>
- Karaca, A. (2019). *Kur'an' da tefekkürü engelleyen faktörler olarak savunma mekanizmaları* (Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=4CsWz2kPeBdQeKYB-HIV4g&no=gYUmjkngMJIUadKGEp6ZvQ>
- Kararımak, Ö. (2007). *Investigation of personal qualities contributing to psychological resilience among earthquake survivors: a model testing study* (Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=cBpnGorCmhEbKi vRYrQgw&no=jxLHEclEd4u4x1ygTahheQ>
- Karlı, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde hayatın anlamı ve dindarlık ilişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 48, 169–201. <https://doi.org/10.17120/omuifd.718108>

- Kartopu, S. (2013). Dini yaşıyışta hayatı sorgulama ve anlam arayışı. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2(3), 67–90. <https://doi.org/10.17540/hy.v10i19.361>
- Kasapoğlu, F. (2017). Psikolojik danışma süreci ve maneviyat: Bir bütünleştirme arayışı. *Hikmet Yurdu Düşünce-Yorum Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(19), 141–157. <https://doi.org/10.17540/hy.v10i19.361>
- Katar, E. (2023). *Genç erişkin bireylerde savunma mekanizmaları ile narsisistik özellikler ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Kaya, A. ve Bozkur, B. (2017). Kadercilik eğilimi ile özyeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 124–145. <https://doi.org/10.12984/eegefd.328379>
- Kaya, B. (2024). *Yetişkinlerde travma sonrası büyüme ile yaşamda anlam arayışı arasındaki ilişkide umut duygusunun aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Kaya, M. ve Aydın, C. (2013). Yeni çağ inanışları ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 35, 5–19. <https://doi.org/10.17120/omuifd.48485>
- Kılavuz-Çalışkan, E. (2019). *Psikolojik danışman adaylarının yaşamda anlama ilişkin görüşlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Bursa Uludağ Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://acikerisim.uludag.edu.tr/handle/11452/9753>
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç yetişkinlerde yaşamda anlamın, maneviyat ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=0baJak8igSV5-6Dy9jdezW&no=QbbzWUOcVLc7XpG1CUfg8A>
- Kierkegaard, S. (2010). *Ölümcül hastalık umutsuzluk* (M. Yakupoğlu, Çev., 5. Baskı). Doğubatı Yayınları.
- Klein, M. (1946). Notes on some sohizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99–110. <https://doi.org/10.1080/21674086.1949.11925749>
- Köleoğlu, N. ve Çelik, Ş. (2024). Regresyon modeli kullanılarak aracı değişken analizi: tarım verilerinde uygulaması. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(5), 2232-2243. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/okaufbed/issue/75129/1045278>
- Lemma, A. (2003). *Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy*. Wiley-Blackwell.

- Leontiev, D. A. (2005). Three facets of meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43(6), 45–72. <https://doi.org/10.2753/RPO1061-0405430645>
- Liu, Q., Ho, K. Y., Lam, K. K. W., Lam, W. Y. Y., Cheng, E. H. L., Ching, S. S. Y., & Wong, F. K. Y. (2022). A descriptive and phenomenological exploration of the spiritual needs of Chinese children hospitalized with cancer. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), 13217. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013217>
- Lou, V. W. Q. (2022). Meaningful aging: A relational conceptualization, intervention and its impacts. *Social Sciences*, 11(10), 494. <https://doi.org/10.3390/socsci11100494>
- Mahdian, Z. & Ghaffari, M. (2016). The mediating role of psychological resilience, and social support on the relationship between spiritual well being and hope in cancer patients. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18(3), 130-8. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/311451156_The_mediating_role_of_psychological_resilience_and_social_support_on_the_relationship_between_spiritual_well-being_and_hope_in_cancer_patients
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 73(4), 985–1014. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00328.x>
- Maslow, A.H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Mathad, M. D., Rajesh, S. K., & Pradhan, B. (2017). Spiritual well-being and its relationship with mindfulness, self-compassion and satisfaction with life in baccalaureate nursing students: A correlation study. *Journal of religion and health*, 58(2), 554–565. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0395-3>
- May, R. (1997). *Kendini arayan insan* (A. Karpat, Çev.). Kuraldışı Yayıncılık.
- McWilliams, N. (2013). *Psikanalitik tanı* (3. bs., E. Kalem, Çev.). Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Mehel, F. (2019). *Anne babası boşanmış ve boşanmamış ergenlerin yaşamda anlam, öznel iyi oluş ve benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=bEo14NKRg_6q5Aycew2JXg&no=rhfNT_mcGCTPQE08dhsveA
- Myers, J. E., Sweeney, T. J., & Witmer, M. (2000). The wheel of wellness counseling for wellness: A holistic model for treatment planning. *Journal of Counseling and Development*, 78(3), 251–266. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2000.tb02562.x>

- Moberg, D. O. (1979). The development of social indicators for quality of life research. *Sociological Analysis*, 40(1), 11–26. <https://doi.org/10.2307/3711061>
- Morgan, C. T. (2011). *Psikolojiye giriş* (S. Karakaş & R. Eski, Çev.) (19. bs.). Eğitim Kitabevi.
- Musa, A. S., Pevalin, D. J., & Al Khalaileh, M. A. A. (2018). Spiritual well-being, depression, and stress among hemodialysis patients in Jordan. *Journal of Holistic Nursing*, 36(4), 354–365. <https://doi.org/10.1177/0898010117729271>
- Namlı, Ö. (2024). *Evli bireylerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile evlilik doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Nietzsche, F. (2000). *Deccal* (O. Aruoba, Çev.). Hil Yayınları.
- Noer, M. (2023). Spiritual well-being and mental health among students: Evidence from Indonesia. *SOTL in the South*, 7(2), 63–83. <https://doi.org/10.36615/sotls.v7i2.271>
- Nurkan, A. (2020). *Yetişkinlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile bağlanma stilleri ve olumlu sosyal davranış düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12436/2522>
- Özkan, A. R. (1998). Teosofi ve yeni çağ hareketi (Dinler tarihi araştırmaları-1 içinde). Ankara: Dinler Tarihi Derneği Yayınları/1.
- Özakıncı, C. (1998). *Dil ve din* (3). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Öztürk, D. (2015). *Türkiye’de Yeniçağ ruhaniliği ve pratikleri: Evren tasarımı, birey ve olumlama* (Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antropoloji/ Sosyal Antropoloji Bölümü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=GcVyP9PNqaJB8aa xp-Lwg&no=dVzQ8ElKf5Iiwu5AUFUbxA>
- Öztürk, N. (2023). *Yaşlı bireylerde manevi iyi oluşun aktif yaşlanma üzerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü). Balıkesir Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://dspace.balikesir.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12462/3232>
- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2011). Ruh sağlığı ve bozuklukları Cilt 2 (11). Ankara: Tuna Matbaacılık.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.

- Pargament, K. I. (2005). Acı ve tatlı: Dindarlığın bedelleri ve faydaları üzerine bir değerlendirme. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(1), 279–313. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/cuilah/issue/4168/54630>
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. New York: Guilford Press.
- Partridge, C. (2004). *The Re-Enchantment of the West: Alternative Spiritualities, Sacralization, Popular Culture and Occulture* (Vol. 1). London: T&T Clark.
- Pawlaczyk, M., Siembida, J., Balaj, K., & Rajewska-Rager, A. (2020). The assessment of stress level, anxiety, depressive symptoms, and defense mechanisms among Polish and English medical students. *Annals of General Psychiatry*, 19(29). <https://doi.org/10.1186/s12991-020-00274-7>
- Pehlivan, A. (2018). *Manevi bakım ve danışmanlığın imam-Hatip ortaokul öğrencilerinin ruh sağlığı ve manevi iyi oluşlarına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi, İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=ziYjOjCiXkXvjjJhD XL04A&no=CnOdhfi-O9onGPsopt0HA>
- Pellitteri, J. (2002). The relationship between emotional intelligence and ego defense mechanisms. *The Journal of Psychology*, 136(2), 182–194. <https://doi.org/10.1080/00223980209604149>
- Perrotta, G. (2020). Human mechanisms of psychological defense: Definitions, historical and psychodynamic contexts, classifications and clinical profiles. *International Journal of Neurorehabilitation*, 7(1). <https://doi.org/10.16966/2455-5460.000063>
- Pınarbaşı, G. (2021). New age uygulamalarının/inançlarının bir yansıması olarak astroloji ve Facebook'ta kullanımının betimsel analizi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(39), 126–174. <https://doi.org/10.26466/opus.834298>
- Piedmont, R. L. (2005). Spiritual transcendence as a predictor of psychosocial outcomes: A cross-cultural validation. In R. L. Piedmont & D. O. Moberg (Eds.), *Research in the social scientific study of religion* (Vol. 16, pp. 1–22). Brill. https://doi.org/10.1163/9789004398438_002
- Platon. (2005). *Sokrates'in savunması* (C. Çetinkaya, Çev.). Bordo Siyah Klasik Yayınlar.
- Possamai, A. (2005). *In Search of New Age Spiritualities*. Aldershot: Ashgate.
- Pourebrahim, T., & Rasouli, R. (2019). Meaning of life and psychological well-being during adult, older adult and oldest old. *Elderly Health Journal*, 5(1), 40–46. <https://doi.org/10.18502/ehj.v5i1.1198>

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Saçal, D. (2024). *Sosyal medya kullanımı ve beden algısının savunma mekanizmaları kapsamında incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). Bahçeşehir Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://openaccess.bahcesehir.edu.tr/handle/20.500.12415/10888>
- Sartre, J. P. (1985). *Varoluşçuluk* (8. bs., A. Bezirci, Çev.). Say Yayınları.
- Saylık, Ö. (2023). *Yetişkin bireylerde kendini sabotaj kavramının olumsuz değerlendirilme korkusu ve savunma mekanizmaları ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). İstanbul Gedik Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://openaccess.gedik.edu.tr/server/api/core/bitstreams/80fa2b51-c292-43fe-9454-bffe36130f27/content>
- Schopenhauer, A. (2010). *Hayatın anlamı* (3. bs., A. Aydoğan, Çev.). Say Yayınları.
- Sevgi, A. (2011). *Yeni dini akımların temel görüşleri ve islam* (Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=ROC_851yJTUmZzZKZ1F5fg&no=7gv5X8S9pmzOYicwD0YO9A
- Snarey, J. R., & Vaillant, G. E. (1985). How lower- and working-class youth become middle-class adults: The association between ego defense mechanisms and upward social mobility. *Society for Research in Child Development*, 56(49), 899–910. <https://doi.org/10.2307/1130047>
- Soldz, S., Budman, S., Demby, A., & Merry, J. (1995). The relation of defensive style to personality pathology and the big five personality factors. *Journal of Personality Disorders*, 9(4), 356–370. <https://doi.org/10.1521/pedi.1995.9.4.356>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Şirin, T. (2018). *Maneviyat Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. *Turkish Studies*, 13(18), 1283–1309. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.13996>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (6). Mustafa Baloğlu (çev.). Ankara: Nibel Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).
- Taşçı, F. ve Bilge, Y. (2021). Anlam arayışı ve psikopatoloji: varoluşsal öfke ve savunma mekanizmalarının psikolojik belirtilerle ilişkilerinin incelenmesi.

İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 10(2), 1561-1579. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/itsbd/issue/62843/951759>

Taşkent, A. (2010). *Alkol ve/veya madde bağımlıları ile bağımlılığı olmayan bireylerin savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması, çocukluk çağı travmaları, disosiyatif yaşantılar ve bağımlılık şiddetinin savunma mekanizmaları üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Maltepe Üniversitesi Açık Erişim Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/20.500.12415/10114>

Terzioğulları-Yılmaz, C. (2019). *Bireylerin yaşamda anlam düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin mesleklerine göre incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=OZhhkE9cWyTZObat168MyQ&no=CwCOR9o4KDWdRRI72b37XA&utm_source=chatgpt.com

Tolstoy, L. (1999). *Din nedir?* (M. Çiftkaya, Çev.). Furkan Yayınları.

Topaloğlu, D. (2022). *Yeni Çağ inanışlarına katılım motivasyonunun sosyolojik görünümü: İzmir örneği* (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Marmara Üniversitesi Açık Erişim Tez Deposu. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/11424/285174>

Topçuoğlu, V. (2003). Obsesif kompulsif bozuklukta psikanalitik görüşler. *Klinik Psikiyatri*, 6, 46-50. Erişim adresi: https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_6_1_46_50.pdf

Toprak, Y. (2018). *Maneviyat, yaşam amaçları ve iyi oluş arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=VASCZvP5q6O3--d9TF07Yw&no=nMY2-dgOvAZYdPYJ1XWlyg>

Tucker, J. (2002). New age religion and the cult of the self. *Society*, 39(2), 46-51. <https://doi.org/10.1007/BF02717528>

Tunç, B. (2020). *Manevi iyi oluşla aile doyumu arasındaki ilişkide aile desteği ve bütünlüğünün rolü* (Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=tpaXORX2VouMMDmnVxbifQ&no=8ifhAPiv1bHus7-DWki5-g&utm_source=chatgpt.com

Tunç, M. F. (2023). *Yetişkinlerde yaşam sevgisi ile genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide manevi iyi oluşun aracı rolü* (Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü). Marmara Üniversitesi Kurumsal Arşivi. Erişim adresi: <https://avesis.marmara.edu.tr/yonetilen-tez/dd163d28-d8dd-4404-b0df-50c36ad43d66/yasam-sevgisi-ve-genel-psikolojik-saglik-arasindaki-iliskide-manevi-iyi-olusun-araci-rolu>

- Türkdoğan, O (1999). Türk toplumunda yeni dini hareketler ve cemaatlaşma. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (Özel Sayı)*, 39/2, 65-90. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/auifd/issue/71763/1154826>
- Türkgeldi, E. (2019). Öğretmen adaylarının sahip olduğu değerler manevi iyi oluş ve sabır arasındaki yordayıcı ilişkiler (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Kurumsal Arşivi. Erişim adresi: <https://hdl.handle.net/20.500.12436/1316>
- Türk Dil Kurumu. (2022). *Türkçe sözlük*. <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim tarihi: 6 Ocak 2025)
- Ulu, M., & Osmanoğlu, C. (2023). İlahiyat fakültesi öğrencilerinde hayatın anlamı ve yeni çağ inançları üzerine bir araştırma. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, 60(1), 82–96. <https://doi.org/10.5152/ilted.2023.23423>
- Uluyürek, C. D. (2022). Yetişkinlerde kişilik özelliklerinin savunma mekanizmalarıyla ilişkisinde zihinselleştirmenin aracı rolü (Yüksek lisans tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). İstanbul Medipol Üniversitesi AVESIS Tez Arşivi. Erişim adresi: <https://tezara.org/theses/758639>
- Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 44–50. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.103.1.44>
- Vaillant, G. E. (2011). Involuntary coping mechanisms: A psychodynamic perspective. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 13(3), 366–370. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2011.13.2/gvaillant>
- Vural, D. L. (2020). Karanlık Üçlü kişilik özellikleri ile çocukluk çağı ruhsal travmaları arasında savunma mekanizmalarının aracı rolü. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 6(36), 1734–1743. <https://doi.org/10.31576/smryj.611>
- Waqas, A., Rehman, A., Malik, A., Muhammad, U., Khan, S., & Mahmood, N. (2015). Association of ego defense mechanisms with academic performance, anxiety and depression in medical students: A mixed methods study. *Cureus*, 7(9), 337. <https://doi.org/10.7759/cureus.337>
- West, A. E. (2018). Yetişkin bağlanma stillerinin savunma mekanizmaları ve yaşam doyumuyla ilişkilerinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi. Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=K4RnpIk6HJ0hCpSBDM-R0A&no=C8sw5Je8Z2_iAYim8wra_w
- Wong, P. T. P. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. *Development Of The Pmp*.

- Yalom, İ. (2001). *Varoluşçu psikoterapi* (3. bs., Z. İyidoğan Babayiğit, Çev.). Kabalcı Yayınları.
- Yavuz, B. (2019). *Öğretmen adaylarında psikolojik dayanıklılık ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişki: manevi iyi oluşun rolü* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Arşivi. Erişim adresi: https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12436/1204/Betul_Yavuz.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Yazgan, N. N. (2019). Yetişkinlerde savunma mekanizmalarının, bağlanma stilleri ve bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 5(14), 150-159. <https://doi.org/10.31589/JOSHAS.94>
- Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2016). *Kişilik kuramları (11)*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Yıldız, G. T. (2020). *Egonun savunma mekanizmaları ile bilinçli farkındalık ve mutluluk korkusu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü). Erişim adresi: <https://docs.neu.edu.tr/library/7116128732.pdf>
- Yılmaz, N., Gençöz, T. ve Ak, M. (2007). Savunma biçimleri testi'nin psikometrik özellikleri: güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244-253. Erişim adresi: <https://toad.halileksi.net/wp-content/uploads/2022/07/savunma-bicimleri-testi-toad.pdf>
- York, M. (2001). New Age Spirituality: An overview. *Studies in Religion/Sciences Religieuses*, 30(3-4), 345-362. <https://doi.org/10.1177/000842980103000303>
- Yüksel, Z. (2020). Gençliğin anlam arayışında din eğitiminin katkısının incelenmesi. *ÇAKÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 376-395. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/jiss/issue/54441/706886>
- Zorlu, H. (2021). *40-60 yaş arası kadınların yaşamda anlam arayışı* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Açık Erişim Arşivi. Erişim adresi: <https://openaccess.izu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12436/4524/724785.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

EKLER

Ek 1. Etik Kurul Kararı



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURUL KARARLARI

KARAR TARİHİ	TOPLANTI SAYISI	KARAR SAYISI
29.03.2024	3	2024-230

KARAR NO: 2024-230
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Rumeysa ÇELİK'in Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK danışmanlığında "Yetişkin Bireylerde Savunma Mekanizmaları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkide Anlam Arayışı ve Manevi İyi Oluşun Aracı Rolü" isimli yüksek lisans tezine ilişkin anket ve ölçek çalışmasını içeren 46392 sayılı dilekçesi okunarak görüşüldü.

Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü öğrencisi Rumeysa ÇELİK'in Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK danışmanlığında "Yetişkin Bireylerde Savunma Mekanizmaları ile Yeni Çağ İnanışları Arasındaki İlişkide Anlam Arayışı ve Manevi İyi Oluşun Aracı Rolü" isimli yüksek lisans tezine ilişkin anket ve ölçek çalışmasının kabulüne oy birliği ile karar verildi.

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyet: ☐ Kadın
☐ Erkek

Yaş: ☐ 18-34 yaş
☐ 35-64 yaş
☐ 65+ yaş

Eğitim Düzeyi: ☐ Okur Yazar Değil
☐ İlkokul
☐ Ortaokul
☐ Lise
☐ Ön Lisans
☐ Lisans
☐ Lisansüstü

Ekonomik Durum: ☐ Düşük
☐ Orta
☐ Yüksek

Ek 3. Savunma Biçimleri Testi (SBT-40)

SAVUNMA BİÇİMLERİ TESTİ

Yönerge: Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyun ve sizi en iyi tanımlayan şıkkı işaretleyin.

1. Başkalarına yardım etmek hoşuma gider, yardım etmem engellenirse üzülürüm.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

2. Bir sorunun olduğunda, onunla uğraşacak vaktim olana kadar o sorunu düşünmemeyi becerebilirim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

3. Endişemin üstesinden gelmek için yapıcı ve yaratıcı şeylerle uğraşırım (resim, el işi, ağaç oyma)

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

4. Arada bir bu gün yapmam gereken işleri yarına bırakırım.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

5. Kendime çok kolay gülerim.

Bana hiç uygun değil 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Bana çok uygun

Ek 4. Yeni Çağ İnanışları Ölçeği (YÇİÖ)

YENİ ÇAĞ İNANIŞLARI ÖLÇEĞİ

YÖNERGE: Lütfen aşağıda ifade edilen yargı seçeneklerine katılım düzeylerinden sizin için <u>en uygun</u> olan seçeneği, alttaki kutucuğa (X) işareti koyarak belirtiniz		1. Kesinlikle Katılmıyorum	2. Katılmıyorum	3. Kararsızım	4. Katılıyorum	5. Kesinlikle Katılıyorum
1	Çeşitli fal teknikleri kullanılarak gelecek tahmin edilebilir.					
2	Bazı insanlar zihin gücüyle objeleri hareket ettirebilir.					
3	Yaşayan insanların, çeşitli yöntemleri kullanarak ruhlarla ilişki kurması ve onlardan rehberlik alması mümkündür.					
4	Kristaller veya kristal yapılı maddeler iyileştirici enerjilere sahiptir					
5	Kara kediler, kötü şans ve uğursuzluk getirir.					

Ek 5. Yaşamda Anlam Ölçeği (YAÖ)

YAŞAMDA ANLAM ÖLÇEĞİ

Lütfen sadece bir anlığına yaşamınızı anlamlı kılanın ne olduğunu düşünün ve aşağıdaki ifadelere mümkün olduğunca sizi yansıtan yanıtlar vermeye çalışın. Unutmayın ki, bu ifadeler kişiye özgüdür ve doğru ya da yanlış yanıtları yoktur. Her bir ifadenin sizin için ne kadar geçerli olduğunu işaretleyiniz.		1 Kesinlikle Doğru Değil	2 Çoğunlukla Doğru Değil	3 Kısmen Doğru Değil	4 Ne Doğru Ne Yanlış	5 Kısmen Doğru	6 Çoğunlukla Doğru	7 Kesinlikle Doğru
1	Yaşamımın anlamının farkındayım.							
2	Yaşamımın anlamlı olduğunu bana hissettirecek bir şeyler arıyorum.							
3	Daima yaşamımın amacını arıyorum.							
4	Yaşamımın gayet belirgin bir amacı var.							
5	Yaşamımı nelerin anlamlı kıldığını iyi biliyorum.							

Ek 6. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (SİÖÖ)

SPIRİTÜEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz. Numaraların anlamları:						
(1)	Bana Hiç Uygun Değil					
(2)	Bana Uygun Değil					
(3)	Bana Biraz Uygun					
(4)	Bana Oldukça Uygun					
(5)	Bana Tamamen Uygun					
Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.						
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.					

ÖZ GEÇMİŞ

Rumeysa ÇELİK, Gümüşhane/Kelkit Anadolu Lisesi’ni bitirdikten sonra Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünden 28.05.2018 tarihinde mezun oldu. 2022 yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans programına girdi. Mezuniyetinden bu yana Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı bünyesindepsikolojik danışman olarak görev yapmaktadır.

İletişim Bilgileri

ORCID ID : <https://orcid.org/0009-0003-8087-2609>

Yayınlar:

1. Çelik, R. ve Balcı-Çelik, S. (2024). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımının Karanlık Üçlü Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. 19 Mayıs Sosyal Bilimler Dergisi, 5(2), 154-162. <https://doi.org/10.52835/19maysbd.1480121>