

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

DİNDARLIK, MANEVİYAT VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zeynep BULUT

İstanbul

Şubat-2024

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

DİNDARLIK, MANEVİYAT VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zeynep BULUT

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

İstanbul
Şubat-2024

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Müdürlüğüne,

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

Danışman

Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

Üye

Doç. Dr. Esra Türk

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe KAYA GÖKTEPE

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

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

Zeynep BULUT

ÖN SÖZ

İnsanları keşfetmeyi, tanımayı, dinlemeyi, gözlemlemeyi ve davranışlarını çözümlemeyi, yani psikolojiyi hep çok sevdim. Muhafazakâr hayat yaşayan inançlı birinin ruhsal anlamda nasıl hissettiğini anlayabilmek için de dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş kavramlarını bir araya getirerek buradan ilişkisel anlamda nasıl bir sonuç elde edilebilir merakıyla bu çalışmayı yapmaya karar verdim. Dolayısıyla bu çalışma, bu üç önemli kavramın birbirleriyle olan bağlantılarının kuvvetini ölçmeyi hedeflemiş ve aralarındaki önemli ilişkiyi daha iyi anlayabilmek için yapılmıştır.

Bu çalışmanın benzer çalışmalar yapmak isteyen ve konuya ilgi duyan herkese bilimsel katkı sunmasını umuyorum.

Araştırmamda bana rehberlik eden değerli tez danışmanım Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ' a jüri üyesi Doç. Dr. Esra TÜRK' e, jüri üyesi Dr. Öğr. Üyesi Ayşe KAYA GÖKTEPE' ye, aileme ve bana destek olan arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım.

Saygılarımla.

Zeynep BULUT
İstanbul-2024

ÖZET
DİNDARLIK, MANEVİYAT VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Zeynep BULUT

Yüksek Lisans, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

Şubat, 2024- 81 Sayfa

Bu çalışmanın temel hedefi dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştırmak ve bu değişkenlerin demografik faktörlere bağlı olarak değişimini belirlemektir. Araştırma, amacına uygun olarak nicel araştırma modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma, kartopu örnekleme yöntemiyle 2023 yılında İstanbul’da yaşayan 18 ile 60 yaşta 123 erkek ve 279 kadın olmak üzere toplam 402 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, dindarlık düzeylerini ölçmek için Kısa Dindarlık Ölçeği (Ayten ve Uysal, 2009), maneviyat seviyelerini değerlendirmek için Maneviyat Ölçeği (Şirin, 2018) ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeğinin (İmamoğlu, 2004) kısa formu kullanılmıştır.

Bu araştırma; veri analizi olarak kullanılan SPSS 27 ile gerçekleştirilmiş; Korrelasyon ve Regresyon analizleri uygulanmış; demografik değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre dindarlık ve maneviyat arasında ($r=.32$, $p<.05$) pozitif yönlü, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında ($r=.41$, $p<.05$) pozitif yönlü, dindarlık ve psikolojik iyi oluş arasında ($r=.31$, $p<.05$) pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, dindarlık ve maneviyatın psikolojik iyi oluş düzeyini pozitif yönde etkilediğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Din, Dindarlık, Maneviyat, Psikolojik İyi Oluş

ABSTRACT
**EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOSITY,
SPIRITUALITY AND PSYCHOLOGICAL WELLBEING**

Zeynep BULUT

Master, Spiritual Counseling and Guidance

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

February, 2024- 81 Pages

The main objective of this study is to analyze the relationship between religiosity, spirituality and psychological well-being and to determine the change of these variables depending on demographic factors. The research was conducted using the relational survey model, one of the quantitative research models, in accordance with its purpose. The research consists of a total of 402 adult individuals, 123 males and 279 females, aged 18 to 60, living in Istanbul in 2023, using snowball sampling method. In the study, Personal Information Form was used to determine the demographic characteristics of the participants, Brief Religiosity Scale (Ayten & Uysal, 2009) was used to measure their level of religiosity, Spirituality Scale (Şirin, 2018) and the short form of Psychological Well-Being Scale (İmamoğlu, 2004) were used to assess their level of spirituality.

This research was conducted with SPSS 27, which was used for data analysis; Correlation and Regression analyses were applied; t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to examine the relationships between demographic variables.

According to the results of the study, significant positive relationships were found between religiosity and spirituality ($r=.32$, $p<.05$), between spirituality and psychological well-being ($r=.41$, $p<.05$), and between religiosity and psychological well-being ($r=.31$, $p<.05$). The findings show that religiosity and spirituality positively affect the level of psychological well-being.

Keywords: Religion, Religiosity, Spirituality, Psychological Well-Being.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR LİSTESİ	x
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Problemi	1
1.3. Araştırmanın Amacı	2
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Varsayımlar.....	4
1.6. Sınırlılıklar.....	4
1.7. Tanımlar.....	4
İKİNCİ BÖLÜM	5
KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR.....	5
2.1. Din ve Dindarlık.....	5
2.1.1. Dinin Tanımı	6
2.1.2. Dindarlığın Tanımı	6
2.1.3. Dindarlığın Boyutları	8
2.1.3.1. İnanç Boyutu.....	9
2.1.3.2. İbadet Boyutu.....	9
2.1.3.3. Tecrübe Boyutu.....	9

2.1.3.4.	Bilgi Boyutu.....	10
2.1.3.5.	Etki Boyutu.....	11
2.1.4.	Dindarlık Tipleri.....	11
2.2.	Maneviyat.....	12
2.2.1.	Maneviyat ve Din.....	14
2.2.2.	Maneviyat, Din ve Dindarlık.....	16
2.3.	Psikolojik İyi Oluş.....	17
2.4.	Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi.....	18
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM		24
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....		24
3.1.	Araştırmanın Modeli	24
3.2.	Araştırma Grubu.....	24
3.3.	Veri Toplama Araçları.....	25
3.3.1.	Kişisel Bilgi Formu.....	25
3.3.2.	Kısa Dindarlık Ölçeği	26
3.3.3.	Maneviyat Ölçeği	26
3.3.4.	Psikolojik İyi Oluş Ölçeği.....	27
3.4.	Verilerin Toplanması ve Analizi	28
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM		30
ARAŞTIRMA BULGULARI		30
4.1.	Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği ve Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri	30
4.2.	Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Analizi Bulguları.....	31
4.3.	Korrelasyon Analizi.....	39
4.4.	Regresyon Analizi	42
BEŞİNCİ BÖLÜM		44
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....		44

5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma.....	44
5.1.1. Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluşlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Tartışma	44
5.1.1.1. Cinsiyete Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş.....	44
5.1.1.2. Medeni Duruma Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş .	45
5.1.1.3. Gelir Durumuna Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş .	46
5.1.1.4. Eğitim Durumuna Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş... ..	47
5.1.1.5. Yaşa Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş	48
5.1.2.Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri Arasındaki İlişki	49
5.2. Sonuç ve Öneriler	53
KAYNAKÇA.....	55
EKLER.....	61
ÖZGEÇMİŞ.....	68

TABLÖLAR LİSTESİ

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri.....	25
Tablo 3.2: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının ve Cronbach Alpha Değerlerinin İncelenmesi	29

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 4.1: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri.....	30
Tablo 4.2: Cinsiyete Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	31
Tablo 4.3: Medeni Duruma Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	33
Tablo 4.4: Gelir Durumuna Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	34
Tablo 4.5: Eğitim Durumuna Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	35
Tablo 4.6: Yaşa Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması	36
Tablo 4.7: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişki.....	39
Tablo 4. 8: Maneviyat Düzeyinin ve Dindarlığın Psikolojik İyi Olmayı Yordamasına İlişkin Bulgular	43

KISALTMALAR LİSTESİ

Çev	: Çeviren
Max.	: Maksimum
Ort.	: Ortalama
s.	: Sayfa
SPSS	: Statistic Program for Social Seciencies
SS	: Standart Sapma
TDK	: Türk Dil Kurumu
vb	: Ve benzeri
Yay	: Yayınları

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde; araştırmanın problem durumuna, amacına, önemine, sınırlılıklarına ve araştırmada kullanılan kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

İnsan ve insanın psikolojik doğası, zihinsel süreçlerini anlamlandırma amacıyla belli başlı bazı yaklaşımları da içine alarak sürekli bir gelişim içerisinde olmuştur. Din de psikolojik olarak kişinin kendi varlığı ile ilişki kurabilmesi anlamına gelmektedir (May, 2019: 199). Kendi varlığını tanıyan birey, edindiği bilgilerle hayata farklı pencerelerden bakma fırsatı bulabilmektedir. Dinin buradaki işlevselliği, bireyin hayatını kolaylaştırmasına yardımcı olurken pratikliği ile de iç dünyasına, yaşam görüşüne ve duygusal zenginliğine kapı aralayabilmektedir. Dindarlık, kişinin değerleri, inançları ve ibadetleri yoluyla manevi boyutta bir tatmin elde etme yolunu işaret eder. Maneviyat, bir kişinin derin ve manevi bilişsel faaliyetlerini, ruhsal bağlantıları ve anlam arayışını ifade ederken (Bedri, 2012: 21) psikolojik iyi oluş ise bireyin olumlu beklentilere sahip olması, yaşam doyumu, özsaygı, duygusal denge ve pozitif olma durumunu ifade etmektedir (Eryılmaz, 2016: 189). Bu üç kavram, insanın yaşam tatmini, genel refahı ve ruhsal gelişimi üzerinde bir etkiye sahip olduğu bilinen, derinlemesine anlaşılması gereken önemli konulardır. Bu çalışma, dindarlık ve maneviyyatın psikolojik iyi oluş ile olan ilişkilerini incelerken birbirini nasıl şekillendirdiğini görmeyi amaçlamaktadır.

1.2. Araştırmanın Problemi

20. yüzyılın başlarında Avrupa'daki bilim insanları, düşünürler ve ileri gelen temsilciler, ruhu maddesel kökenlerden ve maddenin kendisinden tamamen bağımsız bir biçimde ele almışlardır (Jung, 2001: 19). Bununla birlikte ruhsal gerçeklik, inanan ve inanmayan insan bilincini tanıma yolunda gelişme göstermiş, dinlerde, felsefede ve mitolojide dile getirilmiştir (Jung, 2001: 35).

Paden'e göre din, inananların aktif bir inanç görüşüdür ve onların dünya algılarını şekillendirmektedir. Din, bireyin sadece dünya görüşünü ifade etmekle yetinmez aynı zamanda bu görüşü eyleme dönüştürür ve davranış standartlarını belirler (Kurt, 2009:

19). Öyleyse maneviyatı yüksek insanlarda olduğu gibi günlük yaşamda benimsenen olumlu davranışlar (anlayış, hoşgörü, merhamet, sempati ve neşe gibi faktörler) kişinin psikolojisini pozitif yönde etkileyen unsurlardır (Kurt, 2009: 55). Bununla beraber insanlar, dini ritüellerin ve dini hissiyatların etkisinden derin izler taşımaktadır (Carrel, 2019: 107).

Dine bu perspektiften bakıldığında, kişilerin yaşadıkları olaylar, bu olaylara verdiği tepkiler, tutumlar ve tavırlar, dini inancının çerçevesinde davranışlarını etkilemektedir. Dolayısıyla inanılan din ve bu inancın getirdiği bazı tutumlar, bireylerin yaşantılarında kendini göstermektedir. Nitekim dindarlık, toplumsal bir olgu olarak ele alınsa da etkileri yönüyle inancı hissetme ve hayata geçirme açısından öznedir (Doğan, 2014: 12). Buradan hareketle dindarlık olgusunun kişinin yaşamsal deneyimlerini doğrudan etkilediği söylenebilir.

İslami açıdan maneviyat, nesnel olanın değil daha çok akıl ile bilinenlere ve kalp ile de hissedilenlere ait bir kavram olarak ele alınmaktadır. Dolayısıyla maneviyat; dinden bağımsız olarak değerlendirilen bir kavram değil, din ile bağlantılı bir kavram olarak incelenir (Yaman, 2020: 65). Bu bakımdan insanın; dini, ruhi, akli ve manevi olgunluğu söz konusudur. Bireyin özünü ve hakikatini anlaması açısından, özel bir tavra ve felsefeye sahip olması gerektiği düşünülmektedir (Afifi, 2018: 13).

Bu bilgiler ışığında din, dindarlık ve maneviyatın, bireyin üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Dolayısıyla yetişkinlerde dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi olma düzeyleri ile ilgili bir ilişki olabileceği düşünülebilir. Sonuç itibarıyla araştırmanın temel problemi şudur ki; dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın öncelikli amacı, dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu hedef doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır:

1. Katılımcıların dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluşları hangi düzeydedir?
2. Bireylerde Dindarlık Ölçeği puanları demografik karakteristiklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?

3. Bireylerde Maneviyat Ölçeği puanları demografik karakteristiklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Bireylerde Psikolojik İyi Oluş Ölçeği puanları demografik karakteristiklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Bireylerde Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluşları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Dindarlık ve maneviyat, bireydeki psikolojik iyi oluş düzeyini yordamakta mıdır?

1.4. Araştırmanın Önemi

Maneviyat; bir insanın bu dünya yaşamında gördüğü, tattığı ve hissettiği deneyimlerine verdiği derin anlamları içermektedir. Kişi; ibadet, inanç, bilgi ve bunlardan aldığı hissiyatla maneviyatını besler. Aşkın bir varlığa sığınan bireylerin ruh sağlığı, hayata bakış açısı ve olayları yorumlama biçimi farklılık arz edebilir. Bu farklılığa dikkat çekmek açısından yapılan bu çalışma; dindarlık ve maneviyat kavramlarını ayrı ayrı ele alarak her birinin bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki ilişkisinin bilinmesi ve vurgulanması gerektiği düşüncesiyle ele alınmıştır.

Literatürde dindarlık (Büyükcavcıoğlu, 2023; Karaca, 2023; Aydın, 2023), maneviyat (İşbilen, 2022; Mutluer, 2006; Kızılırmak, 2015), psikolojik iyi oluş (Varan, 2022; Aycan, 2022; Ekinci, 2021), dindarlık ve maneviyat (Özen, 2023; Başak, 2022; Demiröz, 2021), dindarlık ve psikolojik iyi oluş (Tura, 2019; Vural, 2016), maneviyat ve psikolojik iyi oluş (Akbolat, 2022; Sarı, 2022; Kalaycı, 2019; Toprak, 2018), araştırmaları yapılmıştır. Görüldüğü gibi literatürde maneviyatın, dindarlığın, psikolojik iyi oluşun ayrı ayrı şekillerde ve farklı alanlarda birçok değişkenle ilişkisi incelenmiştir.

Bu araştırma; kendi sınırlılıkları içerisinde dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki hususunda ileride yapılması muhtemel çalışmalara katkıda bulunmayı da hedeflemektedir. Maneviyat, dindarlık ve psikolojik iyi oluş ilişkilerinin bir arada incelenmesi; çoklu disiplinler arası yaklaşım, kuramsal ve uygulamalı katkılar, toplumsal ve bireysel yararlar ile metodolojik yenilikleri beraberinde getirerek bilime katkı sağlayabilir. Bu çalışma, literatürdeki boşlukları doldurabilir, yeni bakış açıları ve anlayışlar geliştirebilir, toplumsal ve bireysel refahın artırılmasına katkıda bulunabilir ve diğer araştırmacıları yeni metodolojik yaklaşımlarla çalışmalarını zenginleştirmeye teşvik edebilir.

1.5. Varsayımlar

Araştırmaya katılan bütün gönüllü yetişkinlerin araştırma için kullanılan ölçme ve veri toplama araçlarındaki sorulara samimi ve dürüstçe yanıt verdikleri varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

- Araştırma, 402 katılımcının bir araya gelmesiyle oluşan örneklemle sınırlıdır.
- Araştırma 18 yaş ve üzerindeki yetişkinlerle sınırlı tutulmuştur.

1.7. Tanımlar

Dindarlık: Dindarlık, bireyin hayatına nüfus eden dinin, emir ve yasaklarını içselleştirmesiyle günlük hayatında bazı davranışlarını şekillendirmesine vesile olan bir kulluk göstergesidir (Kurt, 2009).

Maneviyat: Maddi olmayan, manevi şeyler, karşılaşılan zorluk ve tehlikelere karşı ahlaki ve inanç gibi değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü gibi anlamlara gelen bir kavramdır (TDK, 2023). Maneviyat; dini yaşantıları ve inançları içeren, aşkın olana ve kutsal olana bağlılığı ifade eden bireyin ruhsal sağlığını destekleyen bir kavramdır (Şirin, 2018).

Psikolojik İyi Oluş: Bireyin mental açıdan kendisini nasıl tanımladığıyla ilgilenen psikolojik iyi oluş; öznel olma, sosyal olumlu ilişkileri barındırma, yaşam amacı ve özdeğer sahibi olma gibi unsurları içeren bir kavramdır (Gültekin, 2023).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE LİTERATÜR

Bu bölümde araştırmaya konu olan din ve dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş kavramlarına ilişkin literatüre yer verilmiştir.

2.1. Din ve Dindarlık

İnsan, doğası gereği anlam arayışı içindedir ve bu arayışı çözme güdüsüyle dini kavramlarla etkileşim halindedir. Devlet siyasetinde dine yer verilmediği dönemlerde bile dini inanç ve ibadet izleri görülmektedir (Gürses, 2010: 23). Sokrates’e göre dinin devlet siyaseti ile uyumluluk göstermesi, sosyal hayatta da var olmasını sağlamaktadır (Ataman, 2014: 15). Bu bilgiler ışığında tarih boyunca geçmişte de insanların din ile daima bir bağ içinde olduğu söylenebilir. Her toplulukta dinin özel bir alan edindiği görülmektedir. Bu açıdan ele alındığında dini inanç gereksiniminin bireyin dünyasında her zaman var olduğu ve var olmaya da devam edeceği düşünülmektedir (Berger, 2015: 51).

Din, bireyin kişisel kimliğine önemli şekilde etki eden bir olgu olarak da öne çıkar. “İnsanları dini açıdan olumlu ya da olumsuz etiketlendirmenin, onların dini kimliklerinin oluşumunda etkili olduğu güçlü bir argümandır. Dindar, ateist, dinsiz vb. türden etiketlerle yaftalanma durumlarında, gençlerin ve özellikle de çocukların bu söylemler doğrultusunda eğilim ve tavır sergileyecekleri açıktır” (Kurt, 2012: 139). Bu bakış açısından hareketle; dinin insan zihnindeki algılanış biçimi, tinsel deneyimleri ve bütün tutumları etkilemesi açısından değerlendirildiğinde kimlik oluşumunda da etkin bir rolünün olduğu kabul edilir (Hökelekli, 2013: 17).

Manevi bağlantının bir yansıması olan dindarlık (Onay, 2004: 17) ve din kavramları, farklı bakış açılarıyla ele alınmış ve çeşitli tanımlarla açıklanmıştır (Arslan, 2010: 265). Bu nedenle din ve dindarlık kavramlarıyla ilgili birçok tanımın varlığından söz etmek mümkündür.

2.1.1. Dinin Tanımı

Dinin ilahiyatçılar, filozoflar ve sosyal bilimciler tarafından yapılan, yani farklı perspektiflerden ortaya konan pek çok tanımı vardır. Dinin çok yönlü ve karmaşık niteliği, tam olarak tanımlanmasını zorlaştırmaktadır (Hökelekli, 2013: 69). Dolayısıyla akademik olarak değerlendirildiğinde din kavramının çok çeşitli tanımının olması, dinin farklı bakış açılarıyla ele alındığını ve ortak bir tanım yapmanın zor olduğunu göstermektedir (Yapıcı, 2021: 7).

Semantik tanımda din, Arapça bir sözcük olup kelime anlamıyla; “gelenek, örf, ceza, ödül, borç vb.” şeklinde nitelenir. Batı lisanında din kavramı “religion” sözcüğüyle ifade edilip “religare” ve “religere” köklerinden gelir. Bu kullanımı ile de yaratıcıya duyulan saygı ve korkuyla kendini ibadete adanmayı, ayinlere ve törenlere katılmayı içeren anlamları karşılar (Ulu, 2013: 15). Bu yönü ile din, hem “karşılık verme” hem de “teslim olma” anlamına gelmektedir (Arabi, 2019: 93).

Dinin özüne bakıldığında kurallar içeren ve yaşanması gereken hayat biçimini yorumlayan bir yapı olduğu görülür. Aynı zamanda “duygusal bir destek”, “gerçek bir tapınma”, “bir yaşam tarzı” ve “günahkâr bir dünyadan kurtulma” olarak ifade edilmektedir (Paden, 2008: 17). Durkheim tarafından yapılan tanımda dinin insanları bir araya getiren pratikler manzumesi olduğuna, kutsalla ilgili şeyleri ve inançları içerisinde barındırdığına ve özellikle işlevselliğine vurgu yapılmıştır (Bird, 2015: 23).

Farsçada din kavramının Daena teriminden meydana geldiği ve Daena’nın sözcük anlamının din ve inanç sistemini benimsemek olduğu belirtilir (Günay, 2014: 213).

Türk Dil Kurumunda din, “Tanrıya, doğaüstü güçlere, çeşitli kutsal varlıklara inanmayı ve tapınmayı sistemleştiren toplumsal bir kurum, diyanet” olmak üzere tanımlanır (TDK, 2023).

2.1.2. Dindarlığın Tanımı

Dindarlık kavramı antropoloji, sosyoloji, felsefe ve psikoloji gibi farklı alanlarda ele alınmış, her bilim insanı bu kavramı kendi bakış açısıyla tanımlamıştır. Dolayısıyla dindarlık, tıpkı dinin tanımında olduğu gibi tek bir bakış açısıyla yorumlanmamış, disiplinler arası farklı tanımlarla ele alınmıştır (Sönmez, 2016: 561).

Dindarlık, bireyin iman esasına göre ortaya koyduğu dini yaşantı, deneyim, dini tutum gibi dindarca hayatı yaşamayı anlatan (Okumuş, 2005: 38) ve dini yaşantısının bireyin

günlük hayatına nüfuz etmesi, dini içselleştirmesiyle davranışlarını da kontrol edebildiği bir kulluk göstergesidir (Kurt, 2009: 2). Dindarlık, bir bireyin kendine has dini niteliklerinin tümünü kapsayacak şekilde tanımlanabilen dini irade ve dini duygudan oluşan bir kişilik tipidir (Kımtır, 2008: 93). Bununla birlikte dindarlığın bireysel bir yönü olduğu gibi aynı zamanda toplumsal bir yönünün olmasıyla da sosyal bir olgudur (Onay, 2004: 197).

James, dindarlığı “iyimser olma” ve “kötümser olma” üzere iki grupta ele alır. Buna göre dindarlık kişilerin mizaçları ile bağlantılıdır. Fromm’a göre dindarlık, otoriter dindarlık (otoriteye her anlamda bağlı olan ve kendini ona adayan), hümaniter dindarlık (bireyin sevgi ve akılla kendini gerçekleştirmesi) olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Sönmez, 2016: 562). Jung, Frankl, Maslow ve James gibi psikologlar, dinin ruha iyi gelmesi adına olumlu bir yanının olduğunu belirtirken Freud, dine ve dindarlığa hastalık olarak bakmış, bu durumu hastalıklı ruh hali olarak belirtmiştir (Sönmez, 2016: 563).

Bilgin’e göre dindarlık, inandığı dinin yasaklarına ve emirlerine hakikatle bağlanan, dinin gereklerini özümseyen ve buna uygun davranış ve tutum geliştiren bir duruşa sahip olmaktır (Bilgin, 2014: 76). Bu anlamda dindarlık, kabullenilen, içselleştirilen herhangi bir inancı davranış ve tutumlara yansıtma düzeyini ifade etmektedir (İnce, 2018: 47).

Vergote tarafından ifade edilen dindarlık, Allah’ı mevcudiyetin başlangıcı olarak görme, ona inanma, davranış ve tutumlarını bu yönde şekillendirmektir. Onay’a göre; ruhen ve kalben yüce varlığı hissetmedir (Büyükavcıoğlu, 2023: 12). Argyle’a göre ise dindarlık dört farklı çeşide ayrılır. Bunlar; liberal, tutucu, sekt ve protestanlıktır. Böylece dindarlığın farklı yönlerinin, toplumsal durumlara ve davranışlara göre uygun olup olmadığını belirlemeye çalışmaktadır (Köktaş, 1993).

Pargament dindarlığı, “Bir birey hayatında kutsal bir amacı arayıp bulduğunda veya kutsalla ilişkilendirilmiş bir yola girdiğinde, o kişiyi dindar olarak adlandırırız.” şeklinde ifade etmiştir. Pargament burada, bireyin yaşamında kutsal olarak gördüğü herhangi bir amacı veya bağı dindarlık olarak tanımlamıştır (Demiröz, 2021: 24). Cüceloğlu ise dindarlığı, samimi dindarlar ve ‘mış’ gibi dindarlar olmak üzere ikiye ayırmaktadır (Kımtır, 2008: 97).

Allport, dindarlık kavramı için “sentiment” kavramını kullanmıştır. Sentiment; his, seziş, duygu, hassasiyet anlamlarına gelmektedir. Ona göre bu kavram, soyut ve somut değerlerle ilgili olabildiği gibi olumlu veya olumsuz duygularla ilgili de olabilir. Allporta göre dindarlık, kişinin özel yaşamında ehemmiyet gösterdiği olgulara ve sosyal normlardaki temel ilkelere verdiği tepkilerin bir sonucu olarak gelişen tecrübelerden meydana gelmektedir (Kayıklık, 2003: 122).

Johnson, Krsiteller ve Sheets gibi isimler dindarlığı kurumsal olan dine bireysel olarak bağlanma şeklinde ifade ederken Roff; dindarlığı, bireylerin yaratıcıya ilişkin davranışlarının ve inançlarının kurumsal olması ve kurumsal olmaması şeklinde ifade eder. Bu da dindarlığın, yerine göre kurumsal çerçeveye sadık kalınarak yaşanabileceği gibi kişiye özel bir şekilde de hayata geçirilebileceği anlamına gelmektedir (Yapıcı, 2011: 34).

2.1.3. Dindarlığın Boyutları

Psikoloji alanında yapılan önceki çalışmalarda dindarlık genellikle tek bir bakış açısıyla ele alınarak değerlendirilmiştir (Horozcu, 2017: 177). Daha sonraki yıllarda insan yaşamının üzerindeki etkileri baz alınarak daha kapsamlı şekilde ele alınmıştır (Yapıcı, 2021: 25).

İnsanların dini yorumlamaları ve yorumladıkları dini yaşama geçirmeleri farklılık göstermektedir. Bu nedenle tıpkı din kavramı gibi dindarlık kavramı da farklı şekillerde yorumlanmıştır (Kızılgeçit, 2011: 86). “Allah’a inanan insanlar ve inanmayanlar”, “dindar olan insanlar ve dindar olmayan insanlar” olmak üzere kategorik bir yaklaşımın varlığı görülmektedir (Vural, 2016: 27). Dindarlığın boyutları farklı alanlarda çalışan kişiler tarafından farklı disiplinlere göre ele alınmıştır. Örnek olarak Glock ve Stark psikolojik açıdan ele alırken Smart ise dini olgulara vurgu yapmaktadır (Kayıklık, 2006: 595).

Glock ve Stark, dindarlığın çok boyutluluğuna değinerek sonraki çalışmalara öncü olmuşlardır (Peker, 2012: 42). Glock ve Stark, öncelikle dinin tanımını yaparak dindarlığın kapsamlı bir şekilde araştırılmasını vurgulamışlar (Köse ve Ayten, 2014: 112), bu kapsamlı çalışma sonucunda da dindarlığın beş farklı boyutunu ele almışlardır.

2.1.3.1. İnanç Boyutu

Allah inancı, dini inancın özünü oluşturmaktadır. Bunun en temel noktası ise tasdik ve kabuldür. Yani inançlı bir bireyin, dinin esaslarını tasdik etmesi ve doğruluğuna inanmasıdır (Arslan, 2011: 41). Kişinin yaratıcıyla kurmuş olduğu bağ, dine ait olan kuralları bilmesiyle ve benimsemesiyle başlar (Mehmedoğlu, 2004: 28). Dolayısıyla inanç boyutu, imanın anlamının bilinmesi ve insan hayatındaki yerinin incelenmesi ile ilgilidir (Köktaş, 1993: 53).

Bütün dinler, özünde belirli inançları barındırmaktadır. Bu dini inanç, bireylerin dini kimliğinin oluşmasında belirleyicidir. Dolayısıyla bu öğretiler bir kaynak oluşturur. İnanç boyutu, bireyin hayata bakışına bir temel oluşturmasıyla ve işlevselliğiyle üzerinde durulması gereken bir konudur (Hökelekli, 2013: 52).

2.1.3.2. İbadet Boyutu

İbadet boyutu, dindar bireylerin dini pratiklerini içermektedir. Dindarlığın önemli bir yansıması olan bu uygulama çok çeşitlilik gösterir. Bireyin aidiyet duyduğu din, bulunduğu kültür, dini gelenekler, örf ve adetler, bu çeşitliliğin temel nedenlerindendir (Glock, 1998: 254). Bir dinin mensubu olan, inancını özümseyen ve dindar olarak tanımlanan bireyin, uyması gereken bazı görevleri ve ödevleri vardır (Hökelekli, 2013: 53). Dolayısıyla namaz, oruç, zikir ve dua gibi ibadetler, dindarlık pratiği içerisinde önemli bir yer tutmaktadır (Kayıklık, 2006: 495). Bu pratiklerin dini kurallara uygun olarak ne kadar yerine getirildiği de dindarlık düzeyini göstermektedir (Vural, 2016: 29).

İbadet boyutunda en önemli olan, insanların dini pratikleridir. Her dinin kendine özgü kuralları vardır ve bu dine inanan insanların bunlara uyması beklenir. İbadetlerin uygulanmasıyla sağlamlaşan dini inanç, bireyde kuvvetli bir manevi bağ oluşturmaktadır (Turan, 2017: 117).

2.1.3.3. Tecrübe Boyutu

Bir dine mensup olan birey, yaratıcıya doğrudan bağlıdır ve bu bağı hissederek onda bıraktığı etkileri fark eder. Yaratıcıyla ilişki içerisinde olan inançlı bireyde bu bağın getirdiği duygular, sezgiler ve algılar vardır. Dini tecrübe olarak tanımlanan bu deneyimlerin farklı çeşitleri olabilmektedir. Genel anlamda dindarlığın mistik yorumları, dini deneyimin yaşanabilmesini amaç edinmektedir (Hökelekli, Din Psikolojisine Giriş, 2013: 54).

Dinsel bir deneyim, bireyin inancı ve uygulamalarıyla ilişkilidir. Dindar olan birey, yaratıcıyla bir bağ kurarak özgün duyguları deneyimlemektedir (Kayıklık, 2006: 493). Yüce varlıkla kurulan bu bağ sonucunda kişinin iç dünyasında; huzur, güven, sezgi, korku gibi duygular, dindarlığın duygusal boyutunu meydana getirmektedir (Ayten, Din Psikolojisi, 2017: 114).

Dinin tecrübe boyutunun incelenmesi, dindarlığın diğer boyutlarıyla ilişkilidir. Dolayısıyla bu dini tecrübe boyutu diğer boyutlarla dikkate alınarak incelenmelidir. İnanç, bilgi ve etki boyutları anlaşılmadan dinin tecrübe boyutunu anlamak, dinin tecrübe boyutunu anlamadan da diğer boyutlarını anlamak zorlaşacaktır (Hökelekli, Din Psikolojisine Giriş, 2013: 54).

2.1.3.4.Bilgi Boyutu

Zihinsel boyut olarak da adlandırılan bilgi boyutu, dini inancın öğretilerini kapsamaktadır. Dindarlığın sağlam bir temel üzerine inşa edilebilmesi için bu boyut büyük bir öneme sahiptir (Doğan, 2016: 47).

Bilgi boyutu, dini inançla ilgili kabullerin oluşabilmesi için o dinle alakalı bilgi sahibi olma gerekliliğini arz etmektedir. İnanç, zorunlu bir bilgiyi gerekli kılmaya da dini bilgilerin temeli bir dini inanca dayanmaktadır. Bununla birlikte inanç boyutu ile bilgi boyutu birbiriyle bağlantılıdır (Vural, 2016: 99).

Her dine bağlı olan kişiler, o dinin değerleriyle ilgili bir bilgiye sahip olmaktadır. Dini değerler, inançlar ve kavramlar bireyden bireye, toplumdan topluma değişiklik gösterse de dindarlığın ayrılmaz bir parçasıdır. Bu boyutun diğer dindarlık boyutları ile etkileşimi, dindarlık yaşantısında olağandır. Dolayısıyla bu dini bilginin imanla yakın bir bağı vardır. Çünkü dini bilgi, inançla bütünleştiği zaman bir anlam kazanmaktadır. İnanmayan bireyin bilgisinin çok olması bu kişinin dindar olduğunu göstermemektedir. Aynı zamanda bir kişinin dini bilgisinin yanında bu bilgiye ulaşmaya karşı istekliliği, dini yaşamaya ne kadar zaman ayırdığı ve dini yaşamayı ne kadar önemseydiği, bireyin dindarlığının bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Hökelekli, 2013: 54).

2.1.3.5.Etki Boyutu

Dindarlığın diğer dört boyutunu da içine alan etki boyutu, dini hayatın nasıl pratiğe döküleceği konusunu kapsamaktadır. Bireylerin inanç sistemine göre nasıl bir hayat felsefesi oluşturacaklarını belirleyen bu boyut, dini zemin üzerinde inşa edilen bazı durumların davranışlara dökülmesiyle varlığını göstermektedir (Turan, 2017: 119). Günlük yaşamda ortaya çıkan olaylar ve bu olaylara verilen tepkiler, bu boyutun izlerini taşımaktadır. Böylelikle dinin bazı yükümlülüklerinin, bireyin hayatına nasıl nüfuz ettiği gözlemlenmiş olur. Kişinin kılık ve kıyafet seçiminde dini hassasiyet taşıması buna örnek olarak verilebilir (Köse ve Ayten, 2014: 114).

Dindar bir hayatı benimseyen bireyin ve toplumun, dini hayatında bazı gelişmeler ve bazı etkiler görülmektedir. Günlük yaşamın içinde yer alan beslenme rutininden görgü kurallarına, bireysel tavır ve tutumdan toplumsal ilişkilere kadar dini etkiler bireyin hayatında varlığını göstermektedir. Dolayısıyla etki boyutunun incelenmesi, bu etkilerin derecesinin ve yönünün anlaşılmasına olanak sağlamaktadır (Hökelekli, 2013: 55).

2.1.4. Dindarlık Tipleri

Bireysel anlamda dindarlığın tek bir boyutundan söz etmek mümkün değildir. Dini değerleri benimseme, dine bağlı olma ve bunu davranışlarına yansıtmaya, kişiden kişiye değişmektedir. Aynı dine bağlı olan insanlarda bile kendine özel olan bazı dini yönelimlerin olduğu gözlenmektedir. Dolayısıyla her insanın sahip olduğu bireysel özellikler, kişinin dini bir tarz oluşturmasında önemli bir etkiye sahiptir. Bu sebeple din psikologları, kişilerin dindarlığını anlamak üzere bazı tipler, modeller ve sınıflar oluşturmuşlardır (Hökelekli, 2013: 81). Buna göre James, dindar bireyleri dini deneyimi yaşaması açısından “hasta ruhluluk” ve “sağlıklı düşüncelilik” olmak üzere iki gruba ayırmaktadır. James’e göre bazı insanlar sağlıklı düşüncelikle doğmuş gibidir ve iyimserliğe eğilimi vardır. Bazı insanlar da hasta ruhludur ve mizaçlarında acı çekme eğilimi vardır. Gruen’e göre ise dindarlığın üç önemli tipi vardır. Bunlar; 1. Akılcı tip, benlik fonksiyonlarından daha çok zihinsel fonksiyonları baskın olan kimselerdir. İlahiyatçılar ve filozoflar bu grupta yer almaktadır. 2. Mistik tipte akıl, ikinci sırada yer alır. Benlik ise dindarlıkta daha ön plandadır. 3. Merkezi tipte ise benlik ve akılları denge halinde olan kimseler bulunmaktadır (Hökelekli, 2013: 82).

Gabriel Le Bras, kişilerin din ile olan ilişkisini göz önüne alarak dindarlık tipolojileri oluşturmuştur. Buna göre birincisini “dinden ayrılıp bir dine bağlı kalmayan kimseler” olarak belirten Bras, bu kimselerin din ile ilişkisinin zayıf olduğunu vurgulamıştır. İkinci tipolojiyi “dinin varlığını kabul edenler” olarak belirtmiştir. Üçüncüsünü “dini yaşayan kimseler” ve “dine uyan kimseler”, dördüncüsü ise “sofular, dindar kişiler” olarak belirtmektedir (Büyükavcıoğlu, 2023: 15). Okumuş (2006), kişilerin dini pratiklerini uygularken ne düzeyde samimi olduklarını ya da olmadıklarını belirtmek üzere bir dindarlık tipolojisi oluşturmuştur. Buna göre Okumuş, samimiyet sahibi olmayan, çevresinin tebriğini kazanmak için riyakar tavırlar sergileyen dindarlık tipolojisine “gösterişçi dindarlık” adını vermiştir. Gösterişçi olan dindarlar, ibadetlerinde ve bazı dini uygulamalarında daha çok belirli bir mevki ve saygı kazanmak için yaptıkları fiilleri göstere göstere yapmayı tercih etmektedirler (Okumuş, 2006: 18).

Din Psikolojisi sahasında birçok dindarlık ölçeği geliştirilerek farklı araştırmalar yapılmıştır. Bu sahada en etkili olanın Allport’un geliştirdiği dindarlık tipi olduğu düşünülmektedir. Allport’a göre dindarlık, iç güdümlü dindarlık ve dış güdümlü dindarlık olmak üzere ikiye ayrılır. İnandıkları dine samimiyetle bağlı olan kimseler, içinden geldiği için dinin bazı pratiklerini uygular ve herhangi bir mevki gözetmeksizin arzularını, ihtiyaçlarını ikinci planda tutarak dini yaşamayı tercih eden iç güdümlü dindarlardır. Dış güdümlü dindarlar ise kişisel hedefleri ve çıkarları için dini bir araç olarak görme eğiliminde olan kimselerdir (Gürses, 2010: 25). Yapılan bazı çalışmalara göre yardım davranışı ile dindarlık tipleri arasında da bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre iç güdümlü dindarların dış güdümlü dindarlara göre daha fazla yardım davranışında bulundukları tespit edilmiştir (Gürses, 2010: 29).

2.2. Maneviyat

Önceki dönemlerde din ile aynı anlamda kullanılan maneviyat, sonraki yıllarda din kavramından uzaklaşmış ve bağımsız olarak ele alınmıştır. Psikologlar maneviyatı din kavramından farklı değerlendirerek kendini aşma, kendini keşfetme ve hayatı anlamlandırma olarak tanımlamışlardır. Maneviyat kavramının içerdiği anlamların çok çeşitliliği nedeniyle farklı disiplinler farklı tanımlar yapmışlardır. Bu da maneviyat kavramının net bir şekilde tanımlanmasını zorlaştırmıştır (Ayten, 2018: 24). Maneviyat; dini yaşantıları ve inançları içeren, bireyin ruhsal sağlığını besleyen (Şirin, 2018: 1289) ve aşkın olana, kutsal olana bağlılığı ifade eden (RIO ve White, 2016: 73)

aynı zamanda bireylerin duygusal ve sosyal yönünü destekleyerek motive eden bir kavramdır (Ekşi vd., 2019: 724).

Düzgüner, maneviyatı; bireyin iç dünyasını, düşüncesini, duygusunu ve halet-i ruhiyesini etkileyen, aynı zamanda etik değerlerini ve inancını da içeren dini bir kavram olarak açıklamıştır (Düzgüner, 2013: 11). İngilizcede “spirituality” kelimesiyle ifade edilen maneviyat kavramı, “ruh, hayat, cesaret” gibi manaları içeren “spirit” kökünden türetilmiştir (Düzgüner, 2013: 14). Latince de maneviyat kelimesi “spiritulis” kelimesiyle ilişkilendirilmiştir ve “ruh” anlamını taşımaktadır (Kimter, 2013: 93). Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre ise “maddi olmayan, manevi şeyler, karşılaşılan zorluk ve tehlikelere karşı ahlaki ve inanç gibi değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2023).

Maneviyat kavramı, belirli dönemlerde çeşitli tanımlamalarla ifade edilmiştir. Buna göre 12. yüzyılda bireylerin psikolojik yönünü ele alırken 15.-16. yüzyıllarda dindarlık kavramı ile ilişkilendirilmiştir. 20. yüzyıl ve sonrasında gelindiğinde ise bu kavramın psikoloji biliminde dikkat çekmesi ile birlikte yeni tanımlamalar söz konusu olmuştur (Apak ve Acar, 2018: 366). Maneviyatı pozitif psikolojinin temel unsurlarından biri olarak gören Seligman, maneviyatın psikoloji sahasında büyük bir öneme sahip olduğunu vurgulamıştır (Dursun, 2019: 13).

Götz ve Philippe’e (1993) göre maneviyat, bu kavrama yüklenen farklı anlamlar nedeniyle zengin bir tanımlamaya sahiptir. Bu tanımlamalardan bazıları; bireyin heyecan duyması ve benimsemiş olduğu bazı değerlere, ideallere ve fikirlere yönelmesi, aynı zamanda geleceğe ümit ve güven duygusuyla bakabilmesi, tutum ve davranışlarını toplumsal hayata yansıtması gibi anlamları içermektedir (Seyyar, 2009: 43).

Maneviyat kavramı, görünenin arkasında yer alan soyut bir boyutu ifade etmektedir. Dolayısıyla soyut olan bu kavram, somut olanlara anlam yüklemektedir (Tarhan, 2009: 23). Bu özelliğiyle maneviyat kavramı, hayatın manasını anlamaya çalışan bireylere rehberlik etmektedir (Carr, 2016: 90). Bireyin anlam arayışındaki bu yolculuğunda kendini iyi hissetmediği anlarda maneviyata yönelmesi, hayatındaki bazı zorlukları kolaylaştırmaktadır (Şahin, 2017: 26). Dolayısıyla yaşamı boyunca elde edilen bilgilerin ve deneyimlerin ışığında birey, hayatın anlamını ve bu hayattaki yerini kabul etme sürecine girmektedir (Kızılırmak, 2015: 32). Bu bağlamda maneviyat, bireylerin

kişisel olgunluğa ulaşması ve belirli bir saygınlığa erişmesi sürecinde olumlu bir etkiye sahiptir (Mutluer, 2006: 37).

Shannon’a (2000) göre maneviyat; şefkat, sevgi ve anlam arayışı gibi nihai hedefleri ve hayatta kutsal olarak görülen her şeyi içine alan ben ötesinde olan çok önemli bir özel yetidir. Peterson (2004) maneviyatın yaşamın fizik ötesi bir boyutu olduğuna değinip maneviyatı inançlar ve uygulamalar olarak açıklarken Vaughan (1991), maneviyatı yaşamın anlamını fark etmek için yaratıcıdan alınan güdü olarak tanımlamaktadır. Roof (1999) ise kişilik bütünlüğü, yaradılışı idrak etme biçimi, mistik anlayış ve içsel farkındalık olmak üzere maneviyatın dört özelliği üzerinde durmaktadır (Kalaycı, 2019: 33).

Koenig’e (2008) göre maneviyat ile ilgili tanımlar dört farklı döneme ayrılarak irdelenmiştir. Bu aşamalardan ilkinin oluşturan maneviyat, tarihsel anlamda ele alınarak tanımlanmıştır. Buna göre maneviyat hem fiziksel hem de zihinsel olmak üzere ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Modern dönem olarak kabul edilen ikinci aşamada, maneviyatın kapsamı dini açıdan geniş bir şekilde ele alınmıştır. Bu dönemde maneviyat için “dindar fakat maneviyat sahibi değil”, “maneviyat sahibi fakat dindar değil” tanımları yapılmıştır (Koenig, 2008: 349). Üçüncü aşamada ise pozitif psikoloji ile maneviyat kavramı bir arada ele alınmıştır. Dördüncü ve son aşama klinik dönemi kapsamaktadır. Burada maneviyatın dini boyutunun yanında dünyevi alana da değinilir ve bunun sonucunda agnostikler ve ateistler de manevi açıdan ele alınarak değerlendirilmiştir (Koenig, 2008: 350).

Bu tanımlamalarla birlikte ortak bir tanıma ulaşmak isteyen Cook’a (2004) göre maneviyat, içsel ve toplumsal deneyimlerde yaratıcı ve evrensel bir boyut olarak ortaya çıkmaktadır. Maneviyat, insanın benliği ile diğer her şeyi birleştiren içsel ve aşkın ilişkileri üzerinde odaklanır, hayatın anlamını ve amaçlarını kapsar (İşbilen, 2022: 55).

2.2.1. Maneviyat ve Din

Din; ruhsal ve aşkın olanla ilişkilendirilen yüce varlık, görüş, ahlak, inanç gibi öğelerden oluşan bir sistem olarak tanımlanırken maneviyat ise din ile ilişkili olan, yüce olana bağlılıkla deneyimlenen dönüşüm, tecrübe ve gelişim olarak tanımlanmaktadır (Türk ve Bilici, 2021: 23).

Maneviyat ve din, insan üzerinde belirli bir etkiye sahiptir. Bu etki psikolojik açıdan değerlendirildiğinde maneviyat ve din konusunda farklı yaklaşımların bulunduğu görülmektedir. Buna göre davranışçı yaklaşımda dini öğretiler bir uyaran aracılığıyla ortaya çıkmakta; ceza, ödül ve taklit yoluyla öğrenilmektedir. Burada cehennem ve cennet gibi terimler olumsuz veya olumlu pekiştireç anlamını taşımaktadır. Varoluşçuluk yaklaşımına göre ise din, insanın özünde var olup hayatı anlamlandırma ile ilintilidir. Burada kişisel dini deneyimlerin anlamlandırılması önem taşır (Türk ve Bilici, 2021: 24). Granqvist ve Kirkpatrick (2013), din ve maneviyat ile ilgili yaptıkları çalışmalarında “bağlanma” perspektifinden yola çıkarak beş önemli önermeye değinmişlerdir:

1. Maneviyat ve din algısının, bağlanma sisteminden yararlanarak inanan insanların yaratıcı ile kurdukları ilişkinin sembolik bir bağlanma olarak nitelendirileceği kanısına varmışlardır.
2. Bağlanma ile alakalı zihinsel süreçler genelleştirilerek, maneviyat ve din açısından ifade edilmiştir.
3. Bakım verenlerin özellikleri, dini ritüellere karşı hassasiyeti etkiler.
4. Güvensiz bağlanma sonucunda, bireyin kendini iyi hissetmesi için oluşturacağı Tanrı figürü, yeni bir bağlanma stili geliştirmesine katkı sağlar.
5. Yaratıcıyla bağ kurma sürecindeki kişisel farklılıklar, psikososyal çevrede değerlendirilir (Türk ve Bilici, 2021: 30).

Delle Fave ve Wissing (2013), maneviyat ve din kavramlarını birbirinden ayırarak tanımlar yapmışlardır. Buna göre maneviyat kavramı; kişiye özgü ve öznedir. İçerisinde bireysel deneyimleri ve aşkın olana bağlılığı barındırmaktadır. Din ise yasaklardan ve emirlerden oluşan, insanları doğru yola ulaştırmayı hedefleyen, daha çok kurumsal olan sistemdir (Kalaycı, 2019: 38).

Frankl, psikolojide maneviyat ve din kavramının ne kadar gerekli olduğuna değinmektedir. Maneviyat ve dinin, insanın yaşamında ve anlam arayışında önemli bir yer edindiğinden ve işlevsel bir yapıda olduğundan bahsetmektedir (İlk ve Bilici, 2020: 4). Bununla birlikte maneviyat ve din, kader gibi kapalı olan konularda insana yol göstererek travmatik olabilecek bazı durumlara karşı olumlu düşünsel kategoriler oluşturmaya yardımcı olmaktadır (Albayrak vd., 2019: 362).

2.2.2. Maneviyat, Din ve Dindarlık

Din, genellikle kurumsallaşmış ve daha çok geleneksel bir yapıya sahipken maneviyat, dini deneyimleri de içine alan, bünyesinde bireysel tecrübeyi barındıran ve anlam arayışını içeren bir yapıya sahiptir. Din ve maneviyat kavramları literatürde benzer anlamda görülse de birbirlerinden farklı anlamlar taşımaktadır. Buna göre maneviyat; kutsal algıyı, tutumları, davranışları, aşkınlığı, manevi çabayı, mutluluğu ve iyi oluşu da içeren bir kavram olarak ortaya çıkmaktadır (Şirin, 2018: 1290).

Din ve maneviyat kavramlarının tanımlanmasından sonra üzerinde durulması gereken bir diğer husus dindarlık kavramıdır. Tıpkı maneviyat ve din kavramlarında olduğu gibi dindarlık kavramında da farklı farklı tanımlar bulunmaktadır. Bununla birlikte maneviyat ve dindarlık kavramlarında din, önemli bir rol oynamaktadır. Din psikologları bu kavramların çok boyutluluğu üzerinde durmuştur (Apak ve Acar, 2018: 365). Daha önce maneviyat kavramı dindarlık kavramı ile birlikte kullanılırken 1980’li yıllardan itibaren maneviyat kavramı farklı bir tanımla kullanılmaya başlanmıştır. Buna göre dindarlık daha çok kurumsal, özsel, nesnel ve statik temelli “kötü bir yapıyı” ifade ederken maneviyat; dinamik, öznel, işlevsel ve bireysel deneyimli “iyi bir yapıyı” ifade etmektedir (Apak ve Acar, 2018: 366). Bu farklılıklara rağmen bu kavramların hepsi de insanın; umut, affedicilik, minnettarlık, merhamet, öz bilinç gibi değerlerine vurgu yapmaktadır (Apak ve Acar, 2018: 370).

Bu bilgiler ışığında sonuç olarak psikolojide din ve maneviyat, insanın anlam arayışının önemli bir parçası olarak ele alınır. Yaşamın anlamının oluşmasında dinin de etkisi vardır ve aile, iş, aşk, kişisel ilişkiler gibi önemli kaynaklardan birisidir (Eryılmaz, 2016: 140). Literatürde dindarlık ve maneviyat kavramlarının farklılığı belirtilmektedir. Maneviyat; kişiye içsel huzur ve güç veren inançlar sistemi olarak tanımlanırken dindarlık; bireyin uygulamaları, inançları, pratikleri ve kurumsal ritüelleri olarak tanımlanmaktadır. Bunlarla birlikte din; kısıtlayıcı, kurumsal ve dogmatik olarak değerlendirilirken maneviyat ise daha çok öznel, kişisel ve yaşam alanını etkileyici bir olgu olarak değerlendirilmektedir. Çoğu insan kendini hem maneviyat sahibi hem de dindar olarak görmektedir. Din ve maneviyatın, insanların yaşamlarını anlamlandırması ve kendisini yüceltmesi gibi özellikleriyle ortak noktada birleştiği anlaşılmaktadır (Eryılmaz, 2016: 141).

2.3. Psikolojik İyi Oluş

Bir insanın sağlıklı olma durumu, bedensel rahatsızlığının yanında ruhsal bir rahatsızlığının da olmamasını gerektirmektedir. İnsan, hayatında belli başlı bazı sağlık sorunlarıyla karşılaşsa da bu rahatsızlıkların uzun sürmemesi sonucunda sağlıklı hali devam edebilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından yapılan sağlık tanımlamasındaki tam bir iyilik halinin önemli bir kısmını, bireyin psikolojik yönü oluşturmaktadır. Bu tanımlamadan yola çıkarak mental olarak iyi hissetme haliyle psikolojik iyi oluş arasında ehemmiyet arz eden bir bağlantının olduğunu söylemek mümkündür (Tosyalıoğlu, 2021: 27).

Latince kökenli olan “eudaimonia” kelimesi, psikolojik iyi oluşun varlığını göstermesine katkı sağlayan bir kavramdır. Aristoteles, Etik adlı eserinde “İnsanın ulaşabileceği en yüksek erdem nedir?” sorusunu sorarak psikolojinin pozitif yönünün ortaya çıkmasında etkili olan bir düşünürdür. Aristoteles, insanın ulaşabileceği en yüksek erdemin, mutluluğu temsil eden “eudaimonia” olduğunu belirtmiştir (Koç, 2021: 5).

Birçok araştırmacı, psikolojik iyi oluşun tanımı üzerinde çalışmıştır. Diener (2000), iyi oluşun tanımını yaparken “Mutluluk ve daha iyi nasıl bir hayat yaşanır?” felsefesi üzerinde durmuştur. Ryan ve Deci, iyi oluşu iki açıdan ele almıştır. Bunlardan birincisi zevk ve mutluluğa dayanan, mutluluk ve doyumla ifade edilen hedonik iyi oluşur. İkincisi ise bireyin potansiyeliyle alakalı olan eudaimonik iyi oluş ifadesidir. Bu yaklaşımın temelinde bireyin kendi gerçekliğini fark etmesi inancı yatar (Çelik, 2023: 59). May (1953), psikolojik iyi oluşu; öz farkındalık, özgürlük, sorumluluk, olgunluk, cesaret gibi sağlıklı bir gelişim süreci olarak ifade etmiştir (Çapri, 2020: 676). Rogers ise psikolojik iyi oluşu kişinin benzersizliğine vurgu yaparak kendi potansiyelini fark etmesi ve geliştirmesi için içten gelen bir güdü olarak tanımlar (Çapri, 2020: 733). Dolayısıyla psikolojik iyi oluş; bireyin mental açıdan kendisini nasıl tanımladığı ile ilgilenen öznel olma, olumlu sosyal ilişkiler barındırma, yaşam amacı ve özdeğer sahibi olma gibi unsurları içeren bir kavramdır (Gültekin, 2023: 15).

Bradburn (1969), Lawton (1983), Maloney (1990), Ryff (1989) ve E. Cowen (1994) gibi araştırmacılar, psikolojik iyi oluşa yoğunlaşmışlardır. Norman M. Bradburn, modern anlamda psikolojik iyi oluşu inceleyen ilk araştırmacıdır ve bu kavramı olumlu duyguların olumsuz duyguları aştığı durum olarak tanımlamıştır. Psikolojik iyi oluşun

ileri gelen en iyi yorumcularından biri, Carol Ryff olarak kabul edilmektedir (Akbolat, 2022: 20). Ryff, Bradburn'un (1969) psikolojik iyi oluş tanımının oldukça öznel olduğunu dile getirirken, aynı zamanda psikolojik iyi oluşun yalnızca olumsuz ya da olumlu duygularla değerlendirilemeyeceğini savunmaktadır. Bu açıdan bakıldığında Ryff, stres ve depresyon gibi olumsuz durumların ele alınmadığı bir psikolojik iyi oluşun yeterli olamayacağı üzerinde durmaktadır (Akbolat, 2022: 20). Psikolojik iyi oluşu evrensel bir modelle anlatmayı hedefleyen Ryff, "çok boyutlu psikolojik iyi olma" modelini geliştirmiştir. Bu model; Bireysel Özerklik, Çevresel Hakimiyet (karmaşık olan ortamları kontrol etme becerisi), Kişisel Gelişim, Sosyal Hayatta Olumlu İlişkiler, Yaşamın Amacı ve Kendini Kabul olmak üzere 6 boyuttan oluşmaktadır (Sarı, 2022: 12).

Sonuç olarak psikolojik iyi oluş, bireyin kendi potansiyelini fark etmesi ve en üst düzeye çıkarması, kendini gerçekleştirme gibi kavramlarla doğrudan ilintilidir. Kişinin yaşamını değerlendirmesi, yaşam doyumu ve mutluluğu gibi durumlar, psikolojik iyi oluşu desteklemektedir (Tura, 2019: 51).

2.4. Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi

Pargament'e göre din ve maneviyat, insanların yaşadığı zorluklarla baş edebilmesine yardımcı olması açısından önemli bir yere sahiptir. Fakat maneviyat ve dinin problemlerle baş edebilmesini belirleyen unsur, bireyin sorunlara karşı geliştirdiği savunma mekanizmaları, dinin nasıl bir derinliğe sahip olduğu ve dinin kişinin hayatında ne kadar yer kapladığı ile ilgilidir. Pargament'in düşüncesini destekleyen Fehring ve ekibi (1997), dindarlığın etkisini araştırdıkları yaşlı kanser hastalarında, yüksek iyilik düzeyi ile daha düşük üzüntü arasında olumlu bir bağlantının varlığını gözlemlemiştir (Horozcu, 2010: 217).

Dinin insanın dünyasını şekillendirmesine, duygularını düzenlemesine ve dengede tutmasına yardımcı olmak gibi bazı görevleri vardır. Dolayısıyla din, bütün duygu durumlarını düzenleme kapasitesine sahip olmasıyla manevi bir temel oluşturmaktadır. Aynı zamanda insanın ruh sağlığını etkileyen öfke, depresyon, suçluluk gibi duygularla başa çıkmasına da yardımcı olabilmektedir. Böylece bireyin yaşantısını etkileyen olumsuzluklardan kaynaklanan karamsar bir ruh halinin ortaya çıkması durumunda, manevi duygular sayesinde iç huzuru yeniden olumlu yönde şekil alır ve birey yeni bir "ben" oluşturarak iyilik halini var eder (Gürses, 2010: 54). Dinin insan

üzerindeki etkisini araştıran bazı çalışmalarda, içsel huzursuzluk yaşayan birinde din ve maneviyat sayesinde enerji düzeyinin yükseldiği; belirli bilişsel stratejilerle başarı elde ettiği; dolayısıyla gerginlik, kaygı ve nevroz gibi durumların azalmasında etkili olduğu görülmektedir. Bu durumda, manevi ve dini bazı telkinlerin duyguları düzenleme ve değiştirme konusunda etkin bir yöntem olduğu kabul edilmiştir. Yine yapılan bazı araştırmaların sonucunda, maneviyat sahibi bireylerin Allah'a olan minnettarlığını yoğun bir şekilde hissetmekte olduğu ve bu bireylerin iç güdümlü dindarlık ve dindarlık düzeylerinin yüksek olduğu gözlemlenmektedir (Gürses, 2010: 55). Buradan hareketle, insanların yaşadıkları bazı zorluklarla başa çıkabilmelerinde dinin etkisinin çok güçlü olduğu ve bireylerin bu zorluklarla mücadelesinde etkin bir psikolojik denge sağlayabildiği görülmektedir (Albayrak, 2013: 69).

Hayta tarafından gerçekleştirilen çalışmada, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinde ibadet ile psiko-sosyal uyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre öğrencilerin dini pratik boyutlarıyla psiko-sosyal uyum boyutları arasında anlamlı düzeyde yüksek bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre oruç, namaz, dua gibi dini uygulamalar, bireyin psiko-sosyal uyum düzeyi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Dinin, ibadetlerini yerine getiren bireylerde; hayatın zorlukları, stres, kaygı, sıkıntı ve öfke gibi olumsuz duyguları aşmalarına katkı sağladığı tespit edilmiştir. Böylece bireyler, dinin ve dini pratiklerin etkisiyle ruhsal sağlığını koruma eğilimindedirler (Hayta, 2000: 8).

Dindarlık ve iyimserlik arasındaki ilişki ile ilgili yapılan araştırmalarda bu iki kavramın arasında olumlu bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Beklenti değer modeli açısından ele alınan iyimserlik, hayata dair olumlu beklentilerin vurgulandığı sağlıklı işleyişin bir göstergesi ve iyi olmanın önemli bir belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Amerika'da yapılan bir araştırmada, Tanrı ile olumlu bir ilişki içerisinde olan katılımcıların daha iyimser olduklarına dair veriler elde edilmiştir. Aynı şekilde Kuveyt ve Amerika'dan katılımcılarla gerçekleştirilen bir araştırmada; dindarlık, fiziksel sağlık, iyimserlik ve ruh sağlığı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Türkiye'de Kimter (2002) tarafından yapılan araştırmada, inancında samimi olan dindarların hayatta karşılaştıkları zorluklara karşı umutlu ve iyimser bir yaklaşım içinde oldukları sonucuna varılmıştır (Vural, 2021: 128). Bu konuyla ilgili olan bir yaklaşıma göre mutluluğun etkisi üç önemli başlıkta şekillenmektedir. Birincisi,

dindarlığın ve dinin sağladığı sosyal destektir. İkincisi, hayat hakkında dinin sunduğu net cevaplardır. Sonuncusu ise dinin kendisidir (Vural, 2021: 129).

İnsanların, yaşamları boyunca karşılaşmaları gereken biyolojik ihtiyaçlarının yanı sıra düşünme, inanma ve hissetme gibi ruhsal ve mental gereksinimleri de vardır. Bazı psikologlar maneviyat ve dini gerçek dışı, patolojik veya zararlı bir durum olarak değerlendirmişler de tıp, sosyoloji, psikoloji ve halk sağlığı gibi pek çok alanda maneviyat ve dinin koruyucu, iyileştirici ve geliştirici yönlerinin olduğu bilimsel araştırmalarla kanıtlanmıştır (Duran, 2023: 62). Bireylerin psikolojik iyi oluşlarını artırmada ve gerçekleştirmede maneviyat ve dinin etkisi ve desteği bulunmaktadır. Örnek olarak; Hedef ve Anlam: Bireyler yaşamlarını dini inançlarının sunduğu hedefler ve anlamlar perspektifinde şekillendirmektedir. Bu sayede amaçsız ve anlamsız bir hayattan kurtuldukları için psikolojik iyi oluşları desteklenmektedir. Yaşam Doyumu: Bireylerin yaşamdan zevk almaları için yalnızca fiziksel ihtiyaçlarının doyurulması tek başına yeterli değildir. Psikolojik olarak içsel huzur açısından da ihtiyaçlarının karşılanması için maneviyat ve din, bireye destek sunmaktadır (Duran, 2023: 63).

Maneviyatın ve dinin ruhsal sağlık açısından yapıcı etkileri, psikolojik iyi oluş sonuçlarını etkileyen mühim bir başa çıkma faktörü ve kültürel unsur olarak kabul edilmesini sağlamıştır. Bu nedenle din ve maneviyat, psikoloji alanında çok kültürlülüğün yanı sıra beşinci boyut olarak da kabul edilmiştir. Önceki dönemlerde psikolojik danışmanlık alanında öncü isimler olan Jung, Frankl, Maslow ve May gibi isimler, maneviyatın önemini vurgulamıştır. Örneğin Jung (2010), hastanın inançları ne olursa olsun, eğer fayda sağlayacaksa onları bir din adamına yönlendirebileceğini belirtmiştir (Aka, 2020: 121). Günümüzde psikoloji alanında maneviyatın önemi giderek daha fazla vurgulanmakta ve birçok kişi için maneviyat ve din, hayatlarının birer parçasını oluşturmaktadır. Young (2000), yapmış olduğu bir anket çalışmasına katılanların üçte ikisinin benzer değerlere ve inançlara sahip olan psikolojik danışmanları daha çok tercih ettiğini vurgulamıştır (Aka, 2020: 122).

Yapılan araştırmalarda maneviyat ve dinin, psikolojik iyi oluş üzerinde olumlu bir etkisinin olduğu gözlenmiştir. Buna göre, bir dine bağlı olan ve dini pratikleri yerine getiren bireylerin, psikolojik iyi oluş seviyeleri daha yüksek çıkmıştır. Aflakseir (2012) çalışmasında maneviyat ve dinin psikolojik iyi oluş üzerinde çok etkili olduğunu vurgulamıştır (Dağcı, 2020: 95).

Şirin (2013) tarafından yürütülen deneysel çalışmada, anksiyete durumları ile ilgili bilişsel yeniden yapılandırmayı sağlamak için; nefis muhasebesi, tövbe, tefekkür, Kur'an'dan konu ile ilgili ayetler ve bazı dini hikayeler kullanılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, işlevsel olmayan bazı olumsuz düşüncelerin üzerinde olumlu etkiler görülmüş ve anksiyete düzeylerinin de azalmasında önemli bir etkinin olduğu saptanmıştır (Aka, 2020: 124).

Hindistan'da yapılan bir araştırmada, yarısı kadın ve erkek olmak üzere 65 yaş üstü 200 kişinin maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki bağlantı incelenmiştir. Bu araştırma sonucunda psikolojik iyi oluş ve maneviyat arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bunun sonucunda maneviyatın, psikolojik iyi oluş açısından önemli bir yere sahip olduğu anlaşılmıştır (Tosyalıoğlu, 2021: 26).

Saleem (2017) tarafından yürütülen bir araştırmada, 20-35 yaş arasındaki dindar olmayan ve dindar 100 katılımcı üzerinde yaşam kalitesi ile maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde olumlu ilişkiler bulunmuştur. Buradan hareketle daha yüksek maneviyat sahibi bireylerin ve dindar bireylerin orta düzeyde maneviyat sahiplerine göre daha sağlıklı bir psikolojik iyi oluşa sahip oldukları anlaşılmaktadır (Toprak, 2018: 62).

Hodges (2002), maneviyatın ruh sağlığı üzerinde nasıl bir etkisi olduğuna dair araştırmalar yapmıştır. Maneviyatın iç güdümlü, değerler, manevi yaşantı ve yaşam alanı olmak üzere dört ayrı kapsamının, depresyon ile ters yönde bir ilişkisi olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte Larson ve Larson (2003), çalışmalarında maneviyat ve dindarlığın, kötü alışkanlıklar ve intihar gibi olumsuz olayları azaltıcı, yaşam sevincini de artırıcı bir etkisi olduğunu tespit etmişlerdir (Demiroğlu, 2021: 48). Türkiye'de yapılan çalışmalardan biri olarak Düzgüner (2013), diğerkâmlık ve maneviyat arasındaki ilişkiyi araştırmış ve araştırmanın sonucunda maneviyat kavramının, din kavramına göre şekil aldığını belirtmiştir. Uçar (2017), yapmış olduğu çalışmada yaşlı bireylerde maneviyat ve yaşam kalitesinin ilişkisini incelemiş, maneviyat ve yaşam kalitesinin pozitif yönde bir ilişkisinin olduğu sonucuna varmıştır. Ağırbaş (2017) ise yaptığı çalışmada dinin ve maneviyatın, sorunlarla başa çıkma ve aile içi sıkıntıların üstesinden gelme konusunda destek ve yardımcı olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır.

Dindarlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisini ele alan araştırmaların içerik ve bulguları kısaca şu şekildedir:

Karaçalı tarafından yapılan *Psikolojik iyi oluş, yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkiler* isimli yüksek lisans tezi çalışmasında örneklem olarak farklı meslek grupları ele alınmış, 16-69 yaş aralığındaki bireyler tesadüfî örneklem metoduyla çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda psikolojik iyi oluş ile dindarlık, bireysel dindarlık ve dindarlığın dini ibadet ve dini davranış alt boyutları arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (2023: 115).

Vural, *Hayatın anlamı, dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi: Bir karma yöntem araştırması* isimli doktora tezi çalışmasında dindarlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişkileri ele almış, araştırma sonucunda da dindarlık ve hayatın anlamı ile memnuniyet, iyimserlik ve mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit etmiştir (2021: 279).

Tura tarafından yapılan *Dindarlık, affetme ve psikolojik iyi oluş ilişkisi* isimli yüksek lisans tezi çalışmasındaki araştırma grubunu İstanbul Avcılar bölgesinde yurttan kalan üniversite öğrencileri ve Avcılar Müftülüğüne bağlı Kur'an kurslarında okuyan yetişkin kadınlar oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak dindarlığın alt boyutu olan ibadet boyutu ile psikolojik iyi oluş arasında negatif ilişkiler tespit edilmiştir (2019: 86).

Maneviyat ve psikolojik iyi oluş ilişkisini ele alan araştırmaların içerik ve bulguları kısaca şu şekildedir:

Sarı tarafından çalışılan *Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi* isimli yüksek lisans tezinde araştırma grubunu üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda; maneviyat ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (2022 :64).

Toprak tarafından yapılan *Maneviyat, yaşam amaçları ve iyi oluş arasındaki ilişki* isimli çalışmada araştırma grubunu üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın amacı, ilgili değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırma sonucunda maneviyat, içsel yaşam amaçları ve iyi oluş ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Maneviyatın hem iyi oluşu hem de içsel yaşam amaçlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (2018: 87).

Kalaycı, *Maneviyat ve ödomanik iyi oluş arasındaki ilişkide bilgeliğin aracılık rolü* isimli yüksek lisans tezi çalışmasında 17-45 yaş aralığındaki bireyleri uygun örnekleme yöntemiyle araştırmaya dahil etmiştir. Araştırma sonucunda değişkenler

arası ilişkiler incelenmiş ve maneviyat, bilgelik ve ödomanik iyi oluş aralarında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (2019: 103).

Sonuç olarak yapılan araştırmalar, dindar ve maneviyat sahibi bireylerin yüksek bir psikolojik iyi oluş düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu kişiler, hayatın anlamını pozitif bir bakış açısı ile idrak etme eğilimindedirler. Ayrıca dini ritüeller ve manevi inançlar, hem bedensel hem de ruhsal anlamda bireylere kendilerini iyi hissettirmekte, hayatın zorluklarına ve yaşanan strese karşı da daha az düzeyde etkilenmelerine güçlü bir kaynak oluşturmaktadır. Bu tür manevi bir kuvvet, bireylerin ruhsal dengelerini korumaları açısından destekleyici olabilir. Tüm bu nedenlerle dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki olumlu ilişki, kişilerin yaşamlarını daha tatmin edici ve anlamlı hale getirebilir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak katılımcıların dindarlık seviyeleri ile maneviyat ve psikolojik açıdan iyi olma, iyi hissetme düzeyleri aralarındaki ilişki incelenmektedir.

İlişkisel tarama modeli, en az iki değişkenden oluşan değişkenler arasındaki ilişkinin var olmasını ve derecesini tayin etmeye odaklanan bir bilimsel inceleme modelidir. Tarama modelleri, hala devam eden durumu ya da geçmişte var olan durumu olduğu gibi tanımlamayı amaçlamaktadır (Büyüköztürk, vd., 2020: 25). Bu araştırma, bağımsız değişkenler olarak demografik özelliklere ilişkin bulgular da sunmaktadır.

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın örnekleme; sınırlılıklar bakımından kartopu örnekleme yöntemiyle seçilmiş, yaşları 18 ile 60 arasında değişen, büyük çoğunluğu İstanbul’da ikamet eden yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Ayrıca araştırma örneklemini oluşturan kaynak kişilere internet üzerinden anket formu ile ulaşılmıştır. 418 kişilik örneklemden 402 katılımcının verileri analize dahil edilmiştir.

Tablo 3.1’de katılımcılara ait demografik bilgiler aktarılmaktadır.

Tablo 3.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

		<i>n</i>	%
Cinsiyet	Erkek	123	30.6
	Kadın	279	69.4
Medeni Durum	Bekar	167	41.5
	Evli	235	58.5
Yaş	18-25	103	25.6
	26-35	108	26.9
	35 yaş üzeri	191	47.5
Ailenizin Yıllık Gelir Durumu	Orta	274	68.2
	İyi	128	31.8
Eğitim Durumu	Lise ve dengi	88	21.9
	Yüksekokul/ Üniversite	265	65.9
	Y. lisans/ Doktora	49	12.2
	Toplam	402	100.0

Tablodaki verileri incelendiğinde, Katılımcıların %30.6’sı erkek, %69.4’ü kadındır. %41.5’i bekar, %58.5’i evli, %25.6’sı 18-25 yaş arası, %26.9’u 26-35 yaş arası, %47.5’i 35 yaş üzeridir. %68.2’sinin ailesinin yıllık gelir durumu orta, %31.8’inin ailesinin yıllık gelir durumu iyidir. %21.9’u lise ve dengi, %65.9’u yüksekokul/üniversite, %12.2’si yüksek lisans/doktora mezunudur.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, 18 ile 60 yaş arasındaki yetişkinlerin dindarlık düzeylerini ölçmek için “Kısa Dindarlık Ölçeği”, maneviyat düzeylerini belirlemek amacıyla “Maneviyat Ölçeği” ve psikolojik olarak iyi olma düzeylerini ölçmek amacıyla “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” kullanılmıştır. Ayrıca katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için özel olarak hazırlanan “Katılımcı Bilgi Formu” kullanılmış ve bu form ile katılımcıların yaş, medeni durum, cinsiyet, gelir durumu, eğitim düzeyi ve sosyal çevre gibi demografik özelliklerine ilişkin veriler toplanmıştır.

3.3.2. Kısa Dindarlık Ölçeği

Araştırmaya, katılım sağlayan bireylerin dindarlık seviyelerini ölçmek üzere Ayten (2012) tarafından geliştirilen “Kısa Dindarlık Ölçeği”nin, Ayten ve Hussain (2017) tarafından yenilenmiş ve düzeltilmiş hali kullanılmıştır. Bu ölçek, 3’lü likert tipinde bir ölçektir ve 9 madde olarak tasarlanmıştır. Dini etki alt boyutu ve ibadet alt boyutu olmak üzere iki ayrı alt boyutu bulunmaktadır. İlk versiyonun genel güvenilirlik katsayısı .76, dini etki boyutu için .75 ve dini inanç ve ibadet boyutu için .60 olarak belirlenmiştir (Ayten, 2012).

Ayten ve Hussain (2017) tarafından yeniden düzenlenen ölçek, 5’li likert tipinde hazırlanmıştır. Soru maddelerinin ters puanlanması gerekmeyen ölçek, 10 sorudan oluşmakta ve iki alt boyut içermektedir. İlk boyut olan 1.,2.,3.,4.,9. ve 10. sorular inanç/etki boyutu olarak adlandırılmıştır. İkinci boyut olan 5.,6.,7. ve 8. sorular ise bilgi/ibadet boyutu olarak tanımlanmıştır. Kısa Dindarlık Ölçeğinde katılımcıların yanıtları “Her Zaman, Çoğu Zaman, Bazen, Nadiren, Hiçbir Zaman” ifadeleri kullanılarak belirlenmiştir. Ölçekten elde edilebilecek en yüksek netice 45, en düşük netice ise 9’dur. Ölçek sonucuna göre maddelerin ortalaması dindarlık seviyelerini ölçmektedir. Buna göre ölçekten yüksek puan alanların, daha yüksek bir dindarlık seviyelerine sahip oldukları belirtilmektedir.

Ölçeğin inanç-etki boyutunun analiz sonuçlarına göre Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .94 iken bilgi-ibadet boyutunda bu değer .83 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Maneviyat Ölçeği

Turgay Şirin tarafından 2018 yılında geliştirilen “Maneviyat Ölçeği”, 25 olumlu madde ve 3 olumsuz madde olmak üzere toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri katılımcıların yanıtlarını belirtmeleri için; “(1) Bana Hiç Uygun Değil, (2) Bana Uygun Değil, (3) Bana Biraz Uygun, (4) Bana Oldukça Uygun, (5) Bana Tamamen Uygun” şeklinde 5’li Likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçekte yer alan olumsuz maddeler ters yönde değerlendirilmektedir. Ölçekle ilgili her bir faktörün içeriği incelenmiş ve alt boyutları belirlenmiştir. Bu bağlamda; birinci faktörde bulunan maddeler, maneviyatla başa çıkma ifadelerini içerdiği için “Manevi Başa Çıkma” alt boyutu olarak adlandırılmıştır. İkinci faktördeki maddeler, aşkın bir varlığa inançla ilgili ifadeler içerdiği için “Aşkınlık” olarak tanımlanmıştır. Üçüncü faktördeki maddeler, manevi ve dini etkinliklere katılma, manevi egzersizler yapma ve yaşamı

manevi kabullere göre sürdürme gibi yaşam tarzları ve davranışları içerdiği için “Manevi Yaşantı” olarak adlandırılmıştır. Dördüncüsü, anlamı aramaya yönelen ifadeler içerdiği için “Anlam Arayışı” olarak adlandırılmıştır. Beşincisi ise anlatımlar, mutluluk ve hayata yönelik memnuniyet gibi kavramları içerdiği için “Manevi Hoşnutluk” olarak adlandırılmıştır. Altıncı faktör, Aşkın olan varlıkla bağlantı anlatımlarını içerdiği için “Bağlantı” olarak adlandırılmıştır. Yedinci faktörde yer alan ifadeler, daha çok doğayla ilişkilendirilebilecek ifadeleri için “Doğa ile Uyum” olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizi sonuçlarına göre, Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .85, en düşük güvenirlik katsayısı .62 ve en yüksek güvenirlik katsayısı .79 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, 1989 yılında Ryff tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçeğin kişilik gelişimiyle ilgili tartışmalardan kaynaklanan, alternatifleri içerisinde barındıran ve farklı yönleri olan iyi olma modeline dayandığı görülmektedir (Lent, 2004: 482). Ryff bu ölçeğini oluştururken bünyesinde 6 farklı alt boyutu bulunduran 84 maddelik bir ölçüm aracı olmak üzere tasarlamıştır. Sonraki yıllarda Ryff ve Keyes (1995), ölçeğin daha kullanışlı olabilmesi için 18 maddeden oluşan kısa bir formunu meydana getirmişlerdir. Ölçek maddeleri katılımcıların cevaplarını ifade etmeleri için; “(1) Tamamen Katılıyorum, (2) Çoğuna Katılıyorum, (3) Biraz Katılıyorum, (4) Bir Kısma Katılıyorum, (5) Tamamen Katılmıyorum” şeklinde hazırlanmıştır. Ölçekte yer alan bazı maddeler ters yönlüdür. Ölçek sonucuna göre maddelerin ortalaması, psikolojik iyi oluşu ölçmektedir. Buna göre yüksek puan alanların daha iyi bir psikolojik iyi oluşa sahip oldukları belirtilmektedir.

Cenkseven (2007) ve Akın (2008) tarafından Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Cenkseven (2007) çalışmasında ölçeklerin Cronbach Alpha katsayılarının .74-.83 aralarında olduğunu ve test-tekrar test güvenirlik katsayılarının .74-.77 aralarında olduğu belirlemiştir. Akın (2008) ise çalışmasında, ölçeğin; “Özerlik” alt ölçeğini .94, “Çevresel Hakimiyet” alt ölçeğini .97, “Bireysel Gelişim” alt ölçeğini .97, “Diğerleriyle Olumlu İlişkiler” alt ölçeğini .96, “Yaşam Amaçları” alt ölçeğini .96 ve “Kendini kabul” alt ölçeğini .95 olmak üzere tespit etmiştir. Bu çalışmada da psikolojik iyi oluşun İmamoğlu (2004) tarafından Türkçeye kazandırılan kısa formu kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizi

sonuçlarına göre, Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .83, en düşük güvenilirlik katsayısı .63 ve en yüksek güvenilirlik katsayısı .70 olarak bulunmuştur (Tablo 3.2).

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Bireylerin dindarlık, maneviyat ve psikolojik açıdan iyi olma durumlarının birbiri ile ilişkisel bağlantısını tetkik eden bu araştırmada kişisel bilgi formu, kısa dindarlık ve maneviyat ölçeği ile psikolojik iyi olma ölçeğinin bulunduğu bir anket hazırlanmıştır. Katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak teşvik edilmiş ve anket için gerekli açıklamalar yapılmıştır. Anketlerin her bir bireye uygulanması yaklaşık 15-20 dakika sürmüştür. 2023 yılı ağustos ve eylül ayları arasında toplamda yaklaşık 418 yetişkine Google Forms aracılığı ile ulaşılmıştır. Ancak, veri temizleme sürecinde bazı formlar eksik veya yanlış doldurulduğu için sadece 402 anket sonucu değerlendirilmiştir.

Araştırmadaki tüm istatistiksel analizler SPSS 27 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analizlere başlamadan önce ölçeklerin güvenilirlik değerleri ve normal dağılımı incelenmiştir. Tüm ölçeklerin Cronbach Alpha katsayısı kontrol edilmiş ve .60'ın üstünde değerlerinin var olduğu tespit edilmiştir (Kılıç, 2016). Sonrasında ölçeklerin nasıl bir dağılım gösterdiği kontrol edilmiştir. Bu değerlendirmeye birlikte ölçeklerin çarpıklık katsayıları ve basıklık katsayıları incelenmiş ve bu değerlerin -2 ile +2 arasında olduğu belirlenmiştir (Hash Vaughn ve Lomax, 2020). Tüm bu sonuçlar ele alındığında, bu araştırmada parametrik testlerin kullanılmasının uygun olduğuna karar verilmiştir.

Pearson korrelasyon analizi kullanılarak ölçeklerin arasındaki ilişki düzeyi ve yönü değerlendirilmiştir. Ölçeklerin demografik değişkenlere göre kıyaslanması hedefiyle Bağımsız Örneklemeler, t-testi, ANOVA testi, Yordayıcılık analizi Çoklu Doğrusal Regresyon uygulanmıştır. Bu araştırmanın tamamında uygulanan testlerin güven aralıkları %95 olarak kabul edilirken p değeri de .05 olarak baz alınmıştır.

Tablo 3.2: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Basıklık ve Çarpıklık Katsayılarının ve Cronbach Alpha Değerlerinin İncelenmesi

	Basıklık	Çarpıklık	Cronbach Alpha (α)
Maneviyat Ölçeği	-0.04	-0.68	0.85
Manevi Başa Çıkma	0.49	-1.21	0.68
Aşknlık	1.33	-0.81	0.62
Manevi Yaşantı	0.30	-0.78	0.79
Anlam Arayışı	1.12	-1.34	0.62
Manevi Hoşnutluk	-0.32	-0.56	0.70
Bağlantı	1.42	-1.55	0.64
Tabiatla Uyum	-0.55	-0.37	0.62
Kısa Dindarlık Ölçeği	-0.74	-0.81	0.94
İnanç/Etki	-0.81	-0.79	0.94
Bilgi/İbadet	-0.54	-0.83	0.83
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	0.31	-0.41	0.83
Kendini Kabul	0.97	-0.81	0.70
Bireysel Gelişim	1.33	-1.14	0.66
Hayatın Amacı	-0.48	0.18	0.63
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	0.39	-0.77	0.65
Çevresel Hakimiyet	0.10	-0.40	0.65
Özerklik	-0.46	-0.27	0.64

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde, çalışmanın hedeflerine uygun olarak elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilen istatistiksel analizler sunulmaktadır.

4.1. Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği ve Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri

Aşağıdaki tabloda, araştırma için kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.1: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin Tanımlayıcı Değerleri

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>
Maneviyat Ölçeği	402	73	134	113.61	12.06
Manevi Başa Çıkma	402	16	25	23.30	2.12
Aşkınlık	402	2	10	8.32	1.42
Manevi Yaşantı	402	6	25	19.14	4.36
Anlam Arayışı	402	10	20	18.29	2.22
Manevi Hoşnutluk	402	4	20	14.59	3.93
Bağlantı	402	14	20	19.11	1.38
Tabiatla Uyum	402	3	15	10.85	2.94
Kısa Dindarlık Ölçeği	402	9	45	33.10	11.01
İnanç/Etki	402	5	25	18.30	6.53
Bilgi/İbadet	402	4	20	14.80	4.94
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	402	30	89	63.75	10.28
Kendini Kabul	402	3	15	10.76	2.55
Bireysel Gelişim	402	3	15	12.00	2.62
Hayatın Amacı	402	3	15	8.02	2.92
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	402	3	15	11.54	2.75
Çevresel Hakimiyet	402	3	15	10.63	2.34
Özerklik	402	3	15	10.79	2.50

Tablodaki veriler incelendiğinde, Maneviyat Ölçeği ortalaması ($\bar{X}$ =113,61 SS=12,06), Manevi Başa Çıkma ortalaması ($\bar{X}$ =23,30 SS=2,12), Aşkınlık ortalaması ($\bar{X}$ =8,32 SS=1,42), Manevi Yaşantı ortalaması ($\bar{X}$ =19,14 SS=4,36), Anlam Arayışı ortalaması ($\bar{X}$ =18,29 SS=2,22), Manevi Hoşnutluk ortalaması ($\bar{X}$ =14,59 SS=3,93), Bağlantı ortalaması ($\bar{X}$ =19,11 SS=1,38), Tabiatla Uyum ortalaması ($\bar{X}$ =10,85 SS=2,94), Kısa Dindarlık Ölçeği ortalaması ($\bar{X}$ =33,10 SS=11,01), İnanç/Etki ortalaması ($\bar{X}$ =18,30 SS=6,53), Bilgi/İbadet ortalaması ($\bar{X}$ =14,80 SS=4,94), Psikolojik İyi Olma Ölçeği ortalaması ($\bar{X}$ =63,75 SS=10,28), Kendini Kabul ortalaması ($\bar{X}$ =10,76 SS=2,55), Bireysel Gelişim ortalaması ($\bar{X}$ =12,00 SS=2,62), Hayatın Amacı ortalaması ($\bar{X}$ =8,02 SS=2,92), Diğerleriyle Olumlu İlişkiler ortalaması ($\bar{X}$ =11,54 SS=2,75), Çevresel Hakimiyet ortalaması ($\bar{X}$ =10,63 SS=2,34), Özerklik ortalaması ($\bar{X}$ =10,79 SS=2,50) 'dir.

4.2. Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Analizi Bulguları

Bu kısımda, Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin demografik değişkenler açısından incelenmesi için sırasıyla Bağımsız Örneklemeler, t-testi ve ANOVA testi yapılmıştır. Bulgularla ilgili tablolar aşağıda aktarılmıştır.

Tablo 4.2: Cinsiyete Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Kadın		Erkek		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	$\bar{X}$	<i>SS</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>			
Maneviyyat Ölçeği	111.73	12.64	114.43	11.72	-2.08	400	0.038*
Manevi Başa Çıkma	23.17	2.19	23.36	2.09	-0.82	400	0.415
Aşkınlık	8.01	1.38	8.46	1.41	-3.02	239.18	0.003*
Manevi Yaşantı	18.35	4.95	19.48	4.04	-2.24	196.94	0.026*
Anlam Arayışı	18.24	2.37	18.31	2.15	-0.28	400	0.778
Manevi Hoşnutluk	14.86	3.76	14.47	4.00	0.93	400	0.353
Bağlantı	18.95	1.55	19.19	1.29	-1.47	199.84	0.143
Tabiatla Uyum	10.15	3.07	11.16	2.83	-3.24	400	0.001*

Kısa Dindarlık Ölçeği	31.20	11.70	33.95	10.61	-2.23	214.14	0.026*
İnanç/Etki	17.28	6.98	18.75	6.29	-2.00	213.11	0.047*
Bilgi/İbadet	13.91	5.11	15.20	4.82	-2.42	400	0.016*
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	63.50	10.02	63.86	10.41	-0.32	400	0.746
Kendini Kabul	11.02	2.49	10.65	2.58	1.34	400	0.180
Bireysel Gelişim	11.48	2.67	12.23	2.57	-2.67	400	0.008*
Hayatın Amacı	8.15	2.75	7.96	2.99	0.61	400	0.540
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	11.31	2.83	11.65	2.71	-1.13	400	0.259
Çevresel Hakimiyet	10.75	2.44	10.58	2.29	0.66	400	0.509
Özerklik	10.79	2.38	10.80	2.56	-0.03	400	0.979

* $p < .05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Tablodaki veriler incelendiğinde, Manevi Başa Çıkma alt boyutu, Anlam Arayışı alt boyutu, Manevi Hoşnutluk alt boyutu, Bağlantı alt boyutu, Psikolojik İyi Olma Ölçeği, Kendini Kabul, Hayatın Amacı, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler, Çevresel Hakimiyet, Özerklik cinsiyete göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arası anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir ($p > .05$).

Maneviyat Ölçeğinden ($t(400) = -2.08$, $p < .05$), Aşknlık alt ölçeğinden ($t(239.18) = -3.02$, $p < .05$), Manevi Yaşantı alt ölçeğinden ($t(196.94) = -2.24$, $p < .05$), Tabiatla Uyum alt ölçeğinden ($t(400) = -3.24$, $p < .05$), Kısa Dindarlık Ölçeğinden ($t(214.14) = -2.23$, $p < .05$), İnanç/Etki alt ölçeğinden ($t(213.11) = -2.00$, $p < .05$), Bilgi/İbadet alt boyutlarından ($t(400) = -2.42$, $p < .05$), Bireysel Gelişim alt boyutlarından ($t(400) = -2.67$, $p < .05$) cinsiyetlerine göre değerlendirildiğinde, karşılaştırılan gruplar arası anlamlı bir farklılıkların varlığı tespit edilmiştir. Ölçeklerin ortalamaları incelenildiğinde erkeklerin almış oldukları puanların, kadınların puanlarına göre daha fazla oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4.3: Medeni Duruma Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Bekar		Evli		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	$\bar{X}$	<i>SS</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>			
Maneviyat Ölçeği	110.33	12.74	115.94	11.00	-4.60	323.977	0.000*
Manevi Başa Çıkma	22.60	2.33	23.80	1.81	-5.58	300.314	0.000*
Aşkınlık	8.25	1.50	8.38	1.35	-0.93	400	0.353
Manevi Yaşantı	17.96	4.54	19.97	4.04	-4.68	400	0.000*
Anlam Arayışı	18.04	2.36	18.47	2.10	-1.90	400	0.058
Manevi Hoşnutluk	13.73	4.02	15.20	3.75	-3.74	400	0.000*
Bağlantı	18.89	1.56	19.28	1.21	-2.70	299.355	0.007*
Tabiatla Uyum	10.87	2.96	10.84	2.94	0.09	400	0.931
Kısa Dindarlık Ölçeği	31.50	10.44	34.25	11.28	-2.48	400	0.013*
İnanç/Etki	17.33	6.34	18.99	6.60	-2.53	400	0.012*
Bilgi/İbadet	14.17	4.68	15.26	5.08	-2.19	400	0.029*
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	62.23	10.95	64.82	9.66	-2.50	400	0.013*
Kendini Kabul	10.29	2.70	11.09	2.40	-3.15	400	0.002*
Bireysel Gelişim	12.15	2.67	11.89	2.58	0.97	400	0.335
Hayatın Amacı	7.68	3.03	8.26	2.81	-1.96	400	0.050
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	11.23	2.99	11.77	2.55	-1.94	400	0.053
Çevresel Hakimiyet	10.31	2.34	10.86	2.32	-2.33	400	0.020*
Özerklik	10.57	2.47	10.95	2.51	-1.48	400	0.139

* $p < .05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Aşkınlık, Anlam Arayışı, Tabiatla Uyum, Bireysel Gelişim, Hayatın Amacı, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler, Özerklik alt boyutundan alınan puanlar medeni duruma göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmemiştir ($p > .05$).

Maneviyat Ölçeğinden ($t(323.977) = -4.60, p < .05$), Manevi Başa Çıkma alt ölçeğinden ($t(300.314) = -5.58, p < .05$), Manevi Yaşantı alt ölçeğinden ($t(400) = -4.68, p < .05$), Manevi Hoşnutluk alt ölçeğinden ($t(400) = -3.74, p < .05$), Bağlantı alt ölçeğinden ($t(299.355) = -2.70, p < .05$), Kısa Dindarlık Ölçeğinden ($t(400) = -2.48, p < .05$),

İnanç/Etki alt ölçeğinden ($t(400)=-2.53, p<.05$), Bilgi/İbadet alt ölçeğinden ($t(400)=-2.19, p<.05$), Psikolojik İyi Olma Ölçeğinden ($t(400)=-2.50, p<.05$), Kendini Kabul alt ölçeğinden ($t(400)=-3.15, p<.05$), Çevresel Hakimiyet alt ölçeğinden ($t(400)=-2.33, p<.05$) aldıkları puanlar medeni duruma göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde evlilerin puanları bekarlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4.4: Gelir Durumuna Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Bağımlı Değişkenler	Orta		İyi		<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
	$\bar{X}$	<i>SS</i>	$\bar{X}$	<i>SS</i>			
Maneviyat Ölçeği	112.58	12.25	115.81	11.36	-2.52	400	0.012*
Manevi Başa Çıkma	23.12	2.22	23.68	1.85	-2.63	293.818	0.009*
Aşknlık	8.18	1.48	8.63	1.23	-2.95	400	0.003*
Manevi Yaşantı	19.00	4.46	19.43	4.14	-0.92	400	0.358
Anlam Arayışı	18.27	2.23	18.34	2.20	-0.33	400	0.745
Manevi Hoşnutluk	14.27	3.84	15.27	4.04	-2.38	400	0.018*
Bağlantı	19.01	1.43	19.34	1.23	-2.34	285.484	0.020*
Tabiatla Uyum	10.72	2.98	11.13	2.86	-1.30	400	0.193
Kısa Dindarlık Ölçeği	32.08	11.19	35.30	10.32	-2.84	267.303	0.005*
İnanç/Etki	17.67	6.66	19.66	6.05	-2.97	271.231	0.003*
Bilgi/İbadet	14.41	4.99	15.65	4.75	-2.36	400	0.019*
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	62.16	10.35	67.13	9.30	-4.63	400	0.000*
Kendini Kabul	10.46	2.55	11.41	2.44	-3.52	400	0.000*
Bireysel Gelişim	11.77	2.66	12.49	2.47	-2.59	400	0.010*
Hayatın Amacı	7.82	2.98	8.45	2.73	-2.01	400	0.045*
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	11.22	2.73	12.23	2.68	-3.50	400	0.001*
Çevresel Hakimiyet	10.39	2.27	11.14	2.40	-3.01	400	0.003*
Özerklik	10.50	2.56	11.41	2.26	-3.45	400	0.001*

* $p<.05$ Kullanılan Test: Bağımsız Örneklem T-Testi

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Manevi Yaşantı, Anlam Arayışı, Tabiatla Uyum alt boyutundan alınan puanlar ailenin yıllık gelir durumuna göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Maneviyat Ölçeğinden ($t(400)=-2.52, p<.05$), Manevi Başa Çıkma alt ölçeğinden ($t(293.818)=-2.63, p<.05$), Aşkılık alt ölçeğinden ($t(400)=-2.95, p<.05$), Manevi Hoşnutluk alt ölçeğinden ($t(400)=-2.38, p<.05$), Bağlantı alt ölçeğinden ($t(285.484)=-2.34, p<.05$), Kısa Dindarlık Ölçeğinden ($t(267.303)=-2.84, p<.05$), İnanç/Etki alt ölçeğinden ($t(271.231)=-2.97, p<.05$), Bilgi/İbadet alt ölçeğinden ($t(400)=-2.36, p<.05$), Psikolojik İyi Olma Ölçeğinden ($t(400)=-4.63, p<.05$), Kendini Kabul alt ölçeğinden ($t(400)=-3.52, p<.05$), Bireysel Gelişim alt ölçeğinden ($t(400)=-2.59, p<.05$), Hayatın Amacı alt ölçeğinden ($t(400)=-2.01, p<.05$), Diğerleriyle Olumlu İlişkiler alt ölçeğinden ($t(400)=-3.50, p<.05$), Çevresel Hakimiyet alt ölçeğinden ($t(400)=-3.01, p<.05$), Özerklik alt ölçeğinden ($t(400)=-3.45, p<.05$) aldıkları puanlar ailenin yıllık gelir durumuna göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar değerlendirildiğinde gelir durumu iyi olanların puanları orta olanlara göre daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4.5: Eğitim Durumuna Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu						F(2,399)	p	Post-Hoc
	Lise ve dengi ¹		Y.okul/ Üniversite ²		Y. lisans/ Doktora ³				
Bağımlı Değişkenler	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Maneviyat Ölçeği	114.73	11.16	112.89	12.23	115.49	12.52	1.45	0.235	-
Manevi Başa Çıkma	23.53	2.08	23.20	2.15	23.45	2.03	0.97	0.379	-
Aşkılık	8.13	1.51	8.33	1.40	8.63	1.29	2.05	0.130	-
Manevi Yaşantı	19.49	4.30	18.89	4.40	19.82	4.27	1.29	0.276	-
Anlam Arayışı	18.59	2.14	18.18	2.25	18.35	2.20	1.14	0.319	-
Manevi Hoşnutluk	14.52	3.75	14.52	4.02	15.06	3.75	0.41	0.667	-
Bağlantı	19.40	1.11	19.04	1.46	19.02	1.33	2.40	0.092	-

Tabiatla Uyum	11.07	2.98	10.72	2.94	11.16	2.92	0.76	0.468	-
Kısa Dindarlık Ölçeği	31.88	12.30	33.11	10.50	35.27	11.17	1.50	0.225	-
İnanç/Etki	17.68	7.36	18.27	6.23	19.59	6.55	1.36	0.259	-
Bilgi/İbadet	14.19	5.51	14.85	4.73	15.67	4.89	1.44	0.237	-
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	62.91	10.63	63.77	9.81	65.10	12.07	0.72	0.488	-
Kendini Kabul	10.89	2.36	10.66	2.60	11.06	2.64	0.65	0.523	-
Bireysel Gelişim	11.43	2.79	12.14	2.48	12.27	2.94	2.72	0.067	-
Hayatın Amacı	7.88	3.15	7.98	2.85	8.49	2.84	0.77	0.465	-
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	11.23	2.92	11.55	2.77	12.04	2.22	1.39	0.250	-
Çevresel Hakimiyet	10.70	2.47	10.61	2.26	10.61	2.56	0.05	0.947	-
Özerklik	10.78	2.51	10.83	2.39	10.63	3.07	0.12	0.883	-

* $p < .05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Verilen bulgulara ait sonuçlar incelendiğinde, Maneviyat Ölçeği, Manevi Başa Çıkma, Manevi Yaşantı, Aşkınlık, Anlam Arayışı, Manevi Hoşnutluk, Bağlantı, Tabiatla Uyum, Kısa Dindarlık Ölçeği, İnanç/Etki, Bilgi/İbadet, Psikolojik İyi Olma Ölçeği, Kendini Kabul, Bireysel Gelişim, Hayatın Amacı, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler, Çevresel Hakimiyet, Özerklik alt ölçeğinden aldıkları puanlar eğitim durumuna göre değerlendirildiğinde gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p > .05$).

Tablo 4.6: Yaşa Göre Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	Yaş						F(2,399)	p	Post-Hoc
	18-25 yaş ¹	26-35 yaş ²	35 yaş üzeri ³						
Bağımlı Değişkenler	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS			
Maneviyyat Ölçeği	109.18	12.83	113.10	11.53	116.28	11.21	12.37	0.000*	3,2>1
Manevi Başa Çıkma	22.58	2.33	23.18	2.08	23.76	1.92	11.07	0.000*	3>1
Aşkınlık	8.15	1.39	8.24	1.48	8.47	1.39	1.97	0.140	-
Manevi Yaşantı	17.83	4.50	19.21	3.96	19.80	4.37	7.09	0.001*	3>1
Anlam Arayışı	18.06	2.46	18.11	2.26	18.52	2.05	1.93	0.146	-

Manevi Hoşnutluk	13.21	4.05	14.15	4.13	15.58	3.48	13.85	0.000*	3,2>1
Bağlantı	18.89	1.58	19.13	1.32	19.23	1.29	1.96	0.143	-
Tabiatla Uyum	10.47	3.07	11.08	2.75	10.93	2.97	1.29	0.276	-
Kısa Dindarlık Ölçeği	30.18	10.30	33.31	10.39	34.56	11.45	5.43	0.005*	3>1
İnanç/Etki	16.63	6.24	18.46	6.38	19.11	6.64	4.96	0.007*	3>1
Bilgi/İbadet	13.55	4.69	14.85	4.42	15.45	5.24	5.04	0.007*	3>1
Psikolojik İyi Olma Ölçeği	61.13	10.92	63.01	10.27	65.58	9.60	6.84	0.001*	3>1
Kendini Kabul	10.37	2.72	10.53	2.67	11.10	2.35	3.38	0.035*	3>1
Bireysel Gelişim	12.27	2.58	12.00	2.76	11.85	2.56	0.85	0.427	-
Hayatın Amacı	7.24	3.00	7.79	2.79	8.57	2.84	7.66	0.001*	3>1
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	10.83	3.04	11.60	2.70	11.89	2.55	5.06	0.007*	3>1
Çevresel Hakimiyet	9.90	2.26	10.68	2.33	11.00	2.31	7.63	0.001*	3,2>1
Özerklik	10.50	2.30	10.42	2.59	11.16	2.51	4.06	0.018*	3>1

* $p<.05$ Kullanılan Test: Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Maneviyat Ölçeğinden $F(2.399)=12.37$, $p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 26-35 yaş arası ve 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Manevi Başa Çıkma alt ölçeğinden($F(2.399)=11.07$, $p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Games-Howell bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Manevi Yaşantı alt ölçeğinden($F(2.399)=7.09$, $p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Manevi Hoşnutluk alt ölçeğinden $F(2.399)=13.85, p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 26-35 yaş arası ve 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Kısa Dindarlık Ölçeğinden $(F(2.399)=5.43, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

İnanç/Etki alt ölçeğinden $(F(2.399)=4.96, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Bilgi/İbadet alt ölçeğinden $(F(2.399)=5.04, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Games-Howell bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Psikolojik İyi Olma Ölçeğinden $(F(2.399)=6.84, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Kendini Kabul alt ölçeğinden $(F(2.399)=3.38, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Hayatın Amacı alt ölçeğinden $(F(2.399)=7.66, p<.05)$ aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir.

Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Diğerleriyle Olumlu İlişkiler alt ölçeğinden ($F(2.399)=5.06, p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Çevresel Hakimiyet alt ölçeğinden ($F(2.399)=7.63, p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 26-35 yaş arası ve 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

Özerklik alt ölçeğinden ($F(2.399)=4.06, p<.05$) aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına sonuçları ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldığı puanları 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldığı gözlemlenmiştir.

4.3. Korrelasyon Analizi

Bu kısımda, araştırmaya ait ölçeklerin birbirleri arasındaki ilişkisinin değerlendirmek amacıyla Pearson Korrelasyon analizi kullanılmış erişilen veriler aşağıda belirtilmiştir.

Tablo 4.7: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1-Maneviyat Ölçeği	1											
2-Manevi Başa Çıkma	.79*	1										
3-Aşklnlık	.53*	.38*	1									
4-Manevi Yaşantı	.76*	.61*	.28*	1								
5-Anlam Arayışı	.65*	.52*	.34*	.39*	1							

6-Manevi Hoşnutluk	.58*	.36*	.15*	.22*	.19*	1												
7-Bağlantı	.61*	.56*	.28*	.33*	.43*	.30*	1											
8-Tabiatla Uyum	.59*	.29*	.43*	.32*	.34*	.10*	.29*	1										
9-Kısa Dindarlık Ölçeği	.32*	.32*	.11*	.30*	.16*	.23*	.25*	.04	1									
10-İnanç/Etki	.30*	.31*	.11*	.29*	.15*	.22*	.23*	.01	.97*	1								
11-Bilgi/İbadet	.31*	.31*	.10*	.28*	.16*	.22*	.24*	.07	.95*	.84*	1							
12-Psikolojik İyi Olma Ölçeği	.41*	.28*	.18*	.13*	.17*	.54*	.25*	.22*	.31*	.27*	.34*	1						

Tablo 4.7: Maneviyat Ölçeği, Kısa Dindarlık Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçeği Puanlarının Arasındaki İlişki (Devamı)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
13-Kendini Kabul	.36*	.26*	.10*	.11*	.12*	.53*	.28*	.15*	.25*	.24*	.25*	.74*	1					
14-Bireysel Gelişim	.14*	.11*	.05	.00	.12*	.21*	.07	.08	.15*	.13*	.16*	.58*	.32*	1				
15-Hayatın Amacı	.23*	.07	.13*	.14*	.09	.20*	.09	.23*	.19*	.15*	.23*	.56*	.30*	.16*	1			
16-Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	.32*	.28*	.18*	.15*	.14*	.37*	.19*	.09	.25*	.22*	.27*	.66*	.41*	.28*	.18*	1		
17-Çevresel Hakimiyet	.36*	.23*	.13*	.12*	.15*	.49*	.19*	.22*	.21*	.18*	.25*	.77*	.52*	.32*	.31*	.42*	1	
18-Özerklik	.21*	.15*	.08	-.01	.06	.37*	.18*	.08	.15*	.13*	.16*	.65*	.40*	.23*	.18*	.30*	.54*	1

* $p < .05$ Uygulanan testin ismi: Pearson Korelasyon Testi

Tablodaki veriler incelendiğinde, Maneviyat Ölçeği ile Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.32$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile İnanç/Etki ($r=.30$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Bilgi/İbadet ($r=.31$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği ($r=.41$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Kendini Kabul ($r=.36$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Bireysel Gelişim ($r=.14$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Hayatın Amacı ($r=.23$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeği ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler ($r=.32$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeğiyle Çevresel Hakimiyet ($r=.36$, $p<.05$), Maneviyat Ölçeğiyle, Özerklik ($r=.21$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Manevi Başa Çıkma ile Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.32$, $p<.05$), Manevi Başa Çıkma ile İnanç/Etki ($r=.31$, $p<.05$), Manevi Başa Çıkma ile Bilgi/İbadet ($r=.31$, $p<.05$), Manevi Başa Çıkma ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği ($r=.28$, $p<.05$), Manevi Başa Çıkma ile

Kendini Kabul ($r=.26, p<.05$), *Manevi Başa Çıkma ile Bireysel Gelişim* ($r=.11, p<.05$), *Manevi Başa Çıkma ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.28, p<.05$), *Manevi Başa Çıkma ile Çevresel Hakimiyet* ($r=.23, p<.05$), *Manevi Başa Çıkma ile Özerklik* ($r=.15, p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Aşkınlıkla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.11, p<.05$), *Aşkınlıkla İnanç/Etki* ($r=.11, p<.05$), *Aşkınlıkla Bilgi/İbadet* ($r=.10, p<.05$), *Aşkınlıkla Psikolojik İyi Olma Ölçeği* ($r=.18, p<.05$), *Aşkınlıkla Kendini Kabul* ($r=.10, p<.05$), *Aşkınlıkla Hayatın Amacı* ($r=.13, p<.05$), *Aşkınlıkla Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.18, p<.05$), *Aşkınlıkla Çevresel Hakimiyet* ($r=.13, p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Manevi Yaşantıyla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.30, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla İnanç/Etki* ($r=.29, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Bilgi/İbadet* ($r=.28, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Psikolojik İyi Olma Ölçeği* ($r=.13, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Kendini Kabul* ($r=.11, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Hayatın Amacı* ($r=.14, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.15, p<.05$), *Manevi Yaşantıyla Çevresel Hakimiyet* ($r=.12, p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Anlam Arayışıyla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.16, p<.01$), *Anlam Arayışıyla İnanç/Etki* ($r=.15, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Bilgi/İbadet* ($r=.16, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Psikolojik İyi Olma Ölçeği* ($r=.17, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Kendini Kabul* ($r=.12, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Bireysel Gelişim* ($r=.12, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.14, p<.05$), *Anlam Arayışıyla Çevresel Hakimiyet* ($r=.15, p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Manevi Hoşnutlukla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.23, p<.05$), *Manevi Hoşnutlukla İnanç/Etki* ($r=.22, p<.05$), *Manevi Hoşnutlukla Bilgi/İbadet* ($r=.22, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği* ($r=.54, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Kendini Kabul* ($r=.53, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Bireysel Gelişim* ($r=.21, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Hayatın Amacı* ($r=.20, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.37, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Çevresel Hakimiyet* ($r=.49, p<.05$), *Manevi Hoşnutluk ile Özerklik* ($r=.37, p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Bağlantıyla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.25$, $p<.05$), *Bağlantı ile İnanç/Etki* ($r=.23$, $p<.05$), *Bağlantı ile Bilgi/İbadet* ($r=.24$, $p<.05$), *Bağlantı ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği* ($r=.25$, $p<.05$), *Bağlantı ile Kendini Kabul* ($r=.28$, $p<.05$), *Bağlantı ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.19$, $p<.05$), *Bağlantı ile Çevresel Hakimiyet* ($r=.19$, $p<.05$), *Bağlantıyla Özerklik* ($r=.18$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Tabiat Uyumuyla Kısa Dindarlık Ölçeği ($r=.22$, $p<.05$), *Tabiat Uyumuyla Kendini Kabul* ($r=.15$, $p<.05$), *Tabiatla Uyumuyla Hayatın Amacı* ($r=.23$, $p<.05$), *Tabiat Uyumuyla Çevresel Hakimiyet* ($r=.22$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Psikolojik İyi Olma Ölçeği ($r=.31$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Kendini Kabul* ($r=.25$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Bireysel Gelişim* ($r=.15$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Hayatın Amacı* ($r=.19$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.25$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Çevresel Hakimiyet* ($r=.21$, $p<.05$), *Kısa Dindarlık Ölçeğiyle Özerklik* ($r=.15$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

İnanç/Etki ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği ($r=.27$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Kendini Kabul* ($r=.24$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Bireysel Gelişim* ($r=.13$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Hayatın Amacı* ($r=.15$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.22$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Çevresel Hakimiyet* ($r=.18$, $p<.05$), *İnanç/Etki ile Özerklik* ($r=.13$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

Bilgi/İbadet ile Psikolojik İyi Olma Ölçeği ($r=.34$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Kendini Kabul* ($r=.25$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Bireysel Gelişim* ($r=.16$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Hayatın Amacı* ($r=.23$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Diğerleriyle Olumlu İlişkiler* ($r=.27$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Çevresel Hakimiyet* ($r=.25$, $p<.05$), *Bilgi/İbadet ile Özerklik* ($r=.16$, $p<.05$) değişkenliklerin aralarında pozitif korelasyonların varlığı tespit edilmiştir.

4.4. Regresyon Analizi

Bu kısımda, araştırmanın bağımsız değişkenlerinin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcılığını test etmek amacıyla Basit Doğrusal Regresyon analizi uygulanmıştır. Bulgulara ait tablolar aşağıda aktarılmıştır.

Tablo 4. 8: Maneviyat Düzeyinin ve Dindarlığın Psikolojik İyi Olmayı Yordamasına İlişkin Bulgular

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>SH</i>	<i>β</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>%95 GA</i>	
						<i>Alt Sınır</i>	<i>Üst Sınır</i>
Sabit	24.24	4.36		5.56	0.000*	15.68	32.81
Maneviyat Ölçeği	0.29	0.04	0.34	7.29	0.000*	0.21	0.37
Kısa Dindarlık Ölçeği	0.19	0.04	0.20	4.23	0.000*	0.10	0.27
<i>R=.45 R²=.20 F_(2,399)=50.46 p=0.000*</i>							

**p*<.05; Not, GA: Güven Aralığı

Regresyon tablosuna ait sonuçlar incelendiğinde, maneviyat düzeyi ve dindarlığın psikolojik iyi olmayı yordamaktadır. R² değeri .20 olup, yordayıcının netice değişkenliklerindeki varyansın %20'sini açıkladığı görülmektedir (F(2,399)=50.46, *p*<.001). Bulguların sonucu olarak, maneviyat düzeyinin psikolojik iyi olmayı pozitif yönde yordadığını ($\beta=.34$ *p*<.05), dindarlığın psikolojik iyi olmayı pozitif yönde yordadığını ($\beta=.20$ *p*<.05) göstermektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu son bölümde araştırma sonuçlarına, bulgular üzerinden geliştirilen önerilere değinilmiş, tartışmalar üzerinde durulmuştur.

5.1.Genel Değerlendirme ve Tartışma

5.1.1. Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluşlarının Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Tartışma

5.1.1.1. Cinsiyete Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş

Bu araştırmanın önemli alt problemlerinden biri olan “Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş düzeyleri, cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?” sorusuna cevaben elde edilen veriler cinsiyete göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanların sonuçları değerlendirildiğinde; katılımcıların maneviyat ölçeğinden, manevi başa çıkma alt ölçeği, mana arayışı alt ölçeği ve manevi hoşluk ile bağlantı alt ölçeklerinden; psikolojik iyi olma ölçeği, kendini kabul, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, özerklik alt ölçeklerinden aldıkları puanlar cinsiyete göre değerlendirildiğinde, ölçeklerden elde edilen ortalama puanlar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Bununla birlikte maneviyat ölçeğinden, aşkınlık alt ölçeğinden, manevi yaşantı alt ölçeğinden, tabiatla uyum alt ölçeğinden ve kısa dindarlık ölçeğinde; inanç/etki alt ölçeğinden, bilgi/ibadet alt ölçeğinden, psikolojik iyi oluş ölçeğinin bireysel gelişim alt ölçeğinden aldıkları puanlar cinsiyet değişkeni bakımından incelendiğinde, ölçeklerden alınan ortalama puanların arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ölçeklerden alınan ortalama puanlar incelendiğinde, erkeklerin kadınlara göre daha fazla puana sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, araştırmanın cinsiyete göre kişilerin dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılık vardır fikrini desteklemektedir. Erkeklerin ibadetlerine camide devam etmesi manevi hayatını etkileyebilir ve bu durumda maneviyatın stres gibi duyguları iyileştirme noktasında olumlu bir rolünün olduğu söylenebilir.

Yapılan literatür araştırmasında; Dinç (2007: 85) tarafından ele alınan çalışmada kadınların erkeklere göre daha derin dini tutum eğilimi içerisinde olduğu görülmüştür. Korkmaz'ın (2020: 85) yaptığı çalışmada dindarlık konusunda cinsiyet değişkenine göre kadınların daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Vural'ın (2016: 72) araştırmasında da kadınların dindarlık düzeylerinin erkeklerin dindarlık düzeylerinden daha yüksek bir puanda olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyetlere göre grup ortalamaları kıyaslandığında, erkeklerin kadınlardan daha yüksek puanlar elde ettiği görülmüştür. Tura'nın (2019: 68) ve Uysal'ın (2003: 68) araştırmaları, bu sonucu destekler nitelikte, dindarlıkta erkeklerin kadınlara kıyasen daha yüksek bir ortalamaya sahip olduklarını ortaya koymuştur.

Kalaycı (2019: 107), Masat (2018: 51) ve Dursun (2019: 40), yaptıkları çalışmalarda kadınların maneviyat düzeylerinin erkeklerin maneviyat düzeylerinden anlamlı bir derece farklılaştığına dair sonuçlar elde etmişlerdir. Literatür gözden geçirildiğinde, cinsiyet ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı farklar bulan çalışmaların yanı sıra tam tersi sonuçlara ulaşan çalışmaların da var olduğu görülmektedir. Tura (2019: 69) kadınların psikolojik açıdan daha iyi bir hissetmeye sahip olduklarını tespit ederken, Göcen (2012: 198), Kocaman (2019: 51) ve Demirtaş (2016: 68) yaptıkları çalışmalarda bu durumun tam tersine seyreden sonuçlar elde etmişlerdir.

5.1.1.2. Medeni Duruma Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş

Katılımcıların medeni durumuna göre dindarlık, maneviyat ve psikolojik olarak iyi oluş düzeylerinde herhangi bir farklılaşma durumunun var olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan veri analizleri sonucunda; aşkınlık, anlam arayışı, tabiat uyum, hayatın amacı, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik gibi alt ölçeklerde medeni duruma göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmez iken yetişkin bireylerin maneviyat ölçeğinden manevi başa çıkma, manevi yaşam, manevi hoşnutluk ve bağlantı alt ölçeklerinden aldıkları puanlar, kısa dindarlık ölçeğinden, inanç/etki ve bilgi/ibadet alt ölçeğinden alınan ortalamalar ve psikolojik iyi olma ölçeğinden kendini kabul ve çevresel hakimiyet alt ölçeklerinden alınan ortalamalar incelendiğinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Evli olanların aldığı puanların, bekar olanların aldıkları puana kıyaslanması sonucunda anlamlı bir seviyede daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Dolayısıyla evli bireyler bekar bireylere göre daha yüksek bir psikolojik iyi oluşa sahiptirler. Buradan hareketle

evli ve mutlu bireylerin çoğunun aidiyet duygusu yaşadığı ve tamamlanma ihtiyacı karşılandığı için kendilerini bekarlara göre daha iyi hissettikleri söylenebilir.

Literatüre bakıldığında Tura (2019: 73) çalışmasında medeni durum ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu gözlemlenmiştir. Evli olan bireylerin bekar olanlara göre daha dindar olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde Vural (2016: 77) da çalışmasında evli olan bireylerin bekarlara göre daha dindar olduğunu bulmuştur. Dursun (2019: 43) ve Sarı (2022: 42) çalışmalarının maneviyat ölçeği puanları medeni duruma göre incelendiğinde, gruplar arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Göcen (2012: 158) çalışmasının sonucuna göre, evli bireylerin bekar bireylere göre psikolojik iyi oluş ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığı bulunmamakla birlikte psikolojik iyi oluşun alt boyutu olan hayatın anlamı ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Tura (2019: 74) da çalışmasında psikolojik iyi oluş ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişkinin varlığına değinmiş, evli bireylerin bekar bireylere göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Söz konusu çalışmalar, bu araştırmanın sonuçlarını da destekleyici bir niteliğe sahiptir.

5.1.1.3. Gelir Durumuna Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş

Bu araştırmada katılımcıların gelir düzeylerine göre dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi olma düzeylerinde farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. T testinden elde edilen bulgulardan hareketle, katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlar gelir durumuna göre incelendiğinde, maneviyat ölçeğinden, manevi yaşantı, anlam arayışı, tabiatla uyum alt boyutlarından alınan puanlar ailenin yıllık gelir durumuna göre incelendiğinde karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmemiştir. Bununla birlikte maneviyat ölçeğinin, manevi başa çıkma, aşkınlık, manevi hoşnutluk ve bağlantı alt ölçeklerinden, kısa dindarlık ölçeğinin inanç/etki ve bilgi/ibadet alt ölçeklerinden, psikolojik iyi olma ölçeğinin kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet ve özerklik alt ölçeklerinden alınan puanlar ailenin yıllık gelir durumuna göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Gelir durumu iyi olanların, gelir durumu orta olanlara göre anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Dolayısıyla gelir durumu arttıkça maneviyat düzeylerinin de arttığını söylemek mümkündür. Bu durum göstermektedir ki yüksek gelire sahip bireylerin refah içinde yaşamaları, maneviyat ve psikolojik iyi oluş ilişkilerini anlamlı düzeyde ve pozitif yönde

etkilemektedir. Yapılan literatür incelemesinde; Tosyalıoğlu (2021 s. 62), çalışmasında gelir durumu ile maneviyat arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığına ulaşırken gelir durumu ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir farklılık olduğuna ulaşmıştır. Sarı (2022: 46), çalışmasında; gelir düzeyine göre maneviyat ölçeğinden ve ölçeğin; manevi başa çıkma-aşkınlık alt boyutları, manevi yaşantı alt boyutu, anlam arayışı alt boyutu, bağlantı ve tabiatla uyum alt boyutlarından elde edilen verilerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını saptamıştır. Ayrıca çalışmasında; gelir düzeyine göre psikolojik iyi hissetme ölçeğindeki özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam hedefi ve kendini kabul gibi alt boyutlarından elde edilen puanlar arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Vural (2016: 80), çalışmasında gelir durumuna göre dindarlık ölçeği sonucunda, gelir düzeyinin diğerlerine oranla daha yüksek olanların dindarlık açısından daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte yaptığı çalışmada gelir durumuna göre psikolojik olarak iyi olma ölçeğinden elde edilen veriler neticesinde gelir durumlarının, psikolojik olarak iyi oluşta pozitif yönde güçlü bir şekilde anlamlı farklılaşma olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tekin (2014: 65), Sandıkçı (2014: 53) ve Cengiz (2018: 36) yaptıkları çalışmalarda, katılımcıların gelir durumlarıyla psikolojik iyi olma durumları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Demirci (2012: 114), Turgut (2014: 96) ve Savaş'ın (2019: 46) yaptıkları araştırma sonucuna göre insanların gelir durumunda bir artış oldukça psikolojik olarak iyi olma düzeylerinde bir artış olmaktadır. Dolayısıyla gelir düzeyi ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir farklılık vardır neticesine ulaşmışlardır. Bu da bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

5.1.1.4. Eğitim Durumuna Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş

“Yetişkin bireylerin eğitim durumuna göre dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeyinde anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna bu bölümde cevap aranmış ve elde edilen veriler ışığında maneviyat ölçeğinden hareketle; manevi başa çıkma-aşkınlık alt boyutları, manevi yaşantı alt boyutu, anlam arayışı alt boyutu, manevi hoşnutluk alt boyutu, bağlantı ve tabiatla uyum alt boyutu, kısa dindarlık ölçeğinden hareketle; inanç/etki, bilgi/ibadet, psikolojik iyi olma ölçeği, kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, özerklik alt boyutları eğitim durumuna göre incelendiğinde; karşılaştırılan gruplar arası anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir. Araştırma kapsamında yapılan literatür incelemesinde, Sarı

(2022: 49) çalışmasında maneviyat ölçeğinin ve psikolojik iyi oluş ölçeğinin eğitim düzeylerine göre değişim gösterip göstermediği konusunda elde ettiği puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığına ulaşmıştır. Tura (2019: 78) ve Vural (2016: 69) yaptıkları çalışmada dindarlık ölçeğinin ve psikolojik iyi oluş ölçeğinin eğitim düzeylerine göre değişim gösterip göstermediği konusunda elde ettikleri sonuçlarda dindarlık ve eğitim ile psikolojik iyi olma ve eğitim durumu arasında bir ilişki vardır neticesini elde etmişlerdir.

5.1.1.5. Yaşa Göre Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş

Yetişkin bireylerin yaşlarına göre dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığı değerlendirilmiş ve bireyler yaşlarına göre üç farklı grupta ele alınmıştır (18-25, 25-35, 35 ve üzeri olmak üzere). “Yaşa göre kişilerin dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna bu bölümde cevap aranmış ve elde edilen veriler ışığında maneviyat ölçeğinden hareketle aldıkları puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına göre sonuç ele alındığında, 26-35 yaş arası ve 35 yaş üzeri olanların aldıkları puanlar, 18-25 yaş arasında olan bireylere göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir.

Manevi başa çıkma alt ölçeğinden alınan puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Games-Howell bulgularına göre sonuçlar ele alındığında, 35 yaş üzeri olan bireylerin aldıkları puanlar, 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Manevi yaşantı alt ölçeğinden alınan puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına göre sonuçlar ele alındığında, 35 yaş üzeri olanların aldıkları puanlar, 18-25 yaş arasında olan bireylere göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Manevi hoşnutluk alt ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına göre sonuçlar ele alındığında, 26-35 yaş arası ve 35 yaş üzeri olan bireylerin aldıkları puanlar, 18-25 yaş arasında olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Yapılan bu araştırma sonucunda manevi başa çıkma, manevi yaşantı ve manevi hoşnutluk düzeylerini belirlemede yaşın önemli bir etkisinin olduğu ortaya çıkmaktadır. Yaş

ilerledikçe aşkın bir güce bağlı olma ve bu güce sığınma isteği artabilir. Bu durum bireyin yaş aldıkça maneviyattan destek alarak problemleriyle baş edebilme gücünün arttığını gösterebilir.

Kısa dindarlık ölçeğinden ve inanç/etki, bilgi/ibadet alt ölçeklerinden hareketle alınan puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular sonucunda 35 yaş üzeri olanların aldıkları puanlar, 18-25 yaş arası olanlara göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puan aldıkları gözlemlenmiştir. Bu bulgulardan hareketle, yaş ilerledikçe bireylerin ibadetlerine daha fazla zaman ayırıp dini ritüellerini yerine getirerek psikolojik iyi oluşlarını destekledikleri sonucuna ulaşılabilir.

Psikolojik iyi olma ölçeğinden; kendini kabul, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve özerklik alt ölçeklerinden hareketle, alınan puanlar yaşa göre incelendiğinde, karşılaştırılan gruplar arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmiştir. Tukey bulgularına göre sonuçlar ele alındığında, 35 yaş üzerinde olan bireylerin aldıkları puanlar, 18-25 yaş arasında olan bireylere göre kıyaslandığında anlamlı seviyede yüksek puanlar aldıkları gözlemlenmiştir. Yaşın, psikolojik iyi oluş düzeyini belirlemede önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir. Yaş ilerledikçe bireyin kendini tanıması, olumlu ve olumsuz özellikleriyle kendini kabul etmesi psikolojik açıdan iyimserliğini arttırabilir. Bu sonuçlar, araştırmanın yaşa göre kişilerin dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılık vardır fikrini desteklemektedir.

Alan yazını incelendiğinde, dindarlıkla yaş arasında olumlu bir ilişkinin olduğuna dair araştırma bulgusuna rastlanılmaktadır (Tura 2019: 71; Vural 2016: 75). Kılıç (2019: 72), Dursun (2019: 42) ve Tosyalıoğlu (2021: 47) ise, maneviyat ve yaş arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan literatür incelemesinde Girgin (2018: 50) ve Cengiz (2018: 35) yaş ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğunu tespit ederken, Ekşioğlu (2011: 60), Tütüncü (2012: 38) ve Savaş (2019: 38) yaş ile psikolojik açıdan iyi olma, iyi hissetme arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusuna ulaşmışlardır.

5.1.2. Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Değişkenleri Arasındaki İlişki

Bu çalışmada yetişkin bireylerin dindarlık, maneviyat ve psikolojik açıdan iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki durumları incelenmiştir. Yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi vb.

değişkenlerle psikolojik iyi oluş, maneviyat ve dindarlık arasında anlamlı bir farklılaşma olma veya olmama durumu ele alınmıştır.

Maneviyat ölçeği ile kısa dindarlık ölçeği; inanç/etki, bilgi/ibadet alt boyutları, maneviyat ölçeği ile psikolojik iyi olma ölçeği; kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, özerklik alt boyutları arasında düşük ve orta düzeyde pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Maneviyat ölçeği ile dindarlık ölçeği sonuçları incelendiğinde bu iki ayrı ölçeğin psikolojik iyi olma halini pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Bu sonuç araştırmanın alt problemi olan *“Dindarlık ve maneviyat, bireydeki psikolojik iyi oluş düzeyini yordamakta mıdır?”* sorusunun cevabı: *“Dindarlık ve maneviyat, bireydeki psikolojik iyi oluş düzeyini yordamaktadır”* şeklinde cevap verilebilir. Bu durumda bireylerin maneviyat düzeyleri ile dindarlık düzeyleri arttığında psikolojik iyi oluş düzeylerinde de artış olduğu görülmektedir. O halde dindarlık ve maneviyat, ruhsal açıdan bireylere iyi bir enerji motivasyonu sağlamaktadır. Buradan hareketle bireylerin, hayatın amacını bulma, kendi var oluşlarını destekleme, özerklik kazanma ve en önemlisi kendini kabul noktasındaki ihtiyaçlarını, güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmesi açısından mistik eğilimlerin olumlu yönde etkisi olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Diğer taraftan kabul edilen, benimsenen ve içselleştirilen dinden memnun olmanın, o inancın getirilerini uygulamanın, bireylerin ruhsal durumunu olumlu yönde etkilediği ve iyi bir durumda olduğunu gösteren doğrudan belirtilerdendir. Dolayısıyla maneviyat ve dindarlık, iyi oluş üzerinde doğrudan etkilidir.

Manevi başa çıkma ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki, bilgi/ibadet alt ölçekleri ile manevi başa çıkma ve psikolojik iyi olma ölçeği; kendini kabul, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, özerklik alt boyutları arasında düşük ve orta düzeyde pozitif korrelasyon saptanmıştır. Bu sonuca göre yetişkin bireylerin manevi başa çıkma düzeyleri arttıkça dindarlık ölçeği alt boyutlarında ve psikolojik iyi oluş ölçeği alt boyutlarında artış olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, bu araştırmanın manevi başa çıkma ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir. Bu durumda manevi başa çıkma yetisi, bireylerin psikolojik olarak iyimserliğini artırmaktadır. Günlük hayattaki zorluklara anlam arayan bireylerin inançlı olmasının, manevi başa çıkmadaki başarılarını etkilediği söylenebilir.

Aşkınlık ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki, bilgi/ibadet alt ölçekleri, aşkınlık ile psikolojik iyi olma ölçeği; kendini kabul, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu durumda, yetişkin bireylerin maneviyat ölçeğinin alt boyutundan aşkınlık arttıkça bireylerin dindarlık ve psikolojik iyi olma alt boyutlarında artma olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, bu araştırmanın aşkınlık ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir. Araştırmanın bu sonucu, bireyin; kendisini koruyan, her daim yanında olan, gözeten, mutlak bir gücün var olduğunu bilmesinin, ruhsal dengesini koruması ve iyi hissetmesi açısından olumlu etki gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Manevi yaşantı ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki bilgi/ibadet alt boyutları, manevi yaşantı ile psikolojik olarak iyi olabilme ölçeği; kendini kabul, hayatın hedefi, diğer insanlarla olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet alt ölçeklerinin aralarında pozitif korrelasyonların varlığı saptanmıştır. Bu sonuca göre maneviyat ölçeği alt boyutu olan manevi yaşantı arttıkça dindarlık ve psikolojik iyi olma alt boyutlarında da artış görülmektedir. Bu sonuçlar araştırmanın manevi yaşantı ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir. Buradan hareketle, manevi yaşantıyı benimseyen bireyin, kendini kabul noktasında daha başarılı olabileceği ve sosyal hayatında daha olumlu ilişkiler kurabileceği anlaşılmaktadır.

Anlam arayışı ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki, bilgi/ibadet alt boyutları ile anlam arayışı ve psikolojik iyi olma ölçeği; kendini kabul, anlam arayışı, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve çevresel hakimiyet alt boyutları arasında düşük düzey pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu durumda, maneviyat ölçeğinin alt boyutu olan anlam arayışı arttıkça dindarlık ve psikolojik iyi olma ölçeğinin alt boyutlarında artış görülmektedir. Bu sonuçlar anlam arayışı ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir.

Manevi hoşnutluk ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki, bilgi/ibadet alt ölçekleri, manevi hoşnutluk ile psikolojik iyi oluş ölçeği; kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler çevresel hakimiyet ve özerklik alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu durumda, yetişkin bireylerin maneviyat ölçeğinin alt boyutundan manevi hoşnutluk arttıkça bireylerin dindarlık ve psikolojik iyi olma alt boyutlarında artış olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar manevi hoşnutluk ile

dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir.

Bağlantı ile kısa dindarlık ölçeği, inanç/etki bilgi/ibadet alt boyutları, bağlantı ile psikolojik iyi olma ölçeği; kendini kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet ve özerklik alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu durumda, maneviyat ölçeğinin alt boyutundan bağlantı arttıkça bireylerin dindarlık ve psikolojik iyi olma alt boyutlarında artış olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, bağlantı ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir.

Tabiatla uyum ile kısa dindarlık ölçeği, tabiatla uyum ile kendini kabul, tabiatla uyum ile hayatın amacı, tabiatla uyum ile çevresel hakimiyet alt boyutları arasında pozitif yönlü korrelasyonlar tespit edilmiştir. Bu neticeye göre, yetişkin bireylerin maneviyat ölçeğinin alt boyutundan tabiatla uyum düzeyi arttıkça dindarlık ve psikolojik iyi olma alt boyutlarında artış olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, araştırmanın tabiat uyum ile dindarlık ve psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir.

Kısa dindarlık ölçeği ile psikolojik iyi olma ölçeği, kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet ve özerklik alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu sonuca göre bireylerin dindarlık düzeyleri arttıkça psikolojik iyi olma alt boyutlarında da artış görülmektedir. Bu sonuçlar araştırmanın dindarlık ile psikolojik iyi olma arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır fikrini desteklemektedir.

İnanç/etki ile psikolojik iyi olma ölçeği, kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet ve özerklik alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Bu sonuca göre dindarlığın alt boyutu olan inanç/etki arttıkça bireylerin psikolojik iyi olma alt boyutları da artmaktadır. Araştırmanın bu sonucunda dini inancın, bireyin hayatında sosyal ilişkilerini olumlu yönde etkileme, kendini kabul etme ve hayatın amacını anlama gibi hususlarda bireye kendini iyi hissettirdiği söylenebilir.

Bilgi/ibadet ile psikolojik iyi olma ölçeği, kendini kabul, bireysel gelişim, hayatın amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet ve özerklik alt boyutları arasında pozitif korrelasyonlar saptanmıştır. Buradan hareketle, bireyin günlük

hayatında bazı ritüellerin, ibadetlerin, derin bir inancın, kutsala bağlılığın ve bunların getirmiş olduğu psikolojik iyi olma halinin yaşanması kuvvetle muhtemeldir. Dolayısıyla bu durum; inanç, ibadet, sağlıklı ruh hali, aşkın olanı hissetme, manevi bağlantı gibi olgular, kişinin iç dinamiklerini nasıl etkilendiğini ve nasıl şekillendiğini yansıtmaktadır.

Bütün bu sonuçlar ışığında, araştırmanın ana problemini “Dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında bir ilişki var mıdır, var ise bu ilişkinin yönü nedir?” sorusu oluşturmaktadır. Uygulanan ölçekler neticesinde dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür incelemesi sonucunda maneviyat ve dindarlığın psikolojik iyi olma üzerinde bir ilişkisi bulunduğu ve bunlar arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu yönünde çalışmalara da rastlanmıştır. Saleem (2017: 422), Akman (2020: 70), Tosyalıoğlu (2021: 80), Kalaycı (2019: 103) ve Toprak’ın (2018: 79) yaptıkları çalışmalarda benzer sonuçlara ulaştıkları görülmektedir.

Daha önce belirtildiği gibi dindarlık ve maneviyat, psikolojik olarak kendini iyi hissetme, iyi olma gibi durumlar üzerinde etkili olan önemli unsurlardandır. Kişinin zihinsel sağlığına özen göstermesi somut ve olumlu sonuçlar ortaya koymaktadır. Yapılan bazı araştırmaların bulguları da bu gerçeği doğrulamaktadır. Kişinin ruhsal sağlığının desteklenmesi hem toplumsal hem de bireysel huzur açısından göz ardı edilmemesi gereken bir husustur.

5.2. Sonuç ve Öneriler

Tarih boyunca felsefi düşünürler, insanların mutlulukları üzerinde etki eden durumları incelemişler ve farklı bakış açılarıyla bu sonuçları belirtmişlerdir. Dolayısıyla insanların psikolojik iyi olma hallerini, mutlulukla ilgili teorilerine dayanarak ifade etmişlerdir. Dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş ayrı ayrı incelenmişken, bu çalışma bu üç alan arasındaki ilişkiyi ele almaktadır. Bu araştırma, bu alanda sınırlı olan bilgiye katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Çalışmanın esas sonuçlarından biri, dindarlık, maneviyat ve psikolojik açıdan iyi oluş arasında bir ilişkinin olduğunu göstermesidir. Uygulanan ölçeklerin neticelerine dayanarak yapılan istatistiksel analizler, dindarlık ve maneviyatı yüksek olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu da temel sorun olan “Dindarlık ve maneviyat ile psikolojik iyi oluş arasında bir ilişki

var mıdır, var ise bu ilişkinin yönü nedir?” sorusunu olumlu yönde cevaplamaktadır. Dindarlık ve psikolojik iyi olma hali, psikolojik iyi oluş ve maneviyatla ilgili yapılan araştırmalarda da dindarlığın psikolojik iyi olma durumu üzerinde ve maneviyatın da psikolojik iyi olma durumu üzerinde olumlu etkileri bulunmuştur. Bu çalışmada da dindarlık ve maneviyatın psikolojik iyi oluşla olumlu bir ilişkisi tespit edilmiştir. Daha dindar ya da daha manevi bir yaşam süren bireylerin psikolojik açıdan iyi olabilme düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, dindarlık ve maneviyatın insanların psikolojik iyilik halini olumlu yönde etkileyebileceği fikrini desteklemektedir. Dolayısıyla, dindarlık ve maneviyatın psikolojik iyilik halinin arttırılması ve psikolojik iyi oluşun sürdürülmesinde önemli bir rol oynayabileceği sonucuna varmak mümkündür. Elde edilen sonuçlar ışığında araştırmacılara şunlar önerilebilir:

- Bu araştırma nicel bir çalışmadır. Benzer bir konu üzerinden nitel bir araştırma yapılarak dini deneyimin ve manevi inancın bireylere psikolojik açıdan nasıl bir katkıda bulunduğu üzerinde durulabilir.
- Maneviyat ve dini pratiklerin, bireyler üzerindeki etkisini incelemek adına bir araştırma geliştirilip bireylerin psikolojik iyi hissetme potansiyellerini arttırma konusu üzerinde durulabilir.
- Bu çalışma, İstanbul’da ikamet eden yetişkin bireyler ile sınırlı tutulmuştur. Farklı şehirlerde araştırma yapılarak daha geniş bir coğrafyaya ulaşma hedefiyle çalışmalar yürütülebilir.
- Yetişkin bireyler üzerinden netice almayı hedefleyen bu çalışma, aynı ölçekleri kullanarak liselerde dindarlık, maneviyat ve iyi olma durumlarını ölçmek adına yapılan bir araştırma için örnek olabilir.
- Dindarlık, maneviyat ve psikolojik ilişkilerini daha iyi anlayabilmek, daha iyi geliştirebilmek amacıyla yapılmak istenen çalışmalarda, var olan değişkenlere farklı değişkenler dahil edilerek yeni verilere ulaşılması sağlanabilir.

KAYNAKÇA

- Afifi, E. A. (2018). *Tasavvuf İslam'da Manevi Hayat*. (E. Demirli, & A. Kartal, Çev.) İstanbul: İz Yayıncılık.
- Aka, M. (2020). *Bireysel psikolojik danışma sürecinde dini boyut: özel eğitim gereksinimli öğrenci aileleriyle yapılan bir araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Akbolat, A. (2022). *Kronik hastalarda iyi oluş ve maneviyat: nitel bir araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Albayrak, A. (2013). *Gençlerde Dua Psikolojisi*. İstanbul: Düşünce Kitabevi Yayınları.
- Albayrak, A., Yıldırım, İ., & Kurt, E. (2019, Aralık). Kanser Hastalarında Yaşam Kalitesini Etkileyen Din ve Maneviyat Üzerine Teorik Yaklaşımlar. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 21(40), 349-376.
- Ali Ulvi Mehmedoğlu, A. A. (2006). James w. Fowler ve İnanç Gelişim Teorisi. *Çukurova Üniversitesi ilahiyat Fakültesi Dergisi*, 6(1), 117-139.
- Apak, H., Acar, M. C. (2018). *Dindarlığın Bir Boyutu Olarak Maneviyat*. Mardin Artuklu Üniversitesi Yayınları.
- Arabi, İ. (2019). *Fususul Hikem*. (E. Demirli, Çev.) Alfa.
- Arslan, H. (2010). Dinle İlgili Düşünce, Tanım ve Algılamalar. *Düşünce-Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 251-270.
- Arslan, H. (2011). Dindarlık Boyutları, Algıları ve Uygulamaları. *Düşünce-Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*. 4(7), 39-61.
- Ataman, K. (2014). *Ulus Olmanın Kutsal Temeli: Sivil Din*. Ankara: Sentez Yayıncılık.
- Ayten, A. (2017). *Din Psikolojisi*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2018). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (2 b., Cilt 1). Dem Yayınları.
- Bedri, M. (2012). *Düşünme Gözlemden Tanıklığa*. İstanbul: Mahya Yayıncılık.
- Berger, P. L. (2015). *Kutsal Şemsiye Dinin Sosyolojik Teorisinin Ana Unsurları*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Bilgin, A. (2014). Din, Dindar, Dindarlık: Özeleştiril Bir Değerlendirme. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2(2), 75-84.

- Bird, J. (2015). *Din Sosyolojisi Nedir*. Lotus Yayınevi.
- Büyükcavcıoğlu, A. B. (2023). *Dindarlık, sosyal sınıf ve habitus: nicel ve nitel bir araştırma*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji*. (Ü. Şendilek, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Carrel, A. (2019). *İnsan Denen Meçhul*. (F. Z. Bayrak, Çev.) Ankara: Hayat Yayınları.
- Çapri, B. (Dü.). (2020). *Geçmişten Günümüze Kişilik Kuramları* (1 b.). Ankara: Nobel.
- Çelik, Y. (2023, Nisan). *Sıla-i rahim yalnızlık psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Dağcı, A. (2020). *Huzurevi yaşlılarının manevi gereksinimlerinin belirlenmesi ve değer odaklı manevi bakım programının umut, psikolojik iyi oluş ve tanrı algısı düzeyleri üzerindeki etkililiğinin değerlendirilmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Demiroğlu, B. (2021). *Yetişkinlerin maneviyat ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Demiröz, H. (2021). *Ergenlerde çoklu zeka, dindarlık ve maneviyat ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Doğan, M. (2014). *Dindarlık sabır ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Doğan, M. (2016). *Sabır Psikolojisi: Pozitif Psikoloji Bağlamında Bir Araştırma*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Duran, M. E. (2023). *Manevi içerikli gelişim destek programının otizm spektrum bozukluğu olan çocuk sahibi ebeveynlerin umutsuzluk, dini başa çıkma ve psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Dursun, N. (2019). *Evli ve bekar bireylerin yaşamın anlamı ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.

- Düzgüner, S. (2013). *Maneviyat algısı ve diğerkamılıkla ilişkisi (kan bağıışı örneğinde türkiye ve amerika karşılaştırmalı nitel bir araştırma)*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Eryılmaz, A. (2016). *Herkes İçin Mutluluğun Başucu Kitabı Teoriden Uygulamaya Pozitif Psikoloji*. Ankara: Pegem Akademi.
- Gültekin, A. (2023). *Ruhsal hastalığı olan bireylere verilen pozitif terapi temelli psikoeğitimin, affetme ve psikolojik iyi oluşa etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Günay, Ü. (2014). *Din Sosyolojisi*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Gürses, İ. (2010). *Dindarlık ve Kişilik*. Bursa: Emin Yayınları.
- Hayta, A. (2000). U.Ü. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psikososyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme. *Bursa: Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 9(9), 1-12.
- Horozcu, Ü. (2010). Tecrübi Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *İnanç, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi*. 7(1), 210-240.
- Horozcu, Ü. (2017). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Hökelekli, H. (2013). *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- İlk, G., Bilici, M. (2020). Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat. *Çekmece İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*. 8(17), 45-62.
- İnce, A. (2018). *Yaşlanma Sürecinde Dini Hayat*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- İşbilen, N. (2022). *Maneviyat temelli bağımlılık danışmanlığı: alkol ve madde bağımlılığının rehabilitasyon sürecinde bir model önerisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Jung, C. G. (2001). *İnsan Ruhuna Yöneliş*. (E. Büyükinâl, Çev.) İstanbul: Say Yayınları.
- Kalaycı, A. (2019). *Maneviyat ve ödomanik iyi oluş arasındaki ilişkide bilgeliğin aracılık rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.

- Karaçalı, M. (2023). *Psikolojik iyi oluş, yaşamda anlam ve dindarlık arasındaki ilişkiler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Kayıklık, H. (2003). *Allport'a Göre Dini Yaşayışa Gelişimsel Bir Açılım*. 5(15), 121-138. Dini Araştırmalar.
- Kıntar, N. (2008). *Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi*. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Kızılgeçit, M. (2011). *Yalnızlık umutsuzluk ve dindarlık ilişkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç yetişkinlerde yaşamda anlamın maneviyat ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Kimter, N. (2013). Din ve Maneviyatı Kavramlaştırma: Birleşme ve Ayrılma Noktaları. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (3), 85-118.
- Koç, H. (2021). *Sufi Meditasyonun psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumuna etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Koenig, H. G. (2008). "Concerns About Measuring "Spirituality" in Research". *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(5), 349-355.
- Köktaş, M. E. (1993). *Türkiye'de Dini Hayat*. İstanbul: İşaret Yayınları.
- Köse, A., Ayten, A. (2014). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Kurt, A. (2009). Dindarlığı Etkileyen Faktörler. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1-26.
- Kurt, A. (2009). *İslam'ın İlk Döneminde İmanın Toplumsal Yansıması*. Bursa: Emin Yayınları.
- Kurt, A. (2012). *Din Sosyolojisi*. İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- May, R. (2019). *Kendini Arayan İnsan*. (K. Işık, Çev.) İstanbul: Okyanus.
- Mehmedoğlu, A. U. (2004). *Kişilik ve Din*. İstanbul: DEM Yayınları.
- Mutluer, S. (2006). *Özgüven oluşmasında manevi değerlerin rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Okumuş, E. (2005). *Dinin Meşrulaştırma Gücü*. İstanbul: Özgü Yayınları.
- Okumuş, E. (2006). Gösterişçi Dindarlık. *Dinibilimler Akademik Araştırma Dergisi*. 6(2), 17-35.
- Onay, A. (2004). *Dindarlık Etkileşim ve Değişim*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Paden, W. E. (2008). *Kutsalın Yorumu*. (A. Kurt, Çev.) İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Peker, H. (2012). Kur'an'a Göre Dindarlığın Boyutları. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12(2), 41-49.
- Rıo, C. D., White, L. (2016). Maneviyatı Dindarlıktan Ayırmak: Hilomorfik Bir Bakış Açısı. (S. Baş, Çev.) *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi* 37(1), 73-113.
- Sarı, R. E. (2022). *Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka, maneviyat ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Seyyar, A. (2009). Çalışma hayatında ve işyerinde maneviyat. *Kamuda Sosyal Politika* 11(4).
- Sönmez, Ö. A. (2016). Dindarlığın Ölçülebilirliği Üzerine Geliştirilen Dindarlık Ölçekleri. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Dergisi* (36), 557-578.
- Şahin, Z. A. (2017). *Manevi Bakım ve Danışmanlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları.
- Şirin, T. (2018). Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Turkish Studies Social Sciences* , 1283-1309.
- Tarhan, N. (2009). *İnanç Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- TDK. (2023). *Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. Türk Dil Kurumu: <https://sozluk.gov.tr/> adresinden alındı
- Toprak, Y. (2018). *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve İyi Oluş Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Tosyalıoğlu, M. B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.

- Tura, H. (2019). *Dindarlık, affetme ve psikolojik iyi oluş ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Turan, Y. (2017). *Kişilik ve Dindarlık*. İstanbul: Ensar Yayınları.
- Türk, M. E., Bilici, M. (2021, Temmuz). Psikanalitik ve Psikodinamik Perspektiften Din ve Maneviyat. *İstanbul: Çekmece İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*. 9(18), 22-34.
- Ulu, M. (2013). *Dindarlığın tanımı, boyutları ve ölçülmesi üzerine psikolojik bir araştırma -erciyes üniversitesi öğrencileri örneği-*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Vural, M. E. (2016). *Yetişkinlerde alçakgönüllülük, dindarlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Vural, M. E. (2021). *Hayatın anlamı, dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi: bir karma yöntem araştırması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yaman, Y. (2020). *Moderleşme sürecinde yaşlı bakımı ve maneviyat: istanbul ünâl özel huzurevi örneği*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yapıcı, A. (2011). Kuramdan Yönteme "Ruh Sağlığı-Din" Çalışmalarında Karşılaşılan Güçlükler. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25-61.
- Yapıcı, A. (2021). *Ruh Sağlığı ve Din-Psikososyal Uyum ve Dindarlık*. Karahan Kitapevi.

EKLER

EK 1. Etik Kurul Onay Belgesi

BELGE TARİHİ: 18.08.2023 BELGE SAYISI: 2300000855



İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURULU

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	07.07.2023
Sayı	2023/06
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Zeynep BULUT
Danışman Adı Soyadı	Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ
Karar	UYGUNDUR

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

(Katıldı)
Prof. Dr. Kadir CANATAN
Başkan

(Katıldı)
Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Başkan V.

(Katıldı)
Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

(Katıldı)
Prof. Dr. Beytullah KAYA
Üye

(Katıldı)
Prof. Dr. Ayşe Nefise BAHÇECİK
Üye

(Katıldı)
Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU
Üye

(Katıldı)
Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ KURTULUŞ

EK 2. Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

Sizi Zeynep BULUT tarafından yürütülen “Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı Dindarlık, maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı herhangi bir ilişkinin olma veya olmama durumunun araştırılmasıdır. Araştırmada sizden tahminen 30 dk ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahiptir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**. Araştırmada Kişisel veri toplanacağından **6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu** ve ilgili mevzuat uyarınca kişisel verileri korumak amacıyla gerekli tüm tedbirler alınacaktır. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya e-posta adresi ve numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güvence verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının:

Adı-Soyadı:.....

İmzası:

İletişim Bilgileri: e-posta:

Telefon:

Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin:

Veli veya Vasisinin

Adı-Soyadı:.....

İmzası:

Araştırmacının Adı-Soyadı: İmzası:

EK 3. Kişisel Bilgi Formu

Açıklama:

Sayın katılımcı,

Sizinle gerçekleştirilen görüşmede kullanılan kişisel bilgi formu ve görüşme formunda yer alan bilgiler sadece bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır. Hiçbir resmi ve özel kurum ve kuruluşla paylaşılmayacaktır. Sorulara içtenlikle cevap vermenizi rica ederim.

Zeynep BULUT

1) Cinsiyetiniz:

2) Yaşınız: (Lütfen yazınız)

3) Medenî durumunuz:

4) Hayatınızın büyük bölümünün geçtiği geniş sosyal çevre:

() Kırsal çevre (köy, kasaba, belde) () Kentsel çevre (Şehir, büyük şehir)

5) Ailenizin yıllık gelir durumu:

() Çok düşük () Düşük () Orta () İyi () Çok iyi

6) Eğitim durumunuz:

() İlkokul () Ortaokul () Lise ve dengi () Y.okul / Üniversite () Y. lisans / Doktora

EK 4. Kısa Dindarlık Ölçeği

Değerli Katılımcı,

Bu ölçekte sizin dini düşünce ve davranışlarınıza ilişkin bazı maddeler bulunmaktadır. Her bir maddeyi cevaplarken dini düşünce ve yaşama sürecinizi göz önünde bulundurmanızı rica ederiz. Maddeleri okuduktan sonra “Her Zaman, Çoğu Zaman, Bazen, Nadiren, Hiçbir Zaman” seçeneklerinden size en uygun olan kutucuğa X işareti koyunuz. Katılımlarınız için çok teşekkür eder, saygılar sunarım.

Aşağıdaki dini tutum ve davranışların size ne kadar uyduğunu düşününüz. Yandaki seçeneklerden sizin için en uygun olanı işaretleyiniz.		Her zaman	Çoğu zaman	Bazen	Nadiren	Hiçbir zaman
1.	Önemli karar anlarında dinî inancınız ne kadar etkilidir?					
2.	Ne giyeceğiniz konusunda dinî inancınız ne kadar etkilidir?					
3.	Ne yiyeceğiniz ve içeceğiniz konusunda dinî inancınız ne kadar etkilidir?					
4.	Kiminle arkadaşlık kuracağınız konusunda dini inancınız ne kadar etkilidir?					

EK 5. Maneviyat Ölçeği

Elinizdeki ölçek bireyin maneviyatının farklı boyutlarını ölçmek üzere hazırlanmıştır. Ölçekte 27 Adet soru bulunmaktadır. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz Lütfen her ifadeye mutlaka tek yanıt veriniz ve kesinlikle boş bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.		(1) Bana Hiç Uygun Değil	(2) Bana Uygun Değil	(3) Bana Biraz Uygun	(4) Bana Oldukça	(5) Bana Tamamen Uygun
	Allah'ın beni sevdiğini hissediyorum					
2.	Bir sorunla karşılaştığımda dua ederim					
3.	Dini etkinliklere katılırım					
4.	Dua ettiğimde Allah'a kendimi yakın hissederim					
5.	Enerjisine inandığım şeyleri üzerimde taşıyım					
6.	Hayata dair bir hoşnutluk duygusu hissediyorum					
7.	Hayata gelmemin bir amacı olduğuna inanırım					

EK 6. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

Aşağıda kendiniz ve yaşamınız hakkında hissettiklerinizle ilgili bir dizi ifade yer almaktadır. Lütfen doğru veya yanlış cevap <u>olmadığını</u> unutmayınız. Aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz. (1) <i>Tamamen Katılıyorum</i> (2) <i>Çoğuna Katılıyorum</i> (3) <i>Biraz Katılıyorum</i> (4) <i>Bir Kısma Katılıyorum</i> (5) <i>Tamamen Katılmıyorum</i> anlamına gelmektedir.		Tamamen Katılıyorum	Çoğuna Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Bir Kısma Katılıyorum	Tamamen Katılmıyorum
1	Güçlü fikirleri olan insanların etkisi altında kalırım.					
2	İnsanların genel kabullerine uymasa bile kendi düşüncelerime güvenirim					
3	Kendimi başkalarının önemli gördüğü değerlere göre değil, kendi önemli gördüklerime göre yargıları.					
4	Genel olarak yaşamımda duruma hakimimdir.					
5	Günlük yaşamın gerekleri çoğu zaman beni zorlar					
6	Gündelik yaşamın çeşitli sorumluluklarıyla genellikle oldukça iyi baş ederim.					

EK 7. Ölçek İzin Talebi

**Siz** 16 Haz
...

Merhaba hocam.
"Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki" adlı tez çalışmamda " Psikolojik İyi Olma Ölçeğinizi" izniniz dahilinde kullanmak istiyorum.
[iOS için Outlook](#) uygulamasını edinin

...

**eolcay** 16 Haz
Siz kişisine
...

Merhaba Zeynep,

Yoğun olarak ailevi sağlık sorunlarıyla uğraşıyorum. İlgili ölçeği akademik ilkelere uygun olarak tez çalışmanızda tabii ki kullanabilirsiniz.

İyi dilek ve sevgilerimle,

E. Olcay İmamoğlu

**aliayten** 16 Haz
Siz kişisine
...

2023-06-16 16:42, Zeynep BULUT yazmış:

- > Merhaba hocam Ben Zeynep Bulut.
- > "Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki" adlı tezimde "Kısa Dindarlık Ölçeğinizi"
- > izninizle kullanmak istiyorum
- >
- > iOS için Outlook [1] uygulamasını edinin
- >
- > Links:
- > -----
- > [1] <https://eur03.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Faka.ms%2Fo0ukef&data=05%7C01%7Cbulut.zeynep%40std.izu.edu.tr%7Cef07922aa58f485c1aa108db6e81a1a0%7C246f2c5b6edc4e52ba9a314727ac6049%7C0%7C0%7C638225275268288351%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWljojMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzliLjBjBTIl6lk1haWwiLCJXVCi6Mn0%3D%7C3000%7C%7C%7C&sdata=NfEfK21ouqe15z15RvS7XucXE427C3vPVHILWnn7Ucg%3D&reserved=0>

Merhaba Zeynep hanım ölçeği kullanabilirsiniz. Sağlıcakla kalın

--

Prof. Dr. Ali Ayten

Marmara Üniversitesi

**ben** 18 Haz 2023
alıcı: turgaysirin ✓

Merhaba Turgay hocam hayırlı günler.
"Dindarlık, Maneviyat ve Psikolojik İyi oluş Arasındaki İlişki" adlı tezim için Maneviyat Ölçeğinizi izniniz dahilinde kullanmak istiyorum

**Turgay Şirin** 18 Haz 2023
alıcı: ben ✓

Sayın Zeynep Bulut, Maneviyat Ölçeği'ni çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ekte ölçek yönergesi ve makalesini yolluyorum. Bu belgede ölçek kullanımında dikkat etmeniz gerekenler vb hususlarla ilgili bilgiler bulunuyor.

ÖZGEÇMİŞ

Zeynep BULUT

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, 2024, İstanbul

Lisans: Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, 2017, Bursa

Ön Lisans: Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Sosyal Hizmetler, 2024, İstanbul

Yalova Üniversitesi Yalova Meslek Yüksek Okulu Peyzaj ve Süs Bitkileri, 2010, Yalova

B. MESLEKİ DENEYİM

2022-2023 Şehit Er Yıldırım Biroğlu İlkokulu – Değerler Eğitimi

2020-2021 Kartal Sabiha Gökçen Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi – Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi

2019-2020 Fatih Sultan Mehmet Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi – Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi

2018-2019 Şehit Er Yıldırım Biroğlu İlkokulu – Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi

C. EĞİTİM SERTİFİKALARI

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sürekli Eğitim Merkezi, Enneagram Eğitimi-Temel Seviye, 2022

Stres ve Stresle Başa Çıkma Eğitimi, 2021

Diksiyon Sertifikası, 2018

Pedagojik Formasyon Sertifikası, 2017

Tezhip Sertifikası, 2017

Bilgisayar Sertifikası, 2007