T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

MANEVİ ZEKÂ VE TANRI TASAVVURUNUN TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

(DOKTORA TEZİ)

Zeynep KARLIK

BURSA – 2025

T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

MANEVİ ZEKÂ VE TANRI TASAVVURUNUN TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

(DOKTORA TEZİ)

Zeynep KARLIK

Danışman:
Prof. Dr. Mustafa Naci KULA

BURSA – 2025

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda 711921006 numaralı **Zeynep Karlık'**ın hazırladığı **"Manevi Zekâ ve Tanrı Tasavvurunun Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma"** konulu **Doktora Tezi** ile ilgili tez savunma sınavı,…… günü …… saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **……..….. (başarılı / başarısız)** olduğuna **…… (oybirliği / oy çokluğu)** ile karar verilmiştir.

Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)
Prof. Dr. Mustafa Naci KULA
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye
Prof. Dr. İbrahim GÜRSES
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye
Prof. Dr. M. Asım YEDİYILDIZ
Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye
Doç. Dr. Ömer Faruk SÖYLEV
Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

Üye
Dr. Öğr. Üyesi Emre YILMAZ
Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi

10/01/2025

DOKTORA İNTİHAL YAZILIM RAPORU

T.C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih:09/12/2024

Tez Başlığı /Konusu: Manevi zekâ ve Tanrı Tasavvurlarının Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam **139** sayfalık kısmına ilişkin, 09/12/2024 tarihinde şahsım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından (Turnitin)* aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %19 'dur.

Uygulanan filtrelemeler:

1- Kaynakça hariç
2- Alıntılar hariç/dâhil
3- 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları dâhil

Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Tarih ve İmza
12/12/2024

Adı Soyadı: Zeynep KARLIK

Öğrenci No: 711921006

Anabilim Dalı: Felsefe ve Din Bilimleri

Programı: Din Psikolojisi

Statüsü: ☐ Yüksek Lisans ☒ Doktora

Danışman **Prof. Dr. M. Naci KULA** **Tarih:** **12/12/2024**

YEMİN METNİ

Doktora Tezi olarak sunduğum “Manevi zekâ ve Tanrı Tasavvurlarının Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma” başlıklı çalışmanın bilimsel araştırma, yazma ve etik kurallarına uygun olarak tarafımdan yazıldığına ve tezde yapılan bütün alıntıların kaynaklarının usulüne uygun olarak gösterildiğine, tezimde intihal ürünü cümle veya paragraflar bulunmadığına şerefim üzerine yemin ederim.

Tarih ve İmza

12/12/24

Adı Soyadı : Zeynep KARLIK

Öğrenci No : 711921006

Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Programı : Din Psikolojisi

Statüsü : : ☐ Yüksek Lisans ☒ Doktora

ÖZET

Yazar adı ve Soyadı : Zeynep Karlık
Üniversite : Bursa Uludağ Üniversitesi
Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri
Bilim Dalı : Din Psikolojisi
Tezin Niteliği : Doktora
Tez Danışmanı : Prof. Dr. Mustafa Naci KULA

MANEVİ ZEKÂ VE TANRI TASAVVURUNUN TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Bu çalışmanın amacı manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ile ilişkisini incelemektir. Bu çerçevede araştırma, teorik ve ampirik olmak üzere iki ana bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde ele alınan konu başlıklarının kavramsal ve kuramsal alt yapısı incelenmiş; sonraki aşamada elde edilen tecrübî verilerin analizi yapılarak yorumlama yoluna gidilmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeliyle nicel araştırma yöntemi olarak tasarlanmıştır. Çalışmanın evreni 15-80 arası bireyleri kapsamaktadır. Araştırma verileri tesadüfi örneklem yoluyla seçilen katılımcılardan elde edilmiştir. Örneklem grubu % 55.2'si kadın (n=218); %44.8'i (n=177) erkek olmak üzere toplam 395 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada verilerin toplanması amacıyla "Kişisel Bilgi Anketi", "Travma Sonrası Büyüme Envanteri" ve "Tanrı Tasavvuru Ölçeği" ile Manevi Zekâ Ölçeği"nden oluşan bir anket formu kullanılmıştır. Çevrimiçi değerlendirme araçları ile veriler toplanmış ve toplanan verilerin SPSS 28.0 programı kullanılarak analizi gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulguları, (a) sosyo-demografik değişkenler ile travma sonrası büyüme ve gelişme, (b) manevi zekâ ile travma sonrası büyüme ve gelişme ve (c) Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu çerçevede manevi zekânın alt boyutu olan kendini anlama ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin alt boyutları olan yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında; merhamet alt boyutuyla benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. İnsani değerler ile yaşam felsefesinde değişim arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca manevi zekânın travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordayıcı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Tanrı tasavvurları alt boyutlarından sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ile dengeli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü; İlgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Korku ve ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ve gelişme üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, Tanrı Tasavvuru, Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme, Manevi Zekâ.

ABSTRACT

Name / Surname : Zeynep KARLIK
University : Bursa Uludag University
Institution : Social Sciences Institution
Field : Department of Philosophy and Religious Studies
Branch : Psychology of Religion
Degree Awarded : PhD
Supervisor : Prof. Dr. Mustafa Naci KULA

A RESEARCH ON THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUAL INTELLIGENCE AND REPRESENTATIONS OF GOD WITH POST-TRAUMATIC GROWTH DEVELOPMENT

The study aims to examine the relationships between spiritual intelligence, God representation, and post-traumatic growth. In this regard, it consists of two main sections which are theoretical and empirical. The conceptual and theoretical infrastructure of the topics discussed in the first section was examined; n the next stage, the experimental data obtained were analyzed and interpreted. The research was designed as a quantitative research method with a relational scanning model. The population of the study includes individuals between the ages of 15-80. The research data was obtained from participants selected through random sampling. 55.2% of the sample group was female (n=218); It consists of a total of 395 people, 44.8% (n = 177) of whom are men. A survey form consisting of "Personal Information Survey", "Post-Traumatic Growth Inventory", "God Imagination Scale" and Spiritual Intelligence Scale" was used to collect data in the study. Data was collected with online assessment tools and the collected data was analyzed using SPSS 28.0 program. Research findings show that there are statistically significant relationships between (a) socio-demographic variables and post-traumatic growth and development, (b) spiritual intelligence and post-traumatic growth and development, and (c) God imagery and post-traumatic growth and development. In this context, between self-understanding, which is the sub-dimension of spiritual intelligence, and change in philosophy of life, change in self-perception, and change in relationships with others, which are the sub-dimensions of post-traumatic growth and development; Positive significant relationships were identified between the compassion sub-dimension and change in self-perception and change in relationships with others. Negatively significant relationships have been identified between human values and change in philosophy of life. Additionally, spiritual intelligence has been shown to have a predictive effect on post-traumatic growth and development. Among the sub-dimensions of God representaitons, there is a positive correlation between love-oriented God representation and change in philosophy of life, change in self-perception and change in relationships with others, and balanced God representation and change in self-perception; Negatively significant relationships were detected between the dismissive God representation and change in self-perception. No significant relationship was found between the fear and punishment-oriented God representation and the sub-dimensions of post-traumatic growth and development. It has also been determined that God representations have a predictive effect on post-traumatic growth and development.

Keywords: Psychology of Religion, Religious Counseling, God representations, Post-traumatic growth, Spiritual Intelligence

ÖNSÖZ

Travma insanın varoluşuyla beraber ortaya çıkan ve bireydeki bilişsel, duygusal ve davranışsal tercihleri yönlendiren en önemli gerçekliklerden birisi olarak kabul edilmektedir. Yaşanılan olayların travma olarak atfetilmesi bireyden bireye değişiklik gösterebileceği gibi, travma sonrası etkisi de bireyin sahip olduğu özelliklere göre çeşitlilik göstermektedir. Psikoloji başlangıçta travma sonrası stres bozukluklarına odaklanmış olsa da tarihsel süreçte travmanın büyüme ve gelişmeyi teşvik edici bir yönünün olduğu kabul edilmiş ve bu doğrultudaki araştırmalar önem kazanmıştır. Bu çerçevede her insanda mevcut bulunan travma sonrası büyüme ve gelişme potansiyelinin hangi özelliklere göre farklılık gösterdiği sorusu akla gelmektedir. Bu çalışma travma sonrası büyüme ve gelişmenin meydana gelmesinde manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarını önemli iki değişken olarak ele almaktadır.

İnsanın evrenle irtibat içerisinde olması maneviyatın işlevlerinden birisi olarak kabul edilmektedir. Manevi zekâ, insanın kendisini anlama ile başlayan ve diğer insanlara duyduğu merhamet ile devam eden insanî değerlerden ve vicdandan ayrılmadan olayları değerlendirdiği bir yetkinlik halidir. Karşılaştığı travmatik olayları kendisiyle ve yaşam amacıyla ilişkilendirebilen bireylerin olaylarla mücadelede daha başarılı oldukları ve büyüme ve gelişmelerine katkı sağladıkları söylenebilir.

İnsanın travmatik yaşam olayları esnasında kendi yetkinliğini fark ettikten sonra sığınacak bir liman olarak gördüğü Tanrı tasavvuru büyüme ve gelişmeyi etkileyen diğer önemli değişken olarak kabul edilmiştir. Tanrı tasavvuru sadece bilişsel değil duygusal ve geçmiş yaşantılardan etkilenerek oluşan dinamik bir süreçtir. Travmatik olay ile tetiklenerek yeni bir form kazanabilir. Bireye olan etkisi travma esnasında nasıl tasavvur edildiğiyle belirlenmektedir.

Sonuç olarak bu ilişki manevi zekâ yeteneğiyle kendini ve çevresini öğrenen insanın, Tanrı tasavvuruyla Tanrı ile tanışması olarak ifade dilebilir. Oluşan bu sinerjiyle karşılaştığı zorluğu bir öğrenme yolculuğuna dönüştürdüğü düşünülmektedir.

Manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkisinin ele alındığı bu çalışmada giriş, sonuç ve öneriler kısmı yanında üç bölümden oluşmaktadır. Giriş kısmında araştırmanın konusu, amacı ve önemi ele alınarak yöntem hakkında bilgi verilmiştir. Birinci bölümde, manevi zekâ, Tanrı tasavvuru kavramları ve travma sonrası büyüme ve gelişme kuramları hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmanın metodolojisine ikinci bölümde yer verilerek örneklem grubunu oluşturan katılımcı bilgilerine ve araştırmada kullanılan yöntem ve araçlar ifade edilmiştir. Üçüncü bölümde anket verileri değerlendirilip mevcut bulgular yorumlanmıştır. Sonuç bölümünde ise elde edilen bulgular tezin hipotezleri çerçevesinde analiz edilmek suretiyle özetlenmiştir. Öneriler bölümünde sonraki yapılacak araştırmalara yol gösterici olması amacıyla birkaç hususa dikkat çekilmiştir.

Bu araştırmanın tamamlanmasında bilgi, tecrübe ve zamanını hiçbir zaman esirgemeyen çok kıymetli hocam Prof. Dr. Naci KULA'ya, Felsefe ve Din Bilimleri alanında Yüksek Lisans yolumu açan çok kıymetli hocam Doç. Dr. Ahmet ALBAYRAK'a; Din Psikolojisi alanında ufuk kazandıran kıymetli hocalarım Prof. Dr. İbrahim GÜRSES, Doç. Dr. Turgay ŞİRİN ve Öğr. Gör. Dr. Akif HAYTA'ya, yazma konusunda desteklerini esirgemeyen Prof. Dr. Mustafa KOÇ'a, tez izleme komitesinde yer alan ve ufuk açıcı

sorularıyla teze yön veren Prof. Dr. Asım YEDİYILDIZ'a, tezi okuyarak değerli katkılarda bulunan kıymetli hocam Osman ALDEMİR'e, tez jürimde bulunan ve çalışmamı okuyarak değerlendirmelerini paylaşan Doç. Dr. Ömer Faruk SÖYLEV'e ve Dr. Öğr. Üyesi Emre YILMAZ'a, bugüne kadar maddi-manevi desteklerini, anlayışlarını, sevgilerini, dualarını hep üzerimde hissettiğim ailem ile her zaman destekleriyle yanımda olan değerli eşim Hamza Furkan KARLIK'a ve biricik kızım Emine Erva KARLIK'a gönülden şükranlarımı bildiririm.

Zeynep KARLIK

Bursa-2025

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI ..... **iii**
DOKTORA İNTİHAL YAZILIM RAPORU ..... **iv**
YEMİN METNİ ..... **v**
ÖZET ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
ÖNSÖZ ..... **viii**
İÇİNDEKİLER ..... **x**
TABLOLAR ..... **xiii**
ŞEKİLLER ..... **xv**
KISALTMALAR ..... **xvi**
GİRİŞ **1**
I. ARAŞTIRMANIN KONUSU 6
II. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ 6
III. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ 7
A. Araştırmanın Problemi Ve Alt Problemleri 8
B. Araştırmanın Hipotezi 9
1. Ana Hipotez 9
2. Alt Hipotezler 9
IV. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI 11
V. ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI 11
VI. LİTERATÜRDEKİ ARAŞTIRMALAR 11

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

I. TANIMLANAN KAVRAMLAR 19
A. Manevi Zekâ Kavramı 19
B. Tanrı Tasavvuru 27
1. Tanrı Kavramı 27
a. Felsefede Tanrı Kavramı 27
b. Psikolojide Tanrı Kavramı 29
c. İslam'da Tanrı Kavramı 30
2. Tanrı Tasavvuru 32
a. Psikolojide Tanrı Tasavvuru 33
(1) Psikanalizde Tanrı tasavvuru 34
(2) Analitik psikolojide Tanrı tasavvuru 34
(3) Nesne ilişkileri kuramına göre Tanrı tasavvuru 35
(4) Bağlanma kuramına göre Tanrı tasavvuru 36
(5) Davranışçılık ve sosyal öğrenme kuramına göre Tanrı tasavvuru 36
(6) Bilişsel kurama göre Tanrı tasavvuru 37
b. İslam'da Tanrı Tasavvuru 39

C. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme **40**
1. İşlevsel-Betimsel Kuram 47
2. Yaşam Krizleri ve Kişisel Gelişim Modeli 49
3. Organizmik Değer Biçme Kuramı 51
4. Duygusal - Bilişsel İşlemleme Modeli 52
a. Benlik Algısında Yaşanan Değişim 54
(1) Hayatta kalana karşı kurban ifadesi 55
(2) Kendine güvenmek 55
(3) Hassasiyet 55
b. Kişiler Arası İlişkilerde Yaşanan Değişim 55
(1) Kendini açma ve duyguları ifade etme 56
(2) Merhamet / şefkat duygularını diğer bireylere aktarabilme 56
c. Yaşam Felsefesinde Yaşanan Değişim 57
(1) Yaşamın değeri ve öncelikleri 57
(2) Varoluşla ilgili tema ve anlam arayışı 57
(3) Ruhsal gelişim 58
(4) Bilgelik 58

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

I. ARAŞTIRMANIN MODELİ VE DESENİ 59
II. EVREN VE ÖRNEKLEM 60
III. ÖLÇME/VERİ TOPLAMA ARAÇLARI 62
A. Kişisel Bilgi Anketi 62
B. Manevi Zekâ Ölçeği 62
C. Tanrı Tasavvurları Ölçeği 63
D. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Ölçeği 64
E. Verilerin Toplanması 66
IV. İSTATİSTİKSEL ANALİZ 67

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

I. DEMOGRAFİK BULGULAR 71
II.ÖLÇEK PUANLARIYLA İLGİLİ BULGULAR 72
III. TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLGİLİ BULGULAR VE YORUMLAR 74
A. Cinsiyete Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 74
B. Medeni Duruma Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 78
C. Yaşa Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 80
D. Eğitim Düzeyine Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 84
E. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 87
F. Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme 91
IV. MANEVİ ZEKÂ TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİNE DAİR BULGULAR VE YORUMLAR 93

V. TANRI TASAVVURU TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİNE DAİR BULGULAR VE YORUMLAR 114

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

I. GENEL DEĞERLENDİRME VE TARTIŞMA 130
II. ÖNERİLER 142
KAYNAKÇA 144
EKLER 177
ÖZGEÇMİŞ 183

TABLOLAR

Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Güvenirlik Katsayıları 67
Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Normal Dağılımlarını Gösteren Değerler- I 68
Tablo 3. Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Normal Dağılımlarını Gösteren Değerler- II 69
Tablo 4. Örneklem Grubunun Kategorik Değişkenlere Göre Dağılımı 71
Tablo 5. Ölçek Toplam Puanlarıyla İlgili Betimsel İstatistikler 72
Tablo 6. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı 74
Tablo 7. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi 75
Tablo 8. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Medeni Duruma Göre Dağılımı 78
Tablo 9. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Medeni Durum Değişkeni Açısından İncelenmesi 79
Tablo 10. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkenine Göre Dağılımı 81
Tablo 11. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkeni Açısından Dağılımı 82
Tablo 12. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi 82
Tablo 13. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı 85
Tablo 14. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı 85
Tablo 15. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi 86
Tablo 16. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı 88
Tablo 17. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı 89
Tablo 18. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi 89
Tablo 19. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Dağılımı 91
Tablo 20. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Çocuk Sahibi Olma Değişkeni Açısından İncelenmesi 91

Tablo 21. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Arasındaki Perason Korelasyon Bulguları 93
Tablo 22. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Alt Boyutları Arasındaki Perason Korelasyon Bulguları 95
Tablo 23. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları 113
Tablo 24. Tanrı Tasavvuru ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Arasındaki Pearson Korelasyon Bulguları 114
Tablo 25. Tanrı Tasavvuru ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Alt Boyutları Arasındaki Pearson Korelasyon Bulguları 115

ŞEKİLLER

Şekil 1. Tanrı tasavvurunun oluşumu 32
Şekil 2. Travma Sonrası Büyüme Modeli 48
Şekil 3.Travma sonrası büyüme modeli (sadeleştirilmiş) 49
Şekil 4. Yaşam Krizleri ve Kişisel Gelişim Modeli 51
Şekil 5. Organizmik Değer Biçme Kuramı 52
Şekil 6. Duygusal-Bilişsel İşlemleme Modeli 53
Şekil 7. Araştırmanın Modeli 60

KISALTMALAR

ANOVA	: Analysis of Variance
a.g.e.	: Adı Geçen Eser
a.g.m	: Adı Geçen Makale
a.g.t.	: Adı Geçen Tez
bkz.	: Bakınız
b.	: Baskı
çev.	: Çeviren
C.	: Cilt
DSM	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Zihinsel hastalıklar için bir tanı ölçütü
Ed.	: Editör/ Yayına Hazırlayan
EEG	: Elektroensefalografi
GABD	: Günlük Alışılmış Bilinç Düzeyi
Hz.	: Hazreti
N	: Katılımcı Sayısı
S	: Standart Sapma
s.	: Sayfa
ss.	: Sayfa Arası
S.	: Sayı
sd.	: Serbestlik Derecesi
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
vd.	: Ve Diğerleri

GİRİŞ

Travma sözcüğü etimolojik olarak M.Ö. 1500'li yıllara dayanan Yunanca, Sankritçe ve Persçe kökenli "tere" sözcüğü ile ilişkilendirilmektedir. Kelime anlamı olarak travma "open hole" (açık delik) anlamına gelmekte olup; bedendeki bir deliği ifade etmektedir. Diğer bir anlam olarak ise deliksiz bir halden delikli bir hale dönüşerek geçiş yapmaya (passing through) işaret etmektedir. Bu nedenle metaforlarla bir biyolojik bedensel halden diğerine dönüşüm olarak ifade edilmektedir. "Tere" sözcüğü beden bütünlüğünde bir kırılmayı, içinde deliğin olduğu durumdaki ani değişimi, bedensel ve ruhsal bütünlükteki değişimi resmetmek amacıyla metaforik olarak kullanmaktadır.[1]

Varoluşun en temel kavramlarından biri olan travma kavramı doğal afetler, savaşlar, kazalar, ciddi sağlık problemleri, insanları derinden etkileyen ilişkisel problemler gibi yıkıcı sonuçları içermesine rağmen bu durumlar doğası gereği insan yaşamının ayrılmaz bir parçası olarak kabul edilmektedir. Travma olgusu insanlık tarihi kadar eski olsa da bu alanda yapılan çalışmalar son yıllarda önem kazanmıştır. Travma kelimesi ilk olarak fiziksel yaralanmaları ifade etmek amacıyla tıbbi terim olarak kullanılmıştır. Ancak insan ruhunun tıpkı bedeni gibi yaralanabileceği ve travmatize olabileceğini kabul etmek uzun zaman almıştır.

Travma, bireyin yaşamında kısa veya uzun süreli içsel potansiyellerini kullanarak başa çıkmada yetersiz kaldığı, psikolojik ve duygusal belirtilerinin zamana yayıldığı zorlayıcı yaşam olayları olarak tanımlanmaktadır.[2] Başlangıçta travmatik olayın ardından gelişebilecek depresyon, anksiyete ve stres üzerine çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Ancak ilk olarak Tedechi ve Calhoun[3] tarafından yapılan bir çalışmada travma sonrası bireysel olarak güçlenme ve ilişkilerin önceki duruma göre daha iyi hale gelmesi gibi önemli olumlu değişimlerin gerçekleştiği tespit edilmiştir.[4] Zorlayıcı yaşam olayının ardından

[1] John P. Wilson, Jacob D. Lindy, *Trauma, Culture, and Metaphor: Pathways of Transformation and Integration*, New York: Routledge, 2013, ss. 35-36.

[2] John N. Briere, Catherine Scott, *Travma Terapisinin İlkeleri: Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz: Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz -DSM-5 İçin Güncellenmiş*, çev. Betül Dilan Genç, İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 2016, s. 6.

[3] Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, *Trauma and Transformation: Growing in the Aftermath of Suffering*, 1.b., Thousand Oaks, Calif: SAGE Publications, Inc, 1995, s. 35.

[4] Jane Shakespeare-Finch vd., "The Prevalence of Post-Traumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel", *Traumatology*, c. 9 (2003), ss. 58-71.

kişide meydana gelen olumlu değişimler "algılanan fayda"[5],"strese bağlı büyüme"[6] veya "travma sonrası büyüme"[7] olarak adlandırılmaktadır.

Hinduizm, Budizm gibi kadim bilgilerde ve İslam felesefinde acı ve sıkıntılar pozitif değişimin kaynağı olarak görülmektedir. Travmatik yaşantılar sonrası ortaya çıkan olumlu değişimler bireyden bireye farklılık gösterebilmektedir. Bunlar hayatta minnettarlığın artması, insanlar arası ilişkilerinde anlamın daha çok fark edilmesi, bireysel olarak gücün arttığını hissetme, önceliklerin değişmesi ve netleşmesi, bireyin hayatındaki farklı ihtimalleri ve seçebileceği yolları fark etmesi, varoluşsal ve manevi yaşamın zenginleşmesi olarak söylenebilmektedir.[8]

Travmatik bir olayla karşılaşan bireyin sürecini Linley, Hegel felsefesini temel alarak tez-antitez-sentez aşamalarına benzetmektedir.[9] Bireyin mevcut bilişsel şemalara ait durumu tez olarak bulunurken, karşılaştığı travmatik deneyim mevcut şemalara antitez oluşturmaktadır. Yeni bilişsel şemaların oluşması ile gerçekleşen büyümeyle sentez gerçekleşmektedir. Yeni bilişsel şemaların bireyi geliştiren ve bilgeliğe ulaştıran özellikte olması beklenmektedir.

Gelişim kuramcısı Piaget çocukların beklentilerine uymayan durumlarla karşılaştıklarında genellikle dünyaya bakış açılarını bu yeni bilgilere uyum sağlayacak şekilde uyarladıklarını ifade etmiştir.[10] Psikiyatrist Caplan kriz teorisi gereği yaşamdaki zorlukların büyümeye yol açtığını savunmuştur.[11] Din psikoloğu William James olumsuz duygusal durumların ve anlam krizlerinin dönüştürücü potansiyel taşıdığı acı çekmenin yeniden doğum gibi kurtarıcı deneyimlere dönüştüğünü kaydetmiştir.[12] V. Frankl kendi deneyimlerinden yola çıkarak insanların en derin acılarda derin bir anlam duygusu

[5] Sharon R. Sears, Annette L. Stanton, Sharon Danoff-Burg, "The Yellow Brick Road and the Emerald City: Benefit Finding, Positive Reappraisal Coping and Posttraumatic Growth in Women with Early-stage Breast Cancer", *Health Psychology*, c. 22, sy. 5 (2003), ss. 487-97.

[6] Crystal Park, Lawrence Cohen, Renee Murch, "Assessment and Prediction of Stress-Related Growth", *Journal of Personality*, c. 64 (1996), ss. 71-105.

[7] Tedeschi, Calhoun, a.g.e., s.54.

[8] a.g.e., s.65.

[9] P. Alex Linley, "Positive Adaptation to Trauma: Wisdom as Both Process and Outcome", *Journal of Traumatic Stress*, c. 16, sy. 6 (2003), ss. 601-10.

[10] Jean Piaget, *The Construction of Reality in the Child*, London: Routledge, 1954, s. 54.

[11] Gerald Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, 2.b. New York: Basic Books, Inc., 1964, s. 72.

[12] William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, ed. Martin E. Marty, Later Printing edition Harmondsworth, Middlesex, England ; New York, N.Y: Penguin Classics, 1985, s. 65.

bulduklarını ifade etmiştir.[13] Ampirik çalışmalar yapan psikologlar Calhoun ve Tedeschi[14] travma sonrası büyüme, Park, Cohen ve Murch'un[15] strese bağlı büyüme ve Cole ve arkadaşlarının ruhsal gelişim[16] olarak tanımladıkları acı çekmenin olumlu değişime yol açabileceği fikri vurgulanmıştır.

Travma karşısında oluşan ilk tepki duygusal olmaktadır. Din ve maneviyat yönelimli danışmanlıklarda yaşanılan zorlayıcı yaşam olayları karşısında sabır tavsiye edilmektedir. Ancak sabır öğrenilmiş bir çaresizlik hali olarak değil aktif bir duygu durumu olarak kabul edilmektedir. Bu durumu bilişsel tepkiler takip etmekte ve davranışsal tepkiye dönüştürmektedir. Duygunun düşünce ve davranışları oluşturmadaki önemi ortaya çoklu zekâ kuramıyla ortaya çıkmıştır. Çoklu zekâ kuramıyla bilişsel süreçlerden ziyade duyguları dikkate alan duygusal zekâdan ve sezgileri fark edebilen zekâ olarak kavramsallaşan manevi zekâ tanımlanmıştır. Kalbin akletmesi olarak tanımlanan bu zekâ türü kalp aracılığıyla ilahî olanla bağlantı kurmaktadır. Manevi zekâ bireyin beyni ile psişesinin varoluşsal yeteneği olarak kaynağını evrensel bilgiden aldığı kabul edilmektedir. Bu yetenekle problemler çözüme kavuşturularak, olayların anlamı idrak edilmektedir.[17]

Manevi zekâsını etkin olarak kullanabilen bireyler kendilerini anlamaları, yaşadıkları olayları anlamlandırmaları ve çevresine duyarlı olmaları nedeniyle travmatik olaylar karşısında duygu aşamasını kontrol edebilmektedirler. Bu şekilde oluşan duygu ile doğru bilişsel düşünceye ulaşmakta ve en etkili şekilde problemleri çözüme ulaştıracak doğru davranışı gösterebilmektedir. Acıya direnmek ya da onu dış güçlere atfetmek yerine olaylara göre eğilme, hareket etme ve akışa uyma yeteneğini kullanmak acıyla çalışılmasına daha fazla olanak tanımaktadır. Bu şekilde acı çekmek anlamsız veya

[13] Viktor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, çev. Selçuk Budak, Ankara: Öteki Yayınları, 1992, ss. 126-27.

[14] Lawrence G. Calhoun, Richard G. Tedeschi (ed.), *Facilitating Posttraumatic Growth: A Clinician's Guide*, New York: Routledge, 1999, s. 74.

[15] Park, Cohen, Murch, a.g.m., ss. 71-105.

[16] Brenda S. Cole vd., "Assessing Spiritual Growth and Spiritual Decline Following a Diagnosis of Cancer: Reliability and Validity of the Spiritual Transformation Scale", *Psycho-Oncology*, c. 17, sy. 2 (2008), ss. 112-21.

[17] Danah Zohar, Ian Marshall, *Ruhsal Zekâmızla Bağlantı Kurmak SQ*, çev. Kemal Budak, Burak Erdemli, Meta Basım Yayın, 2004 s.16.

cezalandırıcı bir olay olmaktan ziyade bir başlangıç haline gelebilmektedir.[18] Oluşan yeni davranış modeli ile bireyin büyüme ve gelişmesi için zemin hazırlanmaktadır. Bu bilgiler ışığında manevi zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin yaşamda karşılaştığı travmatik yaşantıları yönetebildikleri bunun sonucunda da büyüme ve gelişme sağladıkları söylenebilmektedir. Alanyazındaki çalışmalar da bu bilgileri desteklemektedir.[19]

Manevi zekâ transpersonal psikolojide insan-aşkınlık ilişkisine tekabül etmektedir.[20] Manevi zekâyla birey aşkın olanı merkeze alarak kendisini ve dünyayı anlamlandırmaktadır. Anlamın güçlenmesi zihinsel kapasitenin artmasına ve travma olarak karşılaşılan olayların çözümlenmesine katkı sağlamaktadır.[21] Dolayısıyla manevi zekâ düzeyi ile ilişkili olan bir diğer kavram insanın aşkın olanı tasavvur yöntemlerinden biri olan Tanrı tasavvurları olarak ifade edilebilir. Bu konuda "Nefsini bilen Rabbini bilir"[22] sözüne iktibas edilebilir. Burada kendini anlayan bireyin bu aydınlanma ile özündeki ilahî can ile karşılaşacağı ifade edilmektedir.

Manevi zekâ ve Tanrı tasavvuru ilişkisine dair literatürde az sayıda araştırma bulunmaktadır.[23] Bireyin Tanrı'yla ilişkisini kuvvetlendirmesi diğer kişi ve olaylara dair

---

[18] Pema Chodron, *When Things Fall Apart: Heart Advice for Difficult Times*, Shambhala Publications, 2000.

[19] Mohammad Kadkhoda, Hoorie Jahani, "Problem-solving Capacities of Spiritual Intelligence for Artificial Intelligence", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 32 (2012), ss. 170-75; Audrey Beauvais, Julie G. Stewart, Susan DeNisco, "Emotional Intelligence and Spiritual Well-Being: Implications for Spiritual Care", *Journal of Christian Nursing: A Quarterly Publication of Nurses Christian Fellowship*, c. 31, sy. 3 (2014), ss. 166-71; Mahdi Esmaili, Hamid Zareh, Mehdi Golverdi, "Spiritual Intelligence: Aspects, Components and Guidelines to Promote It", *International Journal of Management, Accounting and Economics*, c. 1 (2014); Valiollah Khoshtinat, "Relationship between Spiritual Intelligence and Religious (Spiritual) Coping among Students of Payame Noor University (PNU)", *International Research Journal of Applied and Basic Science*, c.3 sy.6 (2012), ss. 1132-39; Vineeth Kumar, Manju Mehta, "Gaining Adaptive Orientation through Spiritual and Emotional Intelligence", *New facets of positivism*, ed. A. K. Chauhan, S.S. Nathawat, Delhi, India: Macmillan Publishers, 2011, ss. 281-301; Annick Shaw, Stephen Joseph, P. Alex Linley, "Religion, Spirituality, and Posttraumatic Growth: A Systematic Review", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 8, sy. 1 (2005), ss. 1-11; Bagheri Faribors, Akbarizadeh Fatemeh, Hatami Hamidreza, "The Relationship between Nurses' Spiritual Intelligence and Happiness in Iran", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 5 (2010), ss. 1556-61; Brian Draper, *Spiritual Intelligence: A New Way of Being*, New edition Oxford: Lion Hudson, 2009, s.54.

[20] Mustafa Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 10.b., Kaknüs Yayınları, 2012, s.220.

[21] F. Nazam, "Gender Difference on Spiritual Intelligence Among Adolescents", c. 4, sy. 11 (2014), ss. 423-25.

[22] İsmail b Muhammed el-Acluni, *Keşfü'l Hafa (4 Cilt)*, çev. Mustafa Genç, İstanbul: Beka Yayınları, 2019, c. 2, s. 309.

[23] David Rosmarin vd., "Grateful to God or Just Plain Grateful? A Comparison of Religious and General Gratitude", *The Journal of Positive Psychology*, c. 6 (2011), ss. 389-96.

bir farkındalık oluşturmaktadır. Kendisini Tanrı'ya yakın hisseden bireylerde nefsî sıfatlar zamanla latif sıfatlara dönüşmektedir. Burada önemli olan hususun benliğin hâkimiyetinden kurtularak ruhun hâkimiyetine girmek olduğu söylenebilir.[24] Ruhu nefsin egemenliğinden kurtardıkça manevi zekâ gelişecek ve birey benliğinde bütünlüğe ulaşabilecektir.

Lerner'ın adil dünya hipotezine göre insanlar dünyada olumsuz olayları bir ceza, olumlu olaylar ise bir ödül olarak görmeye eğilimlidir.[25] Travmatik bir olay ile bu inanç sarsıldığında kişilerin uyum mekanizmaları devreye girmekte ve başa çıkma yöntemi geliştirilmektedir. Bu uyumu sağlayan mekanizmalarının en başında Tanrı tasavvurlarının olumlu veya olumsuz olarak algılanması olduğu ifade edilebilir.[26] Tanrı tasavvurları bireyin olayları anlamlandırmasını ve travma ile başa çıkmasını sağlayan kapsamlı bir yapı olarak tanımlanmaktadır. Tanrı tasavvurları travma sonrasındaki duygu, düşünce ve davranışlara yön veren bilişsel ve duygusal süreci oluşturmaktadır. Travma ile mücadelede belirleyici bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çerçevede bireyin sahip olduğu Tanrı tasavvuru ekseninde travmatik olayı tanımladığı ve çözümlediği iddia edilebilir. Sonuç olarak manevi zekâ, Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişmenin birbiriyle sıkı bir bağ oluşturduğu ifade edilebilir.

Alanyazın incelendiğinde travmatik yaşam olayları sonrası Tanrı'yı olumlu olarak tasavvur eden bireylerin Tanrı'yı olumsuz olarak tasavvur eden bireylere göre travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin daha yüksek olduğunu gösteren pek çok araştırma bulunmaktadır.[27]

---

[24] Robert Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 8.b., İstanbul: Sufi Kitap, 2018, s.133.

[25] Melvin J. Lerner, Dale T. Miller, "Just World Research and the Attribution Process: Looking back and ahead", *Psychological Bulletin*, c. 85, sy. 5 (1978), ss. 1030-51.

[26] Ronnie Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*, New York: Free Press, 1992, s. 9.

[27] Shaw, Joseph, Linley, "Religion, Spirituality, and Posttraumatic Growth", ss. 1-11; Curtis Lehmann, Emma Steele, "Beyond Positive and Negative Religious Coping and Posttraumatic Outcomes", *Psychology of Religion and Spirituality*, c. 12 (2020), ss. 345-55; Melissa Zeligman, Jasmaine Ataga, Zoe Shaw, "Posttraumatic Growth in Trauma Survivors: Associations with Attachment to God and God Representation", *Counseling & Values*, c. 65, sy. 2 (2020), ss. 155-69; Cole vd., "Assessing Spiritual Growth and Spiritual Decline Following a Diagnosis of Cancer", ss. 112-21; Peter Bray, "Bereavement and Transformation: A Psycho-Spiritual and Post-Traumatic Growth Perspective", *Journal of Religion and Health*, c. 52, sy. 3 (2013), ss. 890-903; Cole vd., "Assessing Spiritual Growth and Spiritual Decline Following a Diagnosis of Cancer", ss. 112-21; Nazam, "Gender Difference on Spiritual Intelligence Among Adolescents", ss. 423-25.

Yukarıda açıklanan kuramsal ilişkiler perspektifinden travma sonrası büyüme ile ilişkilendirilen, manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarının farklı değişkenlerle ele alındığı ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Buna karşın bu iki değişkenin birlikte ele alındığı ve travma sonrası büyüme üzerinde etkilerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda travma sonrası büyümeyi yordamada manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarının nasıl bir role sahip olduğunun incelenmesi araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır.

I. ARAŞTIRMANIN KONUSU

Bu araştırmanın konusu travmatik olay sonrası büyüme ve gelişme ile Tanrı tasavvuru ve Manevi zekâ ilişkisidir. Bir başka ifadeyle "Travmatik olay ile karşılaşmış bireylerde travma sonrasında meydana gelen büyüme gelişme ile Tanrı tasavvurları ve manevi zekâ arasındaki ilişki"yi tespit etmektir.

II. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Bu çalışmanın temel amacı, travma sonrası büyüme ile manevi zekâ ve Tanrı tasavvurları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını ve eğer ilişki bulunuyorsa bu ilişkinin yönünü saptamaktır. Travma sonrası büyüme psikolojinin son yıllarda oldukça fazla çalışmalar yaptığı bir konu olmasına rağmen din psikolojisi kavramları olan manevi zekâ ve Tanrı tasavvuru ile ilişkisi üzerine yerli literatürde yeterli düzeyde çalışma yapılmamıştır. Bu nedenle çalışmamız kavramsal arka planı yanında din psikolojisiyle bağlantılı tartışmalara yer vererek konuyu detaylı bir şekilde incelemektedir. Ülkemizde travma sonrası büyüme kavramının dinî kavram ve kuramlarla mekanizmasının açıklanması bakımından din psikolojisi literatürüne katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Çalışmanın amacı bireylerin varoluşsal ihtiyacı olan büyüme ve gelişmelerinin travma sonrasında sürdürmelerini sağlamak için Tanrı tasavvurları, manevi zekâ ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasında bir ilişkinin olup olmadığını tespit etmek; Travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkili olduğu öngörülen manevi zekâ ve Tanrı tasavvurunun önemine dikkat çekmektir. Manevi zekâ hayat boyu bireyle birlikte var olan bir olgu olarak kabul edilmektedir. Birey Tanrı tasavvuru ile manevi zekâ düzeyini geliştirmekte ya da manevi zekâ düzeyiyle Tanrı tasavvurunu oluşturmaktadır.

Dolayısıyla birbiriyle iç içe geçmiş dinamik bir süreç olduğu söylenebilir. Travmaya maruz kalan bireyde her iki kavram aktifleşerek travma sonrası süreçleri belirlemektedir.

Evreni 15-80 yaş aralığındaki katılımcılardan oluşan araştırmada bireylerin manevi zekâ yeteneği, Tanrı tasavvurları ve travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyleri arasındaki ilişkinin ve etkileşimin varlığı incelenmiştir. Çalışmada (a) belirtilen konularla ilgili ölçme araçlarının kararlaştırılması, (b) konunun çerçevesinin belirlenerek literatür incelemesinin yapılması, (c) manevi zekâ, Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasında bir ilişkinin var olup olmadığının tespiti ve manevi zekâ, Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordamaya katkısının ne düzeyde olduğunun belirlenmesi amaçlanmıştır. Bunlara ek olarak bu değişkenlerin demografik değişkenlerle arasındaki bağlantıyı tespit etmek suretiyle din psikolojisi literatüründeki bu kavramlara katkı sağlamak bu çalışmanın amacıdır. Araştırma, travma sonrası büyüme ve gelişmeyi hedefleyen manevi danışmanlık sürecinde ilgili parametreleri doğru yönlendirmek adına önem arz etmektedir. Araştırmanın bir diğer önemi Müslüman örneklem üzerinden elde edilen bulguların bilimselliğin doğasına uygun bir şekilde evrensel teoriler ile ifade edilmesidir.

III. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Değişkenlerin sayısının iki ya da daha fazla olduğu durumlarda değişimin varlığını ya da derecesini belirlemek amacıyla araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmaktadır.[28] Bu çerçevede manevi zekâ, Tanrı tasavvurları ve travma sonrası büyüme ve gelişme olguları arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen bu çalışma, ikiden fazla değişken arasındaki ilişkinin ele alınması nedeniyle nicel olarak ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir.

Verilerin belirli bir zaman diliminde toplanarak, aynı zaman aralığında sınırlı olguların ölçüldüğü tarama yöntemi kesitsel desen olarak tanımlanmaktadır.[29] Bu desen türüyle birçok örneklem tek seferde gözlemlenerek durumsal farklılıklar ortaya konulmaktadır.[30]

[28] Niyazi Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi.*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2007, s. 81.
[29] John W. Creswell, *Araştırma Deseni Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, çev. Selçuk Beşir Demir, Ankara: Eğiten Kitap, 2017, s. 483.
[30] Faruk Karaca, *Din Psikolojisi*, Trabzon: Eser ofset Matbaacılık, 2015, s. 31.

Bu çalışma konusu olan olgular arasındaki ilişkiyi bir seferde incelemesi tasarlanarak kesitsel desenli bir araştırma olarak oluşturulmuştur.

Çalışmanın evreni 15-80 arası bireyleri kapsamaktadır. Araştırma verilerinin elde edildiği katılımcılar tesadüfi örneklem yoluyla seçilmiştir. Araştırmada hipotezlerin analizlerinin yapılabilmesi için veriler "*Kişisel Bilgi Anketi*", "*Travma Sonrası Büyüme Envanteri*" ve "*Tanrı Tasavvuru Ölçeği*" ile Ekşi ve Erduran-Tekin tarafından Türkçeleştirilmesi yapılan "*Manevi Zekâ Ölçeği*"nden oluşan bir anket formu ile toplanılmıştır. Bu form çevrimiçi olarak deneklere ulaştırılmıştır. Manevi zekâ ölçeği[31] 19 maddeden ve kendini anlama, insani değerler, merhamet, vicdanlılık olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Travma sonrası büyüme envanteri[32] 21 maddeden oluşturulan Türkçe formunda "benlik algısında değişim", "yaşam felsefesinde değişim" ve "başkalarıyla ilişkilerde değişim" olmak üzere ölçeğin üç alt faktörü bulunmaktadır. Tanrı tasavvuru ölçeği için Hızır Hacıkeleşoğlu ve Faruk Karaca'nın geliştirdiği 19 maddeden oluşan Allah Tahayyülleri ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin "sevgi yönelimli", "dengeli", "korku ve ceza yönelimli" ve "ilgisiz" Tanrı Tasavvuru olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır.[33]

A. Araştırmanın Problemi Ve Alt Problemleri

Bu çalışmanın temel problemini 'Manevi zekâ ve Tanrı tasavvurları ile Travma sonrası büyüme ve gelişme arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?, Varsa nasıl bir ilişki vardır?' soruları oluşturmaktadır. Araştırmada şu alt problemlere cevap aranmıştır;

1. Sosyo-demografik değişkenler ile travma sonrası büyüme arasında ilişki nasıldır?
2. Manevi zekâ, Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olduğu faktörler nelerdir?
3. Manevi zekâ düzeyinin; travma sonrası büyüme ve gelişmenin alt boyutlarını yordamaya katkısı ne düzeydedir?

[31] Özge Erduran-Tekin, Halil Ekşi, "Manevi Zekâ Ölçeği' nin Türkçe' ye Uyarlanması", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 4, sy. 2 (2019).

[32] Murat Boysan vd., "Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı", *TAF Preventive Medicine Bulletin*, c. 5, sy. 11 (2012), ss. 617-24.

[33] Faruk Karaca, Hızır Hacıkeleşoğlu, "Allah Tahayyülleri Ölçeği", *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, c. 2, sy. 54 (2020), ss. 67-83.

4. Tanrı tasavvurlarının; travma sonrası büyüme ve gelişmenin alt boyutlarını yordamaya katkısı ne düzeydedir?

B. Araştırmanın Hipotezi

1. Ana Hipotez

Araştırmanın ana hipotezleri şu şekildedir;

H_1: Manevi zekâ ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü anlamlı ilişkiler vardır.
H_2: Algılanan Tanrı Tasavvuru ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü anlamlı ilişkiler vardır.
H_3: Manevi zekâ ve algılanan Tanrı Tasavvuru travma sonrası büyüme gelişmeyi etkilemektedir.
Bununla birlikte temel varsayımlarla bağlantılı olarak aşağıdaki hipotezler üretilmiştir.

2. Alt Hipotezler

A. Travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilgili hipotezler

H_4: Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durumu, sosyo-ekonomik düzeyi, çocuk sahibi olma durumlarına göre travma sonrası büyüme ve gelişme seviyeleri farklılaşmaktadır.
H_{4a}: Kadınların travma sonrası büyüme ve gelişme seviyeleri erkeklere göre daha yüksektir.
H_{4b}: Evli bireyler bekârlara göre daha yüksek travma sonrası büyüme ve gelişme göstermektedir.
H_{4c}: Yaş arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyleri artmaktadır.
H_{4d}: Eğitim düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır.
H_{4e}: Sosyo-ekonomik düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır.
H_{4f}: Çocuk sahibi olanlar daha fazla travma sonrası büyüme ve gelişme göstermektedir.

B. Manevi zekâ ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiye yönelik hipotezler

H_5: Manevi zekâ puanları ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiler anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre;

H_{5a}: Kendini anlama ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5b}: Kendini anlama ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5c}: Kendini anlama ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5d}: İnsani değerler ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5e}: İnsani değerler ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5f}: İnsani değerler ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5g}: Merhamet ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5h}: Merhamet ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5i}: Merhamet ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5j}: Vicdanlılık ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5k}: Vicdanlılık ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{5l}: Vicdanlılık ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

C. Tanrı tasavvurları ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiye yönelik hipotezler

H_6: Tanrı tasavvurları biçimleriyle travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiler anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre;

H_{6a}: Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6b}: Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6c}: Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6d}: Dengeli Tanrı tasavvuru ile yaşam felesefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6e}: Dengeli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6f}: Dengeli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.

H_{6g}: Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.
H_{6h}: Korku-ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.
H_{6i}: İlgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.
H_{6i}: Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

IV. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Katılımcıların 15-80 yaş grubu arasında değişen 395 kişiden oluştuğu bir örneklem grubuyla araştırma evreni sınırlandırılmıştır. Araştırma verileri Türk-Müslüman örneklem grubundan 20.11.2023-30.03.2024 tarihleri aralığında elde edilen verilerden oluşmaktadır. Dolayısıyla zaman içerisinde deneklerin inanç, düşünce ve davranışlarının değişebileceği gerçeği dikkate alınarak, araştırma sonuçlarının sınırlarının belirtilen zaman ve örneklem kesitiyle oluştuğu söylenebilir.

Araştırmada ulaşılan bulguların kullanılan istatistiksel yöntem ve tekniklerin ölçme kapasiteleriyle ve yeterlilikleriyle sınırlı olduğu ifade edilmelidir.

V. ARAŞTIRMANIN SAYILTILARI

Örneklem grubunu oluşturan 395 katılımcının, ölçek maddelerini beklenilen içtenlik ve samimiyetle cevapladıkları; katılımcılar tarafından ölçümün amacı olan konunun ve ölçüm ana fikrinin doğru ve eksiksiz olarak anlaşıldığı varsayılmaktadır.

Örneklemin evreni temsil ettiği ve bulguları elde etmek için kullanılan ölçeklerin gerçekleştirdikleri ölçümleri geçerli ve güvenilir olarak ölçtükleri kabul edilmektedir.

VI. LİTERATÜRDEKİ ARAŞTIRMALAR

Travma sonrası büyüme ve gelişme kavramı birçok değişkenle ve birçok örneklemde araştırılmış olup, bu kavramla yapılan çalışmalar 1980'lerin ortalarından itibaren artarak önem kazanmıştır. Çalışılan örneklemler; kronik hastalık, sakatlık, trafik kazası geçirme, doğal afet yaşama gibi travmatik durumlara maruz kalan bireylerden oluşmaktadır.

Literatürde travma sonrası büyümenin bireyin travma öncesi kaynaklarıyla ilişkisinin incelediği çalışmalarda Cohen ve arkadaşları psikolojik dayanıklılık, dışa dönüklülük, yeniliğe açıklık, sorumluluk, uyumluluk, öz yeterlilik, bilişsel beceriler, dindarlık, iyimserlik ve yaratıcılık gibi bireysel karakter özellikleriyle daha fazla travma sonrası büyüme ve gelişmenin daha yüksek düzeyde gerçekleştirildiğini bulgulamıştır. [34] Travma sonrası büyüme ve gelişmenin demografik değişkenlerle ilişkisinin incelendiği çalışmada Vishnevsky[35] kadın olmanın, Helgeson ve arkadaşları[36] genç olmanın travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarının arttırdığını belirtmiştir. Travmanın birey üzerindeki etkilerinin incelendiği çalışmada bireyin temel şemasını ne kadar sarstığı, bireyin başa çıkma biçimi, bilişsel ve duygusal işlemleme yeteneği travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordayıcı değişkenler olarak tespit edilmiştir. Bu şemalardan Lindstrom ve arkadaşları bireyin dünya, gelecek ve benlik şemalarındaki sarsılmanın önemli değişkenler olduğunu kaydetmiştir.[37]

Park ve arkadaşları öfke duygusunun travma ile başa çıkma ve anlamlandırma sürecini kolaylaştırmak suretiyle büyümeye giden yolda olumlu katkı sağladığını bulmuşlardır.[38] Tangney bireyin öfkesinin sorumluluğu dışsallaştırılması nedeniyle bireyin psikolojik iyilik halinin olumlu etkilendiğini vurgulamaktadır.[39] Dong ve arkadaşları yaşadıkları olayları dışavurma yoluyla aktaran bireylerin daha yüksek travma sonrası büyüme gösterdiklerini bulgulamıştır.[40] Benzer şekilde Currier ve arkadaşları Afganistan'dan dönen asker mağdurlarıyla yapılan bir çalışmada duyguları dışa vurmanın travma sonrası

[34] Lawrence H. Cohen, Tanya R. Hettler, Natalia Pane, "Assessment of Posttraumatic Growth", *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis,* The LEA series in personality and clinical psychology, New York: Psychology Press, 2008, ss. 23-42.

[35] Tanya Vishnevsky vd., "Gender Differences in Self-Reported Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Psychology of Women Quarterly*, c. 34, sy. 1 (2010), ss. 110-20.

[36] Vicki S. Helgeson, Kerry A. Reynolds, Patricia L. Tomich, "A Meta-Analytic Review of Benefit Finding and Growth", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, c. 74, sy. 5 (2006), ss. 797-816.

[37] Cassie Lindstrom vd., "The Relationship of Core Belief Challenge, Rumination, Disclosure, and Sociocultural Elements to Posttraumatic Growth", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, c. 5 (2011).

[38] Crystal L. Park vd., "Pathways to Posttraumatic Growth versus Posttraumatic Stress: Coping and Emotional Reactions Following the September 11, 2001, Terrorist Attacks", *The American Journal of Orthopsychiatry*, c. 78, sy. 3 (2008), ss. 300-312.

[39] J. P. Tangney, P. Wagner, R. Gramzow, "Proneness to Shame, Proneness to Guilt, and Psychopathology", *Journal of Abnormal Psychology*, c. 101, sy. 3 (1992), ss. 469-78.

[40] Chaoqun Dong vd., "Posttraumatic Growth within the First Three Months after Accidental Injury in China: The Role of Self-disclosure, Cognitive Processing, and Psychosocial Resources", *Psychology, health & medicine*, c. 20 (2014), ss. 1-11.

büyüme sürecini kolaylaştırdığını ortaya koymuştur.[41] Başka bir araştırmada Forgeard kendini açma, duyguları düzenleme ve yaratıcılığın artmasının travma sonrası büyümeyi olumlu yönde yordadığını tespit etmiştir.[42] Prati ve Pietrantoni bireylerin şefkat, aidiyet, bağlanma, hoşgörü, duygu paylaşımı ve ilişkilerin değerini anlama gibi niteliklerinin travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkili olduğunu bunu da sosyal destek aracılığıyla sağladığını saptamıştır.[43]

Ülkemizde travma sonrası büyüme ve gelişme kavramıyla ilgili yapılan çalışmalar yakın bir zamanda başlamıştır. Ebeveynler için en büyük travmalardan biri olan çocuk kaybı pek çok araştırmaya konu olmuştur.[44] Bu konuda yapılan araştırmalardan birinde anne-babanın başka çocuğa sahip olup olmamasının ve yaşlarının travma sonrası büyüme ve gelişmeyi etkileyen faktörler olduğu saptanmıştır. Tanrıdağlı 1999 Marmara depremi sonrasında sivil toplum kuruluşlarında gönüllü çalışmanın bireylerin yaşamış olduğu stres seviyesinin ve travma sonrası büyüme ve gelişme durumunun üzerindeki etkisini araştırmıştır.[45] Bu çalışmaya göre katılımcıların gönüllü olmaları, problem odaklı, iyimser yaklaşımları ve kader anlayışları gibi değişkenlerin travma sonrası büyüme ve gelişmenin anlamlı yordayıcıları olduğu kaydedilmiştir. Dirik romatoit artirit hastalarında kaygı, depresyon ve travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyinde etkili olan faktörlerden algılanan sosyal destek, dindarlık, başa çıkma becerileri ve hastalıkla ilgili değişkenleri incelemiştir.[46] Araştırma sonuçlarına göre; travma sonrası büyüme ile pozitif yönde ilişki içerisinde olan değişkenler çaresiz baş etme, problem odaklı baş etme ve algılanan sosyal destek bulunmuştur. Bu değişkenlerin depresyon ile negatif yönde bir ilişki içinde olduğu rapor edilmiştir. Durak bir model içerisinde kalp krizi geçirmiş kişiler ve yakınlarıyla

[41] Joseph M. Currier vd., "Cognitive Processing of Trauma and Attitudes toward Disclosure in the First Six Months after Military Deployment", *Journal of Clinical Psychology*, c. 69, sy. 3 (2013), ss. 209-21.

[42] Marie J. C. Forgeard, "Perceiving Benefits after Adversity: The Relationship between Self-reported Posttraumatic Growth and Creativity", *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, c. 7, sy. 3 (2013).

[43] Gabriele Prati, Luca Pietrantoni, "Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Journal of Loss and Trauma*, c. 14, sy. 5 (2009), ss. 364-88.

[44] Şehnaz Yıldırım, *Parental Grief Reactions after an Infant Death*, (Yüksek Lisans Tezi), Orta Doğu Teknik Üniversitesi, 2003.

[45] Zeynep Ceren Tanrıdağlı, *1999 Marmara Depremi Yaşayan Yetişkinlerde "Mahalle Afet Gönüllüsü" Olmanın Psikolojik Stres Düzeyine ve Travma Sonrası Gelişime Etkileri*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005.

[46] Gülay Dirik, *Romatoid Artrit Hastalarında Travma Sonrasi Gelişim ve Psikolojik Sıkıntılar: Kaynakların Korunması Kuramı Kapsamında bir Değerlendirme*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006.

yaptığı çalışmada çevresel ve bireysel kaynaklar, olayı algılama, bilişsel işlemleme ve baş etme değişkenlerinin gizil olarak travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordama durumunu incelemiştir.[47] Kalp hastalarıyla yaptığı araştırmaya göre bu değişkenlerin travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı değişkenlerin hasta yakınlarında travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkisi incelendiğinde çevresel etmenlerin travma sonrası büyüme üzerinde dolaylı bir etkisinin bulunmadığına ulaşılmıştır. Bu bulgulara ek olarak travma sonrası büyüme ve gelişme üzerinde dolaylı etkisinin olduğu değişkenler olarak bireysel kaynaklar, olayın özellikleri, bilişsel işlemleme ve baş etme yolları belirtilmiştir.

Bayraktar kanser hastalarının travma sonrası büyüme ve gelişmelerini incelediği araştırmasında travma sonrası büyümeyle ilişkili temel kavram olarak katılımcıların hastalığa ilişkin algıları ve baş etme yöntemlerinin olduğu belirlenmiştir.[48] Mesafe koyma, kendini kontrol etme, sorumluluk alma, sosyal destek arama, kaçma ve kaçınma gibi baş etme yöntemlerinin travma sonrası büyümeyi yordadığı tespit edilmiştir. Hastalık algılarında ise hastalık tutarlılığıyla ilgili değişkenlerin gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordadığı bulunmuştur.

Alanyazında travma sonrası büyüme kavramının birlikte ele alındığı bir diğer değişken duygusal zekâ kavramıdır. Bu çalışmalardan Pakistan'da 250 kişi ile gerçekleştirilen bir araştırmaya göre duygularını yönetebilen, olumlu duygularını kullanabilen katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinde daha yüksek puan aldığı kaydedilmiştir.[49] İran'da 249 hemodializ hastasıyla gerçekleştirilen bir çalışmada duygusal zekâsı yüksek katılımcıların dolaylı olarak başa çıkmalarının daha yüksek olduğu ve sonuç olarak travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur.[50] Çin'de 837 öğrenciyle yapılan çalışmada duygusal zekânın algılanan stres ve sosyal desteği dengelemek suretiyle travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordadığı

[47] Emre Şenol Durak, *Miyokard Enfaktüs Hastaları ve Eşlerinde Travma Sonrası Gelişimin Belirleyicileri Olarak Çevresel ve Bireysel Kaynaklar, Olayı Algılama, Bilişsel İşlemleme ve Baş etme*, (Doktora Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007.

[48] Seda Bayraktar, *Kanser hastalarında travma sonrası gelişim olgusunun ve etkileyen faktörlerin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2008.

[49] Hina Sultan vd., "Impact of Optimism on Posttraumatic Growth of Burn Survivors: Role of Emotional Intelligence, Gender and Severity of Burn Injury", *Khyber Medical University Journal*, c. 15, sy. 1 (2023), ss. 38-38.

[50] Fatemeh Sadeghpour vd., "Emotional Intelligence as a Predictor of Posttraumatic Growth in Patients Undergoing Hemodialysis", *Illness, Crisis & Loss*, c. 29, sy. 2 (2021), ss. 131-42.

bulunmuştur.[51] 211 Avustralyalı öğrenciyle yapılan bir diğer çalışmada duygusal zekâ ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur.[52] Duygusal zekâ ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin incelendiği birçok çalışmanın bulunmasına rağmen manevi zekâ ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin incelendiği sadece bir çalışmaya rastlanmıştır. Hindistanda 60 tıp öğrencisiyle gerçekleştirilen araştırmada manevi zekâ ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişki pozitif yönde anlamlı bulunmuştur.[53]

Literatürde manevi zekâ ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Bunlardan; ergenlerde manevi zekâ bileşenleriyle depresyon, stres ve anksiyete ilişkinin incelendiği çalışmada manevi zekânın yas, stres ve kaygının azaltılmasında büyük etkisinin olduğu görülmüştür.[54] Zorlayıcı yaşam olaylarında manevi zekânın stres yönetimini nasıl etkilediğinin incelendiği bir çalışmada manevi zekânın stresten kurtulmak için gerekli mental sağlığı sağlamak suretiyle travmatik olayla başa çıkmaya katkı sağladığı bulunmuştur.[55] Rusya'da 322 öğretmenle yapılan bir çalışmada manevi zekânın duygusal düzenleme ve stresle baş etme stratejileriyle pozitif anlamlı ilişkili olduğu kaydedilmiştir.[56]

İran'da 270 hemşire ile yapılan çalışmada manevi zekâ ile iyioluş ve yaşam amacını bulma arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur.[57] Manevi zekânın pandemi sırasında hemşirelerdeki iyioluş ve yaşam doyumunun rolünün incelendiği çalışmada manevi zekânın refah ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık etkisine

[51] Lyuci Zhang vd., "Perceived Stress, Social Support, Emotional Intelligence, and Post-Stress Growth among Chinese Left-Behind Children: A Moderated Mediation Model", *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, c. 19, sy. 3 (2022).

[52] David Tuck, Lefteris Patlamazoglou, "The Relationship Between Traumatic Stress, Emotional Intelligence, and Posttraumatic Growth", *Journal of Loss and Trauma*, c. 24 (2019), ss. 721-735.

[53] Barsa Nayak, Bhaswati Patnaik, "Role of Spiritual Intelligence in Post-Traumatic Growth of Frontline and Non-Frontline Medical Students", *Journal of Advance Research in Science and Social Science*, c. 6 (2023), ss. 139-50.

[54] M Ebrahimi vd., "Effectiveness of Training of Spiritual Intelligence Components on Depression, Anxiety, and Stress of Adolescents", *Journal of Medicine and Life*, c. 8, sy. Spec Iss 4 (2015), ss. 87-92.

[55] Anggara Wisesa, Irenne Irenne, "Analyzing How Spiritual Intelligence Affecting Stress Coping in Stress Management", *Jurnal Ilmu Sosial Politik dan Humaniora*, c. 3 (2020), ss. 1-12.

[56] Nurochim vd., "Investigating the Relationship between Spiritual Intelligence, Emotional Regulation and Stress Coping Strategies in the Russian Education Industry", *International Journal of Work Organisation and Emotion*, c. 13, sy. 3 (2022), ss. 212-29.

[57] Mohammad Sahebalzamani vd., "The relationship between spiritual intelligence with psychological well-being and purpose in life of nurses", *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, c. 18, sy. 1 (2013), ss. 38-41.

sahip olduğu bulunmuştur. Hindistanda manevi zekânın duygusal zekâ ile zihinsel sağlığın ilişkisinin incelendiği bir çalışmada yüksek manevi zekâ puanlarına sahip olan katılımcıların daha yüksek duygusal zekâya ve daha iyi zihinsel sağlığa sahip olduğu tespit edilmiştir.[58] Benzer şekilde üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan bir çalışmada yaşam kalitesinin manevi zekâyla anlamlı ilişki içerisinde olduğu bulunmuştur.[59]

Manevi zekâ alt boyutlarından kendini anlama ile benzerlik gösteren bir diğer kavram özşefkat kavramıdır. Öz-şefkat ile kişilik özelliklerinin ilişkisini inceleyen Neff, Rude ve Kirkpatrick[60] öz-şefkati yüksek bireylerin daha iyimser, pozitif duygulanımları yüksek, umutlu ve bilge kişiler olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgulara göre kendini anlayan bireylerin travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin daha yüksek oldukları söylenebilir. Kişilik özelliklerinin travma sonrası büyümeye etkisini inceleyen başka bir çalışmaya göre iyimserlik olarak tanımlanan olaylar karşısında iyi bir çıkış yolu olduğu düşüncesine sahip olmanın travma sonrası büyüme ve gelişmeyi etkilediği bulunmuştur.[61] Chopko ve Schwatz polis memurlarıyla yapılan araştırmada kendini anlayan, farkındalık sahibi bireylerin travma sonrası büyümelerinin yüksek düzeyde olduğunu bulmuştur.[62] Araştırma bulgularına göre kendini yargılamadan algılayan, benliğine şefkatle yaklaşan bireylerin pozitif yönde değişim sağlayabildiği tespit edilmiştir. Ülkemizde öz-şefkat ile yapılan çalışmalardan birinde Çolakoğlu kalp krizi geçirmiş kişilerde öz-şefkatin alt boyutları ile travma sonrası büyümenin tüm alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulmuştur.[63]

[58] Manaswini Dash, Puspita Patnaik, "Role of Spiritual Intelligence in Emotional Intelligence and Mental Health", *Indian Journal of Positive Psychology*, c. 6, sy. 3 (2015), ss. 279-82.

[59] Mojtaba Salmabadi vd., "The Mediating Role of Spiritual Intelligent in Relationship of Mindfulness and Resilience", *Health, Spirituality & Medical Ethics Journal*, c. 3, sy. 3 (2016), ss. 18-24.

[60] Kristin D. Neff, Stephanie S. Rude, Kristin L. Kirkpatrick, "An Examination of Self-compassion in Relation to Positive Psychological Functioning and Personality Traits", *Journal of Research in Personality*, c. 41, sy. 4 (2007), ss. 908-16.

[61] Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", *Psychological Inquiry*, c. 15, sy. 1 (2004), ss. 1-18.

[62] Brian Chopko, Robert Schwartz, "The Relation Between Mindfulness and Posttraumatic Growth: A Study of First Responders to Trauma-Inducing Incidents", *Journal of Mental Health Counseling*, c. 31, sy. 4 (2009), ss. 363-76.

[63] Tuba Çolakoğlu, *Kalp Krizi Geçirmiş Bireylerde Travma Sonrası Gelişim ile Öz- Duyarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi, 2013.

Literatürde travma sonrası büyüme ve gelişmenin Tanrı tasavvuruyla ilişkili olduğunu rapor eden çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin Amerika'da Tanrı'ya inanan 142 lisans öğrencisiyle yapılan bir araştırmada travmatik olayların Tanrı'ya duyulan sevgi ve şükran duygularıyla Tanrı'dan bir hediye olarak kabul edildiğini ve travma sonrası büyümeyi desteklediği kaydedilmiştir.[64] 454 lisans öğrencisiyle yapılan çalışmada Tanrı tarafından sevgi destek gibi olumlu eylemlerin geldiğini düşünen katılımcıların zorluklar sonrasında daha yüksek düzeyde büyüme gösterdikleri bulunmuştur.[65] Benzer şekilde 222 lisans öğrencisiyle Tanrı tasavvuru ve Tanrı'ya bağlanma ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin incelendiği bir araştırmada Tanrı tasavvuru ile Tanrı'ya bağlanma gibi din ve maneviyat unsurları ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki bulunmuştur.[66]

Manevi zekâ alt boyutlarından kendini anlama ile Tanrı tasavvurları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada Benson ve Spilka Tanrı tasavvurunun kendini algılama biçimiyle ilişkili olduğunu ortaya atmıştır.[67] Benson ve Spilka bu araştırmada benlik saygısı yüksek olan bireylerin seven-kabul eden Tanrı tasavvuruna sahip oldukları, benlik saygısı düşük olan bireylerin reddeden-kontrol eden Tanrı tasavvuruna sahip olduğunu ortaya koymuştur. Aynı araştırmada sevgi yönelimli ve olumlu Tanrı tasavvuruna sahip olmanın olumlu benlik algısına katkı sağladığı, korku yönelimli Tanrı tasavvuruna sahip olmanın olumsuz benlik algısına katkı sağladığı görülmüştür.[68] Erdoğan üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada Tanrı'ya sevgiyle yaklaşan ve O'nu sevginin kaynağı gören sevgi yönelimli Tanrı tasavvuruna sahip olan katılımcıların ruh sağlığını korumak suretiyle travmatik olaylarla başa çıkmada başarılı olduğunu kaydetmiştir.[69] Bu bilgiler ışığında Tanrı tasavvurunun sevgi yönelimli olmasının bireyin psikolojik sağlığına korku yönelimli tasavvurundan daha fazla katkı sağlayacağı söylenebilir.

---

[64] Joshua A. Wilt, Julie J. Exline, "Receiving a Gift from God in Times of Trouble: Links between Gratitude to God, the Affective Circumplex, and Perceived Closeness to God", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 25, sy. 3 (2022), ss. 362-79.

[65] Julie Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates: Religious Coping and Perceptions of Helpful Action by God Are Both Important", *Journal of Positive Psychology*, c. 12, sy. 5 (2017), ss. 501-8.

[66] Zeligman, Ataga, Shaw, "Posttraumatic Growth in Trauma Survivors", ss. 155-69.

[67] Peter Benson, Bernard Spilka, "God Image as a Function of Self-esteem and Locus of Control", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 12, sy. 3 (1973), ss. 297-310.

[68] Özlem Güler, *Tanrı'ya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı ve Günahkârlık Duygusu*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007.

[69] Emine Erdoğan, "Tanrı Algısı, Dini Yönelim Biçimleri ve Öznel Dindarlığın Psikolojik Dayanıklılıkla İlişkisi: Üniversite Örneklemi", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 12, sy. 29 (2015), ss. 223-46.

Tüm bu literatür çerçevesinde manevi zekânın yaşam kalitesi ile bir ilişkisinin ve olumlu Tanrı tasavvurlarının başa çıkmaya pozitif yönde etkisinin bulunduğu kabul edilmektedir. Bu durumda manevi zekâ düzeyi yüksek olan bireyler ile olumlu Tanrı tasavvuruna sahip olan bireyler diğer bireylere göre travma sonrası büyüme düzeyinde daha yüksek puanlara sahip olacağı hipotez edilebilir.

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

I. TANIMLANAN KAVRAMLAR

A. Manevi Zekâ Kavramı

Maneviyat, insanın varoluşuyla meydana gelen ve kendi kapasitesini aşan daha büyük bir şeyle bağlantı kurması olarak tanımlanmaktadır. Kendisinde somut olarak görünenin ötesine geçmesi kalbi bir duyuş ve hissedişle gerçekleşmektedir.[70] Zekânın tanımı kültürler arası çerçevede sorun çözme veya ürün yaratma becerisi olarak yapılmaktadır.[71] Bir başka tanımda ise zekâ değişen çevresel duruma uyum sağlamak için gerekli zihinsel yetenekler olarak tanımlanmaktadır.[72] Bu tanım biraz daha genişletilerek çevreye uyum sağlama fonksiyonuna, çevreye şekil verme ve seçme yeteneğine sahip olma işlevleri de eklenmiştir.[73] Bu tanımlardan yola çıkılarak Manevi zekâ bireyin değerlerini ve manevi kaynaklarını kullanmak suretiyle günlük yaşamdaki zorlukları aştıran ve iyileştiren bir zekâ türü olarak kabul edilmektedir.[74] Bir diğer tanıma göre manevi zekâ, bireyin kendisinin farkına varması, aşkınlığın farkına varması, benlik anlamının güçlenmesi suretiyle problem çözmede artan zihinsel kapasite olarak ifade edilmektedir.[75]

Sonuç olarak manevi zekâ teriminde maneviyat, insanın fedakârlık, farkındalık ve anlam aramasını, zekâ ise bu kaynakların insanın uyumunu ve refahını teşvik etmek için kullanılmasını ifade etmektedir.[76] Manevi zekâ konusu İmam Gazzâlî'nin İhya-u Ulumid'din eserinden bu yana tartışılmasına rağmen terim olarak yeni bir kavramdır. Gazzâlî'de bilmenin yeri olarak kalp gösterilmektedir.[77] Kalbî bilişe ulaşmanın en temel

---

[70] Cindy Wigglesworth, *Spiritüel Zekâ*, çev. Seda Toksoy, İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2013.
[71] Howard Gardner, *Zihin Çerçeveleri / Çoklu Zekâ Kuramı*, çev. Ebru Kılıç, İstanbul: Alfa Yayınları, 1983.
[72] Robert J. Sternberg, "The Concept of Intelligence and its Role in Lifelong Learning and Success", *American Psychologist*, c. 52, sy. 10 (1997), ss. 1030-37.
[73] Azreen Jihan, Rosidah Musa, "Descriptive Analysis - Predictors of Attitude towards Purchasing Halal Skin Care Products", *Social and Management Research Journal*, c. 14, sy. 2 (2017), ss. 55-71.
[74] Christopher Dryer, Yosi Amram, *Integrated Spiritual Intelligence Scale (ISIS): Development and Preliminary Validation*, Palo Alto,CA: Institute of Transpersonal Psychology, 2008.
[75] Nazam, "Gender Difference on Spiritual Intelligence Among Adolescents", ss. 423-25.
[76] Tracy Balboni vd., "Support of Cancer Patients' Spiritual Needs and Associations with Medical Care Costs at the End of Life", *Cancer*, c. 117, sy. 23 (2011), ss. 5383-91; Beauvais, Stewart, DeNisco, "Emotional Intelligence and Spiritual Well-Being", ss. 166-71.
[77] İmam Gazzâlî, *İhyâu Ulûmi'd-Dîn*, Kâhire: Dârü'l-Hadîs, 1992, c. 3, s. 17.

şartı ise kalbin olumsuz sıfatlardan arınmış olması gerektiği kabul edilmektedir. Manevi zekânın gerekliliklerinden olan merhamet, vicdanlılık ve insanî değerlerin Gazzâlî'nin tanımladığı kalbin vasıflarıyla benzerlik gösterdiği görülmektedir. Manevi zekânın insanın davranışlarını bütünsel bir yaklaşım olarak ele alması nedeniyle günümüzdeki çalışmalarda bu kavram ilgi görmektedir.[78]

Manevi zekâ yaşamda gideceği yönün bilinmesi durumu ve zayıf olan yönleri iyileştirebilme becerisidir.[79] Manevi zekâ zıtlıkları bir araya getirerek benlik seviyesinin geliştirilmesini amaçlamaktadır.[80] Manevi zekânın temel fonksiyonunu cevaptan ziyade soru üzerine odaklanması sağlamaktadır. Ancak soru sorarken 'nasıl mutluluğa ulaşılabilir, nasıl başarılı olunabilir, içsel huzur nasıl yakalanabilir, nasıl daha yaratıcı fikirler oluşturulabilir, nasıl iyi bir lider veya anne-baba olunabilir' gibi sorular sormaktan ziyade 'niçin' sorusunu sormaktadır. Anlam ve değer sorunlarına daha büyük çerçeveden bakmak suretiyle çözüm bulması manevi zekânın gücünü göstermektedir.[81] Duyguların ve olayların merkezden itibaren görülmesi sağlandığında ayrı gibi görünen şeylerin birbiriyle ilişkisi ortaya çıkmaktadır. Bu şekilde manevi zekânın unsurları olan problem çözme, karar verme ve yaşam doyumu konularında gelişme sağladığı görülmektedir.

Manevi zekâ uyum sağlayıcı problem çözme sürecini gerçekleştirirken birinci ölçütü hedef çatışması ihtimalini asgariye indirmektir. Örnek olarak Tanrı'nın razı olacağı davranışıyla kendine hizmet etme hedefi çatıştığında eşgüdümlü çözüm beklenmektedir. İkinci ölçütü hedefe ulaşma ihtimalini arttırmaktır. Üçüncü ölçütü ise mevcut bilgiyi en etkin şekilde kullanmaktır.[82]

Manevi zekâ kişi ile ben ötesini ve benlik ile ruhu birleştirmektedir. Aynı zamanda manevi zekâ, bireyin kendisiyle, diğer insanlarla ve aşkınlıkla olan ilişkisinin farkındalığını sağlamaktadır. Manevi zekâ değeri yüksek olan bireylerin özfarkındalık ve

---

[78] Norafni Farlina Rahim, Mohammed Hariri Bakri, Siti Norbaya Yahaya, "Conceptualization of Spiritual Intelligence Quotient (SQ) in the Islamic Fintech Adoption", *Konseptualisasi Kecerdasan Spiritual (SQ) dalam Penggunaan Teknologi Kewangan (Fintech) Islam.*, c. 42, sy. 1 (2020), ss. 113-22.

[79] Shabnam, N.S. Tung, "Intelligence, Emotional and Spiritual Quotient as Elements of Effective leadership", *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, c. 21 (2013), ss. 315-28.

[80] Richard A. Bowell, *7 Adımda Ruhsal Zekâ*, ed. Zuhal Doğan, İstanbul: Hayat Yayınları, 2007, s. 45.

[81] Kadkhoda, Jahani, "Problem-solving Capacities of Spiritual Intelligence for Artificial Intelligence", ss. 170-75.

[82] Robert A. Emmons, "Maneviyat bir zekâ mıdır? Güdülenme, biliş ve nihaî ilgi psikolojisi", çev. Fatma Şengül, Ali Ulvi Mehmedoğlu, 2008, s. 136.

evrensel farkındalık değerlerinin yüksek olduğu belirtilmektedir. Bireyin benliğinin farkına varmasından sonra çevresiyle iletişime geçip evrensel farkındalığa ulaşabildiği bilinmektedir. Bireyin kendinin farkına varabilmesi için bir takım becerilerini geliştirmesi gerekmektedir.

Bireyin becerileri 3 temel merkeze ayrılmaktadır. Bunlar fizik merkezi, duygu merkezi ve zihin merkezidir. Fizik merkez; bireyin temel yaşam gereksinimleri olan kendini koruma, hayatta kalma, istek ve fikirlerini hayata geçirme işlevini gören eylem ve hareket fonksiyonlarından oluşmaktadır. Duygu merkezi; insan ve nesnelerle ilişkili olma işlevini gören sevme-sevmeme, ihtiyaçlarını isteme, hoşlanmadıklarını istememe fonksiyonlarını oluşturmaktadır. Zihin merkezi; çevreden gelen verileri toplayıp tanımlayıp kavramşallaştıran ve değerlendiren, sebep-sonuç bağlantıları yoluyla yeni bilgilere ulaşan merkezdir. Bu merkezler zekâ olarak ele alındığında fizik merkezi fiziksel zekâya, duygu merkezi duygusal zekâya, zihin merkezi entelektüel zekâya ve tüm bunların birbiriyle etkileşimi manevi zekâya tekabül etmektedir.[83]

Çoklu zekâ kuramı ile fiziksel zekâ, dilsel zekâ, matematiksel zekâ, duygusal zekâ ve manevi zekâ olarak farklı işlevlere sahip zekâ türleri açıklanmaktadır. Diğer zekâ türlerinde beyin merkezindeki işlevler söz konusuyken duygulara hitap eden zekâ türü olan manevi zekâ kalbi mutahap almaktadır. Kalbin akletmesi olarak nitelendirilebilen bu zekâ türüne göre kalbin düşünme potansiyeli bulunmaktadır. Manevi zekâ, bireyin beyni ile psişesinin varoluşsal yeteneği olarak kaynağını evrensel bilgiden aldığını kabul etmektedir. Problemlerin çözümünde anlamın bulunması ve kullanılması bu yetenek ile gerçekleşmektedir.[84]

Manevi zekâ ile birey iç sesi dinleyerek öğrendikleriyle problemleri çok farklı açılardan yaklaşarak çözebilmektedir. Manevi zekâsı yüksek olan bireylerin mutlu, sakin, yüksek özdeğer ve bütüncül sevgi ilişkisine sahip olduğu görülmektedir.[85] Manevi zekâsı yüksek olan bireylerde kalbinin açık ve esnek olduğu, bireyin çevresi ve Tanrı'yla farkındalık içerisinde olduğu, bireyin dünyaya ve diğerlerine saygılı olarak hizmet ettiği, kararlarını

[83] Aydın Söylemez, *Manevi Zekânın Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya: SAÜ Eğitim Bilimleri Ensttüsü, 2016, s. 18.
[84] Zohar, Marshall, a.g.e. s.16.
[85] Victor Selman vd., "Spiritual-Intelligence/-Quotient", *College Teaching Methods & Styles Journal*, c. 1, sy. 3 (2005), ss. 23-30.

alırken yüksek değer etiği ile karar verdiği ve coşkulu olduğu görülmektedir.[86] Sevginin mekânı kalp olması nedeniyle diğer insanları sevdikçe Tanrı'ya olan sevginin de arttığı bilinmektedir.[87] Bu sevgiyle manevi zekâ aktifleşmektedir. Aktifleşen manevi zekânın her durumda iç ve dış huzurun korunmasına, sağduyu ve merhametle davranma becerisinin artmasına katkı sağladığı ifade edilebilir.[88]

Bunlara ek olarak manevi zekâya sahip olan bireylerin hayallerinde tanımlı bir Tanrı tasavvurunun olduğu, kutsal metinleri anlamaya yönelik bir ilginin olduğu, dini sanat, müzik, dans ve şiirlere ilgi duyduğu ve meditasyon gibi uygulamalara katıldığı bilinmektedir.[89] Bu unsurlar incelendiğinde manevi zekânın sadece din ile ilgili olmadığı benliği bütün haline getirmek için kullanılan zekâ olduğu görülmektedir. Tüm bilgiler ışığında manevi zekâ egonun veya şuurlu zihnin ötesindeki benliğe ait olan en derinlerdeki zekâ olduğu söylenebilir.[90]

Manevi zekânın bahsedilen işlevleri yerine getirmesi için belirli unsurlara sahip olduğu görülmektedir. Manevi zekânın ana unsurları (i) aşkınlık için kapasite (ii) bilinçli ruhsal durumlara girme yeteneği (iii) günlük yaşantıyı kutsal hale getirme yeteneği (iv) yaşamdaki sorunları çözmek için manevi kaynakları kullanma yeteneği olarak sıralanmaktadır.[91]

Manevi zekâyla manevi bilgiye ulaşılmaktadır. Manevi bilgi bireyin yaşadığı zorlukları aşmasında ve uyum sağlamasında yol gösteren bilgi tabanının bir parçası olarak kabul edilmektedir.[92] Manevi zekâ bireyi değişim ve dönüşüm hissi ile güçlendirerek sorunların çözülmesine yardımcı olabilmektedir. Bireyde gerçekleşen dönüşüm Tanrı'yla ilgili sorunları çözmesine yardımcı olmaktadır.[93] Manevi zekâ güçlendiğinde günlük hayattaki

---

[86] Barbara Howard, Precious Guramatunhu-Mudiwa, Stephen White, "Spiritual Intelligence and Transformational Leadership: A New Theoretical Framework", *Journal of Curriculum and Instruction*, c. 3 (2009).

[87] Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, s. 28.

[88] Cindy Wigglesworth, "Why Spiritual Intelligence is Essential to Mature Leadership", 08.2006, https://integralleadershipreview.com/5502-feature-article-why-spiritual-intelligence-is-essential-to-mature-leadership/.

[89] Bhaskar Chaudhary, Mayank Aswal, "Imparting spiritual intelligence curriculum in our classrooms", *European Academic Research*, c. 1, sy. 7 (2013), ss. 1508-15.

[90] Zohar, Marshall, a.g.e., s.23.

[91] Emmons, a.g.m., s.140.

[92] a.g.m., s. 141.

[93] Khoshtinat, a.g.m., ss. 1132-1139

problemlerle başa çıkabilmek için farklı çözüm yöntemleri geliştirilebilmektedir.[94] Bireyin hayatın sıkıntılarıyla baş etme sürecinde etkisi olan manevi zekâ, aynı zamanda geliştirilebilir bir yetenektir.[95]

Manevi zekâ teoriden ziyade yaşantısal olarak geliştirilebilmektedir. Manevi zekânın dili kalbin dili olduğu için semboller ve metaforlar kullanılarak ifade edilebilmektedir. Bunun için dinî ve kültürel bir arka plan gerekmektedir.[96] Manevi zekâyla birey kalbinin açılması suretiyle ruhuyla iletişime geçmektedir. Aynı zamanda hayatı anlamlandırırken ve yorumlarken aşkını merkeze alarak yaşamına bir yön vermektedir. Örnek olarak çalışma bir görev olarak değil bir çağrı olarak anlaşıldığında, anne-baba olmak kutsal bir görev olarak görüldüğünde karşılaşılan problemler daha farklı anlamlarla ele alınmaktadır. Bunun yanında sıradan faaliyetler dahi manevi anlamla doldurularak yaşam kalitesi arttırılabilmektedir.[97] Evliliklerinin ilahî bir yönünün olduğunu düşünen çiftlerin diğerlerine göre daha yapıcı sorun çözme davranışı ve daha fazla bağlılık bildirdikleri tespit edilmiştir.[98]

Manevi zekâ transpersonal psikolojide insan-aşkınlık ilişkisine tekabül etmektedir.[99] Manevi zekâyla birey aşkın olanı merkeze alarak kendisini ve dünyayı anlamlandırmaktadır. Bu çerçevede yaşamdaki zorluklar karşısında egoyu ve benliğini dönüştürmek suretiyle tüm şartlar altında Tanrı'ya giden yolu ve bu yolun gerekliliklerini gerçekleştirebilmektir. Bunun sonucunda dinden bağımsız olarak manevi zekânın bireyi iyileştirme[100] ve bütünle bağlantıya geçirme[101] fonksiyonu ortaya çıkmaktadır.

Benlik ile ruhun, kişilik ile aşkınlığın irtibata geçmesi durumunda manevi zekâ ortaya çıkmaktadır. Uygulamalar ve ibadetlerle geliştirilmesi suretiyle manevi zekâyla birey

---

[94] a.g.m., ss. 1132-1139.

[95] Ahmet Canan Karakaş, "Manevi Zekânın İç Yönelimli Dindarlık, Affetme Esnekliği ve Öznel İyi Oluşla İlişkisi", *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, c. 1, sy. 1 (2017), ss. 53-63.

[96] Amrendra Pandey, "Spirituality in the Workplace and Spiritual Intelligence- A New Paradigm for a More Effective Workforce in an Organization", *IOSR Journal of Business and Management*, c. 16, sy. 10 (2014), ss. 45-50.

[97] Emmons, a.g.m., s. 142.

[98] Annette Mahoney vd., "Marriage and the Spiritual Realm: The Role of Proximal and Distal Religious Constructs in Marital Functioning", *Journal of Family Psychology*, c. 13, sy. 3 (1999), ss. 321-38.

[99] Merter, a.g.e, s. 240.

[100] Söylemez, *Manevi Zekânın Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İncelenmesi*, s. 23.

[101] Suruchi Singh, Anoop Swarop, Ruchi Singh, "Spiritual Intelligence: A Road Map to Future Learning", *International Multispecialty Journal of Health*, c. 1, sy. 7 (2015), ss. 38-45.

algı, inanç ve davranış arasındaki ilişkiyi bilerek birden fazla açıdan bakabilmektedir. Manevi zekâyla yaşam ve olaylar karşısında bütüncül ve genel bakış açısı kazanan birey doğru ile yanlışı ayırt edebilmektedir.[102] Bir diğer araştırma sonucuna göre ise manevi zekânın derin anlam bulma işleviyle problem çözme becerilerini arttırdığı kaydedilmiştir.[103]

Manevi zekâ bireye kazandırdığı esneklik ve öz farkındalık işleviyle acıyla yüzleşme ve onu kendi lehine kullanma kapasitesi sağlamaktadır. Bunun için vizyon ve değerlerden esinlenerek bundan sonraki durumlarda gelebilecek zararlardan kaçınma davranışının öğrenilmesini temin etmektedir. Aşkınlık ile yüzleşme kapasitesi arttıkça çeşitli konular arasında ilişki kurma eğilimi de artmaktadır. Bilinmeyen durumlarla karşılaşıldığında nedenini ve nasılını araştırma eğilimi sağlarken öğrendiklerini diğer insanlara aktararak hizmet etme isteği de oluşturmaktadır.[104]

Günümüzde rasyonalizm, materyalizm akımlarının etkisiyle benmerkezciliğin hâkim olduğu anlamın kaybolduğu bir dönem içerisinde bulunulmaktadır. Bu ise manevi zekânın toplumsal olarak seviyesinin düşmesine neden olmaktadır. Ancak bireysel anlamda manevi zekâyı geliştirme yöntemleri bulunmaktadır. Bunlar; (i) bulunduğu durumun farkında olmak, (ii) değiştirmek istediği şey için gücünü hissetmek, (iii) kendi merkezi ve en derin motivasyonuna odaklanmak, (iv) belirsizlikleri keşfetmek ve çözmek, (v) ilerlemek için birçok olasılık keşfetmek, (vi) amacına uygun bir yol bulmak, (vii) birden fazla çözüm yolu olduğunun farkında olmak olarak sıralanabilmektektedir.[105]

Zohar ve Marshall'a göre manevi zekâ tüm beyin olgusunu gelişmiş Gama dalgası olarak da adlandırılan 40 Hz lik üst düzey birleştirici sinir salınımlarla bütünleştirmektir. Bu esnada birey yaratıcı, anlayışlı, sezgisel düşünceyi sağlayabilmektedir. Manevi zekânın birleştiriciliği bireylerde anlam ve bağlamı oluşturmaktadır.[106]

---

[102] Esmaili, Zareh, Golverdi, a.g.m. ss. 163-175 .

[103] Dagmar Dasha Nasel, *Spiritual Orientation in Relation to Spiritual Intelligence a Consideration of Traditional Christianity and New Ageindividualistic Spirituality*, University of South Australia School of Psychology, 2004.

[104] Söylemez, *Manevi Zekânın Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İncelenmesi*, s. 27.

[105] Bowell, *7 Adımda Ruhsal Zekâ*, s. 7.

[106] Danah Zohar, Ian Marshall, *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*, London: Bloomsbury Publishing, 2000, s. 62.

Bowell düşünce ile duygu arasında oluşan mücadelenin bütünleşme ile çözülebileceğini savunmaktadır.[107] Entellektüel zekâ (IQ) ve duygusal zekânın (EQ) bu entegrasyon sürecini açıklamakta yetersiz kalması nedeniyle büyümeyi sağlayacak olan modelin manevi zekâ (SQ) olduğunu ifade etmektedir. Öğrenme süreci akıl (düşünme), kalp (duygu) ve ruhu (sezgi) kapsadığı zaman dönüşümsel olma potansiyeline sahip olmaktadır.[108] Bu dönüşümle ruhun genişleme ve büyüme göstermesi için nefsin arzu ve isteklerinin aşılarak alan varoluştan veren varoluşa geçilmesi beklenmektedir.[109]

Transpersonel psikolojiye göre kalpte bulunan derin zekâ bilginin mekânıdır. Hisseden ve şefkatli bir kalbin olayları kavrayışı aklın soyut zekâsından daha derin ve sağlam temellere dayanmaktadır. Manevi zekâ olarak nitelendirelebilecek bu görüş ve duyuş sayesinde görünenin ötesinde ve sözlerin ardında gizlenen manaların keşfedileceği bildirilmiştir.[110] Bu duyuş ile tefviz olarak adlandırılan olayların gerçekleşmesinden önce hazır olma hali yaşanmaktadır.[111] Kur'an-ı Kerim'de geçen "Gördüğünü kalbi yalanlamadı"[112] ayetiyle bu hazır bulunuşluğa dikkat çekilmektedir.

Manevi zekâ ile hislerin bilgi kaynağı olarak kullanılması durumu söz konusu olmaktadır. Bu yetenek akıl yürütmenin ötesinde "örüntü algısı" ile gerçekleşmektedir.[113] Sezgi yeteneği ile yaşam olaylarındaki sinyaller okunmaktadır.[114] Steven Kotler 'Üstün İnsanın Yükselişi' isimli kitabında günlük olaylara verilen tepkilerin saniyelerin kesirleri içerisinde değerlendiren ve birkaç saniyede cevap veren bilgi işleme sistemi olan "akış" içerisinde gerçekleştiğini söylemektedir.[115] Hızlı ve ardışık karar verme durumlarında bu algoritma yetersiz kalmaktadır. Bu duruma beyin kanamasına müdahale eden cerrah, yüksek bir noktadan atlayan paraşütçü, ölüm tehlikesi ile karşılaşmış bir insan örnek verilebilir. Bu gibi bilinçli düşünceyle başa çıkılamayan durumlarda hızlı karar almamızı

[107] Richard A. Bowell, *The 7 Steps of Spiritual Intelligence: The Practical Pursuit of Purpose, Success and Happiness*, UNKNO, 2004, s. 6.
[108] Marian de Souza, "Educating for Hope, Compassion and Meaning in a Divisive and Intolerant World", *International Journal of Children's Spirituality*, c. 11 (2006).
[109] Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, s. 51.
[110] Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, s.60.
[111] Merter, a.g.e., s.350.
[112] el-Necm 53/11.
[113] Sinan Canan, *Değişen Beynim*, 1.b., Tuti Kitap, 2015, ss. 258-60.
[114] Canan, a.g.e., s. 277.
[115] Steven Kotler, *The Rise of Superman: Decoding the Science of Ultimate Human Performance*, London: Quercus Publishing, 2015.

sağlayan akış (flow) mekanizması devreye girmektedir.[116] Yapılan araştırmalar akış durumunda bireyde bir takım değişiklikler olduğunu göstermektedir. Aşk ve sosyal bağlanma duyguları beyinde olumlu değişiklikler gerçekleştirmektedir. Akış deneyimini birlikte yaşayan bireylerin birbirleriyle ileri düzeyde bağlılık gösterdikleri kaydedilmiştir. Akış deneyiminin ortaya çıkması için yoğun tehdit ve risk durumlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Eğer bu risk panik haline dönüştürülmeden kontrol edilirse beyin tüm kaynaklarını seferber etmektedir. Sonuç olarak akış, bireyin karşılaştığı travma sonrasında geçmiş tecrübeleriyle panik haline geçmeden tüm devreler aktive edilrse hem birey hem de toplum için büyük gelişme meydana getirmektedir.[117]

Beynin sol modaliteleri yazı yazmak, konuşmak gibi düşünmeden rutin, hızlı tekrarlı olan kalıplara uygun işlerde kullanılmaktadır. Bir yenilik ile karşılaşıldığında, belirsizlikte karar verilmesi gerektiğinde, duygular bilinç düzeyinde algılandığında ve çoklu bileşenlerden oluşan durumların bütüncül olarak algılanması gerektiğinde sağ beyin modaliteleri kullanılmaktadır. Akış durumundaki bireylerin beyinleri görüntülendiğinde her iki beyin yarısının eş olarak çalıştığı ve var olan kalıpların değiştirilebildiği farklı bir zihin halinin ortaya çıktığı görülmektedir. Dış dünyadaki bir olayın daha önce öğrenilmiş anlaşılabilir ve anlatılabilir bir şeye benzeten sol beyin iken, daha önce görmediğimiz ve deneyimlemediğimiz örüntülerin algılanmasını sağ beyin sağlamaktadır.[118]

Manevi zekânın kaynağı olarak nitelendirilebilecek kozmik zekâ üzerine yapılan çalışmalarda kendini evrenle bütünleşmiş hisseden rahiplerin beyinlerinde belirli bölgelerde aktivasyon görülmüştür. Bu eylemle rahiplerin yaratıcı ile bütünleşmek suretiyle isteklerinin ve ihtiyaçlarının giderilmiş olduğunu hissettiği kaydedilmiştir.[119] Dini tecrübelerde en önemli deneyim Tanrı ile birlik duygusu olarak kabul edilmektedir. Bu tecrübeyle birey kendisi ile çevresi arasındaki sınırların kalktığını zamansız bir birlik ve saf bilinç haline çıktığını deneyimlemektedir.

[116] Canan, a.g.e, ss. 282-83.
[117] a.g.e., ss. 284-93.
[118] a.g.e., s. 326.
[119] Nevzat Tarhan, "Modern Psikoloji ve Din (konferans)", *İslami Araştırmalar Dergisi*, c. 19, sy. 3 (2003), s. 25.

B. Tanrı Tasavvuru

1. Tanrı Kavramı

Tanrı kavramı din olgusu ile bağlantılı olduğu gibi, iman ve inançla ilgili tüm ifadeler Tanrı'yla bağlantılı olduğu veya bu kavramların Tanrı'ya ait olan özelliklerden birini ifade ettiği kabul edilmektedir. Tanrı kavramının çok geniş olması kavramın belirsizliğini de beraberinde getirmektedir. Bu belirsizlik kültürel, sosyolojik ve dilbilimsel olarak meydana gelmektedir. Kültürler arası değişen Tanrı anlayışı kültürel belirsizliğe, toplumda bulunan farklı Tanrı anlayışları sosyolojik belirsizliğe ve Tanrı kavramıyla ifade edilmek istenenin ne olduğuna ilişkin belirsizlik ise dil bilimsel belirsizliğe işaret etmektedir.[120]

Bir kavramın oluşması o objenin zihinde tasavvur edilmesine bağlı olarak gerçekleşmektedir.[121] Kavrama ilişkin özellikler şu şekildedir; (a) Duyu verileriyle doğrudan algılanamamakla birlikte duyu verilerinin işleme, birleştirme ve yorumlamalarından oluşmaktadır (b) Organizmanın önceki deneyim ve tecrübelerine dayanmaktadır (c) Duyusal olarak birbirinden farklı denyimleri birbirine bağlayan, bağlantılandıran ve birleştiren karşılıklardır (d) Oluşan bağlantılar sembolik manalardır ve karşılıkları kelime olarak ifade edilmektedir (e) Yaşa bağlı olarak kavram da değişim ve gelişim göstermektedir (f) Sayısı arttıkça kavramlar daha karmaşık hale gelerek mantıksallaşma seviyeleri artış göstermektedir.[122] Tanrı kavramının da bu özellikleri içerdiği görülmektedir. Bu nedenle felsefe ve psikoloji alanında farklı açıklamalar yapılarak anlaşılmaya çalışılmıştır.

a. Felsefede Tanrı Kavramı

Felsefede zorunlu bir referans olan Tanrı metafiziksel olarak yüce bir varlık, doğanın parçası olmadan doğanın var edeni ve nedenselliğin ilk başlangıç noktası, zaman ve mekân kavramları dışarısında iyiliğin mutlak temsili, başlangıcı ve sonu olmayan sonsuz

---

[120] Turan Koç, *Din Dili,* 2.b., İstanbul: İz Yayıncılık, 1998, s. 33.

[121] Abdullah Aytap, *Descartes'da Tanrı Problemi*, (Yüksek Lisans Tezi), Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı Din Felsefesi Bilim Dalı, 2003, s. 34.

[122] Murat Yıldız, *Çocuklarda Tanrı Tasavvurunun Gelişimi*, 1.b., İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, 2007, s. 1.

varlık olarak tanımlanmaktadır.[123] Ortaçağ döneminde Platon felsefesi ve İbrani düşünce ekolünden etkilenen Hristiyan geleneği ekseninde bir Tanrı anlayışı ön plana çıkmıştır.[124]

Platon'un Tanrı ideasına göre Tanrı tüm oluşumların nedeni olarak öncesiz-sonsuz, değişmeyen ve hareket etmeyen geride kalan bütün şeylerden ayrı olarak bulunmaktadır.[125] Bununla beraber Tanrı zâtındaki iyilik gereği evreni ve tüm varlıkları onlardan üstün olacak şekilde meydana getirmektedir.[126] Bununla birlikte meydana getirilenler Tanrı'nın iyi olmasının sonucu olarak gelişim göstemeye eğilimlidir yani tekâmüle doğru yönelmektedir. Aritoteles'e göre Tanrı tek, zorunlu ve ilk hareket ettirici varlıktır.[127] Ancak O'na göre yoktan var etmeyip var olana suret ve şekil vermektedir.[128]

Plotinus Tanrı'yı, "en", "bir", "ilk" olan tüm varlıklardan önce mevcut bulunan saf varlık olarak tanımlamaktadır. Varlığı kendindendir. Sonraki hiçbir varlığa karışmış değildir ancak her şeyde bulunmaktadır.[129]

Yeniçağda analitik felsefe ile gözlem, deney ve doğrulamaya dayalı deneysel bilim Tanrı'nın metafizik içeriğini göz ardı etmiştir. Rasyonel düşünceye geçişle birlikte Descartes Tanrıyı aklî izahlarla tanımlamaya çalışmıştır. Doğal dünyada yetkinliğin olmaması ve kusurlu olan insanın bu düşünceyi kendisi var edemeyeceğine göre insan zihnine yetkinlik fikrini yetkin olan Tanrı vermiştir. O'na göre Tanrı mutlak kudret sahibidir ve bu nedenle dünyayı bir kere var ettikten sonra müdahale etmeye gerek duymamaktadır.[130]

Spinoza (1631-1677) pantezimle iç içe geçmiş bir Tanrı kavramını savunmaktadır. Tanrı'nın aşkın olmadığı içkin bir öz olduğunu belirtmektedir. O'na göre evrende gaye

---

[123] Ahmet Cevizci, "Paradigma Felsefe Sözlüğü", *Tanrı maddesi*, İstanbul: Paradigma Yayınları, 1999.
[124] Erdal Baykan, *Düşünceye Gelmeyen Tanrı Sorunu ve Mevlana*, 1.b., İstanbul: Bilge Adam Yayınları, 2005, s. 18.
[125] Platon, *Devlet*, çev. Sabahattin Eyüboğlu, M. Ali Cimcoz, İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 1999, s. 382c.
[126] Immanuel Kant, *Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi*, çev. Ioanna Kuçuradi, Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu, 2013, s. 25.
[127] Aristoteles, *Metafizik*, çev. Ahmet Arslan, İstanbul: Sosyal Yayınlar, 2010, s. 1071b 3-1072a 20.
[128] Aristoteles, *Metafizik*, s. s. 999b 5-8.
[129] Plotinus, *Ennead V.4.1.5*, çev. Arthur Hilary Armstrong, Cambridge, Mass: Harvard University Press, 1988, s. 20.
[130] René Descartes, *The Philosophical Writings of Descartes*, çev. John Cottingham vd., Cambridge: Cambridge University Press, 1991, s. 338.

olmadığı gibi rastlantı da bulunmamaktadır.[131] Leibniz (1646-1716) evrenin sonsuz küçüklükteki güçlerden yani monadlardan meydana geldiğini ortaya atmıştır. Bu monadlar düşünen algılayan ve tasavvur edebilen yapılardır. Tasavvur etmeleri bakımından en üst düzeye çıkıldığında Tanrı olarak varlık gösterirken, alt düzeye inildikçe madde olarak varoluş bulmaktadır.[132]

Akıl ile Tanrı'nın bilinmesi hipotezi Hume (1711-1776) ile sona ermiştir. Hume Tanrı'nın doğasına dair tanımlamalara karşı çıkmakla birlikte Tanrı'nın var olduğunu savunmuştur.[133] Aynı şekilde Kant (1724-1804) bilimsel bilginin metafizik alanda mesafe katetmek için yetersiz olduğunu savunmaktadır. Pratik akıl alanında Tanrısal düzen postülası ve ölümsüzlük postülasının bir sonucu olarak ahlâki iradenin kanaatleriyle Tanrı'ya inanmak bir zorunluluk haline gelmektedir.[134] Hegel (1770-1831) Tanrı'dan sıfatları üzerinden bahsedilebileceğini öne sürmüştür. Tanrı kavramı bir isim olmasına rağmen her şeyin başını sonunu ifade eden, herşeye ruhundan veren, ölüleri dirilten ve hiçbir şeye muhtaç olmayan bir varlık olarak tasarlanmaktadır. Ancak bu tanımlamalar sınırlıdır ve dayanaksızdır.[135]

b. Psikolojide Tanrı Kavramı

Tanrı'yı kavramsal olarak inceleyen felsefe biliminin aksine psikoloji bilimi bireydeki Tanrı tasavvurunun ne ifade ettiğiyle ilgili araştırma yapmaktadır. Tanrı'nın bireyde oluşturduğu duygu ve düşünceleri ilk araştıranlardan birisi William James (1842-1910)'dir. O, Tanrı'nın varlığından ziyade pragmatik yönünün önemine dikkat çekmektedir. Bireyin kalbindeki bireysel Tanrı'nın sosyal düzenin korunmasının bir garantisi olduğu kabul edilmektedir.[136]

---

[131] Benedictus de Spinoza, *A Spinoza Reader: The Ethics and Other Works*, çev. Edwin Curley, Princeton: Princeton University Press, 1994, s. 93.
[132] Gottfried Wilhelm Leibniz, *Monadoloji*, çev. Devrim Çetinkasap, 2019, ss. 61-62.
[133] David Hume, *The Natural History of Religion*, çev. Thomas Hill Green, Thomas Hodge Grose, London: The Philosophical Works, 1964, s. 318.
[134] Immanuel Kant, *Critique of Pure Reason*, çev. J. M. D. Meiklejohn, Hazleton: The Pennsylvania State University, Electronic Classics Series,Faculty Edito Jim Manis, 2010, ss. 460-61.
[135] George Wilhelm Friedrich Hegel, *Mantık Bilimi (Küçük Mantık)*, çev. Aziz Yardımlı, İstanbul: İdea, 2014, s. 120.
[136] William James, *Is Life Worth Living? Writings 1878-1899*, New York: The Library of America, 1992, ss. 501-2.

Aynı şekilde Sigmund Freud (1856-1939) Tanrı fikrini kişilik teorisi temellerinde yorumlamaktadır. Freud'a göre çaresiz durumdaki çocuğun babasından korkması gibi birey dünya karşısındaki çaresizliğini Tanrı fikri ile gidermektedir.[137] Bu Tanrı yanılsamasıyla birey ölüm korkusu, acı ve keder duygularıyla başa çıkmaktadır.[138]

Carl Gustav Jung (1875-1961) bireyin sınırlarında bir aşkınlık ile Tanrı'yı insanî boyutlarıyla sınırlandırmaktadır. Teolojik bir kavram olmaktan ziyade bireyin kendi zihninde hissettiği arketipal bir varlık olarak tanımlamaktadır.[139] Aşkınlık boyutuna olumsuz tutum sergileyen Erich Fromm (1900-1980)'a göre Tanrı, insanın sevgi ve gelişim potansiyelleri ile ilişkileri kurmaktadır. O'na göre önemli olan insan yaşamı kabul edilip buna bağlı olan din ve semboller ikinci derecede sıralanmaktadır.[140] Abraham Maslow (1908-1970) Tanrı'yı doruk deneyimler olarak tanımladığı yüksek duygu durumlarında tecrübe edilen, mutlak iyilik ve güzellik hallerinde var olan bir kavram olarak tanımlanmaktadır.[141]

c. İslam'da Tanrı Kavramı

Tanrı kavramı haricî veya dâhilî olarak farklı faktörlerden etkilenmektedir. Din ve kültürün etkisiyle haricî olarak etkilenirken, Tanrı'yı betimleyen dilin yapısı, dile yaklaşım farklılığı, muhatabın anlama düzeyi, idrak seviyesi, içinde yaşanılan sosyo-kültürel yapının etkisi gibi nedenlerle dâhilî olarak tenzih çizgisinden uzaklaşabilmektedir. Bu değişkenlerin etkisiyle beşerî nitelikleri izafe eden (teşbih) ve cisimleştirilen (tecsim) antropomorfizme dayanabilmektedir.[142]

İslam düşüncesinde Allah kavramı ile ifade edilen varlığın insanların her türlü tasvir ve tasavvurunun ötesinde bir aşkınlığa sahip olduğu ve bilgi bakımından kavranamayacağı bildirilmektedir.[143]

---

[137] Sigmund Freud, *Uygarlık, Toplum ve Din*, 1.b. İstanbul: Payel Yayınları, 2004, ss. 181-82.
[138] Sigmund Freud, *Bir Yanılsamanın Geleceği*, çev. Hasan İlhan, 2.b., Alter Yayıncılık, 2012, s. 206.
[139] Carl Gustav Jung, *Psychology and Alchemy*, New York: Princeton University Press, 1968, ss. 12-17.
[140] Erich Fromm, *Erdem ve Mutluluk*, 2.b., İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1994, s. 190.
[141] Abraham Maslow, *İnsan Olmanın Psikolojisi*, çev. Okhan Gündüz, İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2000, s. 70.
[142] Ruhullah Öz, "Fahreddin er-Razi'nin Aşkın Tanrı Tasavvuru", *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, c. 6, sy. 1 (2022), ss. 60-79.
[143] Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Tanrıyı Tasavvur Etmek*, İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2011, s. 23.

Kur'an'ın "O'nun benzeri bile yoktur"[144] muhalefet doktirini üzerinden geliştirilmiş bir Tanrı tasavvuru bulunmaktadır. Nitekim Tanrı, zâtını insanlara anlam ve idrak seviyelerine uygun bir dil kullanarak anlatmıştır. Kur'an-ı Kerim tenzih ve teşbih sentezine dayanan dengeyi esas alan bir yöntem kullanmıştır. Kur'an'da yer alan "sırat-ı müstakim" ilkesi üzerine inşa edilen Tanrı tasavvurunda sıfatlar olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Olumlu sıfatlar ile Tanrı'nın ne olduğu, kim olduğu, nasıl olduğu tanımlanmaktadır. Ne ve nasıl olmadığını belirten sıfatlar ise olumsuz sıfatlar olarak nitelendirilmektedir. "Tanrı bilendir, görendir, gücü yetendir" gibi olumlu yüklemler ne olduğunu "Tanrı kimseye muhtaç değildir, doğmamış doğurmamıştır, onun bir dengi ve benzeri yoktur"[145] gibi olumsuz yüklemler ise onun ne olmadığını belirtmektedir.[146]

Kur'an, Tanrı'yı tanımlarken simgesel ve mecazlı bir dil kullanmıştır. "Allah, göklerin ve yerin nurudur, O'nun nuru içinde çerağ bulunan bir kandile benzer. Çerağ bir cam içindedir; cam da sanki ışıldayan bir yıldızdır. Doğuda ve batıda yetişmeyen bir zeytin ağacından yakılır, ateş dokunmasa da, yağı hemen ışık verir; O nur üstüne nurdur."[147] Doğu ve Batı dinlerinde ışık, ışın ve nur kavramlarının tanrısal ve kutsal yüceliğin sıfatını ifade ederken, zaman zaman da kendisi olarak kullanıldığı görülmektedir.

Işık metafiziği Gazzâlî ile sistemleşmiştir. Gazzâlî ışığı (nûru) kendisi görünen ve başkalarının da görülmesini sağlayan şeklinde açıklamıştır. Güneş ve ay, ateşle birleşerek hissedilir bir ışık meydana getirmektedir. Cisimleri gösterdiği için göz ile zekâ da ışığın bu sınıfına dâhil olarak kabul edilebilir. Zekâ ışığa gözden daha yakındır çünkü zaman ve mekân ile sınırlı olmamaktadır. Gazzâlî ışığı duyulan ışık ve ruhanî ışık olarak ayırmakla birlikte maddi dünya (Âlemu'ş-Şehadet) ve ruhanî dünya (Âlemu'l-Melekût) şeklinde ikiye ayırmıştır. Gazzâlî Allah hakkındaki doğru bilgiyi elde etmenin keşf yoluyla olacağını söylemektedir. Bunun için ise kişinin fenâ mertebesine çıkması gerektiğini bildirmektedir.[148]

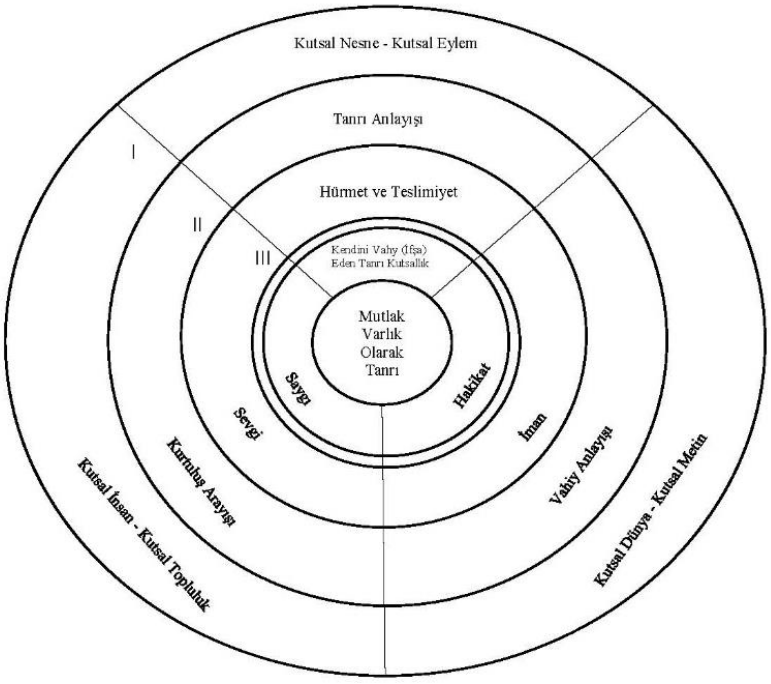
---

[144] el-Şûarâ 26/11.
[145] el-İhlâs, 112/2-3.
[146] Öz, "Fahreddin er-Razi'nin Aşkın Tanrı Tasavvuru", s. 71.
[147] el-Nur, 24/35.
[148] İmam Gazzâlî, *Mişkatü'l-Envar Nur Metafiziği*, çev. Asım Cüneyd Köksal, Ketebe Yayınevi, 2020, s. 65.

2. Tanrı Tasavvuru

Bilişsel ve teolojik olarak Tanrı'yı açıklayan Tanrı kavramına karşılık bireyin Tanrı'yı duygusal tecrübe ettiği Tanrı tasavvuru tanımlaması kullanılmaktadır. Tasavvur kavramı göz önüne getirme, zihinde canlandırma ve tasarlama anlamında kullanılmaktadır.[149] Ruhsal güçler ya da duygusal uyaranlarla zihinde önceden oluşan bir objenin, olayın, fiilin ya da kavramın bilinçli olarak yeniden şekillendirilmesi, canlandırılması, anlam kazanması ve hatırlanması olarak ifade edilebilmektedir.[150] Tanrı kavramı bilinçliliği gerektirirken Tanrı tasavvuru çocukluk anılarını da içermektedir.[151]

Tanrı'nın bir dine inanan bireyde nasıl tasavvur edildiğine dair Friedrich Heiler'ın yaptığı fenomenolojik çalışma Annemarie Schimmel tarafından tahlil edilmiş Düzgün tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir.[152] Bu şemaya göre Tanrı kendi dışındaki varlıklar tarafından varlığın bulunduğu düzeye göre değişen farklı düzeylerde anlaşılmaktadır.



Şekil 1. Tanrı tasavvurunun oluşumu

[149] Türk Dil Kurumu, "Büyük Türkçe Sözlük", *Tasavvur maddesi,* 2011.

[150] Kerim Yavuz, *Çocukta Dini Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*, Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 1983, s. 159.

[151] Yıldız, *Çocuklarda Tanrı Tasavvurunun Gelişimi,* s. 8.

[152] Şaban Ali Düzgün, "Allah Tasavvurlarını Tartışmanın Problematiği", Tasavvurları ve Sosyal Hayata Yansımaları Sempozyumu, Sakarya, 2005, s. 25.

I. Halka; Bu alanda din kendini göstermektedir. Kutsal kabul edilen her şeyin bulunduğu alandır.

II. Halka; Bu alanda dinî hayal ve tasavvurlar oluşmaktadır. Tanrı'nın görülen fiillerine bakılarak görülmeyen varlığına ilişkin bilgilere ulaşılmaktadır.

III. Halka; Bu alanda dinî tecrübe meydana gelmektedir. Var olan tasavvurların ötesinde Tanrı ile karşılaşma gerçekleşmektedir. Tanrı'ya olan güvenle dinginliğe, neşeye ve coşkunluğa ulaşılmaktadır.

IV. Halka; ilahî olanın kendisini gösterdiği alan olarak tanımlanmaktadır. Tanrı burada Mutlak doğru, sevgi, adalet ve merhamet sıfatlarıyla 'Sen' olarak tecrübe edilen Tanrı ve Mutlak bir, tevhid haliyle O olarak tecrübe edilen Tanrı olmak üzere iki şekilde tecrübe edilmektedir.

Bu halkalar insanın Tanrı'yı algılama, tasavvur etme ve bunların sonucunda zihinsel bir dünya kurmanın sonucunu göstermektedir.[153] Tanrı tasavvuru konusu, Tanrı'nın Zâtı ile kişiselliğinin kesiştiği noktaya odaklanmaktadır.[154] Tanrı tasavvuru vahiy tarafından belirlenmekte ve akıl tarafından şekillenmektedir.[155] Bu nedenle konu psikoloji ve teoloji alanlarında çok boyutlu olarak ele alınmaktadır.

a. Psikolojide Tanrı Tasavvuru

Psikoloji Tanrı tasavvurunu bilişsel kuramlar ve ilişkisel kuramlar olmak üzere iki farklı bakış açısıyla açıklamaktadır. Bilişsel kuramlar Tanrı tasavvurunu bilişsel sınırlara dayandırmaktadır. İlişkisel kuramlar kişinin bireysel özellikleri, eğilimleri ve başkalarıyla ilişkisi açısından Tanrı tasavvurlarını ele almaktadır.[156] İlişkisel kuramlar Freud ile başlayan nesne-ilişkileri kuramına dayanan çalışmalardan oluşmaktadır. Bağlanma kuramı nesne-ilişkileri kuramına alternatif olarak ortaya atılmıştır.[157] Bilişsel kuramlarda Tanrı tasavvurunun oluşumu ve gelişimi bilişsel gelişimle paralel olarak ele alınmaktadır.

[153] Düzgün, a.g.e., s. 26.
[154] Etienne Gilson, *Tanrı ve Felsefe*, çev. Mehmet Aydın, 2.b., Birleşik Yayıncılık, 1999, ss. 15-18.
[155] Düzgün, a.g.e. s.28.
[156] Yıldız, *Çocuklarda Tanrı Tasavvurunun Gelişimi*, s. 15.
[157] John Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*, New York: Basic Books, 1969, s. 45.

(1) Psikanalizde Tanrı tasavvuru

Freud din fenomeni üzerindeki değerlendirmeleri Tanrı tasavvuru konusundaki düşüncelerine de yansımıştır. Freud'a göre yaşamda zorluklarla karşılaşan insan çocukluk döneminde somut olan babaya yönelmekte, zamanla somut babanın yetersiz kaldığını görerek soyut olan babaya geçiş yapmaktadır.[158] İncil'de "Tanrı insanı kendi suretinde yarattı"[159] ifadesini "insan Tanrı'yı kendi suretinde yarattı"[160] şeklinde yeniden yorumlamıştır. Bu yaklaşımla Freud Tanrı'yı çocuklukta yaşanan oedipus ve elektra kompleksine dayanan insan zihninin bir ürünü olarak kabul etmektedir. Freud'a göre Tanrı tasavvuru çocukluk tecrübesiyle oluşmuş anne baba imajlarının yeniden canlandırılmasıdır.[161]

Bireyin Tanrı tasavvurunu ilkel kabilelerin totem inancına benzeten Freud, korkuların beraberinde hayranlık uyandırdığı duygularla oluşturulan baba imajının devamı olarak oluşturmaktadır. Bu düşüncesini babalarını bir yandan gücünden dolayı hayran oldukları öte yandan her şeyi elinde bulundurduğu için kıskandıkları için öldüren oğulların davranışlarıyla açıklamaktadır. Yaşadıkları yoğun pişmanlık aynı aileden kadınlarla evlenilmemesi gibi pek çok kuralın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Daha sonra baba yerine koydukları bir toteme tapmaya başlamışlardır. Freud'a göre Tanrı prototipi bu aşamada oluşmaktadır. Freud'a göre oedipus kompleksinin yüceltilmesi ve yansıması sonucu Tanrı tasavvuru kavramı ortaya çıkmaktadır.[162] Bir yanılsama olarak kabul ettiği Tanrı tasavvurunun Freud'a göre bireyi engelleyici bir işlevi bulunmaktadır. Bireyin bu nevrozdan kurtulması için bilime yönelmesi gerektiğini savunmuştur.[163]

(2) Analitik psikolojide Tanrı tasavvuru

Jung'un öncülüğünü yaptığı kurama göre Tanrı tasavvurları "kalıtsal eğilimler" olan arketiplerden oluşmaktadır. Bilinç dışındaki Tanrı arketipi bilince ulaşarak insan davranışlarına yön vermektedir. Jung Tanrı'yı keşfedilmemiş ya da hayal ürünü olmak yerine kabul gören bir tecrübe ve insanın derinliklerinde bir değer olarak

[158] Freud, *Bir Yanılsamanın Geleceği*, s. 215.
[159] Yaratılış, 1/27.
[160] Ali Köse, *Freud ve Din*, İstanbul: İz Yayıncılık, 2012, s. 126.
[161] Sigmund Freud, "Dinin Kökenleri", *Musa ve Tektanrıcılık*, çev. Selçuk Budak, Ankara: Öteki Yayınevi, 1997, c. XIV, s. 327.
[162] Freud, "Dinin Kökenleri", ss. 325-27.
[163] Freud, *Bir Yanılsamanın Geleceği*, ss. 215-16.

tanımlamaktadır.[164] İnsanın bilinç dışının Tanrısal bir fonksiyona sahip olduğu ve Tanrı'nın insanın benliğini kavrayarak etkilediği ortaya atılmıştır.[165]

Tanrı arketipinin reddedilmesiyle insan psişesinde oluşan boşlukların ancak Tanrı fikrinin kabul edilmesiyle kapanabileceğini savunmaktadır. Aksi takdirde bu boşluk zekânın Tanrılaştırdığı şeyler ile doldurulacağını öngörmektedir.[166] Jung'un Tanrı tasavvurunu manevi alandan psikolojik dünyaya indirgediği bu yaklaşım ile Tanrı insan ruhuna yerleştirilmiştir.

(3) Nesne ilişkileri kuramına göre Tanrı tasavvuru

Bireyin Tanrı ile ilişkisini sevgi, suçluluk, korku durumlarınındaki süreçlere göre yorumlamaktadır. Bu kurama göre Tanrı tasavvuru çocukluk yıllarına dayanan tecrübelerin ve tasavvurların sentezinden oluşmaktadır.[167] Tanrı tasavvuru, içsel duyguları desteklemek ve dışsal gerçeklikle daha fazla ilişki kurabilmeyi sağlayan benlik duygusunu güçlendirmek suretiyle içsel ve dışsal olaylar arasında köprü görevi üstlenmektedir. Bununla birlikte endişeyi dindirmekte, yalnız başına var olabilmeyi sağlamakta, temel güveni desteklemekte ve daha büyük bir varlığa bağlanma duygusunu karşılamaktadır.[168] Varoluşsal kaygı olarak nitelendirilen temel ayrılık anksiyetesi nedeniyle Tanrı'yla olma bilinci benliği iyileştirmektedir. Bu durumda Tanrı tasavvurunun geçiş nesnesi olarak işlev gördüğü kabul edilmektedir.[169]

Nesne ilişkileri kuramı olumlu Tanrı tasavvurunun bireyi ilişki kurmaya yaklaştırdığını ve ruhsal gelişimi desteklediğini savunmaktadır. Bunun aksine tenkidî ve talepkâr Tanrı gibi olumsuz Tanrı tasavvuru yetersizlik hissi oluşturduğu için negatif sonuçlara yol açabildiğini vurgulamaktadır.[170]

---

[164] Carl Gustav Jung, *Analitik Psikoloji*, çev. Ender Gürol, İstanbul: Payel Yayınları, 1997, ss. 79-80.
[165] Antonio Moreno, *Jung, Gods and Modern Man*, London: Sheldon Press, 1970, s. 114.
[166] Carl Gustav Jung, *Analitik Psikoloji Üzerine İki Deneme*, çev. İsmail Hakkı Yılmaz, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2015, s. 89.
[167] Wayne J. Ruchgy, *The Relationships of Mental Represantation of God to Levels of Faith Development*, 2004, ss. 24-25 akt. Yıldız, s.20.
[168] Melanie Klein, *Envy and Gratitude and Other Works, 1946 - 1963*, New York: The Free Press, 1975, s. 19.
[169] Donald Woods Winnicott, *Playing and Reality*, Psychology Press, 1971, s. 23.
[170] Ana-Maria Rizzuto, "Sacred space, analytic space, the self, and god", *Journal of the American Academy of Psychoanalysis & Dynamic Psychiatry*, c. 37, sy. 1 (2009), ss. 175-88.

(4) Bağlanma kuramına göre Tanrı tasavvuru

Bireylerin Tanrı tasavvuru tutumu diğer insanlarla olan bağlanma şekilleri ile özdeşleştirilmektedir. Bowlby'ın geliştirdiği bu kurama göre bebeklik ve ilk çocukluk döneminde çocuğun bakımını üstlenen kişiden ayrılması; onda karşı çıkma, meyusiyet ve mesafe koyma duyguları uyandırmaktadır. Karşı çıkma; çocuğun kendisini sakinleştirmek isteyen kişiye karşı gösterdiği kaygılı tutumdur. Meyusiyet; çocuğun hissettiği ümitsizliktir. Mesafe koyma ise; çocuğun bakımını üstlenen kişi ile arasındaki duygusal bağı koparmasıdır.[171] Çocuk ve ailesi/bakıcısı arasında kurulan duygusal bağ yetişkinlik döneminde Tanrı'ya bağlanmanın temelini oluşturmaktadır. Bu kurama göre Tanrı inanan insan açısından bağlanma figürü olarak kabul edilmektedir.

Bebeklerde bağlanma "güvenli", "kaçınmalı" ve "kaygılı" bağlanma olarak üç temel forma ayrılmıştır.[172] Yetişkinlikte bağlanma stilleri olarak "güvenli", "saplantılı", "kayıtsız" ve "korkulu" bağlanma olmak üzere dört şekilde bağlanma gerçekleşebilmektedir.[173] Bu kurama göre bebeklikte güvenli bağlanma sağlayan birey kendini sevilmeye layık hissettiği için Tanrı'yı da kendisini seven ve merhametli bir varlık olarak tasavvur etmektedir. Bu tasavvur bireye zor zamanlarda sığınılacak bir liman oluşturmaktadır.[174] Toplumsal ve bireysel ilişkilerinde kaçınma samimiyet ve yakınlıktan kaçınma davranışı gösteren bireyler ve ihtiyaçları geciktirildiği için kaygılı bağlanma gösteren bireyler Tanrı'yı mesafeli ya da cezalandırıcı tasavvur edebilmektedir.[175]

(5) Davranışçılık ve sosyal öğrenme kuramına göre Tanrı tasavvuru

Bireyin boş bir levha (tabula-rasa) halinde dünyaya geldiğini savunan bu kurama göre kişilik örgütlemesi, uyarıcı-tepki bitişikliği ve pekiştireçlerle aidiyetler, değerler, dinsel inançlar, korkular ve memnuniyetler öğrenilmektedir. Davranış kuramcıları Tanrı

---

[171] Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 1*, s. 32.

[172] M. D. S. Ainsworth vd., *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*, Oxford: Erlbaum, 1978, s. 58.

[173] Kim Bartholomew, Leonard M. Horowitz, "Attachment styles among young adults: A test of a four-category model", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 61, sy. 2 (1991), ss. 226-44.

[174] Lee A. Kirkpatrick, "Attachment and religious experience", *Handbook of Religious Experience: Theory and Practice*, ed. R.W. Hood Jr., Birmingham: Religious Education Press, 1995, s. 446.

[175] Asım Yapıcı, "Müslüman Türk Kültüründe İnanç Gelişimi: Bir Model Denemesi", *DEUİFD Din Piskolojisi Özel Sayısı*, 2016, ss. 99-100.

tasavvurunun zihinsel ve duygusal tarafından ziyade gözlemlenebilir davranışa dönüşmüş kısmına odaklanmaktadır. Dini kavramlara yönelik duyuşsal tepkiler klasik koşullanma yoluyla ibadetler, kurallar ve yasaklar ise edimsel koşullanma yoluyla kazanılmaktadır. Bu kazanılan davranışların sonradan değiştirilmesi oldukça zor olduğu tespit edilmiştir.[176]

Örnek olarak davranışlarının karşılığında cehennem ile cezalandırma korkusuyla büyütülen bireylerde olumsuz Tanrı tasavvuru gelişebilmektedir. Dini kurallara alıştırma sürecinde görecekleri sert ve katı tutum Tanrı'yla kurulan duygusal bağı zedeleyeceği için hesap soran ve cezalandıran Tanrı tasavvuru oluşmasına neden olabilmektedir.[177]

Sosyal çevreyi gözlem, taklit ve model alma yoluyla gerçekleşen öğrenme sosyal öğrenme kuramı olarak tanımlanmaktadır. Sorgulamadan kabul ettiği Tanrı tasavvurunu çevresinin etkisiyle yeniden gözden geçirerek eleştirme sonucunda yeni Tanrı tasavvurunu geliştirmektedir.[178] Allport doğuştan gelen bir Tanrı tasavvuru olmadığını zamanla çevrenin etkisiyle bu tasavvurun geliştiğini savunmaktadır.[179]

(6) Bilişsel kurama göre Tanrı tasavvuru

Bilişsel kurama göre zihinsel gelişim adaptasyon (özümseme ve uyumsama), dengeleme ve örgütleme gerçekleşmektedir. Bilişin işlevleri arasında bilgiyi kavramlaştırmak, düzenlemek, uyum sağlamak, nesneleri ve varlıkları tanımlamak ve anlam yüklemek bulunmaktadır.[180] Tanrı algısının imge ve tasavvura dönüşmesi de bilişsel gelişim kapsamında ele alınmaktadır.[181]

Yaş kronolojisinin temel alındığı bilişsel gelişimin temelleri Piaget'nin kuramıyla açıklanmaktadır. Çocuk anne-babasına yüklediği tanrısal sıfatları (herşeye gücü yetme, bilme) gelişim evresine uygun olarak Tanrı'ya atfetmektedir. Başlangıçta atropomorfik somutlaştırılmış bir Tanrı tasavvuru oluşturulmaktadır. Piaget'nin ortaya attığı bu kuramı

---

[176] Clifford T. Morgan, *Psikolojiye Giriş*, çev. Hüsnü Arıcı, Heyet, Ankara: Meteksan Yayınları, 1986, s. 321.
[177] Abdülkerim Bahadır, "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, ed. Hayati Hökelekli, Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002, s. 157.
[178] Albert Bandura, *Social Learning Theory*, New Jersey: Prentice Hall, 1977, s. 85.
[179] Gordon Willard Allport, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*, New York: Macmillan Pub Co, 1967, s. 5.
[180] Erkuş, *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*, İstanbul: Doruk Yayınları, 1994, s. 44.
[181] Üzeyir Ok, *İnanç Psikolojisi*, Ankara: Birleşik Dağıtım Kitabevi, 2007, s. 74.

Kohlberg geliştirmiş ve Goldman, Oser ve Fowler Tanrı tasavvurlarının temelini anlamak için kullanmıştır. O'na göre zihnindeki şemaları dengeleme eğiliminde olan çocuk yıldızları var eden olarak bazen Tanrı'yı bazen de anne-babasını göstermek suretiyle tanrısal özellikleri diğer insanlara yüklemektedir. Piaget zihinsel gelişimi dil gelişimiyle açıklamaktadır. 5-6 yaş arası birinci düzeyde nesnelerin adları nesnelerin özelliği olarak kabul edilmektedir. 7-8 yaş arası ikinci düzeyde nesnelere adlarının Tanrı ya da eskiden yaşamış insanlar tarafından verildiği kabul edilmektedir. 9-10 yaşa karşılık gelen üçüncü düzeyde ise nesnelere adlarını insanların verdiği düşünülmektedir.[182]

Harms dilsel ifadelerin Tanrı tasavvuruna dair yeterli bilgi vermeyeceğini savunarak zihinsel olgunluğa erişmemiş çocukların çizimlerine dikkat çekmektedir.[183] Elkind, Tanrı tasavvurunu ruh kavramıyla yorumlamıştır. Mitoloji ve efsanelerle Tanrı daha kolay tasavvur edilebilecektir. Bireyin Tanrı'nın koruyuculuğunu kabul edip ölümsüzlüğe katıldığını ifade etmektedir.[184]

Goldman araştırmasında Kutsal Kitap'ta yer alan çeşitli hikâyelerin anlatıldığı katılımcıları Piaget'nin gelişim dönemleri ışığında değerlendirmiştir. Çocukluk dönemine ait dinî gelişim evrelerini beş evreye ayırmıştır. Birinci ve ikinci dönem din öncesi düşünce (pre-religious), üçüncü ve dördüncü evreler yarı-dinî (sub-religious) ve beşinci evre (religious) olarak sınıflandırılmıştır.[185] Soyut kavramlarla düşünebilen birey gerçek anlamda Tanrı'yı kutsal bir varlık olarak tasavvur edebilecektir.[186]

Fowler sevgi, ümit, güven duygularının oluştuğu; güvensizlik, terk edilme kaygılarıyla baş edildiği dönemde bireyin Tanrı tasavvurlarının oluştuğunu belirtmektedir. Bireyin tutarlı bilgi ve değerleri yaşamına katmasıyla pozitif bir kimlik geliştirdiği ve bu kimlikle

[182] Jean Piaget, *Çocuğun Gözüyle Dünya*, çev. İsmail Yerguz, Ankara: Dost Kitapevi, 2005, ss. 60-64; Jean Piaget, *Çocukta Karar Verme ve Akıl Yürütme*, çev. Sabri Esat Siyavuşgil, Ankara, 2007, s. 266.

[183] Ernest Harms, "The Develeopment of Religious Experience in Children", *American Journal of Sociology*, c. 50 (1944), s. 112.

[184] David Elkind, "The Origins of Religion in the Child", *Review of Religious &search*, sy. 12 (1970), ss. 37-41.

[185] Ronald Goldman, *Readiness for Religion: A Basis for Developmental Religious Education*, New York: Seabury Press, 1971, s. 41.

[186] Ronald Goldman, *Religious Thinking from Childhood to Adolescence*, Routledge & Kegan Paul PLC, 1964, s. 165.

Tanrı'yı olumlu olarak tasavvur ettiğini düşünmektedir. O'na göre Tanrı'yla kurulan bireysel yakınlık pozitif Tanrı tasavvurları üzerinde etkili olmaktadır.[187]

b. İslam'da Tanrı Tasavvuru

Tanrı tasavvuru konusunun kelamî, felsefî ve tasavvufî ekollerce tartışılması metodolojilerinin bu soru çerçevesinde inşa edilmesi neden olmuştur. İlk İslam filozofu olan Kindî Tanrı'nın sıfatlarının olumsuz olarak tanımlanabileceğini ancak zaman zaman da olumlu sıfatlarla tasavvur edilebileceğini belirtmiştir.[188] İslam düşüncesinin ilk sistematik filozofu Fârâbî Aristo'nun hareket deliline ekmel varlık ve inâyet delilini eklemiştir. Fârâbî'ye göre Tanrı'nın tarifi düşünelemez, herşeyin ilki, hakikati bizzat kendisidir.[189] İbn Sînâ varlığı zorunlu olan olarak "Vacibü'l-vücûd-mümkînü'l-vücûd" kavramıyla ifade etmektedir.[190] Allah'ın sıfatlarına işaret eden lafızların mahlûk olarak tasavvur edilebileceğini ancak Tanrı'nın nûr'a benzetilebileceğini söyleyen İbn Rüşd'e karşılık Gazzâli Tanrı'nın "ne cevher ne araz" olduğunu ancak kalp ile bilinebileceğini belirtmiştir. [191]

İslam düşüncesi Tanrı'nın zatının tasavvur edilmesinde sınırlılıklar getirmiştir. Bununla birlikte Tanrı'nın isimleri ve sıfatları üzerinden bir tasavvur oluşturmuştur. Ümit ve sevgi temelinde Tanrı algısının oluşturduğu merhametli ve bağışlayıcı Tanrı tasavvuru göze çarpmaktadır. "Rahmân" ve "Rahîm" isimlerinin tüm insanlara olan kuşatıcılığı ve koruyuculuğunun insanlar için güvenli bir sığınak olarak kabul edilmesi nedeniyle koruyucu/gözeten Tanrı tasavvuru anlayışı hâkimdir.

İslam'da Tanrı tasavvuru sonu ve başlangıcı olmayan, affeden, seven, insana şekil veren, ruhundan üfleyen[192], adaletli, insana şah damarından yakın olan içkin[193] ve ötelerin ötesinde aşkın bir Tanrı olarak oluşturulmuştur. İslam'da Tanrı'ya duyulan korkunun

---

[187] James W. Fowler, *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*, San Francisco: HarperRow, 1981, s. 173.
[188] Ebû Yûsuf Ya'kûb b. İshâk b. es-Sabbâh el-Kindî, *Felsefî Risâleler-Kindî*, çev. Mahmut Kaya, 1.b. Ankara: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, 2015, s. 145.
[189] Ebu Nasr el-Farabi, *İdeal Devlet: el-Medinetü'l Fazıla*, çev. Ahmet Arslan, Ankara: Vadi Yayınları, 1997, ss. 33-46.
[190] İbni Sînâ, *Kitâbu'ş- Şifâ* , çev. Ekrem Demirli, Ömer Türker, İstanbul: Litera Yayıncılık, 2005, s. 274.
[191] İbn Rüşd, *Tehâfut et-Tehâfut*, Kahire: Da'ru'l Mearif, 1965, s. 174; Gazzâlî, *İhyâu Ulûmi'd-Dîn*, c. 3, s. 25.
[192] el-Âl-i İmrân, 3/6-7; el-Âraf, 11.
[193] el-Kaf, 50/16.

nedeni emir ve yasaklara uymama sonucunda O'nun hoşnutluğunu ve rızasını kaybetme korkusundan kaynaklanmaktadır.[194] Ancak çocukluk ve ergenlik döneminde Tanrı'nın korku ve ceza yönelimli anlatılması olumsuz Tanrı tasavvurlarının oluşmasına neden olmaktadır.

Sonuç olarak Tanrı ile insan arasındaki ilişkinin gerçek boyutunu sevgi oluşturmaktadır. Ancak İslam'da akıl, zekâ ve zihinle elde edilen bilgilerin akıl gibi mahlûk olduğu bilinmektedir. Düşünce ve tasavvurla hangi noktaya gelinirse gelinsin Tanrı'nın o noktanın çok ötesinde olduğu bilinmektedir.

C. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Tarih boyunca insanlık travmatik olay sonrasında bireylerin verdiği tepkileri tanımlamaya çalışmıştır. Ancak bu tepkiler öncelikle zihinsel bir hastalığın belirtisi olarak görülmüştür. İkinci Dünya Savaşı'nda zorlu yaşam olaylarıyla karşılan askerlerin psikolojik bozukluk geliştirebileceği ilk defa kabul edilmiştir.[195] Batı Avrupa ve Kuzey Amerika'daki feminist hareket en yakın tarihli travma farkındalığını sağlamıştır.[196]

Travma sonrası gösterilen tepkiler Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nda (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-APA) birbirini izleyen revizyonlar halinde tanımlanmaktadır.[197] DSM ilk olarak savaş sonrasında bireylerde ortaya çıkan psikopatalojinin nedenlerini "büyük stres reaksiyonu" (gross stress reaction) tanısı ile açıklanmıştır. Bu tanımlama DSM II'de "geçici durumsal rahatsızlık" ifadesiyle revize edilmiştir. DSM III'de ilk olarak travma kavramı ortaya atılmıştır. Travma kavramı yapılan pek çok değişiklikle birlikte DSM V'de son halini almıştır. Bu tanımlamaya göre travma "ölüm veya ölüm tehdidi ile karşılaşılması, ağır yaralanma, başkalarının yaşadığı olaylara tanıklık etme ve mesleği nedeniyle travmatik olaylarla tekrarlı bir şekilde karşılaşmak olarak tanımlanmaktadır."[198] Diğer bir deyişle

---

[194] Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi*, Samsun: Aksiseda Matbaası, 2000, s. 106.

[195] Ahmet Kokurcan, Hamdi Özsan Hüseyin, "Travma Kavramının Psikiyatri Tarihindeki Seyri", *Kriz Dergisi*, c. 20, sy. 1 (2012), ss. 19-24.

[196] Judith Herman, Tamer Tosun, *Travma ve İyileşme: Şiddetin Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre*, 2016, s. 84.

[197] American Psychiatric Association APA, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)*, 5.b., Washington, D.C: American Psychiatric Association, 2013.

[198] Eylem Özten, Gökben Hızlı Sayar, "Eşik Altı Travma Sonrası Stres Bozukluğu", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, c. 7, sy. 4 (2015), ss. 348-55.

travma kişinin zayıflığı, güçsüzlüğü veya çaresizliği ile yüzleşmesi olarak da ifade edilebilmektedir.[199]

Psikolojik travma, bireyin baş etme becerilerinin yetersiz kalması nedeniyle zorlayıcı deneyimler neticesinde bireylerin en derinindeki duygularının, biyolojik yapısının ve kimliğinin özü olan bedeniyle ilişkisinin etkilenmesidir.[200] Travmatik yaşantı sonrası duyusal, bilişsel, davranışsal ve fiziksel tepkiler ortaya çıkabilmektedir. Duygusal boyutta ümitsizlik, şok, karamsarlık, boşlukta hissetme, suçluluk, utanç, korku, öfke; bilişsel boyutta konsantrasyon kaybı, kendine güvenin kaybolması, agresif düşünceler, yanlış düşünceler geliştirme, hafıza sorunları, kendini suçlama; davranışsal boyutta sosyal geri çekilme, yargılama, irkilme, güvensizlik ve şüphecilik; fiziksel boyutta yorgunluk, bağışıklığın düşmesi, aşırı uyuma, yüksek kalp çarpıntısı, iştahsızlık ve uykuya dalamama görülebilmektedir.[201]

Bu bozuklukların kısa süreli olması beklenirken uzun süreli durumlarda majör depresyon, panik ve fobik kaygı bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu görülebilmektedir. Ayrıca bilişsel çözülme, somatik tepkiler, madde kullanımı[202], fiziksel ve ruhsal çöküş, dürtüsel ve saldırgan davranışlarla da bu kapsamda karşılaşılmaktadır.[203] Yapılan araştırmalarda bireylerin %75'nin travmatik bir olayla karşılaştığını ancak %8'nin travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gösterdiği tespit edilmiştir. Buna göre travma sonrası zorlayıcı yaşam olayına maruz kalanların çoğunluğunun bu deneyimden olumsuz etkilenmediği söylenebilmektedir.[204] Travmadan zarar görmenin aksine en yıpratıcı travmatik deneyimlerin sonrasında bireylerin kendilerini iyileştirebilecek içsel potansiyellere sahip olduğu belirlenmiştir.[205] Buna göre zorlayıcı yaşam olaylarının

---

[199] Emin Önder, Ümit Tural, "Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Tedavi Kılavuzu", *Anksiyete bozuklukları tedavi kılavuzu*, ed. R. Tükel, Ankara: Ankara Türk Psikiyatri Derneği, 2004, s. 18.

[200] Türkan Doğan, Özgür Erdur Baker, *Afetler Krizler Travmalar ve Psikolojik Yardım*, Ankara: Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Derneği, 2014, s. 5.

[201] Doğan, Erdur Baker, *Afetler Krizler Travmalar ve Psikolojik Yardım*, s. 8; Bret A. Moore, Richard G. Tedeschi, *The Posttraumatic Growth Workbook: Coming Through Trauma Wiser, Stronger, and More Resilient a Book by Bret A. Moore and Richard G. Tedeschi*, 2016, ss. 17-18.

[202] Briere, Scott, *Travma Terapisinin İlkeleri: Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz: Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz -DSM-5 İçin Güncellenmiş*, ss. 17-18.

[203] Bessel A. Van Der Kolk, *Beden Kayıt Tutar: Travmanın İyileşmesinde Beyin, Zihin ve Beden*, çev. N.M. Cihanşümül, Ankara: Nobel, 2018, ss. 3-4.

[204] Moore, Tedeschi, *The Posttraumatic Growth Workbook: Coming Through Trauma Wiser, Stronger, and More Resilient a Book by Bret A. Moore and Richard G. Tedeschi*, ss. 40-43.

[205] Ann Frederick, Peter A. Levine, *Kaplanı Uyandırmak: Travmayı İyileştirmek*, çev. Zeynep Yalçınkaya, İstanbul: Butik Yayıncılık, 2013, s. 29.

bireylerin içsel tecrübelerini bütünleştirip pozitif gelişim yönünde sevk ettiği söylenebilmektedir.

Travmatik yaşantıların olumsuz bir sonuç doğurmasını beklemekten ziyade olumlu değişimler için bir başlangıç olabildiği düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda hastalık, kaza gibi travmatik olaylar sonrası bireylerin %50-75 oranında psikolojik kazanımlar elde ettiği iddia edilmektedir.[206] Bu düşünceye dinî ve felsefî eserlerde de rastlamak mümkündür. İslam, Hristiyanlık, Musevilik gibi ilahî dinler ile Budizm, Hinduizm gibi ilahî olmayan dinlerde bahsedildiği gibi zorlayıcı yaşam olayları sonrasında pozitif psikolojik değişimlerin ortaya çıkabileceği bildirilmektedir.[207] Her iki durumun da gerçekleşmesi için bilişsel değerlendirmenin nasıl olduğu önem arz etmektedir. Birincil durumdaki bilişsel değerlendirmede birey tehlikeye karar vermektedir. Örneğin bireyin benlik saygısına bir zarar ya da fayda bulunup bulunmadığı veya sevilen birinin sağlığı/iyi olma hali için herhangi bir risk teşkil edip etmemesi durumun tehlike içeriğini oluşturmaktadır. İkincil bilişsel değerlendirmede ise birey zarardan korunmak, zorlu olayla başa çıkmak ya da mevcut yararının arttırılması için değerlendirmede bulunmak suretiyle bir karar vermektedir.[208]

Fransız filozof Bataille bireyin travmatik olaylarla karşılaşmasını onun en büyük şansı olarak tanımlamaktadır.[209] Ancak burada travmatik olayı aşması yönünde bir girişimden söz etmemektedir. Travma sonrası büyümenin algoritmasının felsefede pragmatizmin

---

[206] Alexandra Sawyer, Susan Ayers, "Post-Traumatic Growth in Women after Childbirth", *Psychology & Health*, c. 24, sy. 4 (2009), ss. 457-71; Hayley Walker-Williams, Chrizanne Eeden, Karen van der Merwe, "The Prevalence of Coping Behaviour, Posttraumatic Growth and Psychological Well-Being in Women who Experienced Childhood Sexual Abuse", *Journal of Psychology in Africa*, c. 22 (2012), ss. 617-22; Alison S. Cole, Steven Jay Lynn, "Adjustment of Sexual Assault Survivors: Hardiness and Acceptance Coping in Posttraumatic Growth", *Imagination, Cognition and Personality*, c. 30, sy. 1 (2010), ss. 111-27; Carol A. Hawley, Stephen Joseph, "Predictors of Positive Growth after Traumatic Brain Injury: A Longitudinal Study", *Brain Injury*, c. 22, sy. 5 (2008), ss. 427-35; Stephen Joseph, Kate Hefferon, *Post-Traumatic Growth: Eudaimonic Happiness in the Aftermath of Adversity*, New York: n Oxford Handbook of Happiness, 2013, s. 95.

[207] Stephen Joseph, "Growth following adversity: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress", *Psihologijske Teme*, c. 18, sy. 2 (2009), ss. 335-44.

[208] Susan Folkman vd., "Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 50, sy. 5 (1986), ss. 992-1003.

[209] Georges Bataille, *Nietzsche Üzerine*, çev. Mukadder Yakupoğlu, İstanbul: Kabalcı Yayınları, 2000, ss. 49-50.

problem çözme algoritmasıyla örtüştüğü görülmektedir. Her iki yöntemin de temelini problem odaklılık ve araçsal akılcılık oluşturmaktadır.

Diğer benzeyen ekoller faydacı felsefe ekolü ve Kierkegaard, Frankl ve Yalom önderliğinde kurulmuş varoluşçu felsefe ekolüdür. Varoluşçu felsefe yaşamdaki olumsuzluklara müdahale edilmemesine rağmen onlara yönelik olumsuz tutumu değiştirdiği takdirde anlamlı sonuçların ortaya çıkacağını vurgulamaktadır. Frankl'a göre travmatik durumu başarıya dönüştürmek insan potansiyelinin yapabileceği bir güç olarak görülmektedir. Bu şekilde acının anlamı bulunarak acı olmaktan çıkması sağlanmaktadır.[210] Bir diğer varoluşu filozof Jaspers insanın acıdan kaçamadığını ve acıyla mücadele etmekten geri duramamasının tinsel varoluşunda kodlu olduğunu savunmaktadır.[211] Dolayısıyla acıyı karşılamak ve yönetmek yaşamın bir gereği olarak kabul edilmektedir. Bahsedilen bu yaklaşımlara göre travmatik yaşantılar sonrasında gelişim ve büyüme fırsatları yaşanması psikoloji literatüründe "travma sonrası büyüme ve gelişme" olarak adlandırılmaktadır. Travma sonrası büyüme ve gelişme, travmatik yaşantılara karşı verilen mücadele sonunda bireyin işlevselliğinde meydana gelen olumlu değişimler bütünü olarak ifade edilmektedir.[212] Travmatik durumdan sonra oluşabilen pozitif yönde değişimler "stresle ilişkili büyüme", "travma sonrası gelişim", "yorumlanan kazanç", "pozitif yeniden değerlendirmeler", "algılanan yararlar", "pozitif illüzyonlar", "zorluklardan güç toplamak" olarak isimlendirilmektedir. Ancak bu kavramlar travma öncesi etmenler, travmatik yaşantının özelliği, travmatik olayın meydana getirdiği stres ve travmatik olayın işlemlenmesi (ruminasyon) süreçleri sonrasında ortaya çıkan bir sonuç olarak kabul edilmektedir.[213]

Travma sonrası olumlu ve olumsuz deneyimler eş zamanlı olarak yaşanabilmektedir.[214] Bu olumsuz ve olumlu içsel tecrübelerin bir sonucu olarak travma sonrası büyüme

---

[210] Frankl, a.g.e., ss. 126-27.

[211] Sebastian Samey, *The Philosophy of Karl Jaspers*, Notre Dame: University of Notre Dame Press, 1971, s. 37.

[212] Lawrence G. Calhoun, Richard G. Tedeschi (ed.), *The Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*, 1.b., Mahwah, N.J: Routledge, 2006, ss. 3-4.

[213] Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", *Psychological Inquiry*, c. 15, sy. 1 (2004), ss. 1-18.

[214] Jane Shakespeare-Finch, Janine Lurie-Beck, "A meta-analytic Clarification of the Relationship between Posttraumatic Growth and Symptoms of Posttraumatic Distress Disorder", *Journal of Anxiety Disorders*, c. 28, sy. 2 (2014), s. 223.

gerçekleşmektedir.[215] Dolayısıyla travma sonrası büyüme bireyin acıyı deneyimleyerek yeniden yorumlaması kendi gücünü, çevresiyle ilişkilerini ve yaşama ilişkin anlamlarını yeniden üretmesi olarak tanımlanabilmektedir.[216] Birey travmatik şoku atlatıldıktan sonra yaşamın kıymetini daha iyi anlayarak kendini ve ilişkilerini daha fazla önemsemekte ve manevi ve varoluşal değişiklik deneyimlemektedir.[217]

Yapılan çalışmalar travmatik yaşantılardan sonra belirtilerin sürmesinde bilişsel düşüncenin etkisini göstermektedir.[218] Travmatik yaşantılardan sonra temel varsayımların ve şemaların değiştiği tespit edilmiştir.[219] Çünkü birey zorlayıcı yaşam olayına maruz kaldıktan sonra tecrübe, inanç, varsayım, geleceğe dair beklentilerine ait olan bilişsel şemalar devreye girmektedir.[220] Başa çıkamadığı olay sonucunda kendini güvende görme şemasıyla bir çelişki yaşamaktadır.[221] Zorlayıcı yaşam olayı sonrasında bu deneyimle ilgili bilgilerin mevcut şemalar ile uyumlu hale getirilerek yeni bilgileri içerecek şekilde bilişsel şemaların yeniden oluşturulması gerekmektedir.[222]

Bireyin kendisine ve dış dünyaya dair varsayımların yer aldığı alanlar Bowlby "İçsel (çalışan) Modeller", Epstein "Gerçeklik Teorisi", Morris, "Anlamın Yapıları", Parkes "Varsayımsal Dünya" olarak tanımlamaktadır.[223] Varsayımsal dünya, geçmişteki yorumlamalardan veya geleceğe dair beklentiler, planlar ve önyargılardan oluşmaktadır.

---

[215] Calhoun, Tedeschi, *The Handbook of Posttraumatic Growth*, s. 21.

[216] Tedeschi, *Facilitating Posttraumatic Growth*, s. 22.

[217] Moore, Tedeschi, *The Posttraumatic Growth Workbook: Coming Through Trauma Wiser, Stronger, and More Resilient a Book by Bret A. Moore and Richard G. Tedeschi*, ss. 5-10.

[218] A. Ehlers, D. M. Clark, "A Cognitive Model of Posttraumatic Stress Disorder", *Behaviour Research and Therapy*, c. 38, sy. 4 (2000), ss. 319-45; C. Mueller-Pfeiffer vd., "Impact of Emotion on Cognition in Trauma Survivors: What is the Role of Posttraumatic Stress Disorder?", *Journal of Affective Disorders*, c. 126, sy. 1-2 (2010), ss. 287-92; Ronnie Janoff-Bulman, Irene H. Frieze, "A theoretical perspective for understanding reactions to victimization", *Journal of Social Issues*, c. 39, sy. 2 (1983), ss. 1-17.

[219] Ronnie Janoff-Bulman, "Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events", *Social Cognition*, c. 7 (1989); C. M. Parkes, "Psycho-Social Transitions: A Field for Study", *Social Science & Medicine*, c. 5, sy. 2 (1971), ss. 101-15.

[220] Steven D. Hollon, Margaret R. Kriss, "Cognitive Factors in Clinical Research and Practice", *Clinical Psychology Review*, c. 4, sy. 1 (1984), ss. 35-76.

[221] Mark Creamer, Philip Burgess, Phillipa Pattison, "Reaction to Trauma: A Cognitive Processing Ödel", *Journal of Abnormal Psychology*, c. 101, sy. 3 (1992), ss. 452-59.

[222] Mardi J. Horowitz, "Stress-response syndromes: A Review of Posttraumatic Stress and Adjustment Disorders", *International handbook of traumatic stress syndromes*, The Plenum series on stress and coping New York, NY, US: Plenum Press, 1993, ss. 49-60; Ronnie Janoff-Bulman, "Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events: Applications of the Schema Construct", *Social Cognition*, c. 7 (1988), ss. 113-36.

[223] Janoff-Bulman, Frieze, "A Theoretical Perspective for Understanding Reactions to Victimization", ss. 1-17.

Yaşanılan olaylarla birlikte varsayımlar değişmektedir. Bu değişimlerle bazen beklentiler pekiştirilirken bazen de varsayımlar yeniden yapılandırılmaktadır. Bireyin hazırlanmaya vakit bulduğu aşamalı olarak gerçekleşen değişimler daha kolay gerçekleşirken ani ve beklenmedik değişimlere uyum sağlamanın zor olduğu bilinmektedir. Ancak beklenmedik iş veya eş kaybı gibi deneyimler beklenilen bir olaya göre çok daha büyük dönüşüm sağlayabilmektedir.

Erken çocukluktan itibaren bireyin "emniyetteyim", "bana zarar gelmez" şeklindeki inançlarında travmatik yaşantı sonrasında sarsılma meydana gelmektedir.[224] Burada temel sarsılan inançlar üç kategoride toplanabilmektedir. Bunlar; "dünyanın iyiliği", "dünyanın anlamlılığı" ve "kendilik değeri" olmak üzere sınıflandırılmaktadır.[225] Dünyanın iyiliği olarak kavramsallaştırılan varsayım, bireyin dünyadaki kötü olayların iyi olaylara göre kıyaslamasının ne olduğu, iyi ve kötü sonuçların ne derece yaygın olduğu gibi iyiliğin ve kötülüğün dünyada var olma oranını içermektedir. Birey, dünyanın anlamlılığı varsayımına göre neden belirli insanların başına belirli olayların geldiği, olayların dağılımının neye göre belirlendiğini sorgulamaktadır. Burada adalet ilkesi çerçevesinde değerlendirme yapılmaktadır. Burada temel soru olayların dağılımının neye göre belirlendiğidir.

İkinci etken olarak kontrol edilebilirlik parametresi kabul edilmektedir. Kontrol edilebilirlik, bireyin tedbirli davranışlar göstermesiyle başına gelme ihtimali olan olumsuz olayları kontrol altında tutabilmesi olarak değerlendirilmektedir. Üçüncü etken ise şans ve rastlantısallık olarak belirli olayları belirli insanların yaşamasının net bir açıklamasının olmadığı kabul edilmektedir. Kendilik değeri varsayımı, kişinin iyilik ve ahlâka dair değerlendirmelerini içermektedir. Travmatik durum sonrasında bireyin "bana zarar gelmez" ilkesi işlevselliğini yitirerek güven duygusu sarsılmaktadır.[226]

Travma sonrası büyümenin gerçekleşebilmesi için gerekli mekanizmalar incelendiğinde bu mekanizmaların bilişsel süreçlere ihtiyaç duyduğu ve bilişsel süreçlerin paralelinde geliştiği görülmektedir. Travmatik olay sonrasındaki deneyim bilişsel olarak yeniden

[224] Ronnie Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, New York: Simon and Schuster, 1997, s. 35.
[225] Janoff-Bulman, "Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events", ss. 113-36.
[226] Janoff-Bulman, Frieze, "A Theoretical Perspective for Understanding Reactions to Victimization", ss. 1-17.

işlenmekte ve olaya yüklenen anlam işlevselleşmektedir. Bu şekilde bilişsel şemaların yeniden inşası gerçekleşmektedir.[227] Bilişsel inşa sırasında belirli düzeyde stresin kişinin yeni duruma uyumunu kolaylaştıracağı tespit edilmiştir.[228] Sonuç olarak travmatik bir olayın travma sonrası büyüme mekanizmasını başlatması ve zemin olması için bireyin varsayımsal dünyasındaki temel inançları sarsacak nitelikte olması gerekmektedir.

Temel inançlarını gözden geçirerek yeni durumla baş edebilecek bilişsel şemalar oluşturması sürecinden faydalandığında travma sonrası büyümeye olanak sağlanmaktadır.[229] Bunun sonucunda travmatik olay sonrasında birey kendini daha iyi tanımlayarak zayıf ve güçlü yanlarını keşfetmektedir.[230] Travma sonrası büyüme kişisel değişimlerin yanında yaşama bakış açısının değişimini de içermektedir.[231] Büyümenin bir süreç olduğu bazen olaydan sonra gerçekleşebileceği gibi bazen aylar hatta yıllar sürebileceğinin göz ardı edilmemesi gerekmektedir.[232] Büyüme beş alanda ortaya çıkmaktadır. Bunlar kendiliğin algılanmasındaki değişimler, kişiler arası ilişkilerdeki değişimler, yaşamın değerini anlama, yeni olasılıkların fark edilmesi ve inanç sistemindeki değişimler olarak sıralanmaktadır.[233]

Kendilik algısındaki en yaygın değişim dünyanın öngörülemez tehlikelerle olduğunu düşünerek gelecekte olabilecek olumsuz durumlara karşı daha hazırlıklı olmasını sağlamaktadır. Kişiler arası ilişkilerde değişim yakınlarının önemini ve onları kaybedebileceklerini anladıkları, diğer insanlara karşı merhamet ve şefkat duygusunun oluştuğu, çevresi ile daha derin ilişkiler kurmalarına yönelik tutum ve davranışlarını kapsamaktadır. Sonrasında bu deneyimi paylaşma ve diğer insanlara yardım etme davranışı gelişmektedir. Yaşamın değerini anlama boyutunda yaşamın geçiciliğini fark ederek küçük mutluluklar oluşturmaya çalışma olarak tanımlanmaktadır. Yeni olasılıkların fark edilmesi boyutunda değişime açık olması, değişim için çaba göstermesi

[227] Tedeschi, Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", ss. 1-18.
[228] Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, 1997; Nina Ogińska-Bulik, "Satisfaction with Life and Posttraumatic Growth in Persons after Myocardial Infarction", *Health Psychology Report*, c. 2, sy. 2 (2014), ss. 105-14.
[229] Tedeschi, Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", ss. 1-18.
[230] Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, s. 36.
[231] Tedeschi, Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", ss. 1-18.
[232] P. Alex Linley, Stephen Joseph, "Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review", *Journal of Traumatic Stress*, c. 17, sy. 1 (2004), ss. 11-21.
[233] R. G. Tedeschi, L. G. Calhoun, "The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma", *Journal of Traumatic Stress*, c. 9, sy. 3 (1996), ss. 455-71.

ve yeni fırsatları fark etmesi gibi değişimlere neden olmaktadır. Bireylerin inanç sistemlerinde meydana gelen değişikliklerin başında anlam bulma çabası ve kontrol duygusunun artması gelmektedir. Sonrasında Tanrı'nın varlığına inanma ve dini pratiklere yönelmenin arttığı görülmektedir.

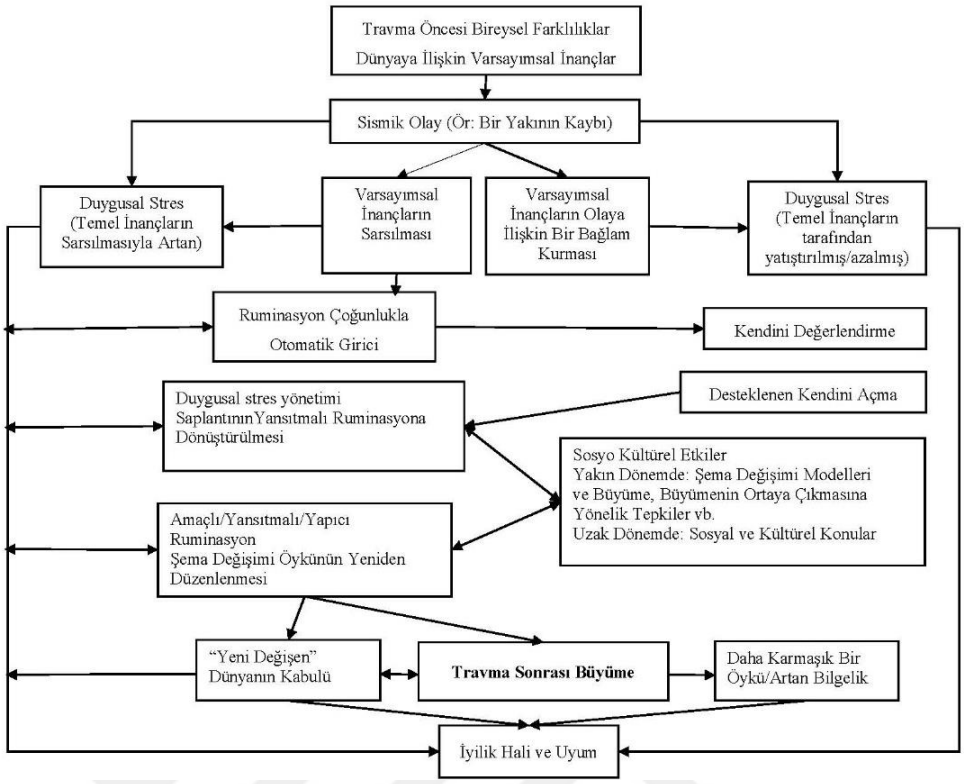
Travma sonrası büyümenin nasıl gerçekleştiğine dair çeşitli kuramlar bulunmaktadır. Bunlar; işlevsel-betimsel kuram, yaşam krizleri ve kişisel gelişim modeli, organizmik değer biçme modeli ve duygusal-bilişsel işleme modeli olarak adlandırılmaktadır.

1. İşlevsel-Betimsel Kuram

Tedeschi ve Calhoun'un ortaya attığı bu kurama göre büyüme travmatik olayın doğrudan sonucu olmasının aksine yeni gerçeklikle bireyin mücadele etmesi sonucu ortaya çıkmaktadır. Bu durumu deprem metaforuyla açıklanmaktadır.[234] Travmatik olayın bireyde sismik etkisinin dünyayı anlama, karar verme, anlamlandırma için rehber olan şemalarını sarstığını ifade etmektedirler. Bu şemalarda dünyanın tahmin edilebilir, kontrol edilebilir ve iyi bir yer olduğuna dair inançlarını içeren temel varsayımları sarsılmaktadır.[235] Deprem sonrası yeniden inşa gibi travmatik yaşantı sonrası da bilişsel işleme ve yeniden yapılandırmayla birey gelecekteki olaylara daha dayanıklı hale gelmektedir.

Dışa dönüklük ve yeni deneyime açık olma kişilik özelliklerinin büyümeyi arttırdığını iyimserlik ile büyüme arasında da ilişki bulunduğu belirtilmektedir. Kişilerin tecrübe ettikleri olay hakkında kendilerini açmaları ve çevresindeki kişilerin bu açmaya verdikleri istikrarlı ve tutarlı yanıt büyümede önemli rol oynamaktadır. Birey travmatik olayın ardından yaşamlarını öncesi ve sonrası olarak kavramsallaştırmak suretiyle hikâyeleştirmektedir. Bu hikâyeleştirmenin sonucunda oluşan yaşam hakkında bilgeliğin yapılandırılmasıyla (wisdom-building) travma sonrası büyüme ve gelişme ortaya çıkmaktadır. İşlevsel-betimsel kuramın travma sonrası büyüme modeli Şekil 2' de ayrıntılı bir şekilde görselde yer almaktadır.

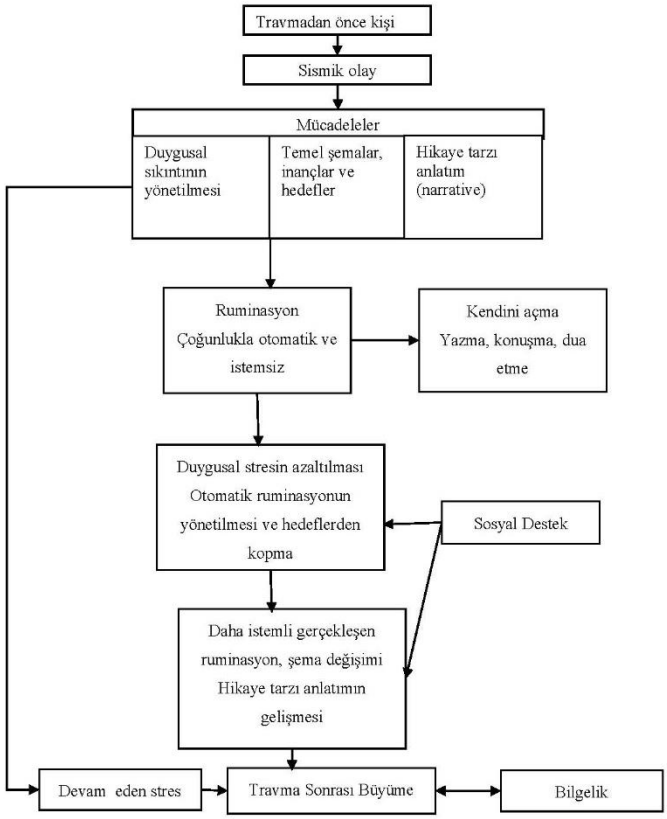
[234] Tedeschi, Calhoun, "The Posttraumatic Growth Inventory", ss. 455-71.
[235] Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, s. 37.



Şekil 2. Travma Sonrası Büyüme Modeli[236]

Dünyaya dair bulunan varsayımsal inançlar sismik olarak ifade edilen travmatik bir olay ile sorgulanmaktadır. Mevcut temel inançlar yeterli bir şekilde oluşturulmuşsa duygusal stres azaltılarak bireyin kendini değerlendirmesi, kendini açması ile sosyo kültürel etkiler meydana gelmektedir. Bu aşamada şema değişimi ile büyümenin ortaya çıkması sağlanmaktadır. Bu durumu artan bilgelik ile gerçekleşen uyum ve iyilik hali takip etmektedir. Ancak temel inançların mevcut durumu anlamlandırmak için yeterli olmaması durumunda temel inançların sarsıldığı ve artan duygusal stres nedeniyle otomatik ruminasyonların oluştuğu gözlemlenmektedir. Duygusal stres yönetimi, şema değişimine ve öykünün yeniden düzenlenmesine yardımcı olmaktadır. "Değişen dünyanın" kabulü ile travma sonrası büyüme gerçekleşmekte bu durumu uyum ve iyilik hali takip etmektedir.

[236] Lawrence G. Calhoun, Richard G. Tedeschi, "Posttraumatic growth: Future directions", *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, ed. Crystal L. Park, Lawrence Calhoun, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 1998, c. 50, ss. 215-38.



Şekil 3.Travma sonrası büyüme modeli (sadeleştirilmiş)

2. Yaşam Krizleri ve Kişisel Gelişim Modeli

Schaefer ve Moos tarafından geliştirilen bu modele göre kişisel ve çevresel faktörler (Panel I ve Panel II) travmayı ve travma sonrası yaşamı (Panel III) şekillendirmektedir.[237] Bununla birlikte değerlendirme ve başa çıkma mekanizmalarını (Panel IV) etkileyerek travma sonrası büyüme ve gelişmeye katkı sağlamaktadır. Kişisel faktörler sosyodemografik değişkenler, özyeterlilik, optimizm, dayanıklılık, motivasyon, sağlık durumu ve önceki zorlu yaşam deneyimlerinden oluşmaktadır. Çevresel faktörler, sosyal destek kaynakları, ekonomik kaynaklar ve toplumun özelliklerinden oluşmaktadır. Bireye travma öncesi ve sonrasında sağlanılan sosyal desteğin uygunluğu, zamanlaması, ulaşılabilirliği çevresel kaynakları oluşturmaktadır. Bireyin yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu sosyo demografik değişkenler olarak tanımlanmaktadır. Bireysel kaynaklar olarak olaydan önce bireyin mevcut deneyimleri, dayanıklılığı, psikolojik sağlamlığı,

[237] Jeanne A. Schaefer, Rudolf H. Moos, "The Context for Posttraumatic Growth: Life Crises, Individual and Social Resources, and Coping", *Posttraumatic growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*, ed. R.G. Tedeschi, L.G. Park, Mahvah. NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1998, ss. 80-85.

motivasyonu, bedensel sağlığı, özgüven düzeyi gibi değişkenler ifade edilmektedir.[238] Travmatik olayla ilgili faktörler olayın şiddeti, süresi, gerçekleştiği zaman, olaydan bireysel ya da toplumsal olarak etkilenilmesiyle ilgili faktörleri içermektedir.[239]

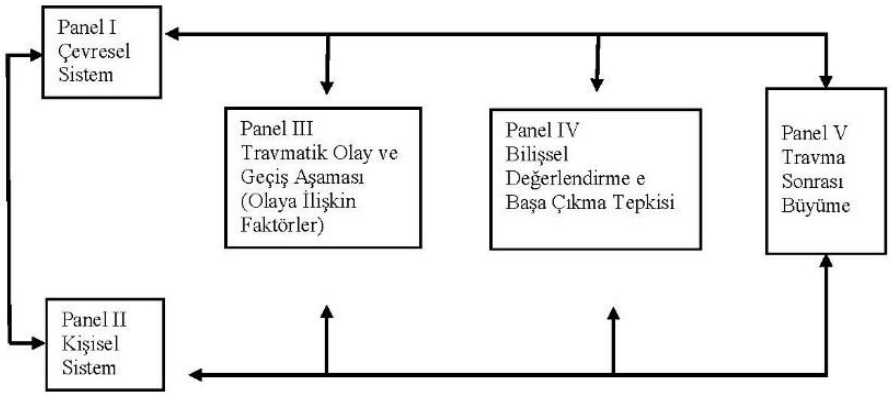
Bu modele göre travmatik olay sonrasında bireyde üç önemli değişim görülebileceği ön görülmektedir. Bunlardan birincisi aile ve arkadaşlarla olan ilişkilerin gelişmesi, yeni destek ağlarının oluşması olarak sosyal kaynakların artması olarak kabul edilmektedir. Girişken olma, kendini anlama ve empati kurma gibi kişisel kaynakların artması ikinci olarak gerçekleşmektedir. Üçüncü gelişim alanı problemi mantıklı bir şekilde çözme becerisi, ihtiyaç duyduğunda yardım arama, duyguları düzenleyebilme gibi başa çıkma becerilerinin gelişmesi olarak belirtilmektedir. Bu kategoriler birbiriyle karşılıklı ilişki içerisindedir. Empati gelişimi sağlandıkça yeni destekleyici ağlar oluşurken, değer ve önceliklerin değişimi gerçekleştikçe yeni bilişsel başa çıkma becerilerinin gelişimi sağlanmaktadır. Bu modele göre travmatik olayın bilişsel değerlendirmesi, bireyin bilişsel değerlendirmesi, kişisel başa çıkma yöntemleri ve travma sonrası büyüme ve gelişmeyi çevresel ve kişisel bileşenler etkilemektedir. Her bir bileşen arasında çift yönlü etkileşim bulunmaktadır. Travmatik olayın karakteristiği ve meydana gelme olasılığı kişisel ve çevresel sistemler tarafından etkilenirken, bilişsel değerlendirmeler başa çıkma süreciyle ilgili değerlendirme yapmasını sağlamaktadır.

Bu modele göre travmatik durumlarla başa çıkmanın üç çeşit yolu bulunmaktadır. Bunlar; değerlendirme odaklı bilişsel başa çıkma, aktif başa çıkma ve duygu odaklı başa çıkma tepkileridir. Gerçekleşen durumu tanımlama, anlama ve yorumlama değerlendirme odaklı bilişsel başa çıkmanın aşamaları olarak tanımlanmaktadır. Bilgiyi tarayarak problemleri çözme, doğrudan harekete geçme ve sonucunda alternatif ödüller bulma aktif başa çıkmanın aşamaları kabul edilmektedir. Duyguyu düzenleyerek öfkeyi dışa vurma ve durumu kabul ederek stresöre karşı oluşan duygusal tepkileri yönetebilmek duygu odaklı başa çıkma olarak ifade edilmektedir. Yaşam krizleri ve kişisel gelişim modeli Şekil-4'deki gibi gerçekleşmektedir.

---

[238] Schaefer, Moos, "The Context for Posttraumatic Growth: Life Crises, Individual and Social Resources, and coping", s. 88.

[239] Jeanne A. Schaefer, Rudolf H. Moos, "Life Crises and Personal Growth", *Personal Coping: Theory, research, and application*, Westport, CT, US: Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group, 1992, ss. 149-70.



Şekil 4. Yaşam Krizleri ve Kişisel Gelişim Modeli[240]

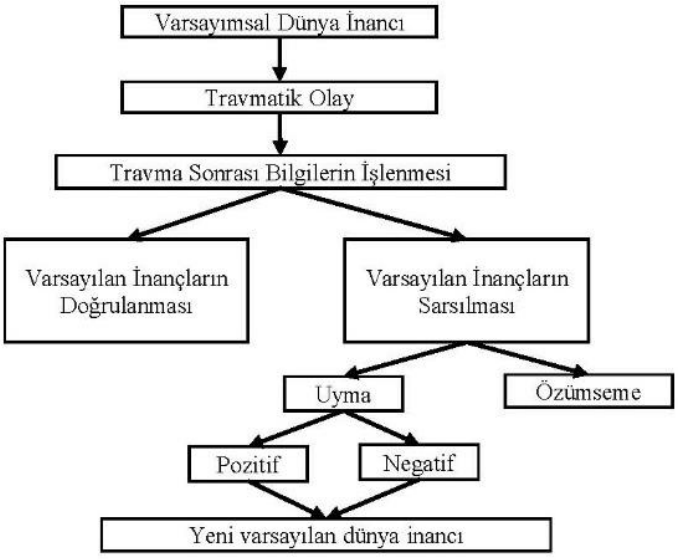
3. Organizmik Değer Biçme Kuramı

Joseph ve Linley tarafından gerçekleştirilen bu kuram, bireyde varoluştan gelen kendisi için iyi olanı bilme ve iyiye yönelme eğilimi olduğunu savunan "değer verme teorisi"ne dayanmaktadır.[241] Bu teoriye göre bireylerin travmatik yaşantı sonrası büyümesi içsel bir motivasyon olarak değerlendirilmektedir.[242] Travmatik olayın ardından büyümenin gerçekleşmesi için bazı şartların gerekliliğinden bahsetmektedir. Öncelikle olayın ölüm tehditi içermesi gibi nedenlerle kontrol edilemediğinin hissedilmesi ve çaresizlik yaşatması beklenmektedir. İkinci olarak beklenen durum olayın olumlu bir şekilde yeniden anlamlandırılması, başa çıkma yöntemlerinden kabul edici yaklaşıma geçilmesi, ruminasyonların istemli ve kontrollü bir şekilde gerçekleştirilmesi ve iyimser kişilik özelliklerinin olmasıdır. Son olarak, büyüme yaşanabilmesi için az düzeyde de olsa zorluk yaşamanın gerekliliği vurgulanmaktadır.[243]

Bu modele göre travma sonrası büyüme ve gelişme dört boyutta ele alınmaktadır. Bunlardan ilki travmatik olay sonrasında sarsılan varsayımsal dünya inancının yeni bilgilerin bilişsel ve duygusal işlemlenmesiyle tamamlandığı "tamamlama eğilimi"dir. Özümseme (assimilation)– uyma (accommodation) olarak adlandırılan ikinci boyutta

[240] Schaefer, Moos, "The Context for Posttraumatic Growth: Life Crises, Individual and Social Resources, and Coping", s. 90.
[241] Stephen Joseph, P. Alex Linley, "Positive Adjustment to Threatening Events: An Organismic Valuing Theory of Growth Through Adversity", *Review of General Psychology*, c. 9, sy. 3 (2005), ss. 262-80.
[242] Joseph, Linley, "Positive Adjustment to Threatening Events", ss. 262-80.
[243] Stephen Joseph, P. Alex Linley, "Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress: An Integrative Psychosocial Framework", *Trauma, Recovery, and Growth: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress*, Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc, 2008, ss. 3-20.

yeni bilgiler özümsenerek veya var olan şemalara göre değiştirilerek uyum sağlaması gerçekleşmektedir. Üçüncü boyutta anlama ulaşmak için anlaşılırlık ya da önem dereceleri kullanılmaktadır. Yaşanan olayın anlaşılırlık boyutunu travmatik olayın nasıl ve neden olduğuna dair sorularının yanıtları oluşturmaktadır. Önem boyutunda ise olayın bireyin yaşamındaki varoluşsal önemi sorgulanmaktadır. Bu anlamlandırma esnasında dünyanın güvensiz bir yer olduğu gibi kişinin kontrol edemediği düşüncesi oluşursa negatif uyum gelişebilmektedir. Bunun aksine dünyada kötü durumların olma ihtimalinin olması nedeniyle yaşam doyumunun daha yüksek olabilmesi için her günün kıymetini bilmek gerektiği şeklinde yorumlanırsa pozitif uyum gelişebileceği bildirilmektedir. Öznel iyi oluştan ziyade psikolojik iyilik halinin sağlanmasının büyümenin dördüncü boyutu için gerekli olduğu vurgulanmaktadır. Organizmik değer biçme modeli Şekil 5' te açıklanmıştır.



Şekil 5. Organizmik Değer Biçme Kuramı[244]

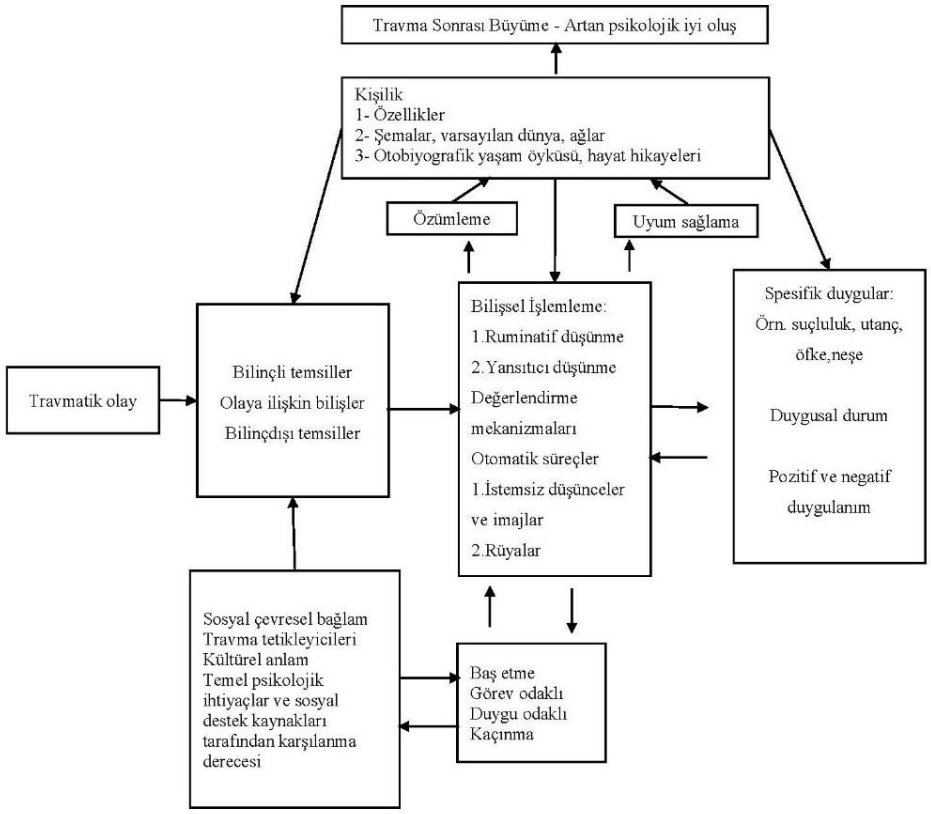
4. Duygusal - Bilişsel İşlemleme Modeli

Joseph, Murphy ve Regel tarafından geliştirilen bu modele göre bilişsel değerlendirmeler, duygular ve baş etme mekanizmaları yeni bilgilerin işlemlenmesinde etkili olmaktadır.[245]

[244] Joseph, "Growth Following Adversity", ss. 335-44.

[245] Stephen Joseph, David Murphy, Stephen Regel, "An Affective–Cognitive Processing Model of Post-traumatic Growth", *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 19, sy. 4 (2012), ss. 316-25.

Bilişsel değerlendirmeler sonucu duygular ortaya çıkmaktadır. Ortaya çıkan bu duygular ya da genel duygulanım baş etme mekanizmalarını belirlemektedir. Örnek olarak suçluluk duygusu telafi etme davranışına, öfke duygusu intikam almaya utanç duygusu içe kapanmaya neden olmaktadır. Travma öncesi bilgiler ile travmatik olay sonrası bilgiler arasındaki uyuşmazlık yansıtıcı düşünceyle giderilerek yaşam öyküsü yeniden anlamlandırılmaktadır. Duygusal-bilişsel işlemleme modeli Şekil 6'da açıklanmıştır.



Şekil 6. Duygusal-Bilişsel İşlemleme Modeli[246]

Travma sonrası büyüme ve gelişme farklı alanlarda ortaya çıkabilmektedir. Büyüme ve gelişme gösteren bireyler bir alanda pozitif yönde değişim kaydederken diğer alanlarda aynı şekilde olumlu değişim göstermeyebilmektedir. Travma sonrası büyüme ve gelişmenin gerçekleştiği alanlar üç ana grupta toplanmaktadır. Bunlar; benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim ve başkalarıyla ilişkilerinde değişim olarak

[246] Joseph, Murphy, Regel, "An Affective–Cognitive Processing Model of Post-traumatic Growth", ss. 316-25.

kategorize edilmektedir.[247] Sonradan faktör analizi kullanılarak yapılan çalışmada beş farklı alan olduğu belirtilmiştir. Bu alt boyutlardan zor zamanlarda destek alabilme, karşısındakine güven duyabilme, yakın hissetme, duygularını ifade etmede istekli olma ve ilişki için çaba harcayabilme özelliklerinde değişim "kişilerarası ilişkilerde olumlu değişim" olarak kategorize edilmektedir. Yeni ilgi alanları geliştirme, yaşama yeni bir yön verme ve değişim için hevesli olma "yeni seçeneklerin fark edilmesi" alt boyutu içerisinde yer almaktadır. Sandığından güçlü olduğunu fark etme ve bunun sonucunda kendine güvende artış "kendini güçlü hissetme" olarak ifade edilmektedir. Manevi meseleleri daha iyi anlama ve dini inançlarda değişimin meydana gelmesi "inanç sisteminde değişim" olarak adlandırılmaktadır. Önceliklerin değişmesi ve yaşanan günlerin kıymetini bilme "yaşamın değerini anlama" boyutunu oluşturmaktadır.[248] Teorik çerçevenin daha iyi anlaşılması için incelenen üç boyutta gerçekleşen büyüme alanlarının içerdiği bileşenler şu şekilde detaylandırılmaktadır;

a. Benlik Algısında Yaşanan Değişim

Travmatik yaşam olayları sonrasında birey kendi kırılganlığıyla yüzleşme durumunda kalmaktadır. Benlik algısı tahmin edilenden daha kırılgan ya da düşündüğünden daha güçlü olduğu şeklinde değişebilmektedir. Benlik algısında değişimle daha güçlü olduğunu keşfeden bireyin yaşama yeni bir yön vermesi mümkün olmaktadır. Yakınını kaybeden birinin çalışma alanını hastanelerde olacak şekilde değiştirmesi buna örnek gösterilebilmektedir.[249] Bireyin yaşadığı olumsuz duygular sonucunda artan güçlülük duygusu deneyimlediği görülmektedir.[250]

Dayanıklı birey, kayıplarını göğüsleyip, acısıyla başa çıkabilen ve yeniden refah sağlayabilen birey olarak tanımlanmaktadır. Ancak ciddi bir zorlayıcı olay sonrası kolaylıkla yaşama dönmek mümkün olmayabilmektedir. Bilişsel süreçlerde zorlanmalar görülebilmektedir. Bireyin travmatik olay sonrası ne derecede bir bilişsel çaba göstereceği travma sonrası büyüme sürecinin merkezini oluşturmaktadır.[251]

---

[247] Tedeschi, Calhoun, *Trauma and Transformation*, ss. 29-41.
[248] Tedeschi, Calhoun, "The Posttraumatic Growth Inventory", ss. 455-71.
[249] Tedeschi, Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", ss. 1-18.
[250] Linley, Joseph, "Positive Change Following Trauma and Adversity", ss. 11-21.
[251] George A. Bonanno, "Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Aversive Events?", *The American Psychologist*, c. 59, sy. 1 (2004), ss. 20-28.

(1) Hayatta kalana karşı kurban ifadesi

Travma sonrası büyüme ve gelişmenin sağlanabilmesi için gerekli en temel adım bireylerin kendilerini yaşanan durumun kurbanı değil hayatta kalanı olarak görmesiyle atılmaktadır. Bu alandaki uzmanlar bireylerin kendilerini olumsuz etiketlemekten kaçınmaları gerektiğini bildirmektedir. Bireylerin kendilerini özel bir konumda ve güçlü algılamaları sonucunda hayatta kalan etiketini kullandıkları kaydedilmiştir.[252]

(2) Kendine güvenmek

Travma sonrası hayatta kalanların güçlendikleri ve gelecek zorluklarda kullanacakları baş etme yöntemlerini geliştirdikleri belirtilmektedir. "Eğer bu olayın üstesinden gelebildiysem, her şeyin üstesinden gelebilirim" şeklinde bir inanç geliştirdikleri görülmektedir.[253] Yeni bir travma ile karşılaşma durumundaki güçlenmeyi ölçen çalışmalar sınırlı sayıda bulunmaktadır. Ancak bu bireylerin yeni travmalarla karşılaşmaları durumunda gelişim düzeylerini arttırmaları beklenmektedir.[254]

(3) Hassasiyet

Travma sonrası büyüme ve gelişme gösteren bireylerin kendini daha iyi tanımladığı, kapasitelerinin farkına vardığı, yaşamın sonlu olduğuna dair farkındalıklarının arttığı ve yaşamın değerli, kırılgan ve hassas olduğunu anladıkları bilinmektedir. Buradaki güçlenme sosyal desteğe ihtiyaç duymadan farklı bir durum olarak gerçekleşmektedir. Aksine buradaki güçlenmeyle az yararlı olanları red ederek sosyal destek arama konusunda girişkenlik sağlanmaktadır.[255]

b. Kişiler Arası İlişkilerde Yaşanan Değişim

Travma sonrası büyümenin bir başka etki alanı bireylerin diğerleriyle ilişkileri üzerindeki değişimler olarak görülmektedir. Travmatik olayların bireylerin ilişkilerine de yansıması beklenen bir durum olarak kabul edilmektedir. Bazı durumlarda ilişkileri zayıflatıp yıpratırken travmayla baş etme durumlarında ilişkilerde olumlu değişimler

[252] Richard G. Tedeschi, Crystal L. Park, Lawrence G. Calhoun (ed.), *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*, 1.b., Mahwah, N.J: Routledge, 1998, s. 50.
[253] Tedeschi, Calhoun, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", ss. 1.
[254] a.g.m., ss. 3.
[255] a.g.m., ss. 5.

görülmektedir. Genel olarak zorlayıcı yaşam olayı sonrasında bireylerin çevresindekilere karşı daha yakın hissettikleri, destek alma ve ilişki için çaba sarf etme konusunda daha fazla çaba gösterdikleri gözlemlenmektedir.[256]

(1) Kendini açma ve duyguları ifade etme

Travmatik olayla karşılaşan bireylerin duygularını açarak kendilerini daha açık bir şekilde ifade etme konusunda gelişme gösterdikleri kaydedilmiştir. Yine yakınlık hissinde artış bir diğer büyümenin etki alanı olarak görülmektedir.[257] Bu olay sonucunda aldıkları sosyal destek daha önce kendilerine ayıramadıkları vakit için olanak sağlamaktadır. Bu şekilde farklı alanlarda kendilerini açma imkânı bulmaktadırlar. Örnek olarak kanserle mücadele eden bireylerin eşleri ile daha güçlü ilişkiler kurduğu ve iletişimlerinin iki yönlü geliştiği görülmektedir.[258] Burada önemli olanın karşısındaki kişinin güvenilir olarak algılanması olduğu söylenebilmektedir. Güvenilir bir birey nedeniyle hayal kırıklığına uğratılma kişiler arası ilişkilerde farklı sonuçlar doğurabilmektedir.[259]

(2) Merhamet / şefkat duygularını diğer bireylere aktarabilme

Travmatik olay sonrasında incinen bireylerin yaşadıkları kırılganlık nedeniyle hassasiyetlerinin arttığı bunun sonucunda başkalarına karşı daha şefkatli ve sağduyulu davrandıkları bilinmektedir. Bir başka ifadeyle bireylerin empati yetenekleri gelişmektedir.[260] Meydana gelen bu merhamet duygusuyla bireylerde diğerlerine yardım etme ihtiyacı da ortaya çıkmakta, aynı durumu yaşayan diğerlerine deneyimlerini paylaşma motivasyonu gelişmektedir. Bu durumun gerçekleşmesi için zorluğa dayanmanın farkına varması için ve hayatta kaldığını anlamasını sağlayacak sürecin geçmesi gerekmektedir. Zor durumda olan bireylere yardım edildikçe bireyde daha fazla iyileşme sağlanmakta ve sosyal karşılaştırma yoluyla bireyin yaşadığı zorluk hakkında farkındalık sağlanmaktadır.[261]

---

[256] a.g.m., ss. 8
[257] Tedeschi, *Facilitating Posttraumatic Growth*, s.85
[258] Tzipi Weiss, "Correlates of Posttraumatic Growth in Husbands of Breast Cancer Survivors", *Psycho-Oncology*, c. 13, sy. 4 (2004), ss. 260-68.
[259] Irvin D. Yalom, *Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratiği*, İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 2002, s. 72.
[260] Calhoun, Tedeschi, "Positive outcomes following bereavement", ss. 215-38.
[261] Tedeschi, Park, Calhoun, *Posttraumatic Growth*, s. 54.

c. Yaşam Felsefesinde Yaşanan Değişim

Travmatik olay sonrası bireylerin yaşamın anlamını daha iyi anladığı için yeni bakış açıları kazandıkları ve anı daha iyi yaşadıkları bilinmektedir.[262] Örnek olarak depremde göçük altından kurtulan bir kişi arama kurtarma çalışmalarında görev alarak yaşamın anlamı boyutunda bir büyüme ve gelişme gösterebilmektedir. Varoluşsal ve manevi boyutlarda büyüme gerçekleştiğinde artan şükran duygusuyla varoluşsal sorulara daha kolay yanıt bulmaktadır. Bu yaşantı sonucunda dinî inançlarında güçlenme gerçekleşebildiği gibi var olan inançların tümden yok olması gibi değişimler de yaşanabilmektedir.[263]

(1) Yaşamın değeri ve öncelikleri

Travma sonrası büyüme ve gelişme göstren bireylerin verilen ikinci bir şansla her günün değerini daha iyi bildikleri ve küçük şeylerden zevk alarak yaşamı daha basit ele aldıkları belirtilmektedir. Örnek olarak zorlayıcı yaşam olayı vakit ayırmadıkları aile bireylerine daha fazla zaman ayırmaları gerekliliğini fark etmelerini sağlayabilmektedir. Yine ölüm ile karşılaşan birey zaman varken yapabileceklerinin en iyisini yapması gerektiğiyle yüzleşmektedir. Bireylerin hayattaki gerçek önem derecelerinin belirlenmesinde olumlu değişimlerin olduğu bildirilmektedir. Bunun sonucunda önemsiz şeylere zaman ayırmaktan kaçınma davranışı gösterilmektedir.[264] Yaşamın değeri konusundaki gelişmeye Yalom, "kanser hastalarının yaşamlarını gelecekteki bir döneme erteleme durumları olmadığı için daha dolu yaşamalarını" örnek göstermektedir.[265]

(2) Varoluşla ilgili tema ve anlam arayışı

Varoluşla ilgili konular yaşam içerisinde yüzeysel ele alınırken travmatik olay sonrasında derinden sorgulanmaktadır. Bu sorgulama coğrafî, kültürel, manevi ve dinî unsurları içermektedir. Sevilen birinin kaybı, terminal bir hastalık sonrasında bireyler daha dürüst

[262] Irvin D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, 1.b. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2018, s. 512.
[263] Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, "Beyond the Concept of Recovery: Growth and the Experience of Loss", *Death Studies*, c. 32, sy. 1 (2008), ss. 27-39.
[264] Tedeschi, Park, Calhoun, *Posttraumatic Growth*, s. 56.
[265] Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, s. 514.

olmakta ve yaşamdaki temel değerlerle daha yakından ilgilenmektedirler. Ancak bu karşılaşma bu soruların cevapları bulmalarını her zaman sağlamamaktadır. [266]

(3) Ruhsal gelişim

Travma sonrası pek çok birey dinî bir değişim içerisine girmektedir. Tanrı'nın varlığına olan inancın ve dinî pratiklere bağlılığın arttığı görülmektedir. Ayrıca travma sonrası büyüme ve gelişmeyle dinî değişime açıklığın ilişkili olduğu kabul edilmektedir.[267]

(4) Bilgelik

Psikolojik travmaya olumlu yönde uyum sonucunda travma sonrası büyüme ve gelişmede bilgelik önemli rol oynamaktadır. Bilgeliğin belirsizliği tanıma ve yönetme, duygu ile bilişi birleştirme ve birey olarak sınırlarını tanıyıp kabul etme olmak üzere üç örüntüsü bulunmaktadır.[268] Bu özelliklerin yaşamın değerini anlama, başarılı ilişkiler kurma, zorlu ilişkileri yönetme gibi niteliklerin oluşmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. [269]

[266] a.g.e., s. 520.
[267] Ryan Denney, "Posttraumatic Spiritual Growth: A Phenomenological Study of Cancer Survivors", *Dissertations*, 2009, s. 58.
[268] Linley, "Positive Adaptation to Trauma", ss. 601-10.
[269] Tedeschi, Park, Calhoun, *Posttraumatic Growth*, s. 60.

İKİNCİ BÖLÜM

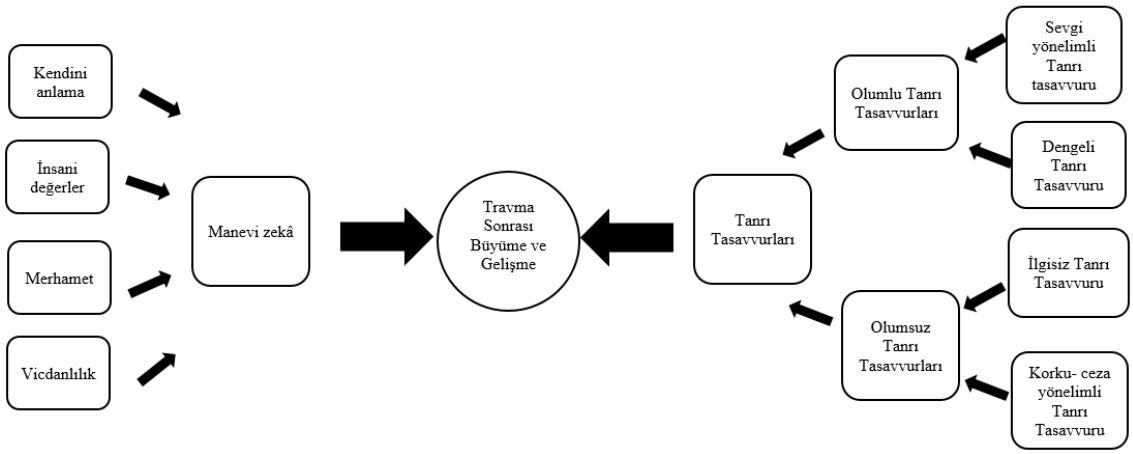
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

I. ARAŞTIRMANIN MODELİ VE DESENİ

Araştırmanın amacına ulaşmak için hangi yaklaşımın kullanılacağı; bu yaklaşım için kullanılması gereken ilgili metodun belirlenmesi araştırmanın yöntemi olarak ifade edilmektedir.[270] Sosyal araştırmaların etkinliği güvenilir yöntem ve tekniklerin kullanıldığı modellerle sağlanmaktadır.[271] Bu çerçevede çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde araştırma örnekleminin eğilimi, tutumu veya görüşleri nicel olarak ifade edilmektedir.[272] İki ya da daha fazla sayıdaki değişkenin arasındaki değişimin incelenmesi ve derecesinin belirlenmesi ilişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilmektedir.[273] Bu çerçevede manevi zekâ, Tanrı tasavvurları ve travma sonrası büyüme ve gelişme olguları arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen bu çalışma ikiden fazla değişkenin karşılaştırılması amacıyla ilişkisel tarama modeliyle nicel bir araştırma olarak tasarlanmıştır.

Belirli bir zaman aralığında veri toplamak suretiyle o zaman dilimiyle sınırlı olan olguları ölçmeye yönelik gerçekleştirilen tarama kesitsel desen olarak adlandırılmaktadır.[274] Bu çalışmada araştırma konusu olgular tek seferde incelendiği için kesitsel desenli bir çalışma olarak kurgulanmıştır. Araştırmanın hipotezleri göz önünde bulundurularak tasarlanan model Şekil 7'de verilmiştir.

[270] Orhan Türkdoğan, *Bilimsel Araştırma Metodolojisi*, İstanbul: Timaş Yayınları, 2000, s. 206; Karaca, *Din Psikolojisi*, s. 32.
[271] Türkdoğan, *Bilimsel Araştırma Metodolojisi*, s. 190.
[272] Creswell, *Araştırma Deseni Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, s. 13.
[273] Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi.*, s. 81.
[274] Creswell, *Araştırma Deseni Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, s. 483.



Şekil 7. Araştırmanın Modeli

II. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırma sonuçları genellenmek istenildiğinde mevcut olan elemanlar bütününe "evren" denilmektedir. Evrenin tamamının incelenmesinin veya araştırılmasının mümkün olmadığı durumlarda, evrenin özelliklerini taşıyan ve onu temsil eden kümeye örneklem adı verilmektedir.[275] Örneklem seçiminde olasılığa dayalı örnekleme ile olasılığa dayanmayan örnekleme olmak üzere iki çeşit yaklaşım bulunmaktadır. Olasılığa dayalı örnekleme tekniğinde evren seçkisiz bir şekilde örnekleme girmek için eşit şansa sahip bulunmaktadır. Olasılığa dayanmayan örneklemede ise katılımcılar erişilebilirliklerine ve gönüllü olma durumlarına göre seçilmektedir.[276]

TÜİK'in verilerine göre Türkiye'nin 2023 yılındaki toplam nüfusu 85,372,373 iken, 15-80 yaş aralığındaki toplam nüfus ise 65,466,620 civarında görülmektedir. Buna göre örneklemin içerisinden seçilen 15-80 yaş arasındaki bireyler, çalışma evreninin yaklaşık %77'sini oluşturmaktadır. Buradan hareketle örneklem büyüklüğü şu formülle hesaplanmıştır.[277]

[275] Salih Çepni, *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş*, 7.b. Trabzon: Celepler Matbaacılık, 2014, s. 52.
[276] John J. Shaughnessy, Eugene B. Zechmeister, Jeanne S. Zechmeister, *Psikolojide Araştırma Yöntemleri*, çev. İlyas Göz, 10.b. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016, ss. 141-44.
[277] Abdullah Can, *Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, 3.b. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2014, ss. 28-30.

$$n = \frac{p * q}{d^2} * z^2$$

Verilen formüldeki istatistiksel değerlerin bu araştırmanın örneklemine karşılığı şu şekildedir:

p = 0,77 (Türkiye'de ikamet eden 15-80 yaş grubunda yer alan nüfusun ülkenin nüfusuna oranı)

q = 1-p = 0,23

z = 1,96 (0,95 güven düzeyinde normal dağılım değeri)

d = 0,05 (Öngörülen değer ile gerçek değer arasındaki fark)

$$n = \frac{0,77 * 0,28}{0,05^2} * 1,96^2 = 331,29$$

Çalışmanın evrenini 15-80 yaş aralığındaki 2024 yılında Türkiye'de yaşayan tüm bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan kişiler herhangi bir klinik ortamdan seçilmemiş olmakla birlikte psikolojik bozukluk boyutunda bir tablo gösteriyor olmaları veya büyüme göstermeleri ön koşul olarak kabul edilmemiştir. Ayrıca travmanın türüyle ilgili bir kısıtlamaya gidilmemiştir. Bu konuda literatürde mevcut olan çeşitli araştırmacıların birbirinden farklı travmatik olay türlerinin etkilerini benzer kabul ediyor olmaları ve ortaya çıkan büyüme düzeylerini incelerken farklı travmatik yaşantılara maruz kalmış bireylerin aynı örnekleme dâhil edilmesi referans alınmıştır.[278] Sonuç olarak çalışmanın örneklemi olasılığa dayanamayan örnekleme tekniklerinden olan tesadüfi örneklemeyle seçilen % 55'i kadın (n=221), %45'i erkek (n=181) olmak üzere toplam 395 kişiden oluşmaktadır.

[278] Kanako Taku vd., "The Factor Structure of the Posttraumatic Growth Inventory: A Comparison of Five Models Using Confirmatory Factor Analysis", *Journal of Traumatic Stress*, c. 21, sy. 2 (2008), ss. 158-64; Christopher G. Davis, Jolene M. McKearney, "How do People Grow from Their Experience with Trauma or Loss?", *Journal of Social and Clinical Psychology*, c. 22, sy. 5 (2003), ss. 477-92.

III. ÖLÇME/VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırma verilerinin toplanması amacıyla "*Kişisel Bilgi Anketi*", "*Manevi Zekâ Ölçeği*", "*Tanrı Tasavvuru Ölçeği*" ve "*Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Ölçeği*" kullanılmıştır.

Ölçeklerin güvenirlikleri için belirlenen Cronbach alfa değerleri için literatüde sınır aralıkları belirlenmiştir. Bu sınırlara göre $0.00 \leq \alpha < 0.40$ arası güvenilir kabul edilmezken, $0.40 \leq \alpha < 0.60$ arası düşük derecede güvenilir, $0.60 \leq \alpha < 0.90$ arası oldukça güvenilir ve $0.90 \leq \alpha < 1.00$ arası ise yüksek derecede güvenilir olduğu kabul edilmektedir. Çalışmada kullanılan ölçeklerden elde edilen değerlerin tüm alt boyutlar için kabul edilebilir düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir.[279]

A. Kişisel Bilgi Anketi

Araştırma soruları arasında yer alan sosyo-demografik değişkenlere ait bilgilerin toplanması için ankette kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Örneklem grubunun cinsiyeti, yaşı, sosyo-ekonomik düzeyi, eğitim durumu, medeni durumu, çocuk sahibi olup olmamasıyla ilgili sorular bulunmaktadır. Literatürden yararlanılarak manevi zekâ, Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkinin anlaşılmasına katkı sağlayacak bağımsız değişkenler kişisel bilgi anketine dâhil edilmiştir. Travmatik yaşantıların yer aldığı liste ile bireyin en çok etkilendiği travma türünün ve travmatik olay sayısının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada kullanılan demografik bilgi formunun bir örneği EK 1'de yer almaktadır.

B. Manevi Zekâ Ölçeği

Manevi zekâ ölçeği Kumar ve Mehta tarafından yaşamın amacı, insanı değerler, merhamet, insanlığa bağlılık, kendini anlama ve vicdan olmak üzere 5 faktöre dayanan bir formda geliştirilmiştir.[280] Manevi zekâ ölçeğinin amacı, bireylerin yaşamdaki anlamını ve amacını bulma kapasitesi olarak tanımlanan manevi zekâsını değerlendirmektir.[281] 20 maddeden oluşmakta olup 5'li Likert tipi ölçekte puanlanmaktadır. Dört boyuta ait maddelerden yola çıkılarak 5'li derecelendirme

[279] Abdullah Can, *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, 7.b., Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2019, s. 391.
[280] Vineeth Kumar, Manju Mehta, "Scale for Spiritual Intelligence (SSI)", 2013.
[281] Kumar, Mehta, "Gaining Adaptive Orientation Through Spiritual and Emotional Intelligence", ss. 281-301.

(1=Kesinlikle katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum) üzerinden puanlandırılmaktadır. Alt boyutlardan alınan puanlar toplanarak toplam puan elde edilmektedir. Yüksek puanlar yüksek manevi zekâyı göstermektedir.

Tekin ve Ekşi tarafından 440 kız ve 658 erkek lise öğrencisinden oluşan katılımcılarla yapılan çalışmada, altı faktörden oluşan ölçeğin dört faktörünün Türkiye örnekleminde ortaya çıktığı görülmektedir. Ölçek Türkçe'ye uyarlanırken kendini anlama, insani değerler, merhamet ve vicdan olmak üzere dört boyuta düşürülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ulaşılan uyum indeksi değerleri, $\chi^2 = 335.17$, SD = 145 (χ^2/SD = 2.33), RMSEA = 0.052, SRMR = 0.049, GFI = 0.93, CFI = 0.90, AGFI = 0.91 şeklindedir. İç tutarlık güvenirlik Cronbach's Alpha katsayısı ölçeğin tümü için uygulanan örneklemlerde .86 ve .85 olarak bulunmuştur.[282] Açımlayıcı faktör analizi sonucunda madde 3'ün tek bir alt boyutta yer aldığı görülmüş ve tek maddeden oluşan bir alt boyut olamayacağı için madde 3'ün ölçekten çıkarılmasının uygun olduğuna karar verilmiştir. Ölçeğin kendini anlama (maddeler: 1, 2, 5, 8, 10, 17, 20), insani değerler (maddeler: 13, 14, 15, 16), merhamet (maddeler: 6, 11, 12, 18, 19), vicdanlılık (maddeler:4, 7, 9) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır Ölçekte ters olarak puanlanan dokuz tane madde bulunmaktadır (maddeler: 1, 4, 7, 9, 13, 14, 15, 16, 17).

C. Tanrı Tasavvurları Ölçeği

Tanrı tasavvurları ölçeği, Hacıkeleşoğlu ve Karaca tarafından Müslüman Türk örneklem üzerinde Tanrı tasavvuru yönelimlerini ölçmek için tasarlanmıştır. Tanrı tasavvurları "olumlu Tanrı tasavvuru" ve "olumsuz Tanrı tasavvuru" olmak üzere iki başlık altında incelenmektedir. Olumlu Tanrı tasavvuru 4 maddeden oluşan "seven ve korkutan Allah" alt boyutu ile 4 maddeden oluşan "seven Allah" alt boyutlarından oluşmaktadır. Olumsuz Tanrı tasavvuru alt boyutlarında ise 4 maddeden oluşan "korkutan Allah" ve 7 maddeden oluşan "ilgisiz Allah" olmak üzere 2 alt faktör bulunmaktadır. Ölçek 5'li likert tipi bir ölçme çizelgesine sahip olup her bir madde hiç katılmıyorum(1), katılmıyorum (2), kararsızım (3), katılıyorum (4), tamamen katılıyorum (5) şeklinde puanlama yapılarak değerlendirilmektedir.

[282] Erduran-Tekin, Ekşi, a.g.m., ss 123-141.

Veriler faktör analizine uygunluğu belirlenerek Varimax rotasyonu ile faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Ölçekte bulunan 4 temel faktörün her birinin özdeğerlerinin 1'den büyük olduğu tespit edilmiştir. Varyansların %22,22'sini açıklayan birinci faktör "ilgisiz Allah", %12,94'ünü açıklayan ikinci faktör "korkutan Allah", %8,75'ini açıklayan üçüncü faktör "seven ve korkutan Allah"(dengeli), %6,35'ini açıklayan dördüncü faktör "seven Allah" (sevgi yönelimli) olarak isimlendirilmiştir. Sonuç olarak ölçek varyansın %50,35'ini açıklayan dört faktörden ve 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten en yüksek 95, en düşük 19 puan alınabilmektedir. 1-2-3-4-5-6-7. maddeler "ilgisiz Allah", 8-9-10-11. maddeler "korkutan Allah"(korku-ceza yönelimli), 12-13-14-15. maddeler "seven ve korkutan Allah"(dengeli), 16-17-18-19. maddeler "seven Allah" (sevgi yönelimli) olacak şekilde puanlama yapılmaktadır. Ölçek puanları hesaplanırken olumlu ve olumsuz Tanrı tasavvuru şeklinde iki boyutlu olarak kullanılması önerilmektedir. Her iki boyutun toplanarak bir Tanrı tasavvuru puanına ulaşılmasından kaçınılması gerektiği kaydedilmiştir.

Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçek yapısına ilişkin uyum indeksi değerlerinin $\chi 2/sd = 5570,26$, RMSEA = 0,052, GFI = 0,94, CFI = 0,95, NFI = 0,92, RFI = 0,91 şeklinde olduğu tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. Ölçeğin iç tutarlık ölçütü olan Cronbach's alpha katsayısı $\alpha = .61$ olarak hesaplanmıştır. Aynı ölçeği oluşturan maddeler yarıya bölme tekniği (Split-half) ile analiz edildiğinde, iki yarım ölçek arasındaki korelasyon katsayısının .69 olduğu görülmüştür.[283]

D. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Ölçeği

Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeğinin amacı; katılımcıların deneyimlediği ve kriz olarak nitelendirdiği yaşantılardan sonra meydana gelen olumlu değişimi tespit etmeyi hedeflemektir. Travma sonrası büyüme ölçeğinin maddeleri eş kaybı, fiziksel engellilik ya da diğer zorlayıcı yaşam olaylarını yaşayan kişilerle yapılan görüşmeler sonucunda geliştirilmiştir.[284] Tedeschi ve Calhoun'un geliştirdiği Travma Sonrası Büyüme Ölçeği 6'lı Likert tipi hiçbir şekilde yaşamadım (0), çok az bir düzeyde (1), bir miktar (2), orta düzeyde (3), oldukça fazla (4), çok büyük ölçüde (5) yaşadım seçenekleriyle

[283] Karaca, Hacıkeleşoğlu, "Allah Tahayyülleri Ölçeği", ss. 67-83.
[284] R. Tedeschi, "Violence transformed: Posttraumatic Growth in Survivors and Their Societies", 1999.

puanlanmaktadır. Ölçek, 34 maddeyle başlamış 21 maddeye indirgenmiştir. Ölçeğin puan aralığı (ranj) 0-105'tir. Alınan puanın yüksekliği, bireyin travmatik yaşantı sonrasında yüksek düzeyde bir büyüme yaşadığını ve olumlu yönde psikolojik değişim yaşadığını göstermektedir. Ölçeğin orjinalinin geliştirildiği çalışmada Cronbach's alfa iç tutarlık değeri α = .90 düzeyinde bulunmuştur. Maddeler arası Pearson korelasyon katsayısı %98 bulunmuştur. Alt boyutlarının Cronbach's alfa iç tutarlılık değeri α = .67 ve α = .85 arasında değişmektedir.[285]

Ölçek güvenirliğini ölçmek amacıyla test-tekrar test güvenirliği için yapılan çalışmada korelasyon katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin pozitif korelasyon ilişkisi içerisinde olduğu değişkenler iyimserlik, dinsel katılım, dışadönüklük, deneyimlere açıklık, uyumluluk ve vicdanlılık gibi değişkenler olarak kaydedilmiştir. Ölçeğin beş alt boyutu yapılan faktör analiziyle ortaya konulmuştur. Bunlar; kişilerarası ilişkilerde olumlu değişim, kendiliğin algılanmasında olumlu değişim, yaşamın değerini anlama, yeni seçeneklerin fark edilmesi ve manevi gelişimdir.[286] Ölçeğin Türkçe uyarlaması Dürü tarafından gerçekleştirilmiştir.[287] Bu çalışmada Cronbach's alfa iç tutarlılık değeri α = .93 olarak hesaplanmıştır. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği'nin geçerliliğinin belirlenmesi amacıyla yapılan analizler sonucunda Travma Sonrası Disosiyatif Yaşantı Ölçeği ile korelasyonu .23, Olay Etkisi Ölçeği (Impact of Event Scale) ile korelasyonu .26 ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Alt Ölçeği ile korelasyonu .21 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği için faktör analizi ile beş faktörlü çözümde 21 maddeden 15'i özgün ölçekte belirtilen faktörlere yüklenmiştir. Beş faktörlü çözüm varyansın % 67.84'ünü açıklamıştır.

Ölçeğin psikometrik özellikleri Kağan ve arkadaşları tarafından yapılan Türkçe uyarlaması çalışmasında ortaya konulmuştur.[288] Bu çalışmada travma sonrası kazanç modelinin teorik alt yapısına dayanarak ölçeğin orjinalinde bulunan beş faktörlü yapı üç faktörlü olarak yeniden kategorize edilmiştir.

---

[285] Tedeschi, Calhoun, "The Posttraumatic Growth Inventory", ss. 455-71.

[286] Tedeschi, Calhoun, *Trauma and Transformation*, s. 48.

[287] Çağay Dürü, *Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyümenin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi ve Bir Model Önerisi*, (Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi, 2006.

[288] Murat Boysan vd., "Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı", *TAF Preventive Medicine Bulletin*, c. 5, sy. 11 (2012), ss. 617-24.

Ölçekteki 5.,10.,11.,12.,13.,15.,16.,17.,18.,19. maddeler "*Benlik Algısındaki Değişimi*", 1.,2.,3.,4.,7.,14. maddeler "*Yaşam Felsefesinde Değişimi*" ve 6.,8.,9.,20.,21. maddeler ise "*Başkalarıyla İlişkilerde Değişimi*" ölçmek üzere tasarlanmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı kendilik algısında değişim için 0.88, yaşam felsefesinde değişim için 0.78, başkalarıyla ilişkilerde değişim için 0.77 ve tüm maddeler için 0.92 olarak hesaplanmıştır. Alt ölçekler için test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.70 ve 0.85 arasında bulunmuştur. Toplam puanlar için korelasyon katsayısı 0.83 olarak kaydedilmiştir.[289] Kendi veri tabanımızla yapılan analizler sonucunda ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0.909 olarak elde edilmesi testin güvenilirliğinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

E. Verilerin Toplanması

Veri toplamaya başlanmadan önce etik kurul izni Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından 2023-09 sayılı karar ile temin edilmiştir. Araştırma kapsamında gerekli görülen veriler, konu ile ilgili literatürün incelenmesi sonucunda belirlenmiştir. Belirlenen anket sorularının oluşturulması ve katılımcılara ulaştırılması GoogleForms üzerinden çevrim içi olarak sağlanmıştır. Hazırlanan anket formu linki, 20.11.2023-30.03.2024 tarihleri arasında araştırma hakkında bilgi verilerek katılımcılara ulaştırılmıştır. Bilgilendirme ve onam formu ile katılımcılar araştırmanın kapsamı hakkında bilgilendirilmiş ve diledikleri zaman araştırmaya katılmaktan vazgeçebilecekleri belirtilmiştir. "*Bilgilendirme ve Onam Formu*"nda öncelikle araştırmanın amacı ve konusu belirtilmiş, katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu ve sonuçların bilimsel amaçlarla kullanılacağı konusunda açıklama yapılmıştır. Rahatsızlık duyulması durumunda bilgilerini geri çekebilecekleri bilgisi iletilmiş ve araştırmacının iletişim bilgisi sunulmuştur. Bu form EK 1'de yer almaktadır. Gönüllülük esasıyla yürütülen bir çalışma olduğu ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı bilgilendirme formunda belirtilmiştir. Katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak dâhil olmuş ve ilk sayfada yer alan Katılımcı "*Bilgilendirme ve Onam Formu*" onayladıkları takdirde ölçekleri doldurmaya başlamışlardır. Bu araştırmaya katılmaları karşılığında katılımcılar maddi veya başka herhangi bir kazanç elde etmemişlerdir. Araştırmaya

[289] Boysan vd., "Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı", ss. 617-24.

katılım koşulu, 15 yaş üzerinde olmak olarak belirlenmiştir. Katılımcıların tümü, ölçekleri kendileri doldurmuştur. Ölçek uygulamaları yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

IV. İSTATİSTİKSEL ANALİZ

Araştırmanın amaç ve problemine uygun olarak verilerin toplanması 59 soruluk bir ölçek bataryasıyla 20 Ekim 2023- 30 Mart 2024 tarihleri arasında Googleforms üzerinden çevrim içi olarak sağlanmıştır. Örneklemden elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS 28.0 istatistik paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Özensiz ya da eksik doldurma gibi nedenlerden dolayı silinen anket formu bulunmamaktadır. Çalışmanın bu bölümünde aktarılan kuramsal bilgiler ve yöntem çerçevesinde araştırma ifadelerine ilişkin analizler yer almaktadır. Katılım ölçütleri açısından ölçekler incelenerek uygun olmayan veriler geçersiz sayılmış ve araştırmaya dâhil edilmemiştir. Geçersiz verilerin ayrılmasından sonra geçerli veriler ile sürekli ve kategorik değişkenlerin ilişkileri uygun istatistiksel işlemlerle analizleri gerçekleştirilmiştir.

Ölçümün tutarlılığını ve bulguların ne kadar tekrarlanacağını açıklamak amacıyla güvenilirlik analizi bilimsel çalışmaların ilk koşulu olarak kabul edilmektedir.[290] Korelasyona dayalı olarak hesaplanan 0 ile +1 arasında değer alan güvenilirlik katsayısıyla ölçümlerde güvenilirlik hesaplanmaktadır. Bu katsayı +1'e yaklaştıkça ölçümün güvenilirliği artmaktadır. Bu araştırmada güvenilirliğin tespiti için Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı kullanılmıştır. Araştırmalarda ölçümün güvenilirliği için Cronbach Alfa katsayısının ,60 üzerinde olması gerekmektedir.[291]

Araştırmada güvenilirlik düzeyinin belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonucunda elde edilen Cronbach Alfa değerleri Tablo-1'de belirtilmiştir.

Tablo 1. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere Ait Güvenirlik Katsayıları

Ölçek Türü	Cronbach's Alpha	Standardize edilmiş Cronbach's Alpha	Madde sayısı
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	0.909	0.910	21
Manevi zekâ	0.755	0.763	19
Tanrı Tasavvuru	0.800	0.843	19

[290] Çepni, *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş*, s. 235; Shaughnessy, Zechmeister, Zechmeister, *Psikolojide Araştırma Yöntemleri*, s. 160.
[291] Can, *Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, s. 366.

Tablo 1'de görüldüğü üzere, travma sonrası büyüme ve gelişme, manevi zekâ ve Tanrı tasavvuru ölçeklerinin Cronbach Alfa değerleri kabul edilebilir aralıklarda olduğu ifade edilebilir.[292]

Araştırmada kullanılan veri setinin normal dağılım gösterip göstermediğine karar vermek amacıyla gerçekleştirilen normallik testinde Skewness ve Kurtosis değerlerinin hesaplanması sosyal bilimler alanında yaygın olarak kabul görmektedir.[293] Ölçeklerin Skewness ve Kurtosis değerlerinin 2 ile -2 arasında olması kabul edilebilmektedir.[294] Ancak Tablo 2'de her bir ölçek için çarpıklık basıklık katsayılarına bakıldığında "İlgisiz Tanrı Tasavvuru", "Dengeli Tanrı Tasavvuru", "Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru" alt boyutlarıyla, olumlu Tanrı tasavvuru ölçeğinde 2,00 ile -2,00 aralığının dışında olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Normal Dağılımlarını Gösteren Değerler- I

Ölçekler	N	Skewness	Kurtosis
Kendini anlama	402	-0.320	0.603
İnsani değerler	402	-0.139	-0.038
Merhamet	402	-0.749	0.999
Vicdanlılık	402	-0.682	0.382
Manevi zekâ	402	-0.223	0.412
İlgisiz Tanrı Tasavvuru	402	1.715	3.708
Korku-ceza Yönelimli Tanrı Tasavvuru	402	0.195	-0.568
Dengeli Tanrı Tasavvuru	402	-1.444	3.549
Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru	402	-1.143	2.520
Olumsuz Tanrı Tasavvuru	402	0.668	1.131
Olumlu Tanrı Tasavvuru	402	-1.616	4.965
Yaşam Felsefesi	402	-0.375	-0.107
Benlik algısı	402	-0.839	0.735
Başkalarıyla ilişkiler	402	0.075	-0.342
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	402	-0.558	0.540

[292] Can, a.g.e., s. 391.

[293] D. N. Joanes, C. A. Gill, "Comparing Measures of Sample Skewness and Kurtosis", *Journal of the Royal Statistical Society. Series D (The Statistician)*, c. 47, sy. 1 (1998), ss. 183-98; George A. Morgan vd., *IBM SPSS for Introductory Statistics: Use and Interpretation*, 4.b., New York: Routledge, 2011, s. 57; James B. Cunningham, James O. Aldrich, *Using SPSS: An Interactive Hands-On Approach*, 2.b., London: Sage Publications, 2016, ss. 118-21.

[294] Barbara G. Tabachnick, Linda S. Fidell, *Using Multivariate Statistics*, 6.b., USA: Pearson, 2013, ss. 79-83; Darren George, Paul Mallery, *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update*, Allyn & Bacon, 2010, ss 10-40.

Çarpıklık ve basıklık değerlerinde görülen bu sapma uç değerlerin belirlenerek veri setinden ayrılması yoluyla giderilebilmektedir.[295] Nitekim birçok istatistik test uç değerlere karşı duyarlı sonuç vermektedir.[296] Araştırmada Z puanı dönüşümü kullanılarak Z puanı +3 ile -3 aralığının dışında kalan katılımcılar veri puanlamalarının dışında tutulmuştur. Bu kapsamda ilgisiz Tanrı tasavvuru alt boyutu için 4, seven ve dengeli Tanrı tasavvuru boyutları için 3 uç değer tespit edilerek veri setinden çıkarılmıştır. Uygulanan işlemlerden sonra yeniden hesaplanan çarpıklık ve basıklık katsayısı değerlerinin 2 ve -2 aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Araştırmada Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Normal Dağılımlarını Gösteren Değerler- II

Ölçekler	N	Skewness	Kurtosis
Kendini anlama	395	-0.338	0.629
İnsani değerler	395	-0.170	-0.016
Merhamet	395	-0.749	1.094
Vicdanlılık	395	-0.683	0.406
Manevi zekâ	395	-0.256	0.483
İlgisiz Tanrı Tasavvuru	395	1.355	1.726
Korkutan Tanrı Tasavvuru	395	0.175	-0.575
Dengeli Tanrı Tasavvuru	395	-0.950	1.598
Seven Tanrı Tasavvuru	395	-0.727	1.130
Olumsuz Tanrı Tasavvuru	395	0.374	-0.048
Olumlu Tanrı Tasavvuru	395	-0.890	1.808
Yaşam Felsefesi	395	-0.373	-0.099
Benlik algısı	395	-0.866	0.851
Başkalarıyla ilişkiler	395	0.074	-0.334
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	395	-0.572	0.612

Tablo 3'e göre veri setinin hesaplanan Skewness ve Kurtosis değerlerinin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu nedenle analizlerde parametrik testlerin kullanılması gerektiği görülmüştür. Çalışmadaki ölçeklerin ve alt boyutların değişkenlerine ait çarpıklık basıklık değerleri Tablo 3'de sunulmuştur. Verilerin normal dağılım gösterdiklerinin tespit edilmesinden sonra hipotezlerin test edilmesi için bağımsız değişkenler t-testi, Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Pearson Korelasyon

[295] Yalçın Karagöz, *İstatistiksel Analizler*, Ankara: Nobel Yayıncılık, 2016, s. 103; Sait Gürbüz, Adem Şahin, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri (FelsefeYöntem-Analiz)*, Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2014, s. 203; Julie Pallant, *SPSS Kullanma Kılavuzu*, Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2017, s. 76.
[296] Pallant, a.g.e., s. 76.

analizi gerçekleştirilmiş ve aralarındaki ilişki belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini belirlemek amacıyla aşamalı hiyerarşik çoklu regresyon analizi uygulanarak veriler araştırma bulgularına dönüşürülmüştür.

Travma sonrası büyümenin demografik bilgilere cinsiyet, medeni durum, çocuk sahibi olma göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için t-testi uygulanmıştır. Travma sonrası büyümenin yaş, eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik düzey gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla "tek yönlü varyans analizi" kullanılmıştır. Yapılan t-testi iki ortalamanın karşılaştırıldığı sabit değerler arasında anlamlı bir fark olup olmadığını ortaya koyar ancak bu farkın büyüklüğü hakkında bilgi vermemektedir.[297]

Travma sonrası büyüme ile bağımlı değişkenler manevi zekâ ve Tanrı tasavvurları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek için Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Bağımsız değişkenin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisini incelemek için regresyon analizi yapılmıştır. Manevi zekâ alt boyutları olan kendini anlama, insani değerler, merhamet, vicdanlılık ile Tanrı tasavvuru alt boyutları olan sevgi yönelimli, dengeli, korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmenin anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek için Hiyerarşik çoklu regresyon uygulanmıştır.

[297] Can, a.g.e., s.395.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

I. DEMOGRAFİK BULGULAR

Araştırmaya katılan örneklem grubunun sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla anket formunda cinsiyet, yaş grupları, medeni durum, sosyo-ekonomik düzeyi, eğitim seviyesi ve çocuk sahibi olma gibi ifadeler yer almaktadır. Örneklem grubunun söz konusu niteliklerin tanımlayıcı istatistik analizleri aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 4. Örneklem Grubunun Kategorik Değişkenlere Göre Dağılımı

Değişken Türü	Değişken Düzeyi	N	%
Cinsiyet	Erkek	177	44.8%
	Kadın	218	55.2%
Yaş Grupları	24 ve Altı	45	11.4%
	25-34 Yaş	70	17.7%
	35-50 Yaş	136	34.4%
	50 ve Üzeri	144	36.5%
Medeni Durum	Bekâr	293	74.2%
	Evli	102	25.8%
Egitim	İlk-Orta	53	13.4%
	Lise-Üniversite	294	74.4%
	Yüksek	48	12.2%
Sosyo-ekonomik Durum	Alt (0-15.000)	109	27.6%
	Orta (15000-30.000)	165	41.8%
	Üst (30000 ve üstü)	121	30.6%
Çocuk sahibi olma	Evet	297	%75.2
	Yok	98	%24.8

Tablo 4'de görüldüğü gibi araştırmaya % 55.2'si kadın (n=218); %44.8'i (n=177) erkek olmak üzere toplam 395 kişi katılmıştır. Bu çerçevede cinsiyet değişkeni açısından homojen bir dağılım olduğu gözlenmektedir.

Örneklemin yaş aralığına bakıldığında 35-50 yaş aralığındaki %34,4 (n=136) ve 50 yaş ve üzeri katılımcıların %36,5 (n=144) oran ile yoğunlukta olduğu görülmektedir. 25-34 yaş grubu %17.7 (n=70) ve 24 yaş ve altı katılımcılar %11,4 (n=45) ile takip etmektedir.

Araştırmaya katılan örneklem grubunun medenî duruma göre dağılımına bakıldığında %74,2'sinin (n=293) bekâr; %25,8'inin (n=102) evli bireyler olduğu gözlenmektedir. Örneklem grubunun eğitim düzeyine bakıldığında %74.4'inin (n=294) lise-üniversite; %13.4'ünün (n=53) ilk ve orta öğretim, %12.2'sinin (n=48) ise yüksek lisans/doktora mezunu olduğu gözlenmektedir. Kendisini orta konum gelir düzeyinde konumlandıranlar %41.8 (n=165), bu grubu sırasıyla %30,6 (n=121) üst gelir grubu ve %27.6 (n=109) ile alt gelir grubunda yer alanlar takip etmektedir. Örneklemin %75.2'sinin (n=297) çocuk sahibi olduğu %24,8'sinin (n=98) çocuk sahibi olmadığı görülmektedir.

II. ÖLÇEK PUANLARIYLA İLGİLİ BULGULAR

Örneklem grubunun ölçeklerden aldığı puanların ölçek alt boyutlarını içerecek şekilde ortalama, ortanca ve tepe değerleri, standart sapmaları ile en küçük ve en büyük değerleri Tablo 5'de sunulmuştur.

Tablo 5. Ölçek Toplam Puanlarıyla İlgili Betimsel İstatistikler

Ölçek Türü	N	Ortalama	Ortanca	Tepe Değer	Stn Sapma	En Küçük Toplam Puan	En Büyük Toplam Puan	Ölçek Derecelendirme Aralığı
Kendini Anlama	395	3,69	3,71	3,86	,520	1,71	5,00	1-5 puan
İnsani Değerler	395	3,39	3,50	3,00	,755	1,00	5,00	1-5 puan
Merhamet	395	3,71	3,80	4,00	,672	1,00	5,00	1-5 puan
Vicdanlılık	395	4,11	4,00	4,00	,661	1,67	5,00	1-5 puan
Manevi zekâ	395	3,55	3,58	3,58	,402	2,11	4,58	1-5 puan
İlgisiz Tanrı Tasavvuru	395	1,54	1,29	1,00	,623	1,00	4,00	1-5 puan
Korku-ceza Tanrı Tasavvuru	395	2,55	2,50	2,00	,966	1,00	5,00	1-5 puan
Dengeli Tanrı Tasavvuru	395	4,13	4,00	4,00	,649	1,25	5,00	1-5 puan
Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru	395	4,02	4,00	4,25	,662	1,25	5,00	1-5 puan
Olumsuz Tanrı Tasavvuru	395	1,90	1,91	1,73	,549	1,00	3,73	1-5 puan
Olumlu Tanrı Tasavvuru	395	4,07	4,12	3,88	,552	1,50	5,00	1-5 puan
Yaşam Felsefesinde Değişim	395	2,75	2,83	2,50	1,072	0,00	5,00	0-5 puan
Benlik Algısında Değişim	395	3,21	3,30	3,30	0,950	0,00	5,00	0-5 puan
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	395	2,03	2,00	2,40	1,054	0,00	5,00	0-5 puan
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	395	2,80	2,90	2,95	,856	0,00	4,86	0-5 puan

Araştırmada kullanılan olumlu ve olumsuz Tasavvurların alt boyutları aynı ölçekte yer alsa da her ikisi farklı boyut olarak değerlendirilmiştir.[298] Kuramsal ve istatistiksel olarak farklı olan bu kavramlar analizlerde de ayrı ayrı olacak şekilde işleme alınmıştır. Ölçeklerle istatistiksel analiz öncesinde ölçek puanları hesaplanmıştır. Bunun için ters maddeler dikkate alınarak puanlama yapılmıştır.[299]

Çalışmada Manevi zekâ ölçeğinde yer alan 9 ifadenin puanları ters çevrilmiştir. Veri setinde bu düzenlemeden sonra her bir ölçek için toplam puan hesaplanmıştır. Ölçeğin puanı ölçeğin puan aralığı ile madde sayısının çarpımı sonucunda bulunmaktadır. 1-5 aralığında derecelendirilebilen ve 10 maddeye sahip olan bir ölçek en küçük toplam puan 10 puan alırken en büyük toplam puan olarak 50 puan alabilmektedir.[300] Ancak ölçekten alınan toplam puanların belirlenmesinde aritmetik ortalamayla daha sade bir kullanım da yapılabilmektedir.[301]

Çalışmada kullanılan ölçeklerin toplam puanlarına ait betimsel istatistikler incelendiğinde manevi zekâ ölçeğinden alınan toplam puanların ortalaması 3,55'dir. Manevi zekâ ölçeği için alınabilecek toplam puanların 1-5 arasında olduğu dikkate alındığında örneklem grubunun manevi zekâ düzeyinin ortalamanın üzerinde olduğu görülmektedir. Örneklem grubunun ortanca ve tepe değerinin ölçeğin yüksek puan aralığına denk geldiği görülmektedir. İstatistiksel tanımlamalar doğrultusunda örneklem grubun yüksek düzeyde manevi zekâya sahip olduğu ortaya çıkmaktadır. Manevi zekâ ölçeğinin alt boyutları olan kendini anlama, insani değerler, merhamet ve vicdanlılık ortalama puanlarının yüksek olması da bu bulguyu desteklemektedir.

Tanrı tasavvurları ölçeğinin alt boyutu olan olumsuz Tanrı tasavvuru puanlarının ortalaması 1,90'dır. Alınabilecek toplam puanların 1-5 arasında olduğu bilinmektedir. Olumsuz Tanrı tasavvurunun alt boyutları olan ilgisiz ve korku-ceza yönelimli Tanrı tasavvuru puanları sırasıyla 1,54 ve 2,55 olması katılımcıların Tanrı'yı olumsuz tasavvur etmediğini göstermektedir. Bu durumda örneklem grubunun olumsuz Tanrı tasavvurları düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Buna karşılık olumlu Tanrı tasavvuru puanları

[298] Karaca, Hacıkeleşoğlu, "Allah Tahayyülleri Ölçeği", s. 79.
[299] Pallant, a.g.e., ss. 98-99.
[300] a.g.e., s. 102.
[301] Can, a.g.e., s. 65.

ortalaması 4,07 olduğu görülmektedir. Örneklemin seven ($\overline{X}$= 4,02) ve dengeli ($\overline{X}$= 4,13) Tanrı tasavvuruna sahip katılımcılardan oluştuğu söylenebilir.

Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeğinin puanları incelendiğinde 1-5 puan aralığından ortalama 2,80 puan alındığı görülmektedir. Ortanca değeri 2,90 ve Tepe değeri 2,95 olması örneklem grubunun travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin ortalamanın üstü düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu değişimin 3,21 ortalamayla en çok "benlik algısında değişim"de sağlandığı görülmektedir. 2,75 puanla "yaşam felsefesinde değişim" bu değeri takip etmektedir. En düşük değişimin ise 2,03 ortalamayla "başkalarıyla ilişkilerde değişim"de görüldüğü kaydedilmiştir.

III. TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLGİLİ BULGULAR VE YORUMLAR

A. Cinsiyete Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının cinsiyete göre dağılımı kontrol edilmiştir. Tablo 6'da çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmenin cinsiyet değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[302] Bu nedenle Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği alt gruplarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırmasına yönelik bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır.

Tablo 6. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımı

Bağımsız değişken	Betimsel İstatistik	Değer
Erkek	Ortalama	2,673
	Std Sapma	0,826
	Min	0,00
	Max	4,43
	Skewness	-0.670
	Kurtosis	0,669
Kadın	Ortalama	2,901
	Std Sapma	0,868
	Min	0,00
	Max	4,86
	Skewness	-0,566
	Kurtosis	0,631

[302] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

Tablo 6'da katılımcıların cinsiyet değişkenine göre travma sonrası büyüme puanlarının betimsel istatistik değerleri yer almaktadır. Kadınların ortalama puanı 2,901 iken erkeklerin ortalama puanlarının 2,673 olduğu görülmektedir.

Tablo 7. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken Düzeyi**	**N**	***X***	**S.S.**	***S.D.***	***t***	**p**
Travma sonrası Büyüme ve Gelişme	Erkek	177	2,673	0,826	393	-2,656	,00**
	Kadın	218	2,901	0,868			
Yaşam Felsefesinde Değişim	Erkek	177	2,526	0,963	393	-3,872	,00**
	Kadın	218	2,939	1,123			
Benlik Algısında Değişim	Erkek	177	3,120	0,941	393	-1,738	,083
	Kadın	218	3,287	0,953			
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Erkek	177	1,953	1,047	393	-1,217	,224
	Kadın	218	2,083	1,059			

*<,05:**<,01;Varyanslar homojen olmadığında kullanılan t değeri

Katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişmelerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini analiz etmek için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Sonuç olarak yaşam felsefesinde değişim alt boyutu $t_{(393)=}$-3,872, p<,05; ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Benlik algısında değişim $t_{(393)}$=-1,738, p>0,05; başkalarıyla ilişkilerde değişim $t_{(393)}$=-1,217, p>0,05 alt boyutları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Tablo 7'de gruplara ait ortalama puanlar karşılaştırıldığında kadınların yaşam felsefesinde değişim ortalamasının ($\bar{X}$=2,93), erkekler ortalmasından ($\bar{X}$=2,52) daha yüksek bir puana sahip olduğu görülmektedir. Ancak benlik algısında değişim puanlarının $t_{(393)}$=-1,738, p>0,05 kadınlarda ($\bar{X}$=3,28), erkeklerden ($\bar{X}$=3,12) anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği bulunmuştur. Çalışmamızda t-testi analiz sonuçlarına göre başkalarıyla ilişkilerde değişimde cinsiyetler arasında farklılık $t_{(393)}$=-1,217, p>0,05 olduğu görülmemektedir. Travma sonrası büyüme ve gelişme genel puanlarından elde edilen puan ortalamaları incelendiğinde kadınların ortalamasının ($\bar{X}$=2,90), erkeklerin ortalamasından ($\bar{X}$=2,67) anlamlı derecede daha yüksek olduğu $t_{(393)}$=-2,656, p<0,05 hipotez 4-a'nın desteklendiği tespit edilmiştir.

Psikoloji alanındaki çalışmalar kadın ve erkeğin biyolojik, psikolojik ve toplumsal farklılıklarını göz önünde bulundurmaktadır. Bununla birlikte kadın ve erkeğin potansiyel güç açısından farklılık göstermediği; sosyal ve kültürel olgular açısından onların kalıba sokarak birbirinden farklılaştırıldığı görülmektedir.[303] Ancak cinsiyetler arasında en azından psikolojik düzlemde farklılıklar olduğu genel olarak kabul edilmektedir. Kadınların sahip olduğu hassas, duygu yoğunluklu, sevgi odaklı, merhametli yapıları olayları karşılamalarında erkeklere göre değişime daha açık olmalarına neden olabilmektedir. Nitekim hassas yapıları travmatik olaydan daha fazla etkilenmelerine yol açabilmektedir. Bu etki nedeniyle değişimin gerçekleşmesi daha kolaylaşabilmektedir. Yine kadınların sezgisel özelliklerinin yüksek olması, ilhâma açık olmaları bu bulguları açıklamaktadır. Buradan hareketle cinsiyete göre yaşam felsefesinde değişimde bir takım ayrışmaların söz konusu olduğu iddia edilebilir. Kadınların duygularını ifade etmede erkeklere oranla daha yeterli olmaları travma sonrası büyüme ve gelişme ve raporlama olasılığının yüksek olmasına neden olmaktadır. Bu bakımdan kadınların travma sonrası büyüme ve gelişme boyutunda daha yüksek puanlar elde etmesi anlamlı gözükmektedir. Dolayısıyla "*Kadınların travma sonrası büyüme ve gelişme seviyeleri erkeklere göre daha yüksektir*" şeklindeki hipotez 4-a'nın desteklendiği görülmektedir. Yapılan diğer çalışmalara bakıldığında travma sonrası büyüme ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.[304] Kadınların erkeklere göre daha detaylı ve sürekli baş etme yöntemlerini kullanmaları bu durumun nedeni olarak düşünülmektedir.[305]

Linley ve Joseph tarafından 39 araştırma makalesinin incelenerek yapılan derleme çalışmasında kadınların erkeklere oranla daha fazla büyüme gösterdiği benzer şekilde görülmüştür.[306] Yine Tedeschi ve Calhoun çalışmalarında travmatik olaya maruz kalan kadınların erkeklere göre olay sonrasında daha fazla büyüme gösterdiğini ortaya koymuştur.[307] Meta-analiz yöntemiyle cinsiyetin travma sonrası büyüme üzerindeki farklılaşmasının 70 çalışma üzerinden incelediği araştırmada Vishnevsky ve arkadaşları

[303] Fatma Baynal, *Cemaat ve Tarikat Ekseninde Kadın*, İstanbul: Rağbet Yayınları, 2017, s. 26.
[304] Michael Caserta vd., "Stress-Related Growth Among the Recently Bereaved", *Aging & mental health*, c. 13, sy. 3 (2009), ss. 463-76.
[305] S. Nolen-Hoeksema, J. Larson, C. Grayson, "Explaining the Gender Difference in Depressive Symptoms", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 77, sy. 5 (1999), ss. 1061-72.
[306] Linley, Joseph, "Positive Change Following Trauma and Adversity", ss. 11-21.
[307] Tedeschi, Calhoun, "The Posttraumatic Growth Inventory", ss. 455-71.

tarafından kadınların erkeklere göre büyüme düzeylerinin daha yüksek olduğu ayrıca kadınların yaş ortalaması arttıkça daha fazla büyümenin ortaya çıktığı bulunmuştur.[308] Ülkemizde Güven 1999 Marmara Depremini yaşamış 190 katılımcı ile yaptığı çalışmada kadınların travma sonrası erkeklere göre daha yüksek büyüme puanları aldığını bildirmiştir.[309] Algılanan sosyal destek ve yaşam amacının travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelendiği bir başka çalışmada kadın katılımcıların travma sonrası büyüme ölçeği puanlarının erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu kaydedilmiştir.[310]

Literatürde cinsiyet ile travma sonrası büyüme arasında ilişki bulunmayan çalışmalar da bulunmaktadır. Stutts ve Stalanad 66 ampüte birey ile yaptığı çalışmada cinsiyete göre travma sonrası büyüme ve gelişmenin farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır.[311] Ho ve arkadaşları 50 kanser hastasıyla yaptığı çalışmada katılımcıların cinsiyet değişkenine göre travma sonrası büyüme puanlarının farklılaşmadığını tespit etmiştir.[312] Japon üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada travma sonrası büyüme düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.[313] Benzer şekilde başka bir çalışmada çocuk kaybı yaşayan bireylerin travma sonrası büyüme düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı kaydedilmiştir.[314] Eş kaybı yaşayan 292 kişi üzerinde yapılan çalışmada travma sonrası büyümenin cinsiyete göre değişmediği bulunmuştur.[315]

Ancak birçok çalışmada cinsiyet değişkeninin travma sonrası büyüme düzeyini farklılaştırdığı belirtilmektedir.[316] Depremden bir yıl sonra 2300 depremzede üzerinde yapılan çalışmada kadınların daha fazla travma sonrası büyüme gösterdiği

---

[308] Tanya Vishnevsky vd., "Gender Differences in Self-Reported Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Psychology of Women Quarterly*, c. 34, sy. 1 (2010), ss. 110-20.

[309] Kübra Güven, *Marmara Depremi Yaşayan Yetişkinlerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri ile Travma Sonrası Gelişim ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksel Lisans Tezi), İstanbul: Maltepe Üniversitesi, 2010, s. 109.

[310] Gülden Gökahmetoğlu, *Algılanan Sosyal Destek ve Yaşam Amacının Travma Sonrası Büyüme İle İlişkisinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Kent Üniversitesi, 2021, s. 38.

[311] L. A. Stutts, A. W. Stanaland, "Posttraumatic Growth in Individuals with Amputations", *Disability and Health Journal*, c. 9, sy. 1 (2016), ss. 167-71.

[312] Samuel Ho vd., "The Roles of Hope and Optimism on Posttraumatic Growth in Oral Cavity Cancer Patients", *Oral Oncology*, c. 47, sy. 2 (2011), ss. 121-24.

[313] Taku vd., "The Factor Structure of the Posttraumatic Growth Inventory", ss. 158-64.

[314] S. Polatinsky, Y. Esprey, "An Assessment of Gender Differences in the Perception of Benefit Resulting from the Loss of a Child", *Journal of Traumatic Stress*, c. 13, sy. 4 (2000), ss. 709-18.

[315] Caserta vd., "Stress-Related Growth Among the Recently Bereaved", ss. 463-76.

[316] Gizem Cesur, *Yetişkinlerde Travmatik Yasın ve Travma Sonrası Büyümenin Psikososyal Belirleyicileri*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2012, s. 75.

kaydedilmiştir.[317] Aynı şekilde Vishnevsky ve arkadaşları tarafından yapılan bir meta-analiz çalışmasında kadınların daha fazla travma sonrası büyüme ve gelişme gösterdiği bulunmuştur.[318] Kanser hastası olan katılımcıların eşleri ile birlikte travma sonrası büyümelerinin araştırıldığı çalışmada erkek hastanın kadın partnerinin kadın hastanın erkek partnerine göre daha fazla travma sonrası büyüme gösterdiği tespit edilmiştir.[319] Bu çerçevede çalışmamızda elde edilen verilere baktığımızda önceki çalışmalarla örtüşen bir sonuç elde edildiği ifade edilebilir.

B. Medeni Duruma Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Bu başlık altında, travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının medeni durumları arasında bir ilişkinin olup olmadığı kontrol edilmiştir. Tablo 8'de çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmenin medeni durum değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[320] Bu nedenle medeni durumunun, travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını ortaya koymak için bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır.

Tablo 8. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Medeni Duruma Göre Dağılımı

Bağımsız Değişken	Betimsel İstatistikler	Değer
Bekâr	Ortalama	2,744
	Std Sapma	0,853
	Min	0,00
	Max	4,86
	Skewness	-0,628
	Kurtosis	0,828
Evli	Ortalama	2,958
	Std Sapma	0,847
	Min	0,62
	Max	4,62
	Skewness	-0,448
	Kurtosis	0,063

[317] Yuchang Jin, Jiuping Xu, Dongyue Liu, "The Relationship between Post Traumatic Stress Disorder and Post Traumatic Growth: Gender Differences in PTG and PTSD Subgroups", *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, c. 49, sy. 12 (2014), ss. 1903-10.

[318] Vishnevsky vd., "Gender Differences in Self-Reported Posttraumatic Growth", ss. 110-20.

[319] Diana Zwahlen vd., "Posttraumatic Growth in Cancer Patients and Partners--Effects of Role, Gender and the Dyad on Couples' Posttraumatic Growth Experience", *Psycho-Oncology*, c. 19, sy. 1 (2010), ss. 12-20.

[320] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

Tablo 8'de travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarının medeni durum değişkenine ait betimsel istatistikleri yer almaktadır. Bekâr katılımcıların travma sonrası büyüme ortalama puanları $\bar{X}$=2,744 iken evli katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişme ortalama puanı $\bar{X}$=2,958 olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Medeni Durum Değişkeni Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Medeni Durum	N	*X*	S.S.	*S.D.*	*t*	*p*
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	Bekâr	293	2,743	,853	393	-2,185	0,02*
	Evli	102	2,958	,847			
Yaşam Felsefesinde Değişim	Bekâr	293	2,618	1,054	393	-4,369	,00**
	Evli	102	3,145	1,034			
Benlik Algısında Değişim	Bekâr	293	3,181	0,948	393	-1,099	,272
	Evli	102	3,302	0,954			
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Bekâr	293	2,018	1,033	393	-0,220	,826
	Evli	102	2,045	1,117			

*<,05:**<,01;Varyanslar homojen olmadığında kullanılan t değeri

Travma sonrası büyüme ve gelişme toplam puanlarında evlilerin bekârlara göre daha yüksek puan elde ettiği ($t_{(393)}$=-2,185, p<,05) istatistiksel olarak görülmektedir. Buna göre araştırmanın "*Evli bireyler bekârlara göre daha yüksek travma sonrası büyüme ve gelişme puanına sahiptir*" şeklindeki 4-b hipotezi doğrulanmıştır.

Tablo 9 incelendiğinde yaşam felsefesi alt boyutunda medeni duruma göre ortalama puanlarında anlamlı bir farklılaşma ($t_{(393)}$=-4,369, p<,05) görülmektedir. Katılımcıların travma sonrası büyüme gelişme düzeylerinin hangi grubun lehine olduğunu ortaya çıkarmak için Tablo 9'a bakıldığında evli katılımcılar ($\bar{X}$=3,145) bekâr katılımcılardan ($\bar{X}$=2,618) yüksek bir ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Benlik algısında değişim ($t_{(393)}$=-1,099, p>,05) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($t_{(393)}$=-0,22, p>,05) alt boyutlarında medeni duruma göre anlamlı bir ayrışmanın olmadığı görülmektedir.

Karşı cinsten iki kişinin yaşamlarını birleştirmek, yaşamı paylaşmak, neslin devamını sağlamak gibi amaçlarla evlilik sözleşmesi gerçekleştirilmektedir.[321] Evlilik kurumunun sağladığı imkânlardan biri iş bölümü ve yaşamın kolaylaştırılmasıdır. Evli bireylerin yetişkin olması ve olgunluk seviyesinin arttığı bir dönem olması nedeniyle travma sonrası büyüme daha yüksek seviyede görülebilmektedir. Bunu sağlayan en önemli unsurun

[321] İbrahim Ethem Özgüven, *Evlilik ve Aile Terapisi*, Ankara: Pegem Yayınları, 2000, s. 19.

evlilik ve aile yaşamının zorluklarla mücadelede bireye başa çıkma sürecine destek vermesi olarak kabul edilmektedir.[322]

Literatürde travma sonrası büyüme ve gelişmenin medeni durum ile ilişkisi üzerinde yapılan çalışmalarda evli katılımcıların daha yüksek puan elde ettiği sonucuna ulaşılmıştır.[323] Test sonucunda etki büyüklüğü katsayısı .04 olarak hesaplanmıştır. Şakiroğlu tarafından yapılan çalışmada evli olmanın travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordadığı kaydedilmiştir.[324] Literatürde medeni durum ile travma sonrası büyüme arasında ilişkinin olmadığına dair çalışmalar da bulunmaktadır.[325] Evliliğin duygusal olarak bireyleri dengede tutması, benlik saygısı ve öz güveni yükseltmesi ve aidiyet, bağ kurma gibi psikolojik fayda sağlamasıyla birlikte sosyal statü ve itibar kazandırma gibi toplumsal işlevleri bulunmaktadır. Bu özellikler evli katılımcıların travma sonrası daha yüksek düzeyde büyüme göstermesine katkı sağlamaktadır. Yapılan araştırmalar da bu bulguyu desteklemektedir. Evli olma hali ile benlik saygısı, mutluluk ve hayat tatmini arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu[326] evli olanların evli olmayanlara göre daha az duygusal stres yaşadıkları daha yüksek düzeyde olumlu duygu[327] ve daha düşük düzeyde olumsuz duygu[328] deneyimledikleri tespit edilmiştir.

C. Yaşa Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının yaşa göre dağılımı kontrol edilmiştir. Tablo 10'da çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında

---

[322] Asım Yapıcı, "Eşlerin Dinsel Algı ve Yaşayışına Göre Evlilikte Dindarlık ve Maneviyat Huzur mu, Kusur mu?", *Journal of Turkish Studies*, c. 13, sy. Volume 13 Issue 2 (2019), ss. 79-106; Ahmet Geçioğlu, Hasan Kayıklık, "Dindarlık ve Evlilik Uyumu İlişkisi: Evli Bireyler Üzerine Bir İnceleme", c. 19 (2019), ss. 202-24.

[323] Gökahmetoğlu, *Algılanan Sosyal Destek ve Yaşam Amacının Travma Sonrası Büyüme İle İlişkisinin İncelenmesi*, s. 40.

[324] Mehmet Şakiroğlu, "Post-Traumatic Growth among the 1999 Düzce Earthquake Survivors", *Psycho-Educational Research Reviews*, c. 8, sy. 3 (2019), ss. 61-72.

[325] Wladyslaw Losiak, Joanna Nikiel, "Original Article Posttraumatic Growth in Patients after Myocardial Infarction: the Role of Cognitive Coping and Experience of Life Threat", *Health Psychology Report*, c. 4 (2014), ss. 256-62.

[326] Claire M. Kamp Dush, Paul R. Amato, "Consequences of Relationship Status and Quality for Subjective Well-being", *Journal of Social and Personal Relationships*, c. 22, sy. 5 (2005), s. 617; Teresa E. Woods vd., "Religiosity is associated with affective status in symptomatic HIV-infected African-American women", *Journal of Health Psychology*, c. 4, sy. 3 (1999), s. 357.

[327] Robert H. Coombs, "Marital status and personal well-being: A literature review", *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, c. 40, sy. 1 (1991), s. 100.

[328] Nina Jakoby, "Socioeconomic Status Differences in Negative Emotions", *Sociological Research Online*, c. 21 (2016), s. 4.

yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmenin yaş değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[329] Bu nedenle ikiden fazla grup arasındaki farklılaşmanın analizinde parametrik test olan ANOVA testi kullanılmıştır. Ancak öncesinde yaş gruplarına göre travma sonrası büyüme ve gelişme betimsel istatistiklerine yer verilmiştir.

Tablo 10. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkenine Göre Dağılımı

Bağımsız Değişken	Betimsel İstatistikler	Değer
24 yaş altı	Ortalama	2,768
	Std Sapma	0,825
	Min	1,00
	Max	4,57
	Skewness	-1,30
	Kurtosis	-0,110
25-34 yaş	Ortalama	2,957
	Std Sapma	0,799
	Min	0,00
	Max	4,86
	Skewness	-.456
	Kurtosis	1,705
35-50 yaş	Ortalama	2,741
	Std Sapma	0,984
	Min	0,00
	Max	4,62
	Skewness	-0,509
	Kurtosis	0,026
51 yaş ve üzeri	Ortalama	2,786
	Std Sapma	0,755
	Min	0,00
	Max	4,43
	Skewness	-,825
	Kurtosis	1,209

Tablo 10'dan anlaşılacağı üzere, katılımcıların yaş değişkenleri 4 grupta ele alınmıştır. Bu gruplardan ilki olan 24 yaş altı katılımcıların ortalama puanı 2,768'tür. 25-34 yaş arasını kapsayan ikinci grupta yer alan katılımcıların ortalama puanı 2,957 olarak görülmektedir. Üçüncü grupta yer alan 35-50 yaş aralığındaki katılımcılar 2,741'lık bir puana sahiptir. Son olarak 51 yaş ve üzeri katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişme puanları ortalaması 2,786 olduğu söylenebilir. Görüldüğü gibi yaş grupları arasında en yüksek travma sonrası büyüme ve gelişme puanını sahip katılımcılar 25-34 yaş aralığında bulunan katılımcılardır. Ortalama puanları açısından en yüksek ikinci sırada olan grup 51 yaş ve üzeri katılımcıların olduğu gruptur. Bunu daha sonra 24 yaş altı ve 35-50 yaş aralığındaki katılımcıların oluşturduğu grup takip etmektedir.

[329] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

Tablo 11. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkeni Açısından Dağılımı

Boyutlar		Yaş Grupları	N	*X*	S.S.	p
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	**1**	24 yaş altı	45	2,768	,825	
	2	25-34 yaş	70	2,958	,799	,015
	3	35-50 yaş	136	2,741	,984	
	4	51 yaş üzeri	144	2,786	,755	
Yaşam Felsefesinde Değişim		24 yaş altı	45	3,033	1,045	
		25-34 yaş	70	3,173	,884	
		35-50 yaş	136	2,691	1,159	,016
		51 yaş üzeri	144	2,523	1,010	
Benlik Algısında Değişim		24 yaş altı	45	3,062	,977	
		25-34 yaş	70	3,300	,894	
		35-50 yaş	136	3,139	1,088	,009
		51 yaş üzeri	144	3,287	,8169	
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim		24 yaş altı	45	1,862	1,033	
		25-34 yaş	70	2,014	1,117	
		35-50 yaş	136	2,007	1,115	,013
		51 yaş üzeri	144	2,009	1,016	

Katılımcıların yaş gruplarının travma sonrası büyüme gelişme üzerindeki etkisini incelemek üzere tek faktörlü varyans analizi yapılmıştır. Travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarının yaş grupları arasında farklılığının araştırıldığı ANOVA testinde p<,05 olduğu için varyans homojenliği sağlanmamaktadır. Bu nedenle Games-Howell Post-Hoc testi ile hangi gruplar arasında farklılık olduğu araştırılmıştır.[330]

Tablo 12. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Yaş Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	s.d.	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	Gruplar arası	2,281	3	0,760	1,037	0,376	
	Gruplar içi	286,638	391	0,733			_
	Toplam	288,919	394				
Yaşam Felsefesinde Değişim	Gruplar arası	24,059	3	8,020	7,296	0,000	1/4
	Gruplar içi	429,788	391	1,099			2/3
	Toplam	453,846	394				2/4
							4/3
Benlik Algısında Değişim	Gruplar arası	3,097	3	1,032	1,145	0,331	
	Gruplar içi	352,727	391	0,902			_
	Toplam	355,824	394				
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Gruplar arası	2,023	3	0,674	0,604	0,612	
	Gruplar içi	436,204	391	1,116			_
	Toplam	438,227	394				

[330] Andy Field, *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*, Thousand Oaks, 2024, s. 65.

Yaş grupları arasında varyansın homojen dağılmaması nedeniyle p değeri için Welch testi sonuçları dikkate alınmıştır. Bu değere göre yaşam felsefesi alt boyutunda yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık ($F_{(3,391)}$=7,296, p<0,05) görülmektedir. Yapılan Games-Howell testiyle yaşam felsefesi alt boyutunda yaş grupları arasındaki anlamlı farklılık ilişkisi Tablo 12'de gözlenmektedir. Yaşam felsefesindeki en yüksek gelişim düzeyinin 25-34 yaş arasında ($\overline{X}$=3,17) görülürken en düşük düzeydeki gelişimin 51 yaş ve üzerinde ($\overline{X}$=2,52) olduğu bulunmuştur. Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının ve benlik algısı ($F_{(3,391)}$=1,145, p>0,05) ve başkalarıyla ilişkiler ($F_{(3,391)}$=0,604, p>0,05) alt boyutları puanları yaş değişkeni açısından incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Travma sonrası büyüme ve gelişme puanları ortalamaları incelendiğinde, yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık görülmediği ($F_{(3,391)}$=1,03, p>0,05) dolayısıyla araştırmanın "*Yaş arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır*" 4-c no'lu hipotezinin kısmen desteklendiği görülmektedir.

İlk olarak Polatinsky ve Esprey tarafından yaşça küçük olan kişilerin daha fazla büyüme deneyimlediği ortaya konulmuştur[331]; benzer şekilde Tedeschi ve Calhoun tarafından yaşı küçük olan katılımcıların öğrenmeye daha açık olmaları nedeniyle daha fazla büyüme yaşantısı deneyimlediklerini bulgulamıştır.[332] Moris ve arkadaşları yaş değişkeninin travma sonrası büyümeyi yordadığını tespit etmiştir.[333] Cordova ve arkadaşları yaş değişkeninin travma sonrası büyüme ile ilişkili olduğunu, genç bireylerde travma sonrası büyümenin daha fazla görüldüğünü tespit etmiştir.[334] Yaşça büyük katılımcıların yaşamları boyunca zorluklar karşısında bir adaptasyon geliştirmeleri nedeniyle travma sonrası büyüme ile yaşın negatif korelasyon içerisinde olması açıklanabilmektedir.[335] Ülkemizde yapılan çalışmalarda çocuk kaybı yaşayan ebeveynlerin yaş faktörünün

[331] Polatinsky, Esprey, "An Assessment of Gender Differences in the Perception of Benefit Resulting from the Loss of a Child", ss. 709-18.

[332] Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, "Target Article: 'Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence'", *Psychological Inquiry*, c. 15, sy. 1 (2004), ss. 1-18.

[333] Bronwyn A. Morris vd., "Multidimensional Nature of Posttraumatic Growth in an Australian Population", *Journal of Traumatic Stress*, c. 18, sy. 5 (2005), ss. 575-85.

[334] M. J. Cordova vd., "Posttraumatic Growth Following Breast Cancer: A Controlled Comparison Study", *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, c. 20, sy. 3 (2001), ss. 176-85.

[335] Rosaura Gonzalez-Mendez, Matilde Díaz, "Volunteers' Compassion Fatigue, Compassion Satisfaction, and Post-traumatic Growth During the SARS-CoV-2 Lockdown in Spain: Self-compassion and Self-determination as predictors", *PloS one*, c. 16, sy. 9 (2021), s. e0256854.

travma sonrası büyümeyi etkilediği bilgisine ulaşılmıştır.[336] Hastalara bakım veren kişilerin yaşlarının genç olmasının travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenler olduğu bulunmuştur.[337]

Literatürde yaş değişkeni ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olmadığını gösteren araştırmalar da yer almaktadır. Cesur yaptığı çalışmada yaş değişkeninin travma sonrası büyümeyi yordamadığı sonucuna ulaşmıştır.[338] Benzer şekilde Dündar 114 kanser hastası ile yapılan çalışmada yaş değişkeninin travma sonrası büyüme ile ilişkili olmadığı tespit edilmiştir.[339] Bu çalışmada yaş değişkenine dair elde edilen bulguların literatürdeki çalışmalarla uyumlu olduğu söylenebilir.

D. Eğitim Düzeyine Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Demografik değişkenlerden biri olarak ele alınan eğitim durumu, bu çalışma kapsamında, *ilkokul-ortaokul, lise-üniversite ve yüksek lisans-doktora* olmak üzere üç grupta ele alınmıştır. Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının eğitim düzeyine göre dağılımı kontrol edilmiştir. Tablo 13'de çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin eğitim durumu değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[340] Bu nedenle ikiden fazla grup arasındaki farklılaşmanın analizinde parametrik test olan Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır.

[336] Yıldırım, *Parental Grief Reactions after an Infant Death*.
[337] Aslı Özlü, Mustafa Yıldız, Ahmet Aker, "Posttraumatic Growth and Related Factors in Caregivers of Schizophrenia patients", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, c. 11 (2010), ss. 89-94.
[338] Cesur, *Yetişkinlerde Travmatik Yasın ve Travma Sonrası Büyümenin Psikososyal Belirleyicileri*.
[339] Nihan Dündar, *The Mediating Role of Coping Strategies the Basic Personality Traitsptg and locus of control- ptg relationships in the breast cancer patients*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, 2012.
[340] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

Tablo 13. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı

Bağımsız Değişken	Betimsel İstatistikler	Değer
İlkokul-Ortaokul	Ortalama	2,625
	Std Sapma	0,826
	Min	,57
	Max	4,43
	Skewness	-,609
	Kurtosis	,327
Lise-Üniversite	Ortalama	2,813
	Std Sapma	,847
	Min	0,00
	Max	4,62
	Skewness	-.622
	Kurtosis	,755
Yüksek Lisans/Doktora	Ortalama	2,901
	Std Sapma	0,933
	Min	,57
	Max	4,86
	Skewness	-,454
	Kurtosis	,158

Tablo 13'e göre yüksek lisans ve doktora mezunu katılımcıların en yüksek travma sonrası büyüme ve gelişme ortalamasına ($\overline{X}$=2,901) sahip olduğu görülmektedir. Bu puanı lise ve üniversite mezunları takip etmektedir. En düşük ortalamaya sahip olan ilkokul/ortaokul mezunlarının ortalamalarının 2,625 olduğu görülmektedir.

Tablo 14. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Dağılımı

Boyutlar		Eğitim Düzeyi	N	*X*	S.S.	p
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	**1**	İlkokul-Ortaokul	53	2,625	,826	
	2	Lise-Üniversite	294	2,813	,847	,47
	3	Yüksek Lisans/Doktora	48	2,901	,933	
Yaşam Felsefesinde Değişim		İlkokul-Ortaokul	53	2,213	1,08	
		Lise-Üniversite	294	2,799	1,05	,065
		Yüksek Lisans/Doktora	48	3,076	,939	
Benlik Algısında Değişim		İlkokul-Ortaokul	53	3,149	,968	
		Lise-Üniversite	294	3,224	,935	,623
		Yüksek Lisans/Doktora	48	3,214	1,03	
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim		İlkokul-Ortaokul	53	2,071	,953	
		Lise-Üniversite	294	2,010	1,06	,614
		Yüksek Lisans/Doktora	48	2,066	1,09	

Travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarının eğitim düzeyi grupları arasında farklılığının araştırıldığı ANOVA testinde p>,05 olduğu için varyansın gruplar arasında homojen dağıldığı görülmektedir. Grup katılımcı sayıları arasında farklılığın çok olması

nedeniyle Hochberg Post-Hoc testi ile hangi gruplar arasında farklılık olduğu araştırılmıştır.[341]

Tablo 15. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	s.d.	Kareler Ort.	F	p	Anlamlı Fark
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	Gruplar arası	2,169	2	1.085	1,483	,228	
	Gruplar içi	286,750	392	,732			
	Toplam	288,919	394				
Yaşam Felsefesinde Değişim	Gruplar arası	21,057	2	10,528	9,536	<.001	1/2
	Gruplar içi	432,790	392	1,104			1/3
	Toplam	453,846	394				
Benlik Algısında Değişim	Gruplar arası	,253	3	,127	,140	,870	
	Gruplar içi	352,571	392	,907			
	Toplam	355,824	394				
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Gruplar arası	,263	2	,132	,118	,889	
	Gruplar içi	437,964	392	1,117			
	Toplam	438,227	394				

Tablo 15'de yaşam felsefesi alt boyutunda eğitim düzeyi grupları arasında ($F_{(2,392)}$=9,536, $p<0,05$) anlamlı bir farklılık görülmektedir. Yapılan Hochberg testiyle yaşam felsefesi alt boyutunda ilkokul ve ortaokul düzeyindeki katılımcıların ($\bar{X}$=2,21) lise/üniversite ve yükseklisans/doktora mezunlarına ($\bar{X}$=3,07) göre daha düşük düzeyde travma sonrası büyüme gösterdiği görülmektedir. Lise/üniversite ve yükseklisans/doktora mezunları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Travma sonrası büyüme ve gelişme ortalama puanları ($F_{(2,392)}$=1,483, $p>0,05$), benlik algısında değişim ($F_{(3,392)}$=0,140, $p>0,05$) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($F_{(2,392)}$=0,118, $p>0,05$) alt boyutları ortalama puanları eğitim düzeyi değişkeni açısından incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Buna göre araştırmanın "*Eğitim düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır*" 4-d nolu hipotezinin kısmen desteklendiği görülmektedir. Yapılan çalışmalarda yüksek eğitim düzeyinin travma sonrası büyüme ile ilişkili olduğuna dair bulgular bulunmaktadır.[342] Eğitim düzeyi arttıkça olaylara bakış açısının genişlemesi

[341] Field, a.g.e., s. 67.

[342] A. Fontana, R. Rosenheck, "Psychological Benefits and Liabilities of Traumatic Exposure in the War Zone", *Journal of Traumatic Stress*, c. 11, sy. 3 (1998), ss. 485-50; John Updegraff vd., "Positive and Negative Effects of HIV Infection in Women with Low Socioeconomic Resources", *Personality and Social Psychology Bulletin*, c. 28 (2002), ss. 382-94; Cordova vd., "Posttraumatic Growth Following Breast Cancer", ss. 176-85; Çolakoğlu, *Kalp Krizi Geçirmiş Bireylerde Travma Sonrası Gelişim ile Öz-*

nedeniyle travmatik olayın farklı yönlerini görebilme yeteneğinin arttığı söylenebilir. Eğitim düzeyi yüksek olan bireyler yaşanılan olayların nedenlerini daha iyi anlayabilmekte, sosyal ağlarını kullanarak iletişimlerini arttırmakta ve etkili baş etme becerilerini kullanabilmektedirler. Ayrıca eğitim düzeyi yükseldikçe uzmandan destek alma girişimlerinde artış görülmektedir.

Eğitim düzeyi ile travma sonrası büyüme arasında negatif ilişkinin olduğunu ifade eden çalışmalar da bulunmaktadır.[343] Böbrek yetmezliği olan bireylerde yapılan çalışmada bireylerin ilkokul, ortaokul ve lise mezunu olmaları, lisans ve yüksek lisans mezunlarına göre travma sonrası büyüme düzeyini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.[344] Bu durumun nedeni olarak düşük eğitim düzeyine sahip kişilerin daha fazla travma sonrası strese maruz kalmaları ve artan tehdit algısıyla travma sonrası büyüme düzeylerinin geliştiği ifade edilmektedir. Bunun aksine Uslu kanser hastası 87 kadın ile yaptığı çalışmada eğitim durumu ile travma sonrası büyüme arasında ilişkinin bulunmadığını tespit etmiştir.[345] Bazı çalışmalarda eğitim düzeyinin travma sonrası büyümeyi farklılaştırmadığı rapor edilmiştir.[346]

E. Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Katılımcıların kendi sosyo-ekonomik düzeylerinin algılayış şekilleri anket formunda *alt, orta ve üst* şeklinde seçenek sunularak tercih etmeleri istenmiştir. Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının sosyo-ekonomik düzeyine göre dağılımı kontrol edilmiştir.

Duyarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi; Banu Yılmaz, *Arama-Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme ile ilişkili Değişkenler*, (Doktora Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006.

[343] Michelle R. Widows vd., "Predictors of Posttraumatic Growth Following Bone Marrow Transplantation for Cancer", *Health Psychology*, c. 24, sy. 3 (2005), ss. 266-73; Seray Olçay-Gül, Burcu Olgunsoylu, Yeşim Ünal, "Yetersizliği Olan ve Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ailelerin Travma Sonrası Stres Belirti ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 12, sy. 32 (2015), ss. 221-45; Ezgi Göcek, *Diyabet Hastalarının Psikolojik Sıkıntı ve Travma Sonrası Gelişimlerinin Kaynakların Korunması Kuramı Kapsamında İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2012, s. 70.

[344] Hatice Yorulmaz, Seda Bayraktar, Kürşat Özdilli, "Posttraumatic Growth in Chronic Kidney Failure Disease", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 5 (2010), ss. 2313-19.

[345] Burçin Güler Uslu, *Meme ve Jinekolojik Kanser Tanılı Hastalarda Travma Sonrası Büyüme Gelişimi ile Serotonin Transporter Gen Promotor Bölge Polimorfizmi ve Psikososyal Faktörler Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*, (Tıpta Uzmanlık Tezi), İzmir: Ege Üniversitesi, 2020, s. 72.

[346] Selen Tüfekçi, *Trafik Kazası Geçirmiş Kişilerin Dünyaya İlişkin Varsayımları, Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Gelişim Düzeylerinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011, s. 95.

Tablo 16'da çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmenin sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[347] Bu nedenle ikiden fazla grup arasındaki farklılaşmanın analizinde parametrik test olan ANOVA testi kullanılmıştır.

Tablo 16. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Dağılımı

Travma sonrası Büyüme ve Gelişme Puanı	**Tanımlayıcı İstatistikler**	
Alt (0-15.000)	Ortalama	2,741
	Std Sapma	0,076
	Min	,38
	Max	4,57
	Skewness	-,250
	Kurtosis	,160
Orta (15.000-30.000)	Ortalama	2,821
	Std Sapma	,866
	Min	0,00
	Max	4,62
	Skewness	-.870
	Kurtosis	1,348
Üst (30.000 ve üstü)	Ortalama	2,820
	Std Sapma	0,081
	Min	,57
	Max	4,86
	Skewness	-,449
	Kurtosis	,155

Tablo 16'a göre, alt sosyo-ekonomik duruma sahip olduğunu ifade eden katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişmeden aldığı ortalama puan 2,741'dir. Orta ve üst sosyo-ekonomik duruma sahip olduğunu bildiren katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişme ortalama puanı birbirine çok yakın olup 2,82 olduğu görülmektedir.

[347] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

Tablo 17. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine Göre Dağılımı

Boyutlar		Sosyo-Ekonomik Düzey	N	*X*	S.S.	p
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	**1**	Alt (0-15.000)	109	2,741	,803	
	2	Orta (15.000-30.000)	165	2,821	,866	,50
	3	Üst (30.000 ve üstü)	121	2,820	,891	
Yaşam Felsefesinde Değişim		Alt (0-15.000)	109	2,721	1,108	
		Orta (15.000-30.000)	165	2,673	1,062	,74
		Üst (30.000 ve üstü)	121	2,893	1,050	
Benlik Algısında Değişim		Alt (0-15.000)	109	3,130	,892	
		Orta (15.000-30.000)	165	3,276	,946	,33
		Üst (30.000 ve üstü)	121	3,200	1,00	
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim		Alt (0-15.000)	109	1,987	,987	
		Orta (15.000-30.000)	165	2,088	1,080	,42
		Üst (30.000 ve üstü)	121	1,973	1,054	

Travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarının sosyo-ekonomik düzey grupları arasında farklılığının araştırıldığı ANOVA testinde p>,05 olduğu için varyansın gruplar arasında homejen dağıldığı görülmektedir. Grup katılımcı sayıları arasında farklılığın çok olması nedeniyle Hochberg Post-Hoc testi ile hangi gruplar arasında farklılık olduğu araştırılmıştır.[348]

Tablo 18. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Sosyo-ekonomik Düzey Değişkeni Açısından Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	S.D.	Kareler Ort.	F	p	Anlamlı Fark
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme	Gruplar arası	,503	2	,251	,342	,711	
	Gruplar içi	288,416	392	,736			
	Toplam	288,919	394				
Yaşam Felsefesinde Değişim	Gruplar arası	3,546	2	1,773	1,543	,215	
	Gruplar içi	450,300	392	1,149			-
	Toplam	453,846	394				
Benlik Algısında Değişim	Gruplar arası	1,426	3	,713	,789	,455	
	Gruplar içi	354,398	392	,907			-
	Toplam	355,824	394				
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Gruplar arası	1,141	2	,571	,512	,600	
	Gruplar içi	437,086	392	1,115			-
	Toplam	438,227	394				

Tablo 18'de travma sonrası büyüme ve gelişme puanları ortalamasının ($F_{(2,392)}$ =0,342, p>0,05) , yaşam felsefesinde değişim ortalamasının ($F_{(2,392)}$ =1,543, p>0,05), benlik algısında değişim ortalamasının ($F_{(2,392)}$ =0,789, p>0,05) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ortalamasının ($F_{(2,392)}$ =0,512, p>0,05) sosyo-ekonomik düzey grupları arasında

[348] Field, a.g.e., s. 67.

anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Bulgular 4-e hipotezi olan "*Sosyo-ekonomik düzey arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artış göstermektedir*" hipotezini desteklememektedir.

Literatürdeki çalışmalarda sosyo-ekonomik düzey ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olduğunu gösteren sonuçlar yer almaktadır.[349] Linley ve Joseph sosyodemografik değişkenler açısından travma sonrası büyüme ve gelişmeyi değerlendirdikleri çalışmada bireylerin sosyo-ekonomik düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişmelerinin arttığını bulmuştur.[350] Ülkemizde böbrek yetmezliği yaşayan bireylerle yapılan çalışma bireylerin yüksek sosyo-ekonomik düzeyine sahip olmalarının travma sonrası büyümeyi arttırdığı sonucunu ortaya koymuştur.[351] Sosyo-ekonomik düzeyi yükseldikçe bireylerin kendilerini iyi hissettirecek aktivitelere katılma olanakları artmaktadır. Bunun yanı sıra maddi kaynakları yüksek olan kişiler travmanın olumsuz etkilerinden daha fazla sosyal ve psikolojik destek almak suretiyle dikkatini uzaklaştırabilmektedir.[352]

Bu bulguların aksine sosyo-ekonomik düzeyi düştükçe travma sonrası büyüme ve gelişmenin arttığı sonucunu elde eden çalışmalar da mevcuttur. Karancı ve Erkam'a göre sosyo-ekonomik düzeyi düşük bireylerin yaşam üzerinde kontrol eksikliği hissedebilecekleri ve bunun da travma sonrası büyüme ve gelişme puanlarını arttırabileceğini bildirmiştir. Bu bakış açısına göre travma sonrası gelişme bir kontrol mekanizması olarak işlev görmektedir.[353] Yapılan çalışmada söz konusu değişkenlerin analiz sonuçları ile örtüşen çalışmalar literatürde yer almasına rağmen genel bir kabul yapabilmek için farklı katılımcı gruplarıyla, ilgili değişkenin daha detaylı incelenmesi gerektiği düşünülmektedir.

---

[349] Fontana, Rosenheck, "Psychological Benefits and Liabilities of Traumatic Exposure in the War Zone", ss. 485-503; Updegraff vd., "Positive and Negative Effects of HIV Infection in Women with Low Socioeconomic Resources", ss. 382-94; Cordova vd., "Posttraumatic Growth Following Breast Cancer", ss. 176-85; Yılmaz, *Arama-Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrasi Büyüme ile ilişkili Değişkenler*.

[350] Linley, Joseph, "Positive Change Following Trauma and Adversity", ss. 11-21.

[351] Yorulmaz, Bayraktar, Özdilli, "Posttraumatic Growth in Chronic Kidney Failure Disease", ss. 2313-19.

[352] Mehmet Bostancı vd., "Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Sosyodemografik Özelliklerle ilişkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, c. 3, sy. 3 (2002), ss. 155-61.

[353] Ayşe Nuray Karancı, Aslı Erkam, "Variables Related to Stress-related Growth among Turkish Breast Cancer Patients", *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, c. 23, sy. 5 (2007), ss. 315-22.

F. Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme

Bu başlık altında travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği puanlarının çocuk sahibi olma durumuna göre dağılımı kontrol edilmiştir. Tablo 19'de çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -2 ile +2 sınır değerleri arasında yer aldığı ve normallik koşullarını sağladığı görülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmenin çocuk sahibi olma durumu değişkenine göre normal dağılım gösterdiği söylenebilir.[354] Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeği alt gruplarının çocuk sahibi olma değişkenine göre karşılaştırmasına yönelik bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır.

Tablo 19. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Çocuk Sahibi Olma Durumuna Göre Dağılımı

Bağımsız Değişken	Betimsel İstatistik	Değer
Çocuk Var	Ortalama	2,767
	Std Sapma	0,860
	Min	0,00
	Max	4,57
	Skewness	-,649
	Kurtosis	,770
Çocuk Yok	Ortalama	2,895
	Std Sapma	0,839
	Min	,62
	Max	4,57
	Skewness	-.318
	Kurtosis	-018

Tablo 19'de görüldüğü üzere çocuk sahibi olmayanların travma sonrası büyüme ve gelişme puanları ortalaması 2,895 iken çocuk sahibi olanların travma sonrası büyüme ve gelişme puanı ortalaması 2,767'dir.

Tablo 20. Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Puanının Çocuk Sahibi Olma Değişkeni Açısından İncelenmesi

Boyutlar	Çocuk	N	*X*	S.S.	*S.D.*	*t*	*p*
Travma sonrası Büyüme ve Gelişme	Var	297	2,767	0,826	393	-1,273	,204
	Yok	98	2,894	0,868			
Yaşam Felsefesinde Değişim	Var	297	2,625	0,963	393	-4,258	,00**
	Yok	98	3,146	1,123			
Benlik Algısında Değişim	Var	297	3,210	0,941	393	-0,078	,938
	Yok	98	3,219	0,953			
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Var	297	2,052	1,047	393	0,892	,373
	Yok	98	1,942	1,059			

[354] Tabachnick, Fidell, *Using Multivariate Statistics*, ss. 79-83.

*<.05:**<.01;Varyanslar homojen olduğunda kullanılan t değeri

Tablo 20'de katılımcıların travma sonrası büyüme ve gelişmelerinin çocuk sahibi olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini analiz etmek için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Sonuç olarak yaşam felsefesinde değişim alt boyutu ($t_{(393)=}$-4,258, p<,05) ortalamalarının çocuk sahibi olma değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Genel travma sonrası büyüme ve gelişme ortalamaları $t_{(393)}$=-1,273, p>0,05, benlik algısında değişim $t_{(393)}$=-0,078 p>0,05 ve başkalarıyla ilişkilerde değişim alt boyutları ortalamaları $t_{(393)}$=0,892, p>0,05 çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Tablo 20'de gruplara ait ortalama puanlar karşılaştırıldığında çocuğu olmayanların yaşam felsefesinde değişim ortalamasının ($\bar{X}$= 3,146), çocuğu olan katılımcıların ortalamasından ($\bar{X}$= 2,625) daha yüksek bir puana sahip olduğu görülmektedir.

Literatüdeki çalışmalar çocuk sahibi olma ile travma sonrası büyüme ve gelişmeyi ana değişkenler açısından değerlendirdiğinde çocuk sahibi olma durumu ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çocuk sahibi olan katılımcıların travmatik olay sonrasında çocuk sahibi olmayanlara göre daha yüksek büyüme gösterdiği rapor edilmiştir.[355] Bireylerin çocuk sahibi olmayla birlikte sevme kapasiteleri gelişerek merhamet duygularının artması koruyucu bir işlev görmekte ve travmatik olayla başa çıkmalarına ve büyüme göstermelerine katkı sağladığı düşünülmektedir. Analiz sonuçları çocuk sahibi olan kişilerin çocuklarıyla kurdukları bağla sevgi ve şefkat gereksinimlerini karşılayabilecekleri dolayısıyla travma sonrası tampon görevi görerek bireylerde büyüme ve gelişme ihtimalinin daha yüksek olacağı düşünülerek kurulan "*Çocuk sahibi bireyler daha yüksek seviyede travma sonrası büyüme ve gelişme göstermektedir*" şeklindeki 4-f hipotezini desteklememektedir. Mevcut çalışmadaki katılımcıların çocuk sahibi olma durumuna göre travma sonrası büyüme düzeyleri alanyazındaki çalışmalarla çelişir özellikte olduğu görülmektedir. Ancak çocuk sahibi bireylerin önemli bir miktar büyüme ve gelişmeyi gösterdikleri bu nedenle raporlanan gelişmenin çocuk sahibi olmayanlara göre daha az düzeyde kaldığı düşünülebilir. Bu bağlamda travma sonrası büyümenin çocuk sahibi olma durumuyla

[355] Ezgi Etişken Ayaltı, Seda Bayraktar, "Examination of Factors Related with Posttraumatic Growth in Infertile Individuals", *International Journal of Social Sciences and Education Research*, c. 3, sy. 4 (2017), ss. 1216-32.

ilgili ilişkisini değerlendirmek için farklı örneklemler üzerinde yapılacak çalışmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

IV. MANEVİ ZEKÂ TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİNE DAİR BULGULAR VE YORUMLAR

Manevi zekâ ve Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkisini incelediğimiz çalışmamızda ilk olarak travma sonrası büyüme ve gelişme ile manevi zekâ ilişkisi ele alınacaktır. Bu ilişkinin varlığı, yönü ve nedeni hakkında mevcut verilerle yorum ve değerlendirme yapmak amacıyla korelasyon ve regresyon analizleri yapılacaktır. İki değişken arasındaki ilişkinin miktarını ve yönünü bulmak amacıyla korelasyon katsayısı elde edilecektir.[356] -1 ile +1 arasında değişen korelasyon katsayısının negatif olması durumunda değişkenler arasındaki ilişkinin ters yönde olduğu diğer bir değişle bir değişkenin artmasının diğer değişkenin azalmasına neden olduğu söylenebilmektedir. Korelasyon katsayısının pozitif olması ise iki değişken arasındaki ilişkinin aynı yönde olduğunu göstermektedir. Bu durumda bir değişken artarken diğer değişken azalmaktadır. Korelasyon katsayısının 1,00'e yakınlaşması ilişkinin gücünün arttığını 0,00'a yaklaşması ise ilişkinin gücünün azaldığını göstermektedir.[357] Genel olarak 0,00 ile 0,30 arasındaki değerler düşük seviyede, 0,30 ile 0,70 arasındaki değerler orta seviyede ve 0,70 ile 1,00 arasındaki değerler yüksek seviyede bir ilişkiyi temsil ettiği kabul edilmektedir.[358]

Tablo 21. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Arasındaki Perason Korelasyon Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme (1)	1	,230**
Manevi zekâ (2)		1

**p<,01 * p<,05

Bu araştırmanın temel amacı doğrultusunda incelenen değişkenler arasındaki ilişkileri yorumlamak ve regresyon analizine katkıda bulunmak amacıyla basit doğrusal korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonucunda travma sonrası büyüme ve

[356] Şener Büyüköztürk, *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, 21.b., Ankara: Pegem Akademi, 2015, s. 32.
[357] Hamdi İslamoğlu, Ümit Alnıaçık, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, 6.b., İstanbul: Beta Yayınları, 2016, s. 352.
[358] Büyüköztürk, a.g.e., s. 32.

gelişme ile manevi zekâ arasında düşük düzeyde anlamlı pozitif yönde bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır (*r*=,23, p<,01). Bu sonuçlar, manevi zekâ düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyinin zayıf bir şekilde de olsa arttığını göstermektedir. Buradan hareketle "*Manevi zekâ ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır*" şeklindeki hipotez 1'in desteklendiği ifade edilebilir. Yapılan araştırmalar bu bulguyu desteklemektedir. Manevi zekâ ile yaşamın anlamı ve doyumu arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmaktadır.[359] Manevi zekâsı yüksek bireyler yaşamın anlamını daha yüksek düzeyde keşfedebilmektedir. Bir diğer araştırmada ortaya atılan manevi zekânın ruh sağlığını iyileştirici etkisi travma sonrası bireylerde gelişmeyi sağlayacak iyi oluşa katkı sağlamaktadır.[360] Bu ise zor yaşam olayları sonrasında bireye yaşama tutunmada destek olduğu söylenebilir. Kanser hastalarının manevi zekâ ve travma ile başa çıkma yöntemlerini inceleyen bir çalışmada katılımcıların problem odaklı başa çıkmadan ziyade kendi manevi inanç ve değerlerinden etkilenen manevi zekâ odaklı yöntemler kullandıkları bulunmuştur.[361]

Tüm bu verilerden hareketle manevi zekânın bireyin travma sonrasında yaşama tutunma ve gelişim gösterme noktasında kuvvetli bir araç olduğunu söyleyebiliriz. Manevi zekânın bireyin kimliğini esas alan boyutları travma durumlarında cevap üreterek işlevsel, ahlâklı ve erdemli kurallar çerçevesinde bireyin kendisiyle, yaşam felsefesiyle ve diğerleriyle ilişkilerinde gelişim göstermesini sağlayan en önemli parametrelerden biridir. Bu sonuçtan hareketle manevi zekânın bireysel iyi oluşu ve empatiyi destekleyerek kişinin önce kendisiyle sonra çevresiyle sağlıklı ilişki ve iletişimine imkân tanıyan, böylece travma zamanlarında bireyin duygusal ve psikolojik stres kaynaklarını azaltmaya yardımcı motivasyonel bir yapı olarak işlev görmesine olanak sağladığı söylenebilir.

---

[359] Aydın Söylemez, Mustafa Koç, Büşra Söylemez, "The Adaptation of Integrated Spiritual Intelligence Scale into Turkish", *Journal of Family Counseling and Education*, c. 1, sy. 1 (2016), ss. 18-24.

[360] Morteza Charkhabi vd., "The Effect of Spiritual Intelligence Training on the Indicators of Mental Health in Iranian Students: An Experimental Study", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 159 (2014), ss. 355-58.

[361] Mahboobeh Safavi vd., "Association between Spiritual Intelligence and Stress, Anxiety, and Depression Coping Styles in Patients with Cancer Receiving Chemotherapy in University Hospitals of Tehran University of medical science", *Journal of Cancer Research & Therapeutics*, c. 15, sy. 5 (2019), ss. 1124-30.

Tablo 22. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Alt Boyutları Arasındaki Perason Korelasyon Bulguları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
Yaşam Felsefesinde Değişim (1)	1	,680**	,385**	,212**	-,124**	,031	,024
Benlik Algısında Değişim (2)		1	,543**	,298**	,069	,250**	,093
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim (3)			1	,173**	,070	,222**	,027
Kendini Anlama (4)				1	,132**	,341**	,292**
İnsani Değerler (5)					1	,371**	,281**
Merhamet (6)						1	,245**
Vicdanlılık (7)							1

**p<,01 * p<,05

Tablo 22'deki manevi zekâ alt boyutları ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutları arasındaki korelasyon tablosu incelendiğinde iki değişkenin alt boyutları arasında pozitif anlamlı zayıf ilişkilerin varlığı görülmektedir. "*Manevi zekâ puanları ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiler anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır*" şeklindeki 5 numaralı hipotezin kabul edildiği söylenilebilir. Kendini anlama alt boyutu ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutlarının ilişkisi incelendiğinde, bireylerin kendilerini anlamaları arttıkça en çok benlik algısında değişimin görüldüğü ($r_{(395)}$=,298, p<,01) daha sonra yaşam felsefesinde değişimin gerçekleştiği ($r_{(395)}$=,212, p<,01) ve bu değişimi başkalarıyla ilişkilerinde değişimin ($r_{(395)}$=,173, p<,01) takip ettiği söylenebilir. Elde edilen bu sonuçlar, "*Kendini anlama ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*","*Kendini anlama ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*","*Kendini anlama ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki hipotez 5-a, 5-b ve 5-c'nin desteklendiğinin göstergesi olarak algılanabilir.

Bu sonuç literatüdeki çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Kendisini yargılamadan anlamaya çalışan bireylerin yaşadıkları olumsuz olayların ardından yaşam felsefelerinde, benlik algılarında ve başkalarıyla ilişkilerde pozitif yönde değişim sağladığı görülmektedir. Bu değişimi sağlayan temel durumların kendini kurban olarak görmeyi bırakarak "hayatta kalan" olarak değerlendirmesi, dünyaya, insanlara ve kendine güven duygusunun artması ve hissettiği duyguları daha açık bir iletişimle dile getirmesi olarak düşünülmektedir.

Bu çalışmalara ek olarak benzer çıkarsama yapılabilecek araştırmalara rastlanmıştır. Kendini anlamanın çıkış noktası sayılabilecek bilinçli farkındalık; bireylerin sıkıntı veren

duygu ve düşüncelere farkındalığını oluştururken dengeli olması ve bu duygu ve düşünceler ile özdeşmesi olarak tanımlanmaktadır.[362] Chopko ve Schwatz travma sonrası büyüme ve gelişme ile anlamlı ilişki içerisinde olan değişkenlerden en önemlilerinden birinin bilinçli farkındalık olduğunu bulgulamıştır.[363] Linley ve Joseph travma sonrası büyümeyi sağlayan farkındalığın olayı kontrol edebilmeyi sağlaması nedeniyle olduğunu vurgulamıştır.[364] Kanser hastaları örneklemiyle gerçekleştirilen bilinçli farkındalık temelli stres azaltım programıyla bilinçli farkındalığın travma sonrası büyümeyi kolaylaştırdığı saptanmıştır.[365] Farkında olma yeteneğinin değişmesiyle bireyler benliklerinde gelişme sağlamaktadır.[366] Bilinçli farkındalık olarak da ifade edilebilecek kendini anlaması yüksek olan bireylerin yaşam felsefelerinde olumlu gelişmeler kaydettikleri rapor edilmiştir.[367] Bilinçli farkındalığı yüksek olan bireylerin diğer insanlarla daha iyi ilişkiler kurduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır.[368] Bu nedenle çalışmada elde edilen sonuçların literatürdeki sonuçlarla uyumlu olduğu görülmektedir.

Literatürde bireyin kendine ilişkin inançlarında sarsılmanın travma sonrası büyümeyi aracı olarak etkilediği yönünde bulgular bulunmaktadır.[369] Kendini anlama ve şefkat göstermenin travmaya maruz kalmanın etkisini azalttığı bulunmuştur.[370] Kendisine anlayış ve şefkat göstermeyen bireylerin kendi ihtiyaçlarını reddettiği ve başkalarına karşı

[362] Kristin D. Neff, "The Development and Validation of a Scale to Measure Self-compassion", *Self and Identity*, c. 2, sy. 3 (2003), ss. 223-50.

[363] Brian Chopko, Robert Schwartz, "The Relation Between Mindfulness and Posttraumatic Growth: A Study of First Responders to Trauma-Inducing Incidents", *Journal of Mental Health Counseling*, c. 31, sy. 4 (2009), ss. 363-76.

[364] Joseph, Linley, "Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic stress", ss. 3-20.

[365] Eric L. Garland, "The Meaning of Mindfulness: A Second-Order Cybernetics of Stress, Metacognition, and Coping", *Complementary Health Practice Review*, c. 12, sy. 1 (2007), ss. 15-30.

[366] Netta Weinstein, Kirk W. Brown, Richard M. Ryan, "A Multi-method Examination of the Effects of Mindfulness on Stress Attribution, Coping, and Emotional Well-being", *Journal of Research in Personality*, c. 43, sy. 3 (2009), ss. 374-85.

[367] Kirk Brown, Tim Kasser, "Are Psychological and Ecological Well-Being Compatible? The Role of Values, Mindfulness, and Lifestyle", *Social Indicators Research*, c. 74 (2005), ss. 349-68.

[368] C. Daryl Cameron, Barbara L. Fredrickson, "Mindfulness Facets Predict Helping Behavior and Distinct Helping-related Emotions", *Mindfulness*, c. 6, sy. 5 (2015), ss. 1211-18; James Donald vd., "Does Your Mindfulness Benefit Others? A systematic Review and Meta-analysis of the Link between Mindfulness and Prosocial Behaviour", *British Journal of Psychology*, c. 110 (2018).

[369] Lawrence Calhoun, Richard Tedeschi, "The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations", *Psychological Inquiry*, c. 15 (2004), ss. 93-102; Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, 1997.

[370] Sarah-Jane Winders vd., "Self-Compassion, Trauma, and Posttraumatic Stress Disorder: A Systematic Review", *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 27, sy. 3 (2020), ss. 300-329.

patolojik endişe geliştirdiğiyle ilişkili sonuçlar bulunmuştur; bu da kişiler arası ilişkilerde duygusal zorluklara ve eksikliklere yol açmaktadır.[371]

Deci tarafından kavramsallaştırılan "gerçek benlik saygısı"; özerklik (bütünlük ve canlılık arama dürtüsü), yeterlilik (etkin sonuçlar elde etme dürtüsü) ve ilişkisellik (ilişkilerde ilgi, saygı ve bağ arama dürtüsü) gibi üç temel psikolojik ihtiyacın tatmininden ortaya çıkan bütünleşmiş sağlıklı bir benlik duygusudur.[372] Kendini anlama aynı zamanda benlik saygısının temel özelliği olarak kabul edilmektedir.[373] Ayrıca travma sonrası bireylerin kendilerini daha olumlu hissetmelerine, travma sonrasında olumlu değişikliklere daha fazla odaklanmalarını sağlayabilmektedir.[374] Bu ihtiyaçların karşılanmaması ile mevcut kısıtlamalar kişilik bütünlüğüne ve zor durumlarla başa çıkma becerisinin sürdürülmesine zarar vermektedir.[375] Sonuç olarak kendini anlamanın olumsuz sonuçlara karşı tampon oluşturmak suretiyle travma sonrasında olumlu değişiklikleri teşvik edebildiği söylenebilmektedir.

Kendini anlama teorisine göre, kendini tanımlama güdüsü kişiyi daha fazla özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma motivasyonuna yöneltmek için bilinçaltında mevcut bulunmaktadır.[376] Levesque, Copeland ve Sutcliffe kendini tanımlama güdüsünün bilinçaltı süreçlerini kavramsallaştırmıştır.[377] Önceki deneyimler bu motivasyon güdüsünü etkinleştirmekte ve düzenlemektedir. Kendini tanımlama güdüsü travma durumlarında otomatik bilinçaltı tepkileri olarak oluşmaktadır. Birey bu durumda aktif başa çıkma konusunda yeterlilik gösterebilmekte, kendi hayatında aktif rol oynayarak kontrolü ele alabilmekte ve öz güvenini arttırarak benlik algısında değişim

[371] Zach Gerber, Rami Tolmacz, Yonit Doron, "Self-compassion and Forms of Concern for Others", *Personality and Individual Differences*, c. 86 (2015), ss. 394-400.
[372] Paul A. Deci vd., "Computer Prediction of Serum Theophylline Concentrations in Ambulatory Patients", *Therapeutic Drug Monitoring*, c. 7, sy. 4 (1985), s. 421.
[373] Xuemin Wang, "Effect of Psychological Care on Emotional and Self-acceptance of Patients with Depression", *China Journal of Health Psychology*, c. 22, sy. 10 (2014), ss. 1522-24.
[374] Kyriaki Mystakidou vd., "Self-Efficacy and its Relationship to Posttraumatic Stress Symptoms and Posttraumatic Growth in Cancer Patients", *Journal of Loss and Trauma*, c. 20, sy. 2 (2015), ss. 160-70.
[375] Edward L. Deci, Richard M. Ryan, "Motivation, Personality, and Development within Embedded Social Contexts: An Overview of Self-determination Theory", *The Oxford handbook of human motivation*, Oxford library of psychology New York, NY, US: Oxford University Press, 2012, ss. 85-107.
[376] Chantal Levesque, Kelly J. Copeland, Rachel A. Sutcliffe, "Conscious and Nonconscious Processes: Implications for self-determination theory", *Canadian Psychology*, c. 49, sy. 3 (2008), ss. 218-24.
[377] Levesque, Copeland, Sutcliffe, "Conscious and Nonconscious Processes", ss. 218-24.

sağlayabilmektedir. Ayrıca benlik algısının değişimiyle birlikte yaşamda manevi anlamda farklı yönlere yönelebilmektedir.

Manevi zekâ yaklaşımı ilk olarak Stevens[378] tarafından ortaya atılmış ve daha sonra Emmons[379] tarafından geliştirilmiştir. Manevi zekâ, çevredeki dünyayla etkileşime ve koordinasyona yardımcı olan çeşitli bilişsel, davranışsal ve duygusal yönlerdeki gelişim düzeyini içeren bir tür uyum ve problem çözme yaklaşımıdır.[380] Bu zekâ türü gerçekliklerin maddi olmayan yönlerini öz farkındalığı aşan bir dizi zihinsel kapasite ile görmektedir. Bu zihinsel kapasitelerin faydaları arasında problem çözmeyi kolaylaştırması da yer almaktadır.[381]

King'in ortaya koyduğu modele göre manevi zekânın dört boyutu vardır. Birinci boyut eleştirel varoluşsal düşünme; varlığın, varoluşun, dünyanın, uzayın, zamanın ve diğer varoluşsal metafizik konuların gerçekliği üzerine düşünme yeteneğidir.[382] İkinci boyutu kişisel öz farkındalık; yaşamdaki amaç ve düzenin, varoluş nedeninin doğru anlaşılmasıdır. Üçüncü boyut aşkın farkındalık, aşkın benlik gibi kişinin en yüksek yönlerini tanıma yeteneğidir. Dördüncü boyut farkındalığı genişletmek, bilinçten daha yüksek duruma girme ve çıkma yeteneğini geliştirmek diğer bir değişle evrensel birliği deneyimlemektir.

Manevi zekâ, varoluşsal sorunların derinlemesine anlaşılması ve iç görü kapasitesidir. Bunlara ek olarak bu zekâ türü olaylara birden fazla perspektiften bakma, algı inanç ve davranış arasındaki ilişkileri tanıma kapasitesini oluşturmaktadır. Aynı zamanda ruhun aşkın olan ile ve diğer insanlarla ilişkisinin farkındalığını ifade etmektedir. "Ben kimim?", "Neden buradayım?", "Gerçekten önemli olan ne?" gibi soruların anlamı

[378] Richard Stevens, *Understanding the Self*, New York: Sage Publications, 1996, s. 50.
[379] Robert A. Emmons, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*, 1.b., New York, NY: The Guilford Press, 1999, s. 48.
[380] Rotimi A. Animasahun, "Intelligent Quotient, Emotional Intelligence and Spiritual Intelligence as Correlates of Prison Adjustment among Inmates in Nigeria Prisons", *Journal of Social Sciences*, c. 22, sy. 2 (2010), ss. 121-28.
[381] David B. King, "The Spiritual Intelligence Project: Extracting Cognitive Ability from the Psycho spiritual Realm.Kluwer Academic. Printed in Netherlands.", *Journal of Happiness Studies*, sy. 2 (2009), ss. 329-30.
[382] David Brian King, *Rethinking Claims of Spiritual Intelligence: A Definition, Model, and Measure*, (Yüksek Lisans Tezi), Applications of Modelling in the Natural and Social Sciences Program: Trent University, 2008, s. 85.

manevi zekâ ile keşfedilmektedir.[383] Wilber bilinci uyanıklık, rüya görme ve uyku halleri aracılığıyla sürdürülebilen bir fakındalık olarak tanımlamaktadır.[384] Gerçeği illüzyondan ayırt etme kapasitesine atıfta bulunan Seyid Hüseyin Nasr'a göre "Zekâ, mayanın perdesini delip geçen ve gerçekliği bu şekilde bilmeyi başaran ilahî bir armağandır."[385] Diğer bir ifadeyle manevi zekâ olayları bilinçdışının çarpıtmalarından uzak, oldukları gibi görülmesini sağladığı söylenebilir. Bunun sonucu olarak varoluşsal gerçeklik olan acı, ölüm gibi travmatik olaylar ve anlam arayışıyla bireyi yüzleştirmektedir. Manevi zekâ kendini anlama alt boyutunda yüksek puana sahip olan bireylerin travmatik olayları yaşamadan önce varoluşsal bir hazırbulunuşluk içerisinde oldukları söylenebilir. Bu hazırbulunuşlukla karşılaşılan olayları doğru bir şekilde anlamlandırılmak suretiyle olayın içinden geçerek büyümenin gerçekleştiği ifade edilebilir.

Bu veriler ışığında manevi zekâsı yüksek olan bireylerin kendilerini anladıkları, yaşadığı çevreyi ve olayları anlamlandırdıkları görülmektedir. Mevcut durumdan yüksek bir bilince geçerek olayları değerlendirme potansiyeli olan bu zekâ türü neticesinde bireyler travmatik olay olarak gördükleri durumların ötesinde yeni anlamlar keşfedebilmektedir. Bu keşifle yaşam felsefelerinde pozitif değişim meydana gelmekte ve gelişim görülmektedir. MS hastalarıyla yapılan bir çalışmada kendini anlama travma sonrası büyümenin boyutları olan manevi zekâ, zihinsel esneklik, olumsuz duygulanımın azaltılması, ruh halinin yenilenmesiyle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Kendini anlama yaşam felsefesinde değişimi gerçekleştirerek yaşam tatminini sağlamaktadır.[386]

Travmatik olay sonrasında kişinin utanç ve suçluluk duygusundan kaynaklanan içsel yüklemeler yapması kişinin kendisini değersiz görmesine neden olmaktadır. Toplumun standartları ile gerçek benlik çatışması durumunda bu utanç ve suçluluk duygusu artmaktadır. Travmaya maruz kalan bireyin kendisine odaklandığı bilinmektedir. Bu süreçte etkin problem çözme davranışı ve motivasyon sağlanmazsa konsantrasyon ve bilişsel bozukluklar meydana gelebilmektedir. Utanç ve suçluluk duygusu depresyon ve anksiyeteye varan bilişsel mekanizmaları tetiklemektedir. Yapılan çalışmalarda travma

[383] Frances Vaughan, "What is Spiritual Intelligence?", *Journal of Humanistic Psychology,* c. 42, sy. 2 (2002), ss. 16-33.
[384] Ken Wilber, "Bir Gelişimsel Bilinçlilik Modeli", *Ego Ötesi*, Istanbul: İnsan Yayınları, 2001, s. 45.
[385] Seyyid Hüseyin Nasr, *Bilgi ve Kutsal*, çev. Yusuf Yazar, İz Yayıncılık, 2022, s. 146.
[386] Zahra Nikmanesh, Lila Khosromehr, "Relationships of Shame, Guilt, and Self-compassion with Post-traumatic Growth among Multiple Sclerosis Patients, *Shiraz E Medical Journal*, c. 23, sy. 6 (2022).

sonrası büyüme ile bağlanma arasında aracı değişken olarak kendine dair inançlarda sarsılmanın temel değişken olduğu bulunmuştur.[387] Bireylerin zorlayıcı yaşam olayları sonrasında kendilerini eleştirmeden durumu kabul etmesi ve kendilerini anlamaları potansiyel koruyucu bir faktördür. Kendini anlama olumsuz olaylar karşısında dengeli duygusal tepkiler verilmesini sağlayarak üzüntü ve kaygı gibi olumsuz duyguları azaltmaktadır. Kendini anlayan bireylerin karşılaştığı bu durumu deneyimlemek için kendisini daha az suçlamasını sağlamaktadır.[388] Birey bilişsel sorgulamayla hayatında yapması gereken değişiklikleri fark ederek yaşam planını yeniden oluşturabilmektedir.[389] Bu açıdan bakıldığında temel inançların sorgulanmasının biliş-duygu süreçlerini etkilemesi nedeniyle travma sonrası büyüme mekanizmasını başlattığı söylenebilir.

Bireyin sorguladığı kendi güçlü ve zayıf yanları, yaşamın anlamı, gelecekten beklentileri, manevi inançları ya da kendine değer vermesi gibi değişkenlerin yanında yaşanılanların adalet açısından değerlendirilmesi, olayların kontrol edilebilirliği, diğer insanların düşünce ve davranışlarını anlama, çevresiyle ilişkilerinin nasıl olması gerektiğini anlama gibi sorgulamaların travma sonrası büyüme yaşantısı ile ilişkili olduğu kaydedilmiştir.[390]

Araştırma ölçeğinde kendini anlama alt boyutu maddeleri incelendiğinde kendi kararını verme (self-determination) yeteneğinin bu kapsamda değerlendirilebileceği söylenebilir. Kendi kararını verme kuramı, ilişkililik, diğerlerine ait olma, bağlılık duyguları yerine özerklik ve yeterliliği içeren, içsel ve dışsal motivasyonları tetikleyerek kendi kaderini tayin etmeye yol açan temel psikolojik ihtiyaçlardan birisi olarak kabul edilmektedir. Bu özellik sosyal ilişkilerde bencil olmayan özerkliğe ve yeterliliğe izin vermektedir. Kendi

---

[387] Calhoun, Tedeschi, "The Foundations of Posttraumatic Growth", ss. 93-102; Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, 1992, s. 45; Arnie Cann vd., "The Core Beliefs Inventory: A Brief Measure of Disruption in the Assumptive World", *Anxiety, Stress, and Coping*, c. 23, sy. 1 (2010), ss. 19-34, doi:10.1080/10615800802573013; Manolya Haselden, *Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Çeşitli Değişkenlerin Türk ve Amerikan Kültürlerinde İncelenmesi: Bir Model Önerisi*, (Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2014; Lindstrom vd., "The Relationship of Core Belief Challenge, Rumination, Disclosure, and Sociocultural Elements to Posttraumatic Growth"; Stefanie T. LoSavio vd., "Reports of Stress-Related Growth From Daily Negative Events", *Journal of Social and Clinical Psychology*, c. 30, sy. 7 (2011), ss. 760-85, doi:10.1521/jscp.2011.30.7.760.

[388] Paul Gilbert, Sue Procter, "Compassionate Mind Training for People with High Shame and Self-Criticism: Overview and Pilot Study of a Group Therapy Approach", *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 13, sy. 6 (2006), ss. 353-79.

[389] Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions*, 1992, s. 50.

[390] Derya Sebuktekin, *Travma Sonrası Büyüme, Temel İnançlarda Sarsılma ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, 2018, s. 52.

kaderini tayin etme yeterliliğinde olan bireylerin travma sürecinde veya sonrasında ortaya çıkan psikolojik ve sosyal sorunları kabul ettikleri dolayısıyla travma sonrası büyümeyi daha yüksek düzeyde deneyimledikleri varsayılabilmektedir.[391]

Literatürde kendini anlama alt boyutu puanlarının öz duyarlılık olarak değerlendirildiği çalışmalar bulunmaktadır. Öz duyarlılık, yaşadığı zorluklara açık olması bunların hoşgörülü, önyargısız bir şekilde kabul edilmesi olarak tanımlanmaktadır.[392] Öz duyarlılık, bireylerin deneyimlerini herkesin yaşayabileceği ortak insanlık deneyimleri olarak algılamasını sağlamaktadır. Travmatik bir olayın ortak insanlık deneyimi olarak algılanması zorlayıcı olay karşısında psikolojik sorunların yaşanmasını önleyebilmektedir.[393] Öz duyarlılığın yüksek olmasının psikolojik sağlığa katkı sağladığı bulunmuştur.[394]

Kendini anlama alt boyutu ile benlik dönüşümü arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Benlik farkındalığı benliği dönüştürmenin yarısı olarak kabul edilmektedir. Arınmanın, dönüşümün ve gelişimin gerçekleşebilmesi için bireyin kendisini tanıması gerekmektedir.[395] Benlik algısındaki değişim kötünün nasıl tanımlandığı ve kötülük karşısında nasıl tepki verilebileceğinin keşfedilmesiyle başlamaktadır. Bu baş etme deneyimi diğer olaylarla baş edebileceği güvenini de sağlamaktadır.[396]

---

[391] Younghui Hwang, Kyoungok Min, Jihyun Oh, "Influence of Self-Determination and Social Support on Post-Traumatic Growth among Living Kidney Donors: A Cross-Sectional Study: *Medıcına-Lıthuanıa*, c. 58, sy. 9 (2022), s. 1155.

[392] Neff, "The Development and Validation of a Scale to Measure Self-compassion", ss. 223-50; Kristin Neff, Pittman McGehee, "Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults", *Self and Identity*, c. 9 (2010), ss. 225-40; Kristin D. Neff, Roos Vonk, "Self-Compassion versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself", *Journal of Personality*, c. 77, sy. 1 (2009), ss. 23-50.

[393] Laura K. Barnard, John F. Curry, "Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions", *Review of General Psychology*, c. 15, sy. 4 (2011), ss. 289-303; Antonia Seligowski, Lynsey Miron, Holly Orcutt, "Relations Among Self-Compassion, PTSD Symptoms, and Psychological Health in a Trauma-Exposed Sample", *Mindfulness*, c. 6 (2014), ss. 1033-41.

[394] Neff, Vonk, "Self-Compassion versus Global Self-Esteem", ss. 23-50.

[395] Robert Frager, *Aşktır Asıl Şarap*, çev. Ömer Çolakoğlu, Gelenek Yayıncılık, 2004, s. 4.

[396] Katherine B. Carnelley vd., "The Time Course of Grief Reactions to Spousal Loss: Evidence from a National Probability Sample", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 91, sy. 3 (2006), ss. 476-92; Lawrence G. Calhoun, Richard G. Tedeschi, "Positive Aspects of Critical Life Problems: Recollections of Grief", *Omega: Journal of Death and Dying*, c. 20, sy. 4 (1990), ss. 265-72.

Kendi *can potansiyeline* ulaşan insan aynı zamanda bu parçasından küllî olanı müşahede edebilecektir.[397] İnsanın kendini tanımasıyla Rabb'ini tanıması arasındaki bağlantı bu durumu ifade etmektedir. Gizli ve ilahî "ben"in ortaya çıkması sonucunda bireyin algısal kapasitesi değişmektedir.[398] *Can potansiyelinin* ortaya çıkarılmasının, Allah'a en yakın melek olduğu bildirilen Cebrail'den daha ileri noktaya insanı taşıyacağı miraç sembolizmi içerisinde ifade edilmektedir.[399] Bireyin benliğinde meydana gelen değişmenin nihaî amacı değişken mahiyetteki kişiliğin sınırlarını *ebedî ben* doğrultusunda potansiyeline uygun bir yapıya dönüştürmektir. Yaşanan zorluklar sonrasında *ebedî ben*'nin yetileri işlevselleştirilebilirse; insan ile evrensel dinamikler arasında birlik ve koordinasyonu sağlayacak his değişimi ve algı kapasitesinin gelişeceği ön görülmektedir.[400] İnsan, travmatik olaylardan sonra gerçekleşen aydınlanma sayesinde bilincin şartlandırılmış sınırlandırmalarından kurtulmaktadır. Bu değişimin sonrasında birey kendisine ve evrene dair görünenin ötesinde geçebilecektir. Mevlânâ bu algı değişimini şu dizelerle ifade etmektedir:

"Öyle bir an olur ki insanın görüş duygusu, ibret sahibi olur da gayb perdesinden bile geçer.

Duyguları, perdeyi aştı mı artık birbiri ardına aralıksız görür ve duyar olur."[401]

Deneyimlenen *ebedî ben* ile yeni bilinçlilik durumunda ve hislerde sıra dışı deneyimler yaşanabilmektedir. Tasavvufta hâl olarak tanımlanan bu durumlarda birey yıllarca çalışmalar sonucu elde edebileceği bilgileri çok kısa sürede kavrayabilir.[402] Bu deneyimler; yüksek duygu ve kavrayış zenginliğine sahip bir zihin yapısı; zamanın ve mekânın farklı algılanışı, bütüncül evren-insan algısı, kâinatın mükemmel olduğunu

[397] Lynn Wilcox, *Sufizm ve Psikoloji*, çev. Orhan Düz, İstanbul: İnsan Yayınları, 2001, s. 159.
[398] Arthur J. Deikman, "Sufizm ve Psikiyatri", *Sufi Psikolojisi*, ed. Kemal Sayar, İstanbul: İnsan Yayınları, 2000, s. 128.
[399] Mevlana, *Mesnevi*, ed. Abdülbaki Gölpınarlı, çev. Veled Çelebi İzbudak, Doğan Kitap, 2012 b. 1887-90.
[400] Wilcox, *Sufizm ve Psikoloji*, ss. 102-3.
[401] Mevlana, *Mesnevi*, 2012 b. 1921-2.
[402] Richard M. Bucke, John White, "Kendilik/Self Bilincinden Kozmik Bilince", *Aydınlanma Nedir*, İstanbul: Ayna Yayınevi, 2017, s. 37.

hissetme gibi durumlardır.[403] Bu his değişimi yeni bir duygu ve davranış örüntüsünden oluşan yeni bir kişiliğe dönüşme ile sonuçlanmaktadır.[404]

Kendini anlama ilk aşamada sosyallikten uzaklaşarak içe dönme olarak düşünülse de bu durumun aslında dışa yönelmek için gerekli temel aşama olduğu söylenebilir. Schumacher bu konuda şu değerlendirmeyi yapmaktadır: "Kendini bilme ile uğraşan bir insanı, topluma sırtını dönmekle suçlamak, korkunç bir hatadır. Bunun tersi, doğruya daha yakındır. Kendi ile ilgili bilgi aramayan insan, toplum için bir tehlike olarak kalır; çünkü diğer insanların söylediği veya yaptığı her şeyi yanlış anlar ve bizzat kendi yaptığı birçok şeyin önemini kavramaksızın kendinden habersiz sahte bir mutluluk içinde yaşar."[405]

Mevlânâ, kendi varlığına odaklanmak yerine sorunun kaynağını dış tedbirlerle çözmeye çalışanların durumunu, Firavun'un başına geleceklerden kurtulmak için yaptığı beyhude çabaya benzetir. Firavun gibi yanlış bir metota yönelmemek için bireyin projeksiyonlarını öncelikle kendisine çevirmesi gerektiğini vurgulamaktadır. İnsan, kendi içine yönelik anlayışını derinleştirdikçe, içinde var olan sorunlu dürtü ve duygularla karşılaşır.[406] Önce kendini anlayan, kusurlarını fark eden ve bu kusurlarını telafi ederek kendi varlığını değerli bir hale getiren kişi yaşadığı imtihan olarak değerlendirilebilmekte ve olayların onu liyakat sahibi haline getirmesini hedeflediğini bilmektedir. Bunun sonucu olarak da ilahî kanunların sonucu olarak karşılığının neticesiz kalmayacağına inanması beklenmektedir. Yaşadığı zorlayıcı yaşam olaylarında çevresini suçlamayan ve sorumluluğu kendinde tutarak gerekli eksikliklerini gideren kişinin başkalarıyla yaşadığı

---

[403] Roger N. Walsh, Frances Vaughan, *Ego Ötesi*, çev. Halil Ekşi, İstanbul: İnsan Yayınları, 2001, s. 59 Maslow yukarıda zikredilen bu hâllerin, tüm kendini aşan mistiklerde ortak birer deneyim olduğunu ifade eder. Doruk deneyimler/peak experiences diye nitelediği bu tecrübelerin özelliklerine ilişkin îzahı hakkında geniş bilgi için bkz. (Abraham H. Maslow, Religions, Values and Peak Experiences, Columbus, OH: Ohio State University Press, 1964). İnsanın deneyimleyebileceği bu üst düzey bilinç durumu ve özellikleri hakkında geniş bilgi için ayrıca bkz. W. Bucke, "From Self to Cosmic Consciousness", The Highest State of Consciousness, edit.: J. White, Garden City, NY: Doubleday, 1972; C. D. King, The States of Human Consciousness, New York: Unity Books, 1963.

[404] Evelyn Underhill, John White, "Bütünleşmiş Yaşam", *Aydınlanma Nedir*, İstanbul: Ayna Yayınevi, 2017, s. 92.

[405] Ernst Friedrich Schumacher, *Aklı Karışıklar İçin Kılavuz*, çev. Mustafa Özel, 3.b., İstanbul: Küre Yayınları, 2018, s. 147.

[406] C. G. Jung insanî şuurdışının bu karanlık ve yıkıcı yönüne "gölge/shadow" demektedir. Gölge, insanın kötülüğe eğilimli yönüdür. Jung, gölgenin bir kısmının, bastırılmış duygular şeklinde kişinin kendi bilinçaltında olduğunu söylerken bir kısmının da ortak bilinçaltında olduğunu belirtir. Jerry M. Burger, *Kişilik/Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*, çev. İnan Deniz, Erguvan Sarıoğlu, İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2021.

ilişkilerde gelişme göstereceği söylenebilir. Yapılan bir çalışmada bu bulguyu desteklemektedir. Kendini anlayan bireylerin sosyal etkileşimlerine olumlu katkı sağladığı kaydedilmiştir.[407] Gürcistan'da ülke içinde yerinden edilmiş aileler üzerinde yapılmış çalışmada kişilik eğilimleri olarak iyi oluş bileşenleri olan iyimserlik, mutluluk, benlik saygısı ile manevi zekânın travma sonrası büyümeyi yordayan bileşenler olduğu kaydedilmiştir.[408]

Tablo 22 incelendiğinde insani değerler ile yaşam felsefesinde değişim arasında ($r_{(395)}$=-,124, p<,01) anlamlı zayıf negatif bir ilişkinin varlığı görülmektedir. İnsanî değerler arttıkça yaşam felsefesinde değişimin zayıf bir şekilde de olsa azaldığı söylenebilir. Bu sonuçlar "*İnsani değerler ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-d hipotezini desteklememektedir. Ancak bu sonuç literatürde yapılan araştırma sonuçları ile açıklanabilmektedir. Araştırma sonuçlarına göre alçak gönüllülük, bilgelik ve nezaket gibi hareket eden bireyler zorlu yaşam olaylarıyla daha iyi başa çıkabilmektedir.[409] Bu ise travma ile mücadele edebilen bireylerin travma sonrası daha az büyüme ve gelişme göstermesi anlamına gelmektedir. Travma sonrası büyüme ve gelişme gerçekleşen bireylerde dengeli, şefkatli, merhametli ve kabullenici olma gibi özelliklerin arttığı bilinmektedir.[410] Bu özelliklere sahip olan bireylerde travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyinin daha az çıkmasının beklenilen bir durum olduğu söylenebilir.

Tablo 22 incelendiğinde insani değerler ile benlik algısında değişim ($r_{(395)}$=,069, p<,01) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($r_{(395)}$=,070, p<,01) arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı görülmemektedir. Bu sonuçlar "*İnsani değerler ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" ve "*İnsani değerler ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-e ve 5-f hipotezlerinin desteklenmediğini göstermektedir. İnsani değerlerin tüm dinlerde teşvik edilmesinden ve gelişimi hedefleyen metodolojilerin desteklemesinden hareketle insani değerlerdeki artışın travma sonrası büyüme ve gelişmeyi arttıracağını öngörmüştük. Çünkü ahlâkî

[407] Nikmanesh, Khosromehr, "Relationships of Shame, Guilt, and Self-compassion with Post-traumatic Growth among Multiple Sclerosis Patients". c. 23, s. 6, e112212.

[408] Mariam Panjikidze vd., "Posttraumatic Growth, Personality Factors, and Social Support Among War-Experienced Young Georgians", *Psychological Reports*, c. 123, sy. 3 (2020), ss. 687-709.

[409] Taj Kumar, S. Pragadeeswaran, "Effects of Occupational Stress on Spiritual QuotientAmong Executives", *International Journal of Trade, Economics and Finance*, 2011, ss. 288-92.

[410] Sidney Zisook, S. Allen Zisook, "Death, Dying and Bereavement", *Kaplan and Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry*, ed. Benjamin J. M. D. Sadock, Virginia A. M. D. Sadock, Harold I. Kaplan, Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2005, ss. 2367-93.

değerler bireyi daha iyi ve güzel işler yapmaya güdülemekte ve insanın çevresi ve Yaratıcısı ile ilişkisinin daha iyimser bir hale getirilmesine katkı sağlamaktadır. Araştırmamızda insanî değerler ile benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış olması travma sonrası büyüme ve gelişme için ihtiyaç duyulan stres faktörünün önemini vurgulamaktadır.[411] Başkalarının ihtiyaçlarına duyarlı, gelişimine katkı sağlayan, evrenin varoluşunun temel sorunları hakkında düşünen bireylerin karşılaştıkları zorlukları bir travma olarak görmemeleri bu stres faktörünün oluşmasını engellemektedir. Yaşanılan zorluklarla barış içerisinde olan bireyin travma sonrası ve öncesi arasında bir değişimin olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 22'de merhamet alt boyutuyla yaşam felsefesinde değişim arasındaki ilişki incelendiğinde merhamet ile yaşam felsefesinde değişim arasında ($r_{(395)}$=,031, p>05) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Elde edilen bulgulara göre "*Merhamet ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-g hipotezi desteklenmemektedir. Bu sonuçlar bireylerin manevi zekâlarını aşırı geliştirirken diğer işlev alanlarını ihmal ettiğinin bir göstergesi olabilir. Kişinin yaşamıyla ilgili değişiklikleri etkin bir şekilde gerçekleştiremeyecek kadar manevî hale gelmesinde bir tehlike söz konusu olduğu ifade edilebilir.

Merhamet alt boyutu ifadeleri incelendiğinde bireyin kendisinden çok diğerlerinin önceliklendirildiği görülmektedir. Psikolojik ve kişisel işlevsellikteki sorunlar belirli unsurların gelişimindeki dengesizlikten ya da diğer konuları ihmal etme pahasına bazı unusurlara özel ilgi göstermesinden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle çok merhametli olmanın da dezavantajı olabilmektedir. Bu gibi unsurlardaki aşırılıklar ve duygusal istikrarsızlık, temel karakter bozuklukları veya manevi zekâyı yüce bir yöne sevk edememe ile birleştiğinde uyum bozucu hale gelebilmektedir.

Merhamet alt boyutu ile benlik algısında değişim arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişki ($r_{(395)}$=,250, p<,01) olduğu söylenebilir. Bu bulgu "*Merhamet ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-h hipotezini desteklemektedir.

[411] Lawrence G. Calhoun vd., "Positive Outcomes Following Bereavement: Paths to Posttraumatic Growth", *Psychologica Belgica*, c. 50, sy. 1-2 (2010), ss. 125-43; Linley, "Positive Adaptation to Trauma", ss. 601-10.

Maslow insanın bilinen benlik alanının ötesine geçmesini, kendini gerçekleştirmenin de üzerinde bir düzey olduğunu kabul etmektedir.[412] V. Frankl insanın var oluşunun gerçek amacını, kendi varoluş sınırları içerisinde kalarak bulmasının mümkün olmadığını belirtmektedir.[413] Mevlânâ benlik dönüşümünü "Allah, müminlerden, nefislerini ve mallarını cennet mukabilinde satın aldı"[414] ayetiyle değerlendirmektedir. Yaşamın gayesi insanın özündeki can potansiyelini çıkarmak ve olgunlaştırmak olarak kabul edilmektedir. İnsanın değişim ve gelişiminin ilahî bir lütuf olduğunu belirten Mevlânâ'ya göre zaman, bu lütuf meyvelerini örtüp gizleyen yapraklar gibidir. Ürün insanın elinde mevcuttur, ancak ürünün meydana geldiği zaman unutulmuştur.[415] Yaşanan her travmatik olayla bu dünyanın geçiciliği hatırlanmakta asıl kaynağa yönelerek özünü bulması beklenmektedir. Yine benlik dönüşümünün yaşanması için kişinin benliğinin tüm unsurlardan arınması gerekmektedir. Benlikteki arzu ve heveslerden arınmaması benliğin özünü görmesi önündeki en büyük engel ve bağ olarak kabul edilmektedir.[416] Manevi zekânın alt boyutu olan merhamete ait maddelerin katılımcıların alan varoluştan veren varoluşa geçme düzeylerini puanladığı söylenebilir. Benlik dönüşümü için gerekli olan benliği arındırmanın bu aşamada gerçekleştiği görülmektedir.

Psikolojide benlik, kişilik, kendilik, id gibi kavramlarla ifade edilirken tasavvufta nefs kavramı çok yönlü ve boyutlu bir kavram olarak kullanılmaktadır. Tasavvufta nefsin tezkiyesi olarak tanımlanan benliğin arındırılması aşamasını kalbin tasfiyesi takip etmektedir.[417] Çünkü sadece benlik değil bilincin de dönüşümü sağlanmaktadır. Bilincin gelişimi ruhsal gelişimin ilerleme aşamalarını temsil eden makamları oluşturmaktadır.[418] Benliğin temizlenerek ilahî olana dâhil olması demek zihne ait bilgiden kalbe ait olan bilgiye geçmesi olarak ifade edilebilir.[419] Yaşamın bireyin benliğindeki negatifliklerden kurtulma yani varlığının kaybolması (fenâ) ve hayatın olumlu yönleriyle birleşerek yeni

[412] Walsh, Vaughan, *Ego Ötesi*, s. 60.
[413] Frankl, a.g.e., s. 99.
[414] El-Tevbe 9/11.
[415] Mevlana, *Mesnevi*, 2012 b.1795-1805; Ayrıca bkz Mevlana, *Mesnevi*, 2012 b. 1819-23.
[416] Osman Nuri Küçük, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, (Doktora Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007, s. 66.
[417] Tuncay Aksöz, "İnsan Benliğinin Arınması", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 17, sy. 31 (2015), ss. 81-101.
[418] Kemal Sayar, "Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?", *Sufi Psikolojisi*, İstanbul: İnsan Yayınları, 2004, ss. 11-40.
[419] Mahnaz Anissian, *Eros in Sufism: Journey to Mystical Love*, (Doktora Tezi), USA: Pacifica Graduate Institute, 2005, s. 43.

bir benlik kazanması (bekâ) olarak iki temel hedefi bulunmaktadır.[420] Bu kişiliksizleşme (depersonalizasyon) olmanın aksine doyumsuzluk, nefret ve dirençlerden oluşan sahte benliğin çözülmesi olarak kabul edilmektedir. Analitik psikolojide Jung'un bireyleşme olarak ifade ettiği süreçten farkı evrensel benlik kavramı yerine ilahî öz (can) ile bütünleşmektir.

Mevlânâ'ya göre "Her an gayb âleminden (insana) yeni can (ve fuyuzât) erişir ve ten cihanından çık nidası gelir."[421] Ancak insan benlik engelinden dolayı bu nidaları duyamamaktadır. Mevlânâ bu nidanın insanın derinlerinde bulunan can aslını hatırladığını ve bunu insana hatırlattığını belirtmektedir. Bu mesajı doğru alanlar öz benliklerine yönelerek yaşamın anlamına ulaşırlarken; alamayanlar, benliklerinin arzu ve heveslerini gidermek için farklı arayışlara girebilmektedirler. Benliğin arzu ve isteklerini aşarak gelişim sağlatan en temel duygu merhamet duygusudur. Merhamet duygusuyla kendi benliklerini aşan kişiler, kaldırılan perdeler ile bilinçdışındaki bilgilere doğrudan ulaşmaktadırlar.[422] İslam'da tevhid bilinci olarak tanımlanan şuurla, problemleri çözecek seviyeye ulaşmaktadırlar.[423] Merhamet ile benlik mülksüzleştirilerek bireyin varlığı Tanrı'nın varlığı ile aynı hizaya getirildiği söylenebilir.[424]

Benliğin arınma sürecinde Mevlânâ'ya göre bireyin en büyük yardımcısı yaşamda karşılaşılan olumsuzluklar, dertler ve ıstıraplardır. Bu nedenle tüm zorlayıcı yaşam olayları benlikteki olumsuzlukları temizlemek suretiyle onu geliştirerek ebedî aslına yakınlaştıran rahvan ata benzetilmektedir. Ancak kişinin başına gelen musibetlerden, çektiği ıstıraplardan ders alması zahmetin ardındaki nimeti görebilecek sabır ve öngörüye sahip olmasına bağlıdır. Diğer bir ifadeyle kalbî bir meleke olan manevi zekâsını işlevsel olarak kullanabilmesiyle ilgilidir. Bu meleke işlevsel olmayıp atıl bir durumdaysa Mevlânâ kalbin bu melekesini zikirle canlandırılması gerektiğini ifade etmektedir.[425]

---

[420] Anissian, *Eros in Sufism: Journey to Mystical Love*, s. 179.
[421] Mevlana, *Mesnevi-i Şerif Şerhi*, çev. Ahmed Avni Konuk, İstanbul: Kitabevi Yayınları, 2005, c. II, s. 96 b. 2260.
[422] Sayar, "Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?", s. 15.
[423] Amelia Pryor, *The Practice and Experience of Inner Jihad (Effort or Striving) in Contemporary Islamic Sufism*, (Doktora Tezi), California: California Institute of Integral Studies, 2002, s. 69.
[424] Oliver Davies, *Theology of Compassion by Oliver Davies*, 2001, s. 252.
[425] Küçük, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, s. 95.

Tablo 22'de merhamet duygusunun yüksek olduğu bireylerde travma sonrası başkalarıyla ilişkilerin zayıf bir şekilde ancak pozitif anlamlı olarak arttığı ($r_{(395)}$=,222, p<,01) görülmektedir. Bu sonuca göre "*Merhamet ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-ı hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Merhametin travma sonrası büyümeyi arttırdığı gibi travma sonrası büyümenin de merhamet duygusunun da arttığı sonucuna ulaşılmıştır.[426] Yardım etme davranışının iki temel güdüsü olduğu kabul edilmektedir. Birincisi kişinin yardım ettiği kişilerle empati kurması ve kendisine şükran duyulmasına dayanan güdüdür. İkincisi ise başkalarına yardım etme arzusuyla kişinin kendi gücünü arttırma güdüsüdür.[427]

Göç ve göç sonrası yaşamda kalma ve uyum süreci incelenen bir çalışmada katılımcıların kişisel yapılarında, yaşam felsefelerinde olumlu değişimler yaşadıkları, merhametli olma, pozitife odaklanma, dayanıklı yapıya sahip olma, iyi zamanları fark etme ve yeni yaşam fırsatları deneyimleme düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir. Birey artan merhamet duygusuyla varoluşsal sorularla yüzleşmeye hazır hale gelmekte ve travma sonrası büyümeye katkıda bulunmaktadır.[428] Merhametin iyimserlik ile benzer özellik gösterdiği ve travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenler olduğu belirlenmiştir.[429] Kanser tedavisini tamamlamış kadınlarla yapılan bir çalışmada travma sonrası büyüme ile gönüllülük faaliyetleri arasında yüksek düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir.[430] Ciddi bir hastalığı atlatmış bireylerin diğer insanlara karşı artan şefkatleri ile daha derin bir şekilde anladıkları ve destekledikleri kaydedilmiştir.[431]

Manevi zekânın kalbin zekâsı olduğunu söyleyen çalışmalar bulunmaktadır. Kalbin etkinleşmesiyle mevcut duygular yoğunlaşarak merhamet, hoşgörü gibi duygular

[426] Annick Shaw, Stephen Joseph, P. Alex Linley, "Religion, spirituality, and posttraumatic growth: A systematic review", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 8, sy. 1 (2005), ss. 1-11.

[427] Chiara Ruini, Francesca Vescovelli, "The Role of Gratitude in Breast Cancer: its Relationships with Post-traumatic Growth, Psychological well-being and distress", *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, c. 14, sy. 1 (2013), ss. 263-74.

[428] Figen Kasapoğlu "Examining the Relationship between Fear of COVID-19 and Spiritual Well-being", ss. 341-54.

[429] Gabriele Prati, Luca Pietrantoni, "Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Journal of Loss and Trauma*, c. 14, sy. 5 (2009), ss. 364-88.

[430] Miri Cohen, Maya Numa, "Posttraumatic Growth in Breast Cancer Survivors: A Comparison of Volunteers and Non-Volunteers", *Psycho-Oncology*, c. 20, sy. 1 (2011), ss. 69-76.

[431] Morris vd., "Multidimensional Nature of Posttraumatic Growth in an Australian Population", ss. 575-85.

oluşmaktadır. Bu duygular ile günlük alışılmış bilinç düzeyinden (GABD) üst bilinçdışı alanına geçilebilecek ve kişi hırs, öfke, gurur gibi duygulardan uzaklaşacaktır. Ayrıca üst bilinç dışı alanında kişi kendisine ve çevresine yukarıdan bakabildiği bütünsel bir görüş haline ulaşmaktadır. Yaşanılan olayları "seyirci koltuğundan" izleyebilme yeteneği kişinin hayatında gerekli düzenlemeler yapmasına yardımcı olabilmektedir. Ne var ki bu deneyim kısa sürmekte ve günlük alışılmış bilinç düzeyine geri dönülmektedir. Bununla birlikte, bireylerin önceki durumlarından az da olsa farklılaşmış bir üst düzeye çıkmış oldukları görülmektedir.[432]

Manevi zekâ, kalbi ve zihni bütünleştirerek bireylerin affetmenin gücünü fark etmeleri suretiyle sevgi verme ve alma kapasitelerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır. Manevi zekâ ile yakın ilişkilerdeki hataların düzeltilerek öğrenilmesine sonraki seçimlerin daha doğru yapılmasına katkı sağladığı söylenebilir.[433]

Tablo 22 vicdanlılık alt boyutu ile travma sonrası büyüme ve gelişme korelasyon tablosu incelendiğinde, vicdanlılık ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r_{(395)}$=,024, p>,05) olmadığı görülmektedir. Elde edilen bu sonuç "*Vicdanlılık ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki hipotez 5-j'nin desteklenmediğinin göstergesi olarak düşünülebilir. Vicdanlılık ile benlik algısındaki değişim arasında ($r_{(395)}$=,093, p>,05) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Buna göre "*Vicdanlılık ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-k hipotezinin desteklenmediği ifade edilebilir. Vicdanlılık ile başkalarıyla ilişkilerde değişim ($r_{(395)}$=,027, p>,05) arasındaki ilişki incelendiğinde "*Vicdanlılık ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-l hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Vicdanlılık duygusunun travma sonrası bireyin kendine ve başkalarına karşı duygu düşüncelerinde farklılık oluşturacağı ön görülerek travma sonrası büyüme ve gelişmeyi arttıracağı öngörülmüştü. Araştırmada bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamış olması çok manidar gözükmektedir. Yapılan çalışmalarda vicdanlılık ile

[432] Merter, a.g.e., ss. 98-99.
[433] Vaughan, "What is Spiritual Intelligence?", s. 29.

travma sonrası büyüme ve gelişme arasında pozitif ilişki olduğu ortaya konulmuştur.[434] Kanser hastalarıyla yapılan çalışmalarda vicdanın temel bileşenleri olan olumlu yaklaşım, mesafe koyma, kendini kontrol etme, sorumluluk alma değişkenlerinin travma sonrası büyümeyi yordadığı görülmüştür.[435] Mairean kişilik faktörlerinin büyümeyle ilişkisini incelediği çalışmasında vicdanlılık ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında pozitif ilişki bulmuştur.[436] Kişilik özelliklerinden dürüstlük, tevazu ve dışadönüklülük ile vicdanlılığın travma sonrası büyüme ve gelişme ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.[437] Bunun sonucunda daha az depresyon[438] daha fazla umut[439] daha iyi kişisel sağlık değerlendirmesi[440] ve kişiler arasında ilişkilerde daha fazla refah ile ilişkili olduğu kaydedilmiştir.[441]

Manevi zekânın rasyonel zekâyı aşan, bilinçdışının en üst seviyesi olarak görülen yanı gönül olarak adlandırılmaktadır.[442] Schuon bu zekânın özel bir sezgisel derinliğinden bahsetmektedir.[443] Bu açıdan dezenformasyona uğramamış gönlün bir durumun iyi mi kötü mü olduğu hususunda isabetli karar vereceği "Müftüler sana kesin fetva verseler bile sen kalbine danış" hadisine iktibâs edilebilir.[444] Gönlün bu işlevi vicdanın sesi olarak ifade edilebilir. Ancak vicdanın doğru çalışması için gönlün oluşturulması gerekmektedir. Gönlün oluşturulması bu dünya için gerektiği gibi ebedi yaşam için de gerekmektedir.

---

[434] Nadia Garnefski vd., "Post-Traumatic Growth After a Myocardial Infarction: A Matter of Personality, Psychological Health, or Cognitive Coping?", *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, c. 15, sy. 4 (2008), ss. 270-77; Aiman Javed, Saima Dawood, "Psychosocial predictors of post-traumatic growth in patients after myocardial infarction", *Pakistan Journal of Psychological Research*, c. 31, sy. 2 (2016), ss. 365-81.

[435] Y. Sinem Üzar Özçetin, Duygu Hiçdurmaz, "Posttraumatic Growth and Resilience in Cancer Experience (Kanser Deneyiminde Travma Sonrası Büyüme ve Psikolojik Sağlamlık)", c. 9 (2017), ss. 2-2.

[436] Cornelia Mairean, "The Relationship Between Secondary Traumatic Stress and Personal Posttraumatic Growth: Personality Factors as Moderators", *Journal of Adult Development*, c. 23 (2016).

[437] Naser Aghababaei, Agata Błachnio, Masoume Aminikhoo, "The Relations of Gratitude to Religiosity, Well-being, and Personality", *Mental Health Religion & Culture*, c. 21 (2018), ss. 408-17; Naser Aghababaei, Mohammad Taghi Tabik, "Gratitude and Mental Health: Differences between Religious and General Gratitude in a Muslim Context", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 16, sy. 8 (2013), ss. 761-66.

[438] Neal Krause vd., "Gratitude to God, Self-Rated Health, and Depressive Symptoms", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 53 (2014).

[439] Neal Krause, Robert A. Emmons, Gail Ironson, "Benevolent Images of God, Gratitude, and Physical Health Status", *J Relig Health*, sy. 54 (2015), ss. 1503-19.

[440] Krause vd., "Gratitude to God, Self-Rated Health, and Depressive Symptoms".

[441] Rosmarin vd., "Grateful to God or Just Plain Grateful?", ss. 389-96.

[442] Kemal Sayar, *Sufi Psikolojisi*, 10.b., İstanbul: Timaş Yayınları, 2016, s. 15.

[443] Frithjof Schuon, *İslam ve Ezeli Hikmet*, çev. Şahabettin Yalçın, 2.b., İstanbul: İz Yayıncılık, 2013, s. 21.

[444] İmam Nevevi, *Riyazü's Salihin*, ed. Muhammed b. Salih Useymin, İstanbul: Guraba Yayınları, 2014, c. II, ss. 402-3 hadis no: 587 ve 588.

İnsanın dünyada imtihan sürecinde olması, ruhlar âleminde verdiği söze sadâkat gösterip göstermeyeceğinin kontrol edildiği bir süreç şeklinde yorumlanmaktadır.[445] Karşılaşılan olaylara verilen tepkiler sonucunda gönül temizlenerek yeniden oluşacak Yaradan'ın hediye olarak istediği kâmil gönül inşa edilmiş olacaktır.[446]

Vicdan *mânâ* âlemindeki adelet arketipinin, bu âlemde icra-ı faaliyette bulunan memuruna benzetilmektedir.[447] İnsanların gönüllerinde bulunan bu memur yaptığı kötülükler nedeniyle insanları vicdan azabı ile cezalandırmaktadır. Buna göre, adaletin gerçekleştirilmesi tamamıyla ahirete bırakılmayıp, sorumluluk sahibi insanların bu dünyada yaptıklarının karşılığını görmesiyle sağlanmış olmaktadır.[448] Ancak adalet, sebeplilik kuralları çerçevesinde cereyan etmeyip paradoksal bir özelliğe sahip bulunmaktadır.

Bir şey ile o şeyin işlevi arasındaki ilişki *suret-mânâ* ilişkisidir. Örneğin; bir ilacın görünümü ve içilmesi onun sureti iken; o ilacın vücutta meydana getirdiği etki, onun mânâsıdır. Ancak bu âlem suretler âlemi olduğu için sûretin, mânâyı perdeleyen işlevi nedeniyle bir şeyin sûreti ile mânâsı arasındaki ilişkinin gerçek mahiyeti görülmemektedir. Adaletin işleyişi gereği iyilik/kötülük ile ceza/mükâfat arasında mantıksal ve zorunlu bir sebeplilik bulunmamaktadır. Bu nedenle başına gelen musibetin önceki yapılan kötülüklerin bir cezası olduğu ile ilgili mantıki bir sebeplilik bağı olduğunu söylemek mümkün değildir. Bu bilgiler ışığında araştırma bulgularına göre vicdan sahibi kimselerin yaşadığı olayı iyi davranışlarına rağmen bir ceza olarak düşünmeleri travma sonrası büyüme ve gelişme göstermelerinin önünde bir engel teşkil ettiği düşünülebilir.

Hastalanan gönül feraset ve basiretini kaybettiği için doğru ve yanlışı ayırt edememektedir. Diğer bir ifadeyle vicdan kişiye fayda vermesi gerekirken sahip olduğu özellikleriyle insana zarar verir hale gelmektedir. İnsanın uğradığı bu durumu fark edemeyişi ilahî adaletin takdir ettiği en büyük ceza olarak kabul edilmektedir.[449] Bu

[445] el-A'raf, 7/172 ayeti bu meyanda tefsir edilmektedir.
[446] Küçük, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, s. 167.
[447] Mevlana, *Mesnevi*, çev. Veled İzbudak, İstanbul: MEB Yayınları, 1988, c. II, s. 1988 b. 2455-61.
[448] Küçük, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, s. 244.
[449] Mevlânâ, *Mesnevi-i Şerif Şerhi* b. 3391-7.

nedenle zekânın bir alt boyutu olarak değerlendirilen vicdan tıpkı zekâ gibi yanlış kullanıldığında olumsuz durumlara yol açabilmektedir.

Dünyadaki bir şeyin gerçek mahiyetinin bilinmesi ancak onun zıddının tecrübe edilmesi ile anlaşılabilmektedir. Zıttının bilinmediği ilim ise "Hakikat" ile insanın arasına perde oluşturabilmektedir. Bu nedenle birey sahip olduğu bilginin kendisine engel teşkil ettiğini ancak onu terk ettikten sonra anlayabilmektedir. Kişi, dairenin içerisindeyken onu fark edememektedir. Gerçek zekânın mevcut bilgilerin terk edilmesiyle ulaşılabilecek zekâ olduğu söylenebilir. Araştırmamızın vicdanlılık maddelerinden ters kodlanmış "İnsani değerler her zaman kavranamaz" ifadesi bireylerin tüm bilgilere ulaşabileceğini ön görerek tasarlanmıştır. Ancak gerçekte daha derin vicdan sahibi kimselerin kavranılanların ötesinde bir hakikat olduğunu düşünmüş olabileceği ifade edilebilir.

İki değişkenin arasındaki ilişkinin varlığını tespit etmek ve bu ilişkinin yönünü ve kuvvetini derecelendirmek için korelasyon analizi kullanılmaktadır. Ancak değişkenler arasındaki neden sonuç ilişkisi korelasyon analizi ile bulunmamaktadır. Dolayısıyla manevi zekâ düzeyinin travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyi üzerindeki yordayıcı gücünü tespit etmek amacıyla regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 23'de manevi zekâ ve travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyi arasında çoklu hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarını göstermektedir. Manevi zekâ alt boyutlarından hangilerinin travma sonrası büyüme ve gelişmenin belirleyicileri olduğunu bulgulamak amacıyla gerçekleştirilen çoklu hiyerarşik regresyon analizine birinci adımda kendini anlama, merhamet değişkenleri; ikinci adımda vicdanlılık, insani değerler puanları ayrı bloklar halinde alınmıştır.

Travma sonrası büyüme ve gelişme ölçeğinin puanı olarak yordanan değişken olduğu regresyon analizinde tüm değişkenlerin birlikte varyansın %10'unu açıklayabildiği görülmüştür (R^2=,10, F(4,390)=0,881, p<0,01). Denkleme ilk aşamada sokulan kendini anlama varyansın %8'ini açıkladığı görülmüştür ($F_{değişim}$(1,393)=34,547, p<0,01). İkinci aşamada giren merhamet varyansın %1.5'ini açıklamaktadır. ($F_{değişim}$(2,392)=6,074,p<0.05). Üçüncü aşamada giren insani değerler varyansın %0.5'ini açıklamaktadır ($F_{değişim}$(3,391)=2,196,p>0,05). Dördüncü aşamada giren vicdanlılık ise varyansın %0,1'ini açıklamaktadır ($F_{değişim}$(4,390)=,221,p>0,05).

Tablo 23. Manevi zekâ ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Adım	Değişkenler	R	R^2	F	Beta	t	p
1	Kendini Anlama	,284	,081	34,547	,284**	5,878	<.001
2	Merhamet	,308	,014	6,047	,126*	2,465	,014
3	İnsani değerler	,316	,005	2,196	-,077	-1,482	,139
4	Vicdanlılık	,317	,001	,221	-,024	-,470	,639

*p<0,05,**p<0,01

Buna göre, kendini anlama ve merhametin travma sonrası büyüme ve gelişmenin pozitif anlamlı yordayıcısı olduğu görülmektedir. İnsani değerler ve vicdanlılığın travma sonrası büyüme ve gelişme üzerinde yordayıcı etkisinin yeterli seviyede olmadığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle travma sonrası büyüme ve gelişmenin %8 oranında kendini anlama %9.5 oranında ise kendini anlama ve merhamet etkileşiminden meydana geldiği söylenebilir.

Kendini anlama olarak tanımlanan kişisel farkındalık (öz farkındalık) bireyin kendi dünya görüşü ve yaşam amacına ilişkin farkındalığını gerektirir. Öğrencilerin manevi zekâlarını geliştirmek suretiyle gelişmelerini amaçlayan bir araştırmada öğrencilerin kimlik ve yaşam amaçlarına ilişkin varoluşsal soruların sorulduğu bir etkinlik uygulanmıştır.[450] Bu şekilde anlam ve amaç yönlerine odaklanmalarını sağlayan en içteki merkezleriyle temasa geçmesi sağlanmıştır. Bu araştırmada öğrencilerin "Akut kişisel farkındalık" olarak tanımlanan ve yaşamın anlamı hakkında nihai sorular sorma kapasitesini kapsayarak eleştirel varoluşsal düşüncelerini geliştirmesi amaçlanmıştır. Eleştirel varoluşçu düşünceyle yaşanan deneyimin bireyin varlığıyla ilişkisi kurulabilmektedir.[451] Üniversite öğrencileriyle travma sonrası büyümeye pozitif psikoterapinin etkisini incelemek için yapılan yarı deneysel çalışmada travmatik olayın kişi üzerindeki etkisini kabul etmenin travma sonrası büyüme ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.[452] Bu bilgiler ışığında kendini anlayan bireylerin karşılaştığı olayları daha iyi anlamlandırabildikleri ve

[450] Cheryl Ferreira, Salome Schulze, "Cultivating Spiritual Intelligence in Adolescence in a Divisive Religion Education Classroom: a Bridge over Troubled Waters", *International Journal of Children's Spirituality*, c. 21, sy. 3/4 (2016), ss. 230-42.

[451] Marsha Sinetar, *Spiritual Intelligence: What We Can Learn from the Early Awakening Child*, New York: Orbis Books, 2002.

[452] Nurdan Doğru Çabuker, Seher Balcı Çelik, "Examination of the Effectiveness of Post-Traumatic Growth Psychoeducation Program", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, c. 39, sy. 1 (2020), ss. 174-84.

travma sonrası büyüme ve gelişme için gereken kabul aşamasını daha kolay gerçekleştirebildikleri söylenebilir.

V. TANRI TASAVVURU TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME İLE İLİŞKİSİNE DAİR BULGULAR VE YORUMLAR

Travma sonrası büyüme ve gelişme ile Tanrı tasavvurunun ilişkisini incelediğimiz çalışmamızda korelasyon ve regresyon analizleri yardımıyla ilişkinin varlığı araştırılarak eğer varsa bu ilişkinin yönü ve nedeni hakkında mevcut verilerle yorum ve değerlendirmeler gerçekleştirilecektir. İki değişken arasındaki ilişkinin miktarını ve yönünü bulmak amacıyla korelasyon katsayısı elde edilecektir.[453]

-1 ile +1 arasında değişen korelasyon katsayısının negatif olması durumunda değişkenler arasındaki ilişkinin ters yönde olduğu diğer bir değişle bir değişkenin artmasının diğer değişkenin azalmasına neden olduğu söylenebilmektedir. Korelasyon katsayısının pozitif olması ise iki değişken arasındaki ilişkinin aynı yönde olduğunu göstermektedir. Bu durumda bir değişken artarken diğer değişken azalmaktadır.[454] Genel olarak 0,00 ile 0,30 arasındaki değerler düşük seviyede, 0,30 ile 0,70 arasındaki değerler orta seviyede ve 0,70 ile 1,00 arasındaki değerler yüksek seviyede bir ilişkiyi temsil ettiği kabul edilmektedir.[455]

Tablo 24. Tanrı Tasavvuru ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Arasındaki Pearson Korelasyon Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**	**3**
Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme (1)	1	,161**	-,067
OlumluTanrı Tasavvuru (2)		1	-,228**
Olumsuz Tanrı Tasavvuru (3)			1

***p*<,01 * *p*<,05

Bu araştırmanın temel amacı doğrultusunda incelenen değişkenler arasındaki ilişkileri yorumlamak ve regresyon analizine katkıda bulunmak amacıyla basit doğrusal korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 24'deki korelasyon analizi sonucuna göre travma sonrası büyüme ve gelişme ile olumlu Tanrı tasavvurları arasında düşük düzeyde anlamlı pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($r_{(395)}$=,161, p<,01). Travma sonrası büyüme ve

[453] Büyüköztürk, a.g.e., s. 32.
[454] İslamoğlu, Alnıaçık, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, s. 352.
[455] Büyüköztürk, a.g.e., s. 32.

gelişme ile olumsuz Tanrı tasavvuru arasındaki ilişkiyi incelediğimizde ($r_{(395)}$=-,228, p<,01) negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlara göre "*Tanrı tasavvurları biçimleriyle travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiler anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır*" şeklindeki 6 nolu hipotezi kabul edilebilir.

Yapılan araştırmalar bu bulguyu desteklemektedir. Olumlu Tanrı tasavvuruna sahip kimselerin daha yüksek yaşamı sürdürme nedenleri ve hayata bağlılık düzeyleri gösterdiği kaydedilmiştir. Bu ise travmatik olay sonrasında büyüme ve gelişmeye olanak sağlamaktadır.[456] Yine çalışmalar olumlu dinsel başa çıkma olarak nitelendirebileceğimiz olumlu Tanrı tasavvurunun ruh sağlığını korumada ve travmatik olaylar sonrasında daha iyi olmada pozitif katkı sağladığı sonucuna ulaşmıştır.[457]

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada yaşanan kayıpların kişiliklerini geliştirmede ve büyümelerine katkı sağlamada etkin rol aldığı ortaya konulmuştur. Travmatik olaylar sonrasında olumlu dinî başa çıkma olarak nitelendirilebilecek olumlu Tanrı Tasavvuru travma sonrası büyüme ve gelişmeye katkı sağladığı belirlenmiştir. Kanser hastalarının travmatik olay sonrasında büyüme göstermelerinin Tanrı'ya ait olmayla ilişkili olduğunu bunun sonucunda O'na güvenerek manevi destek sağladıkları belirtilmiştir.[458]

Tablo 25. Tanrı Tasavvuru ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Alt Boyutları Arasındaki Pearson Korelasyon Bulguları

Değişkenler	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
Yaşam Felsefesinde Değişim (1)	1	,680**	,385**	,024	-,045	,007	,108*
Benlik Algısında Değişim (2)		1	,543**	-,107*	-,033	,177**	,189**
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim (3)			1	,007	-.063	,025	,099*
İlgisiz Tanrı Tasavvuru (4)				1	,075	-,369**	-,293**
Korku-ceza Yön. Tanrı Tasavvuru (5)					1	,193**	-,47
Dengeli Tanrı Tasavvuru (6)						1	,422**
Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru (7)							1

[456] Özlem Güler Aydın, "Yaşamı Sürdürmede ve İntiharı Önlemede Dindarlık İle İlgili Değişkenlerin Rolü", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, c. 8, sy. 40 (2015), ss. 466-71; Saffet Kartopu, "Yaşamı Sürdürme Nedenlerinin Tanrı Algısıyla İlişkisi", *Journal of Turkish Studies*, c. 9 (2014), ss. 887-887.

[457] Kenneth I. Pargament vd., "Religious Coping Methods as Predictors of Psychological, Physical and Spiritual Outcomes among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Longitudinal Study", *Journal of Health Psychology*, c. 9, sy. 6 (2004), ss. 713-30; Kenneth I. Pargament vd., "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 37, sy. 4 (1998), ss. 710-24.

[458] Safavi vd., "Association between Spiritual Intelligence and Stress, Anxiety, and Depression Coping Styles in Patients with Cancer Receiving Chemotherapy in University Hospitals of Tehran University of Medical Science", ss. 1124-30.

**p<,01 * p<,05

Tablo 25'deki Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişme korelasyon bulgularına göre ilgisiz Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim ($r_{(395)}$=,024, p>,05) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($r_{(395)}$=,007, p>,05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. İlgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim ($r_{(395)}$=-,107, p<,05) arasında negatif anlamlı zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Korku ve ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim ($r_{(395)}$=-,045, p>,05), benlik algısında değişim ($r_{(395)}$= -,033, p<,05) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($r_{(395)}$=-,063, p<,05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgular doğrultusunda ana hipotez olan "*Algılanan Tanrı Tasavvuru ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır*" şeklindeki 2 numaralı ana hipotezin kısmen desteklendiği görülmektedir.

Tanrı tasavvuru algısının alt boyutları incelendiğinde "*Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-g hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Benlik algısında değişim açısından "*Korku-ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-h hipotezini destekleyen bulgular elde edilmemişken, "*İlgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" 6-ı hipotezinin desteklendiği görülmektedir. Başkalarıyla ilişkilerde değişimi incelediğimizde "*Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-i hipotezini destekleyen verilerin elde edilmediği görülmektedir.

Tanrı'yı korkutan, ilgisiz biri olarak algılayan biri ile seven ve dengeli ilişki kuran olarak tasavvur eden biri arasında zor yaşam olaylarıyla başa çıkmada ve çevresiyle kurduğu ilişkilerde farklılıklar görülmektedir.[459] Yine Tanrı'nın korkutan biri olarak tasavvur edilmesi travmatik olay sonrasında Tanrı'nın cezalandırması olduğuna dair düşüncelerin eklenmesi travmatik olay sonrası büyümeyi engelleyen faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir.[460] Benlik algısındaki değişim açısından olumsuz Tanrı tasavvuruna sahip

[459] İsmail Arıcı, Behlül Tokur, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Tanrı Algıları ve Hoşgörü Eğilim Düzeyleri Ara", *Journal of Turkish Studies*, c. 12, sy. 10 (2017), ss. 31-48.

[460] Mustafa Koç, "Ölüm Korkusu Üzerine Kuramsal Psikolojik Bir Değerlendirme", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 4, sy. 6 (2002), ss. 7-20.

bireylerin kendilerine karşı anlayışlı olmadıkları gibi suçlayıcı ve yargılayıcı da olabildikleri görülmektedir.[461] Bu durumun ise benlik algısında değişim ve gelişmeye engel olduğu söylenebilir. Sonuç olarak ilgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur.

İlgisiz Tanrı tasavvuruna sahip olan kimseler daha yüksek bir güçle olan ilişkilerinde güvenlik duygusundan yoksun olmaktadır.[462] Bu ise Tanrı ile kaçınmacı bağlanmaya neden olmaktadır. Yapılan bir araştırma Tanrı'yla kaçınmacı bağlanan bireylerin travma sonrası büyümeyle olumsuz ilişki içerisinde olduğu bulunmuştur.[463] Tanrı'yı uzak veya Tanrı tarafından terk edilmiş olarak algılayan bireylerin zorluklarla mücadelesini desteklemek için öncelikle inanç liderleriyle bağlantı oluşturmaları sonrasında Tanrı'yla bağlantılarının desteklenmesi ve Tanrı'yla ilişkilerini anlamlandırması sağlanabilir.[464]

Tablo 25'deki Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişme korelasyon bulgularına göre dengeli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim ($r_{(395)}$=,007, p>,05) ve başkalarıyla ilişkilerde değişim ($r_{(395)}$=,025, p>,05) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Dengeli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasındaki ilişki incelendiğinde ($r_{(395)}$=,177, p<,01) pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin olduğu söylenebilir. Araştırmamızda dengeli Tanrı tasavvuru, Tanrı'yı hem sevgi yönelimli hem de korku yönelimli olarak tasavvur etmek olarak tanımlanmaktadır. Bu bulgular doğrultusunda "*Dengeli Tanrı tasavvuru ile yaşam felesefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-d hipotezi ile "Dengeli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır" şeklindeki 6-f hipotezi desteklenmediği ifade edilebilir. Benlik algısında değişim incelendiğinde "*Dengeli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-e hipotezi desteklendiği görülmektedir.

---

[461] Murat Yıldız, Vehbi Ünal, "Tanrı Tasavvuru ile Engelliliğe Yönelik Tutumlar Arasındaki İlişki", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, c. vol : 6, sy. 4 (2017), ss. 8-21.

[462] Richard Beck, Angie McDonald, "Attachment to God: The Attachment to God Inventory, Tests of Working Model Correspondence, and an Exploration of Faith Group Differences":, *Journal of Psychology and Theology,* c. 32, sy. 2 (2004), ss. 92-103.

[463] Kristin J. Homan, Chris J. Boyatzis, "The Protective Role of Attachment to God against Eating Disorder Risk Factors: Concurrent and Prospective Evidence", *Eating Disorders,* c. 18, sy. 3 (2010), ss. 239-58.

[464] Zeligman, Ataga, Shaw, "Posttraumatic Growth in Trauma Survivors", s. 160.

Tanrı'yı otoriter bir güç olarak görmenin kişinin travma sonrası büyümesine katkıda bulunduğu bulunmuştur.[465] Dengeli Tanrı tasavvuru ile hem seven hem de korkutan Tanrı algısı bu otorite konumunu temsil etmektedir. Tanrı'nın kontrolü elinde tuttuğu ve bireyin planının ötesinde bir plana sahip olabileceği inancı, travmaya maruz kalan bireylerin deneyimlerini daha hızlı anlamlandırmalarını sağlamaktadır. Travmadan anlam çıkarabilmek, travma sonrası büyüme ve gelişmenin yaşanmasına önemli katkı sağlamaktadır.[466] Ancak otoriter Tanrı tasavvuru korkutan ve cezalandırıcı Tanrı tasavvuruna dönüştüğünde travmayı bir ceza olarak görmelerine neden olabilmektedir. Kişinin benlik algısı Tanrı tasavvurunu oluşturduğu gibi, Tanrı tasavvuru da benlik algısını etkilemektedir.[467] Yapılan araştırmalar olumlu Tanrı tasavvuru ile yüksek benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler saptamıştır.[468]

Araştırmada incelenen olumlu Tanrı tasavvuru alt boyutu olan sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutundan yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin varlığı ($r_{(395)}$=,108, p<,05) görülmektedir. Bu sonuca göre "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-a hipotezinin desteklendiği görülmektedir. Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutundan benlik algısında değişim arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin varlığı ($r_{(395)}$=,189, p<,01) tespit edilmiştir. Bu doğrultuda "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-b hipotezi desteklenmektedir. Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim alt boyutu arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin olduğu ($r_{(395)}$=,099, p<,05)

[465] a.g.m., s.167.

[466] Sharon Dekel, Christine Mandl, Zahava Solomon, "Shared and Unique Predictors of Post-Traumatic Growth and Distress", *Journal of Clinical Psychology*, c. 67, sy. 3 (2011), ss. 241-52.

[467] David M. Wulff, *Psychology of Religion: Classic and Contemporary*, 2.b., New York: John Wiley & Sons, Inc., 1997, s. 368.

[468] A. Philip Greenway, Lisa C. Milne, Veronica Clarke, "Personality variables, self-esteem and depression and an individual's perception of God", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 6, sy. 1 (2003), ss. 45-58; Özlem Güler, "Tanrı Algısı Ölçeği (TA): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 2007, s. 11; Ali Kuşat, "Psikoloji ve Din: Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri", *İslam Araştırmaları Dergisi*, sy. 16 (2006), ss. 274-77; Bernard Spilka, James Addison, Marguerite Rosensohn, "Parents, Self, and God: A Test of Competing Theories of Individual-Religion Relationships", *Review of Religious Research*, c. 16, sy. 3 (1975), ss. 154-65.

görülmektedir. "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-c hipotezi kabul edilmektedir.

Literatürdeki çalışmalar bu bulguları desteklemektedir. Orak ve arkadaşları sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile ölüm kaygısı puanlarının negatif ilişki içerisinde olduğunu bulgulamıştır. Ölüm kaygısının azalmasının ise travmatik olaylar sonrası büyüme ve gelişmeye katkıda bulunduğu söylenebilir.[469] Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuruna sahip bireylerin O'nun gücüne sığınarak, zorluklara dayanma, hayata anlam verme, olaylarla ve canlılarla bütünleşme suretiyle travma sonrasında daha yüksek düzeyde gelişme gösterdiği bilinmektedir.[470]

Travmatik durumları anlamlandırmak ve anlam bulmak aktif katılımı gerektirmektedir. Park anlam oluşturmayı kavramsallaştırarak stresli ve travmatik deneyimlerin kişinin inançlarını değerlerini ve hedeflerini içerecek şekilde deneyimlerin küresel anlam sistemine entegre edilmesi süreci olarak tanımlamaktadır.[471] Travmatik deneyimler mevcut çerçevede asimile edilerek veya yeni deneyime yer açmak için küresel anlam sistemlerini uyararak iki yol ile gerçekleştirilebilmektedir. Aynı zamanda travma daha önce var olan inançları değiştirmenin bir yolu olarak kabul edilmektedir. Anlam sisteminin yeniden inşası ve adaptasyonu süreçlerini içermektedir.[472] Anlam sistemlerinin yaşam, benlik ve diğerleri hakkındaki temel varsayımları geliştirme yollarının merkezinde maneviyat yer almaktadır.[473] Maneviyat, bireylerin aşkın değerler ve ahlâkla etkileşim kurma, ilahî olan hakkında anlam arama yollarını kapsamaktadır.[474] İlişkisel maneviyat teorisine göre maneviyat ile bağlanma arasında dinamik bir ilişki

---

[469] Oya Orak, "Yaşlı Hastalarda Tanrı Algısı Ölüm Kaygısını Etkiler mi", *Journal of International Social Research*, c. 8 (2015), ss. 618-618.

[470] Halil Ekşi, Selami Kardaş, "Spiritual Well-Being: Scale Development and Validation", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 2, sy. 1 (2017), ss. 73-88.

[471] Crystal Park, "Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events", *Psychological bulletin*, c. 136 (2010), ss. 257-301.

[472] Laura E. Captari, Shelley A. Riggs, Krystal Stephen, "Attachment Processes Following Traumatic Loss: A Mediation Model Examining Identity Distress, Shattered Assumptions, Prolonged Grief, and Posttraumatic Growth", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*, c. 13, sy. 1 (2021), ss. 94-103.

[473] Lehmann, Steele, "Beyond Positive and Negative Religious Coping and Posttraumatic Outcomes", ss. 345-55; Crystal L. Park, "Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress", *Journal of Social Issues*, c. 61, sy. 4 (2005), ss. 707-29.

[474] Kenneth I. Pargament, *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*, Illustrated edition New York: The Guilford Press, 2011; Shaw, Joseph, Linley, "Religion, spirituality, and posttraumatic growth", ss. 1-11.

bulunmaktadır.[475] Tanrı'yla ilişki kurma araçlarının başında Tanrı tasavvurları gelmektedir ve travmatik bir olay sonrasında harekete geçmektedir.[476] Bu nedenle travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordayan bir değişken olarak Tanrı tasavvurları ele alınmıştır. Tanrı tasavvuru birey tarafından oluşturulan bir eylem ve dini başa çıkmanın en önemli araçlarından biri olarak kabul edilmektedir.

Dini başa çıkma çoğunlukla insanlar tarafından başlatılan bir eylem olarak kabul edilse de, Tanrı tarafından gelen rehberlik durumları olabilmektedir.[477] Kendileriyle iletişim kuran, sorunlarına yardım eden, insanları seven Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordadığı bulunmuştur.[478] Tanrı'yla kurulan yakın olumlu ilişki travma sonrası büyümeyi yordayan önemli bir değişken olarak kabul edilmiştir.[479]

Travma zamanlarında insanlara karşı acının üstesinden gelinmesine yardım eden yardımsever bir Tanrı tasavvuru travma sonrası büyümeyi etkileyen dolaylı faktör olarak kaydedilmiştir.[480] Tanrı'yla yakın, şefkatli, kişisel bir bağ algısıyla ve O'nunla ilgili olumlu eylemler ile ilişkisel maneviyat için bir temel oluşturulmaktadır.[481] Pakistan'da kanser hastalarıyla yapılan araştırmada benzer bulguları elde etmiştir. Bu bulgular ihtiyaç anında Tanrı'nın ulaşılabilir, destekleyici, seven olarak algılandığı sağlıklı başa çıkma stratejilerinin travma sonrasında büyümeye yüksek düzeyde katkı sağladığını tespit

[475] Todd W. Hall, "Christian Spirituality and Mental Health: A Relational Spirituality Paradigm for Empirical Research", *Journal of Psychology and Christianity*, c. 23, sy. 1 (2004), s. 66.

[476] Edward Davis vd., "Faith in the Wake of Disaster: A Longitudinal Qualitative Study of Religious Attachment Following a Catastrophic Flood", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, c. 11 (2019).

[477] J.j.Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates: Religious Coping and Perceptions of Helpful Action by God Are Both Important", *Journal of Positive Psychology*, c. 12, sy. 5 (2017), ss. 501-8.

[478] Simon Dein, Roland Littlewood, "The voice of God", *Anthropology & Medicine*, c. 14, sy. 2 (2007), ss. 213-28; Margaret M. Poloma Poloma, Matthew T. Lee, "Prophetic Prayer as Two-Way Communication with the Divine", *Ournal of Communication and Religion*, sy. 35 (2012), ss. 271-94.

[479] Brian Augustyn vd., "Relational Spirituality: An Attachment-Based Model of Spiritual Development and Psychological Well-Being", *Psychology of Religion and Spirituality*, c. 9 (2016); Hall, "Christian Spirituality and Mental Health", s. 66; Todd W. Hall, Keith J. Edwards, "The Spiritual Assessment Inventory: A Theistic Model and Measure for Assessing Spiritual Development", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 41, sy. 2 (2002), ss. 341-57; Todd Hall vd., "Attachment to God and Implicit Spirituality: Clarifying Correspondence and Compensation Models", *Journal of Psychology and Theology*, c. 37 (2009), ss. 227-44.

[480] Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates", ss. 501-8.

[481] Hall, Edwards, "The Spiritual Assessment Inventory", ss. 341-57; Hall vd., "Attachment to God and Implicit Spirituality", ss. 227-44.

etmiştir.[482] Amerika'da lisans öğrencileriyle yapılan Tanrı'ya yakınlığın travma sonrası büyümeyi yordayıp yordamadığının araştırıldığı bir çalışmada Tanrı'yla algılanan yakınlığın göstergeleri; Tanrı tarafından değerli olduğunun hissi, Tanrı'ya karşı olumlu duygu ve Tanrı'ya yaklaşma isteği olarak sıralanmaktadır.[483] Yine Amerika'da lisans öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ilahî olarak başlatılan bir eylem algısıyla oluşan seven ve ihtiyaçları karşılayan Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyümeyle pozitif ilişki içerisinde olduğu bulgulamıştır.[484]

Ülkemizde hemodiyaliz hastalarının travma sonrası manevi gelişimleri üzerine yapılan bir araştırmada katılımcılar yaşadıkları travmatik olayları tanımlarken "Allah'ın sevdiği kuluna hastalık vereceği","bir uyandırma çağrısı","ahirette iyi olmak için umut","hayatın yalnızca dünyadan ibaret olmadığı","imtihan-sınama","kader-yazgı" ve "Rab'den gelen bir hediye" ifadelerini kullanmışlardır. Katılımcılar başlarına gelen travmatik olayı anlamlandırmak için en çok Allah'ın kulunun günahlarını temizlemek, onun sesini duymak ya da onu uyandırmak için sevdiği kuluna imtihan vereceğini ifade etmişlerdir.[485]

Seven Allah tasavvurunun sıkıntı vermesinin İslam düşüncesindeki dayanağı yaptığı işi boşuna yapmayan, yarattığı her şeyin yaratılış amacına göre bir gayesi olan, "Hikmetli" olan Allah tasavvurudur.[486] Bu düşünce ile maruz kalınan olumsuz olaylar kabul edilerek bir uyandırma çağrısı olarak görülmektedir. Bu şekilde yaşam felsefesinde ve benlik algısında dönüşüm başlamaktadır. Öncesinde musibet olarak görülen hastalık ve sıkıntılar sonrasında ahirette kazanç oluşturacak bir vesile olarak görülmektedir. Meydana gelen gelişmeyle birey sağlığı, malları ya da toplumsal statüyü kaybetmekten daha önemli olan iman ve ahiretin farkına varmaktadır. Seven ve merhamet eden Tanrı tasavvurunun yansımaları olan bu algılama ve anlamlandırma biçimleri travma sonrası büyüme ve gelişme için temel payanda olarak kabul edilmektedir.[487]

---

[482] Zahra Nikmanesh, Elham Khagebafgi, "Role of Religious Coping in Predicting Post Traumatic Growth in Patients with Breast Cancer", *Journal of Research and Health*, c. 6, sy. 4 (2016), ss. 445-51.

[483] Joshua A. Wilt, Julie J. Exline, "Receiving a Gift from God in times of Trouble: Links between Gratitude to God, the Affective Circumplex, and Perceived Closeness to God", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 25, sy. 3 (2022), ss. 362-79.

[484] Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates", ss. 501-8.

[485] Ali Ayten, Nur Cesur, "Hemodializ Hastalarında Travma Sonrası Manevi Gelişim Üzerine Nitel Bir Çalışma", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, c. 22, sy. 1 (2022), ss. 155-86.

[486] Emine Öğük, "İslâm Düşüncesinde Şer/Kötülük Probleminin İzahına Katkı Sağlayan Etkili Öğreti: Hikmet", *Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 3, sy. 1 (2015), ss. 11-38.

[487] Ali Ayten, Nur Cesur,a.g.m, s.165-167.

Travmaya maruz kalan bireylerin bu anlamlandırma biçimleri pek çok araştırmada yaşam felsefesinde dinî inançlarını güçlendiren etki yaptığı bulunmuştur.[488] Bu *dinî inançta gelişimin* temelini kişinin travmatik olay karşısındaki acziyetini hissederek olayların kontrolünün "Yüce bir kudret" de olduğunu fark etmesi olarak tanımlanmaktadır. Bu "Kudret", Deney tarafından kanser hastalarıyla yapılan çalışmada "kontrol odağında artış" olarak ifade etmektedir.[489] Bireyin Tanrı'nın kudretinin kapsayıcılığına olan inanç ve teslimiyeti kişinin büyüme ve gelişmesine katkıda bulunmaktadır.

Dinî duyguda yaşanan gelişim travmatik olayın kişinin anlam ve değerin yenilenerek dini inançlarıyla önceki duruma göre daha derin bir bağ kurmasına yardım edebilmesi olarak tanımlanmaktadır. Castella ve Simmonds travmatik olay sonrası katılımcıların yaşamlarının her alanına dinin sızdığını, dini pratiklerde resmîlikten uzaklaşıldığını ve Tanrı'nın varlığını her an hissedebilir hale geldiklerini bulgulamıştır.[490] İslam düşüncesi açısından ölümden sonraki hayatın varlığı ve bu dünyadaki kazanımların geçici olduğu gerçeğinin belirgin hale gelmesi bu değişimin özünü oluşturmaktadır.[491] Kişinin travma sonrası yaşadığı en zor ve kapsamlı değişim *dinî yaşayışta gelişim* olarak kabul edilmektedir. Bu değişimi sağlayan tema bu dünyayı aşan bir amacın kabul edilmesi ve yaşamlarını buna göre düzenlemeleridir.[492]

Tablo 25'de görüldüğü gibi travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutu olan başkalarıyla ilişkilerde değişim ile seven Tanrı tasavvuru arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin ($r_{(395)}$=,099, p<,05) varlığından bahsedilebilir. Seven Tanrı tasavvuruna sahip kimselerin başkalarına karşı daha sevecen, ilgili ve merhametli olduğu bilinmektedir.[493]

---

[488] Mebrure Doğan, "Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Gelişimlerinde İçsel Dinî Motivasyon, Dinî Başa Çıkma, Sabır ve Şükrün Rolü", *Turkish Studies Comparative Religious Studies*, c. XIII, sy. 25 (2018), ss. 207-30; J. A. Roberts vd., "Factors Influencing Views of Patients with Gynecologic Cancer about End-of-Life Decisions", *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, c. 176, sy. 1 Pt 1 (1997), ss. 166-72; Gizem Tokgöz vd., "The Prevalence of Posttraumatic Stress Disorder and Posttraumatic Growth in Patients with Cancer", *Yeni Symposium*, c. 46 (2008), ss. 51-61; Zeynep Şimşir, S. Tuba Boynueğri, Bülent Dilmaç, "Religion and Spirituality in the Life of Individuals with Paraplegia: Spiritual Journey from Trauma to Spiritual Development", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 2, sy. 1 (2017), ss. 89-110.

[489] Denney, "Posttraumatic Spiritual Growth".

[490] Rosemary de Castella, Janette Graetz Simmonds, "'There's a Deeper Level of Meaning as to What Suffering's all About': Experiences of Religious and Spiritual Growth Following Trauma", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 16, sy. 5 (2013), ss. 536-56.

[491] Ayten, Cesur, "Hemodializ Hastalarında Travma Sonrası Manevi Gelişim Üzerine Nitel Bir Çalışma", s. 172.

[492] Ayten, Cesur, a.g.m, s. 182.

[493] Yıldız, Ünal, "Tanrı Tasavvuru ile Engelliliğe Yönelik Tutumlar Arasındaki İlişki", ss. 8-21.

Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalar olumlu Tanrı tasavvuruna sahip olan öğrencilerin, insanları da olumlu sıfatlarla niteledikleri kaydedilmiştir.[494] Bu durum ise travmatik olay sonrasında diğer insanları suçlamak yerine onlarla ilişkilerini geliştirmesini sağlamaktadır. Bireylerin Tanrı'ya ait duygu ve düşüncelerini insanlara yansıtması obje ilişkileri kuramıyla ifade edilmektedir. Kişinin belleğindeki tutumun merkezinde objeye dair bilgi, düşünce ve inançlar toplanmıştır. Bu bilişsel içerik o objeyle ve diğer nesnelerle olan ilişkilerini belirlemektedir. Dolayısıyla Tanrı'ya ilişkin oluşturduğu tasavvur, düşünce ve inançlar, onun diğer psikolojik objelere (fikir, insan, durum, olay) ilişkin tutumlarını etkileyebileceği söylenebilir.[495]

Başkalarını doğru olarak algılayabilme ve uygun davranışlarda bulunma kişiler arası duyarlılık (interpersonal sensitivity) olarak tanımlanmaktadır. Bireyde kişiler arası duyarlılığın yüksek olması kalıplaşmış düşüncelerini baskın hale getirmekte ve doğru karar almada kısıtlılıklara, sosyal ilişkilerde zorlanmalara, geri çekilmeye ve çatışmaya neden olmaktadır.[496] Bu çerçevede bir çalışmada olumlu Tanrı tasavvuruna sahip bireylerin daha yüksek kişilerarası duyarlılık düzeyine sahip olduğunu, olumsuz Tanrı tasavvuruna sahip bireylerin daha düşük kişiler arası duyarlılık gösterdikleri sonucuna ulaşmıştır.[497] Bu sonuçlar daha önceki çalışmalarda da ortaya konulmuştur.[498] Benlik ve eylemlere bağlı olarak travmatik olayın aile, topluluk ve Tanrı'yla ilişkilerinde yeniden canlanmaya yol açtığı görülmüştür.[499]

---

[494] Alan Schoenfeld, "What''s all the Fuss about Metacognition", Cognitive Science and Mathematics Education, ed. Alan Schoenfeld, Hillsdale:New Jersey, 189-215, .

[495] Priti Shah, Eric G. Freedman, "Visuospatial Cognition in Electronic Learning", *Journal of Educational Computing Research*, c. 29, sy. 3 (2003), s. 324.

[496] Adeviye Aydın, Duygu Hiçdurmaz, "Nursing and Interpersonal Sensitivity", *Journal of Psychiatric Nursing*, c. 7, sy. 1 (2016), ss. 45-49.

[497] Bagher GHobari Bonab, Ali Akbar Haddadi Kuhsar, "Relation between Emotional Intelligence and Attachment Styles in Delinquent Adolescents", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 30 (2011), ss. 963-67.

[498] Matt Bradshaw, Christopher G. Ellison, Kevin J. Flannelly, "Prayer, God Imagery, and Symptoms of Psychopathology", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 47, sy. 4 (2008), ss. 644-59; Kevin Flannelly, Kathleen Galek, "Religion, Evolution, and Mental Health: Attachment Theory and ETAS Theory", *Journal of religion and health*, c. 49 (2009), ss. 337-50; Hanneke Schaap-Jonker vd., "Image of God and Personality Pathology: An Exploratory Study Among Psychiatric Patients", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 5 (2010), ss. 55-71; Theresa C. Tisdale vd., "Impact of Treatment on God Image and Personal Adjustment, and Correlations of God Image to Personal Adjustment and Object Relations Development", *Journal of Psychology and Theology*, c. 25, sy. 2 (1997), ss. 227-39.

[499] Howard W. Stone, *Crisis Counseling,3.b.*,Minneapolis: Fortress Press, 2009, ss. 413-14.

Travma sonrası büyüme ve gelişme için kaybı, acıyı ve iyileşmeyi ilahî olanla dengeli bir ilişkinin parçası olarak görmeyi öğrenmek önem arz etmektedir. Ancak ilahî kavramlar çocukluk masallarında ve mitlerinde olumsuz yorumlara dayanıyorsa o zaman acılar hafiflemek yerine şiddetlenebilmektedir. Bu durumda yeni teolojik yapılandırma beklenmektedir. Fowler ve Underhill'in inancın aşamaları olarak tanımladığı bu basamaklarda kederli kişiyi ruhsal uyuşukluktan daha yüksek bir farkındalığa geçirmenin gerektiğini ifade etmektedir.[500]

Transpersonal psikoloji, insanların bir travmayı atlattıktan sonra manevi olarak başa çıkmaları için gerekli boyutlara odaklanarak, dinin ve maneviyatın travma sonrası büyüme üzerine etkilerini yorumlamak için bir yol sağlamaktadır.[501] Mevlânâ'ya göre insanın olgunlaşmasını ve gelişmesini motive eden temel iki aşamayı "Zühd" ve "Aşk" başlıkları altında tasnif etmek mümkündür. Zühd aşamasında benliğin duygularının kontrol edilmesi için korku (*havf*) ve mükâfat (*reca*) hali gerekmektedir.[502] Yaşanan olayların olumsuzluğunun etkisiyle bireyde meydana gelen kabz-bast, heybet-üns gibi zıt hâller, henüz dengeye kavuşup benlikte harmoniye çevrilmediği için ilk aşamada yoğun bir iç huzursuzluk yaşanmaktadır. Yaşadığı bu durumları Allah'ın mükâfat yahut mücazatından kaynaklandığını düşündüğü için karışık bir hissiyat içerisinde bulunmaktadır ve tam anlamıyla Allah'a yönelememiş durumdadır.[503] Benliği ile Allah arasında bu duygular bireyin gönlünde "*aşk*"ın uyanmasıyla son bulmaktadır. Ma'rifet bu aşamada gerçekleşmektedir. Mârifet, insanın kendisini tanımasıyla Allah'ın zâtı, sıfatları, fiilleri ve isimleri hakkındaki bilgiye ulaşabilmesidir. Mutasavvıflara göre marifet "kalbe atılan bir nurla iç aydınlığa kavuşma hali", "kalp gözüyle ilâhî gerçekleri görebilmektir." Mârifet halinde sadece dil değil nefs ve zihin de susmakta, huzura ulaşarak sadece Hak'la meşgul olunmaktadır.[504] Gazzâlî'ye göre mârifet "Allah'ın kulun kalbine attığı bir nurla kulun daha önce isimlerini bildiği şeyleri açık seçik görmesi" olarak tanımlanmıştır.[505] Sûfilere göre Allah kullarına "Ben sizin Rabbiniz değil miyim?"[506] ifadesiyle kendisini

[500] Terri Daniel, "Grief as a Mystical Journey: Fowler's Stages of Faith Development and Their Relation to Post-Traumatic Growth", *Journal of Pastoral Care & Counseling*, c. 71, sy. 4 (2017), ss. 26-29.
[501] Bray, "Bereavement and Transformation", ss. 890-903.
[502] Mevlânâ, *Mesnevi*, 1988 b. 1928-9.
[503] Küçük, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, s. 533.
[504] Süleyman Uludağ, "Mârifet", Ankara: TDV İslam Ansiklopedisi, 2003, c. 28, ss. 54-56.
[505] Gazzâlî, *İhyâu Ulûmi'd-Dîn*, c. 1, ss. 26-27.
[506] el-A'râf, 7/172.

ezelde tanıtmıştır. Ancak Hücvirî mârifetin ilmi olarak bilinmesinin yanında "kulun Allah'a karşı tutum ve duruşlarının sağlıklı olması" anlamında hâlî marifetten söz etmektedir.[507]

Abdurrahman Câmi'ye göre mârifetin dört mertebesi bulunmaktadır. Kişi birinci mertebede baktığı her şeydeki Hak'la bağlantıyı görmektedir; ikinci mertebede gördüğü olayların ve durumların Hakk'ın hangi sıfatıyla ilişkili olduğunu bilmektedir; üçüncü mertebede Hakk'ın sıfatlarla tecelli etmesinin hikmetini kavramaktadır; dördüncü mertebede ilâhî ilmi kendi mârifeti şeklinde algılamaktadır.[508]

İlâhî aşk ile mârifete ulaşan kişide ilk aşamada oluşan (*zühd evresi*) korkunun yerini Hakk'ın sevgi ve rızası almasıdır. Allah'ın sevgisini hisseden bireyin gerçek yükselişi bundan sonra başlamaktadır. Mevlânâ zühd aşamasında çekilen sıkıntıları peygamberin nübüvvet verilmeden önceki dönemi, velinin de velâyet verilmeden önceki yaşadığı sıkıntılara benzetmektedir. O'na göre zühd evresinde yaşananlar *aşk* merhalesine geçmek için birer araçtır. *Aşk* ile sonuçlanmayan zühd, kişiyi huzursuzluk ve iç çekişme içerisinde bırakmaktadır. Mevlânâ çırak-usta ilişki içerisinde bu aşamanın geçilerek büyüme ve gelişmenin gerçekleşmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Sürekli çırak olarak kalan kişinin doğal olarak kınamaya maruz kalacağını ancak çırak olunmadan da usta olunamayacağı hatırdan çıkarılmaması gerektiği ifade edilmektedir. Manevi gelişimdeki bu tedricilik ve hiyerarşi nedeniyle her aşamanın gerekliliklerinin yerine getirilmesi önem arz etmektedir. Her aşama özerk, ayrı bir bütün ve bir önceki aşamadan bağımsız gerçekleşmektedir.[509]

Aşkın işlevini Mevlânâ, *Mesnevî*'de kurbağa ile farenin arkadaşlık kurması hikâyesinde sembolik bir dille anlatmaktadır.[510] Bu metaforik anlatımda su kurbağası insanın ruhunu, toprak insanın suret âlemindeki maddî yönünü sembolize etmektedir. Buna göre *aşk*; hikâyedeki ip misali rahatlamak ve özlem gidermek için insanın varlığının transandantal

---

[507] Hücvirî, Süleyman Uludağ, *Hakikat Bilgisi: Keşfu'l-Mahcub*, 2018, s. 342; Ebu Nasr Serrac Tusi, *İslam Tasavvufu*, Kahire, 1966, s. 64.

[508] Abdurrahman Cami, *Nefehatü'l-Üns*, Tahran, 1370, s. 5.

[509] Leo Buscaglia, *Kişilik / Tümüyle İnsan Olabilme Sanatı*, çev. Nejat Ebcioğlu, İstanbul: İnkılap Kitabevi, 1987, s. 35.

[510] Mevlânâ, *Mesnevi*, 2012, c. VI, s. b. 2932 Hikâyede bir su kurbağası ile toprak faresi arkadaşlık kurmaktadır. Ancak doğal olarak yaşadıkları yerler farklı olduğu için iletişim sağlayabilmek adına bir yöntem geliştirirler. Birbirlerini özlediklerinde görüşüp özlem giderebilmek için fare ile kurbağa aralarına bir ip bağlarlar. Fare, kurbağayı görmek istediğinde nehir kıyısına gelip ipi çekerek kurbanın sudan çıkmasını sağlar ve özlem giderirler.

yönüyle iletişime geçiren vasıtadır.[511] Bu vasıta olmadan görünenin ötesindeki *mânâ* âlemine yolculuk yapılamamaktadır. Ancak *aşkın*, kişinin gönlünde uyanması için belirli bir yetenek ve yeterlilik gerekmektedir. Bu yeterliliğe sahip olma sürecinin en temel özelliği kişinin yaşamda zorlu ve çetin imtihanlarla yüzleştirilmesidir. Yaşanan zorluklar sayesinde *aşk* olgunlaşmakta böylece kişiyi de olgunlaştırarak geliştirmektedir.

Aşk başlangıçta kanlı ve merhametsiz yönünü göstermesi bu zorlu süreci aşma yeterliliğini göstermeyen, aşkın gerçek mahiyetine ehil olmayan kimseleri aşktan vazgeçirmek içindir. *Aşk* vefakâr olduğu için vefakâr olanı beklemektedir.[512] Zorluklara da güzelliklere de rızâ gösterebilmeyi öğreten *aşk* ilahî *aşk*tır. Mevlânâ'ya göre kişiye her iki zıtlık da eşit seviyede görülmedikçe tam anlamıyla *aşk,* tam anlamıyla kemâle ermiş sayılmamaktadır. *Aşk*, yaşamda kişinin karşılaştığı zorluklara karşı kişiyi dayanıklı ve sabırlı kılmaktadır. *Aşk* sayesinde karşılaştığı zorlayıcı yaşam olaylarına gönül rızâsı ile karşılamayı başarabilmektedir. Bunun sonucu olarak da kemâl ve olgunluğu artmaktadır. Aşkın bu özelliği şu beyitlerle ifade edilmektedir:

"*Muhabbetle, acılar tatlılaşır; muhabbetten bakırlar altın kesilir.*
Muhabbetten tortulu, bulanık sular, arı duru, saf bir hâle gelir; muhabbetten dertler, şifa veren bir hâle gelir.
Muhabbetten ölü dirilir, muhabbetten padişahlar köle olur.''[513]

Aşk ateşiyle kişideki olumsuz duygu ve düşünceler bir potada eritilerek benliğin çıkıntı yapıları temizlenmektedir. Asıl benliğin ortaya çıkmasıyla büyüme ve gelişme olarak kavramsallaşan aşama gerçekleşmektedir. Ebû Saîd *aşk* sonucunda oluşan tasavvufu şu şekilde tanımlamaktadır; "Kafandaki her şeyi boşaltman, elindekini dağıtman, musibet geldiğinde feryad etmemendir."[514] Bu aşamanın neticeye ulaşabilmesi için bireyin her şeyini bilen ve kusurlarına rağmen seven Tanrı tasavvuruna ihtiyaç duyulmaktadır. Bunun sonucunda değişmek için yeni bir motivasyon ve güç elde edilmiş olacaktır.[515]

Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyi üzerinde tahmin edilen yordayıcı rolünün tespiti için regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Travma sonrası

[511] Mevlânâ, *Mesnevi*, 2012, c. VI, s. b. 2941-2.
[512] Mevlânâ, *Mesnevi*, 1988, c. III, s. b. 4750-1.
[513] Mevlânâ, *Mesnevi*, b. 1763.
[514] Ethem Cebecioğlu, "Prof. Nîcholson'un Kronolojik Esaslı Tasavvuf Tarifleri", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 29, sy. 1-4 (1987), s. 406.
[515] Frager, *Aşktır Asıl Şarap*, s. 193.

büyüme ve gelişme ölçeğinin puanı olarak yordanan değişken olduğu regresyon analizinde tüm değişkenlerin birlikte varyansın %3.3'ünü açıklayabildiği görülmüştür (R^2=,33, F(1,393)=1,309, p<0,01). Denkleme ilk aşamada alınan sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru varyansın %2.8'ini açıkladığı görülmüştür ($F_{değişim}$(1,393)=11,364, p<0,01). İkinci aşamada giren dengeli Tanrı Tasavvuru varyansın %0,1'ini açıklamaktadır ancak bu basamak anlamlı bulunmamışıtır ($F_{değişim}$(2,392)=,532 ,p>0,05). Üçüncü aşamada giren ilgisiz Tanrı tasavvuru varyansın %0,1'ini açıklamıştır ($F_{değişim}$(3,391)=2,196,p>0,05) ancak bu basamak anlamlı bulunmamıştır. Dördüncü aşamada giren korkutan Tanrı tasavvurunun varyansın %0,3'ünü açıklamıştır ancak bu basamak istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($F_{değişim}$(4,390)=,221,p>0,05).

Tablo 26. Tanrı Tasavvuru ve Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Adım	Değişkenler	R	R^2	F	Beta	t	p
1	Sevgi Yönelimli Tanrı Tasavvuru	,168	,028	11,364	,168**	3,371	<,001
2	Dengeli Tanrı Tasavvuru	,172	,029	,532	,040	,729	,466
3	İlgisiz Tanrı Tasavvuru	,172	,030	,082	,016	,780	,436
4	Korku-ceza Yönelimli Tanrı Tasavvuru	,181	,033	1,309	-,059	-1,144	,253

*p<0,05,**p<0,01

Tablo 26'ya göre sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmenin pozitif anlamlı yordayıcısı olduğu görülmektedir. Dengeli Tanrı tasavvuru (seven-korkutan), ilgisiz Tanrı tasavvuru ve korku ve ceza yönelimli Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişme üzerinde yordayıcı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle travma sonrası büyüme ve gelişme %2.8 oranında sevgi yönelimli Tanrı tasavvurundan meydana geldiği söylenebilir.

Sele maruz kalmış katılımcılarla yapılan bir çalışmada Tanrı'ya yönelik olumlu tutumların algılanan travma sonrası büyüme ve gelişmenin pozitif yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.[516] Yapılan çalışmalarda dualarına ilgisiz olan Tanrı tasavvuruna sahip olan katılımcıların dualarına cevap verileceğine inanan bireylere göre daha düşük gelişme gösterdikleri bulunmuştur.[517] Tanrı'nın bireyi sevdiği ve kontrolü elinde tuttuğu hatta

[516] Melissa Zeligman vd., "Posttraumatic Growth and Trauma in Flood Survivors: Contributions of Attitudes Toward God", *Journal of Mental Health Counseling*, c. 41, sy. 2 (2019), ss. 127-43.

[517] Neal Krause, R. David Hayward, "Prayer Beliefs and Change in Life Satisfaction Over Time", *Journal of Religion and Health*, c. 52, sy. 2 (2013), ss. 674-94.

bireyin planının ötesinde daha büyük bir planın olabileceği inanç sistemi, travmaya maruz kalan bireylerin deneyimlerini daha hızlı anlamlandırmalarına olanak tanıyabilmektedir. Travmadan anlam çıkarabilmek, travma sonrası büyüme ve gelişmenin yaşanmasını sağlamaktadır.[518] Bu sonuçlar algılanan büyümede Tanrı ile ilişkinin iki yönü olduğunu göstermektedir; insanların kendilerinin başlattığı eylemlere ek olarak ilahî olarak başlatılmış olarak gördükleri eylemlerle de ilgili olduğu tespit edilmiştir.[519]

Psikospritüel dönüşüm modeline göre travmadan sağ kurtulan danışanların krizlerin ardından varoluşsal sorularla boğuştuğu bilinmektedir.[520] Bu aşamada bireye en çok motivasyon sağlayan kaynağın sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru olduğu ifade edilebilir. Korkutan Tanrı Tasavvuruna sahip danışanların yaşadıklarını hak edilmiş bir ceza olarak görmeleri mümkündür. Bu düşünce ise travmadan sonra büyüme ve gelişme göstermelerine engel olabilmektedir. Tanrı'yla sevgi ilişkisi kuramayan bireylerin travma sonrasında gelişim yaşayamama riskiyle karşı karşıya kaldıkları bildirilmektedir.[521]

Gelişim psikologlarına göre travma sonrası büyüme ve gelişme için iki temel parametre gerekmektedir. Bunlar; Tanrı tasavvurlarının tutarlılığı (representational coherence) ve öz-düzenleme (self regulation) olarak ifade edilmektedir. Travma sonrası büyüme ve gelişme gösteren bireylerin Tanrı dâhil olmak üzere diğer insanlara ait tasavvurlarında tutarlı tasavvurlara sahip oldukları görülmektedir. Bu bireylerin kriz zamanlarında düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını yöneten duygusal ve ruhsal iç kaynakları kullandıkları tespit edilmiştir.[522] Bu veriler ışığında araştırma bulgularımızdan sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile tutarlı bir Tanrı-insan ilişkisi sağlanmaktadır. Sevgi ve güven ilişkisinin sağladığı korunma duygusu travma sonrası büyüme ve gelişmeye katalizör etkisi göstermektedir. Araştırmamızın bir diğer değişkeni olan kendini anlama kriz durumlarında duygularını, düşüncelerini yönetebilme ve manevi zekâ ile ruhsal iç kaynaklara ulaşmanın sonucunda büyüme ve gelişmeyi sağlamaktadır.

---

[518] Dekel, Mandl, Solomon, "Shared and Unique Predictors of Post-Traumatic Growth and Distress", ss. 241-52.

[519] Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates", ss. 501-8.

[520] Stanislav Grof, Christina Grof, *Manevi Kriz Kişisel Dönüşüm Buhranlarına Bir Bakış*, çev. Ahu Ayan, İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2012.

[521] Zeligman, Ataga, Shaw, "Posttraumatic Growth in Trauma Survivors", s. 165.

[522] Stone, *Crisis Counseling*, ss. 413-14.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

I. GENEL DEĞERLENDİRME VE TARTIŞMA

Yaşamda beklenmedik dış kaynaklı nedenlerle bireylerin karşılaştığı travmatik krizler olabildiği gibi bireyin yaşamında yoğun ve hızlı değişimlerin sonucunda oluşan gelişimsel krizler meydana gelebilmektedir. Travmanın ansızın olması nedeniyle bireylerlerin yaşamları ve inançları temelden sarsılabilmektedir. Ancak yapılan çalışmalarda travmanın her zaman olumsuz bir sonuca neden olmadığı bazen de travmatik olayların pozitif değişim için katalizör görevi görebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Travma sonrası büyüme ve gelişme yaşamda karşılaşılan zorluklar neticesinde bireyin dönüşüm gösterebilme yeteneğini ifade etmektedir. Travmatik yaşantının etkileri bireysel farklılıklara göre değişiklik göstermektedir. Bireyin dini başa çıkma olarak kullanabileceği en güçlü araçlardan birinin manevi zekâ bir diğerinin ise Tanrı tasavvuru olduğu bilinmektedir. Bu çerçevede bu araştırmada travma sonrası büyüme ve gelişme ile manevi zekâ ve Tanrı tasavvuru ilişkisi incelenmiştir.

Travma sonrası büyüme kavramı yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim olmak üzere üç alanda kazanımlar elde etmesi olarak tanımlanmaktadır. Manevi zekâ ve Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişme üzerindeki etkisini incelemeyi çalışma konusu edinen bu araştırmanın amacı temel olarak "Bireyin manevi zekâ düzeyi ile travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyi arasındaki ilişki nedir? Eğer ilişki var ise bu ilişkinin yönü ve kuvveti hakkında ne söylenebilir? Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkinin düzeyi nedir?" gibi sorulara yanıt aramaktır.

Bu çalışmada % 55,2'si kadın (n=218); %44,8'i (n=177) erkek olmak üzere toplam 395 kişi katıldığı örneklemin yaş aralığına bakıldığında 35-50 yaş aralığındaki %34,4 (n=136) ve 50 yaş ve üzeri katılımcıların %36,5 (n=144) oran ile yoğunlukta olduğu görülmektedir. 25-34 yaş grubu %17,7 (n=70) ve 24 yaş ve altı katılımcılar %11,4 (n=45) ile takip etmektedir. Araştırmaya katılan örneklem grubunun medenî duruma göre dağılımı incelendiğinde %74,2'sinin (n=293) bekâr; %25,8'inin (n=102) evli bireyler

olduğu gözlenmektedir. Örneklem grubunun eğitim düzeyi bakımından %74,4'inin (n=294) lise-üniversite; %13,4'ünün (n=53) ilk ve orta öğretim, %12.2'sinin (n=48) ise yüksek lisans/doktora mezunu olduğu gözlenmektedir. Kendisini orta konum gelir düzeyinde konumlandıranlar %41,8 (n=165), bu grubu sırasıyla %30,6 (n=121) üst gelir grubu ve %27,6 (n=109) ile alt gelir grubunda yer alanlar takip etmektedir. Örneklemin %75,2'sinin (n=297) çocuk sahibi olduğu %24,8'sinin (n=98) çocuk sahibi olmadığı görülmektedir.

Araştırma sonuçları örneklem grubunun travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin orta olarak nitelendirilebileceğini göstermektedir. Örneklem grubunun manevi zekâ puanlarına bakıldığında yüksek düzeye sahip oldukları söylenebilir (bkz. Tablo 5). Bu da "Manevi zekâ ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır" şeklindeki 1 nolu hipotezi desteklemektedir (bkz. Tablo 21). Manevi zekâ ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiye yönelik yapılan çalışmalara bakıldığında manevi zekâsı yüksek bireylerin yaşamın anlamını daha yüksek düzeyde keşfedebildikleri, manevi inanç ve değerleri odaklı problem çözme yöntemleri kullandıkları ve kendisiyle ve çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurdukları tespit edilmiştir. Bu özellikler travma zamanlarında mevcut stresi azaltarak gelişim gösterme motivasyonunu arttıran ve gelişim göstermesi için zemin oluşturan bir işlev sağlamaktadır. Benzer araştırmalarda travma sonrası büyüme gelişme ile manevi zekâ arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.[523] Araştırma bulguları ile alanyazındaki ilişkili çalışmaların bulguları arasında tutarlılık gösterdiği görülmektedir.

[523] Diego Gomez-Baya, "Posttraumatic Growth after Domestic Violence: The Role of Emotional Intelligence", *European Journal Of Psychotraumatology*, c. 2 (2011); Yuki Nozaki, "The Relationships among Resilience and Posttraumatic Growth and Emotional Intelligence Based on a Distinction between the Self and Others Domains.", *Japanese Journal of Personality / Pasonariti Kenkyu*, c. 20, sy. 3 (2012), ss. 179-92 ; Lyuci Zhang vd., "Perceived Stress, Social Support, Emotional Intelligence, and Post-Stress Growth among Chinese Left-Behind Children: A Moderated Mediation Model", *Internatıonal Journal Of Envıronmental Research And Publıc Health*, c. 19, sy. 3 (2022); David Tuck, Lefteris Patlamazoglou, "The Relationship Between Traumatic Stress, Emotional Intelligence, and Posttraumatic Growth", *Journal of Loss and Trauma*, c. 24, sy. 8 (2019), ss. 721-35; F. Sadeghpour vd., "Emotional Intelligence as a Predictor of Posttraumatic Growth in Patients Undergoing Hemodialysis", *Illness Crisis and Loss*, c. 29, sy. 2 (2021), ss. 131-42; Hina Sultan vd., "Impact of Optimism on Posttraumatic Growth of Burn Survivors: Role of Emotional Intelligence, Gender and Severity of Burn Injury", *Khyber Medical University Journal*, c. 15, sy. 1 (2023), ss. 38-38; Abdulaziz Aflakseir, Fatemeh Manafi, "Posttraumatic Growth and its Relationship With Cognitive Emotion Regulation Strategies in Patients With Multiple Sclerosis in Shiraz, Iran", *Practice in Clinical Psychology*, c. 6 (2018), ss. 57-62; Huong Hoang vd., "Psychiatric Co-Morbidity in Multiple Sclerosis: The Risk of

Travma sonrası büyüme ve gelişmenin gerçekleşmesine etki eden önemli bireysel faktörlerden bir diğeri de Tanrı tasavvurlarıdır. Araştırma sonuçları örneklem grubunun daha çok olumlu Tanrı tasavvuruna sahip olduğunu bulgulamıştır (bkz. Tablo 5). Bu da "Algılanan Tanrı Tasavvuru ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiler vardır" şeklindeki 2 nolu hipotezi desteklemektedir (bkz. Tablo 23). Tanrı tasavvuru ve travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiye yönelik yapılan çalışmalara bakıldığında olumlu Tanrı tasavvurunun yaşamı sürdürme nedeni oluşturma ve manevi destek sağlama gibi pek çok dinî başa çıkma yöntemi sağladığı görülmektedir. Bu şekilde travma zamanlarında ruh sağlığının korunması sağlanmakta ve zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkılabilmektedir. Bu bilgiler ışığında "*Manevi zekâ ve algılanan Tanrı Tasavvuru travma sonrası büyüme gelişmeyi etkilemektedir*" şeklindeki 3 numaralı hipotez doğrulanmıştır. Benzer araştırmalarda travma sonrası büyüme gelişme ile olumlu Tanrı tasavvuru arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.[524] Araştırma bulguları ile alanyazındaki ilişkili çalışmaların bulguları arasında tutarlılık gösterdiği görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen verilere göre katılımcıların incelenen sosyo-demografik özelliklerinden cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medenî durum, sosyo-ekonomik düzey ve çocuk sahibi olma durumuna göre travma sonrası büyüme ve gelişmenin farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu da "*Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durumu, sosyo-ekonomik düzeyi, çocuk sahibi olma durumlarına göre travma sonrası büyüme ve gelişme seviyeleri farklılaşmaktadır*" şeklindeki 4 nolu hipotezin desteklendiğini göstermektedir. Travma sonrası büyüme ve gelişmenin demografik değişkenlerle

Depression and Anxiety before and after MS Diagnosis", *Multiple Sclerosis (Houndmills, Basingstoke, England)*, c. 22, sy. 3 (2016), ss. 347-53; Losiak, Nikiel, "Original Article Posttraumatic Growth in Patients after Myocardial Infarction", ss. 256-62; Eva Schraub vd., "Emotion Regulation as a Determinant of Recovery Experiences and Well-Being: A Day-Level Study", *International Journal of Stress Management*, c. 20 (2013), s. 309; Tedeschi, Calhoun, "Target Article", ss. 1-18.

524 Zeligman vd., "Posttraumatic Growth and Trauma in Flood Survivors", ss. 127-43; Wilt, Exline, "Receiving a gift from God in times of trouble", ss. 362-79; Hall vd., "Attachment to God and Implicit Spirituality", ss. 227-44; Tisdale vd., "Impact of Treatment on God Image and Personal Adjustment, and Correlations of God Image to Personal Adjustment and Object Relations Development", ss. 227-39; Jessica Downing, Christina Sinisi, Rebecca Foster, "The Effects of Self-Esteem, God Image, and Gender on Coping Methods", *Psi Chi Journal of Psychological Research*, c. 26, sy. 1 (2021), ss. 14-20; Peter Benson, Bernard Spilka, "God Image as a Function of Self-esteem and Locus of Control", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 12, sy. 3 (1973), ss. 297-310; Exline vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates", ss. 501-8; Tony Everett, "Where Is God in All This? Pastoral Leadership in Times of Crisis", *Clergy Journal*, c. 79, sy. 9 (2003), ss. 4-7.

ilişkisine bakıldığında cinsiyete göre kadın katılımcılar ile erkek katılımcılar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Dolayısıyla "*Kadınların travma sonrası büyüme ve gelişme seviyeleri erkeklere göre daha yüksektir*" şeklindeki hipotez 4-a'nın desteklendiği görülmektedir (bkz. Tablo 7). Literatürde yapılan çalışmalarda bir kısmında cinsiyet ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmediği görülürken, diğer kısmında ise kadınların erkeklere oranla travma sonrası büyüme ve gelişmelerinin anlamlı bir şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadınların duygu odaklı yapıları ve değişime daha açık olmaları travma sonrası büyüme ve gelişmenin kolaylaşmasını sağlayabilmektedir. Diğer yandan kadınların duygularını ifade etmede erkeklere oranla daha yeterli olmaları travma sonrası büyüme ve gelişmeyi raporlama olasılığının yüksek olmasını sağlamış olabilir.

Medeni durum ile travma sonrası büyüme ve gelişme ilişkisine bakıldığında evlilerin bekârlara göre daha yüksek puan elde ettiği tespit edilmiştir. Buna göre araştırmanın "*Evli bireyler bekârlara göre daha yüksek travma sonrası büyüme ve gelişme puanına sahiptir*" şeklindeki 4-b hipotezi doğrulanmıştır. Katılımcıların medeni duruma göre yaşam felsefelerinde anlamlı bir farklılaşma görülürken, medeni duruma göre benlik algısında ve başkalarıyla ilişkilerde değişim alt boyutlarında anlamlı bir ayrışma tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 9). Evlilik kurumunun bireye zorluklarla mücadelede destek vermesi ve iş bölümüyle yaşamı kolaylaştırması evli bireylerin travmatik durumlarla daha kolay başa çıkması suretiyle büyüme ve gelişme sağlamasına olanak tanıması bu bulguyu açıklamaktadır. Literatürde medeni durum ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olduğunu bulgulayan araştırmalar olduğu gibi medeni durum ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin ilişkili olmadığını bulgulayan çalışmalar da bulunmaktadır.

Yaş ile travma sonrası büyüme ve gelişme ilişkisine bakıldığında, yaş aralığı ile travma sonrası büyüme arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Travma sonrası büyüme ve gelişme alt gruplarından yaşam felsefesinde değişim düzeyi en yüksek 25-34 yaş aralığında görülürken, en düşük gelişimin 51 yaş ve üzerinde olduğu bulunmuştur. Buna göre araştırmanın "*Yaş arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır*" 4-c no'lu hipotezinin kısmen desteklendiği görülmektedir (bkz. Tablo 15). Daha genç yaşlardaki yaşam felsefesinde meydana gelen değişimin bireyin gelişim aşamalarıyla ilişkili olduğu söylenebilir. Ancak benlik algısında değişim ve başkalarıyla

ilişkilerde meydana gelen değişimin yaş aralığına göre farklılık göstermediği anlaşılmaktadır. Literatürde genç yaştaki bireylerin daha fazla büyüme ve gelişme gösterdiğine dair çalışmalar olduğu gibi yaş değişkenine göre gelişmenin değişmediği çalışmalar da bulunmaktadır.

Eğitim düzeyinin travma sonrası büyüme ve gelişme ile ilişkisine bakıldığında eğitim seviyelerine göre örneklem grubunun travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyleri arasında istatistiksel olarak farklılık görülmektedir. Yaşam felsefesinde değişim alt boyutunda ilkokul ve ortaokul düzeyindeki katılımcıların lise/üniversite ve yükseklisans/doktora mezunlarına göre daha düşük düzeyde travma sonrası büyüme ve gelişme gösterdiği görülmektedir (bkz. Tablo 12). Bu durumda "*Eğitim düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artmaktadır*" şeklindeki 4-d hipotezi desteklenmektedir. Lise/üniversite ve yükseklisans/doktora mezunları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Eğitim seviyesi yüksek olan bireyler yaşadığı travmatik olayın farklı yönlerini görebilmekte ve baş etme becerilerini etkin olarak kullanabilmektedir. Eğitim seviyesi yüksek bireylerin uzman yardımına baş vurma girişimlerinin daha fazla olması nedeniyle daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme ve gelişme gösterdikleri düşünülmektedir.

Katılımcıların sosyo-ekonomik durumunun travma sonrası büyüme ve gelişmeyi etkileyip etkilemediği bu çalışmanın konularından birisini oluşturmaktadır. Katılımcıların algıladıkları sosyo-ekonomik düzeye göre travma sonrası büyüme ve gelişme puanları incelendiğinde puanlarının birbirine çok yakın olduğu, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın bulunmadığı görülmektedir (Tablo 18). Bulgular "*Sosyo-ekonomik düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişme artış göstermektedir*" şeklindeki 4-e hipotezini desteklememektedir. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça bireylerin travmanın olumsuz etkilerinden uzaklaştıracak aktivitelere katılım olanakları arttığı için sosyo ekonomik düzeyin artmasıyla travma sonrası büyüme ve gelişmenin de artacağı öngörülmüştü. Ancak Müslüman-Türk örneklem olması nedeniyle maddi imkânlardan ziyade manevi yöntem ve metodlara yöneldikleri bu nedenle sosyo-ekonomik durum ile büyüme ve gelişmenin ilişkili bulunmadığı düşünülebilir. Alanyazında sosyo-ekonomik düzey arttıkça travma sonrası büyüme ve gelişmenin arttığı sonucuna ulaşan çalışmalar

olduğu gibi sosyo-ekonomik düzey azaltıkça büyüme ve gelişme puanlarının arttığını kaydeden çalışmalar da bulunmaktadır.

Demografik değişkenlerden son olarak katılımcıların çocuk sahibi olma durumuna göre travma sonrası büyüme ve gelişmelerinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yaşam felsefesinde değişim alt boyutunun çocuk sahibi olmayanlarda daha yüksek düzeyde gerçekleştiği, benlik algısında değişim ile başkalarıyla ilişkilerde değişim alt boyutlarında çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (bkz. Tablo 20). Bulgular "*Çocuk sahibi bireyler daha yüksek seviyede travma sonrası büyüme ve gelişme göstermektedir*" şeklindeki 4-f hipotezini desteklememektedir. Literatürde çocuk sahibi olan bireylerin travma sonrası büyüme ve gelişme düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Çocuk sahibi olan kişilerin çocuklarıyla kurdukları bağla travma zamanlarında sevgi ve şefkat gereksinimlerini karşılamaları bu duruma yol açabilmektedir. Diğer yandan çocuk sahibi olmanın bireyi büyütüp geliştirmesi çocuk sahibi olmayanlara göre daha düşük düzeyde puan almalarına neden olmuş olabilir.

Araştırmanın temel değişkenlerinden biri olan manevi zekâ ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin arasındaki ilişkileri incelemek üzere yapılan korelasyon ve regresyon analizleri sonucunda manevi zekâ alt boyutları olan kendini anlama, insani değerler, merhamet ve vicdanlılık ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutları olan yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu çerçevede kendini anlama ile yaşam felsefesinde, benlik algısında ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasındaki pozitif yönlü anlamlı ilişkiler dikkat çekmektedir. Regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında da travma sonrası büyüme ve gelişmenin en güçlü yordayıcılarının kendini anlama ve merhamet duygusu olduğu görülmektedir. Elde edilen bu sonuçlar, "*Kendini anlama ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*","*Kendini anlama ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*","*Kendini anlama ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki hipotez 5-a, 5-b ve 5-c'nin desteklendiğinin göstergesi olarak algılanabilir.

Manevi zekânın alt boyutu olan insani değerler ile travma sonrası büyüme gelişme arasındaki ilişki incelediğinde aralarında negatif zayıf bir ilişkinin varlığı görülmektedir

(bkz. Tablo 22). Bu nedenle "*İnsani değerler ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-d hipotezini desteklememektedir. Bu durumun nedeni olarak insani değerler olan alçak gönüllük, bilgelik, nezaket gibi özelliklere sahip olan bireylerin zorlu yaşam olaylarıyla daha iyi başa çıkabildikleri söylenebilir. Bu ise karşılaştığı olayı bir travma olarak görmemesine neden olmaktadır. Böylelikle travma sonrası büyüme ve gelişme için gerekli olan stres faktörü oluşmaması nedeniyle böyle bir sonuç elde edildiği düşünülebilir. İnsani değerler ile benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Bu sonuçlar "*İnsani değerler ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" ve "*İnsani değerler ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-e ve 5-f hipotezlerinin desteklenmediğini göstermektedir.

Manevi zekâ alt boyutu olan merhamet ile travma sonrası büyüme ve gelişme ilişkisi incelendiğinde merhamet ile yaşam felsefesinde değişim arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuca göre "*Merhamet ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-g hipotezi desteklenmemektedir. Merhamet alt boyutu ile benlik algısında değişim arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişki olduğu dolayısıyla "*Merhamet ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-h hipotezinin desteklendiği söylenebilir. Merhamet duygusunun yüksek olduğu bireylerde travma sonrası başkalarıyla ilişkilerin zayıf bir şekilde ancak pozitif anlamlı olarak arttığı görülmektedir (bkz. Tablo 22). Bu sonuca göre "*Merhamet ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 5-ı hipotezinin desteklendiği söylenebilir.

Manevi zekânın bir diğer alt boyutu olan vicdan ile travma sonrası büyüme ve gelişme incelendiğinde, iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır. Elde edilen bu sonuç "*Vicdanlılık ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki hipotez 5-j'nin desteklenmediğinin göstergesi olarak düşünülebilir. Vicdanlılık ile benlik algısındaki değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Buna göre "*Vicdanlılık ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" 5-k hipotezi ile "*Vicdanlılık ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir*

ilişki vardır" 5-l hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Araştırma bulgularına göre vicdan sahibi kimselerin yaşadığı olayı iyi davranışlarına rağmen bir ceza olarak düşünmeleri travma sonrası büyüme ve gelişme göstermelerinin önünde bir engel teşkil ettiği düşünülebilir.

Travma sonrası büyüme ve gelişmeyi yordayan değişkenlerin incelendiği regresyon analizinde manevi zekâ alt boyutlarından kendini anlamanın travma sonrası büyüme ve gelişmeyi en çok yordayan değişken olduğu tespit edilmiştir. Merhamet alt boyutunun ikinci anlamlı etkisi olan değişken olduğu söylenebilir. Vicdanlılık ve insani değerler alt boyutuyla travma sonrası büyüme ve gelişme arasında anlamlı bir etkileşim bulunmamıştır.

Araştırmanın temel değişkenlerinden Tanrı tasavvurları ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkilerin varlığını tespit etmek amacıyla korelasyon ve regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda her iki değişkene ait alt boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Buna göre olumlu Tanrı tasavvurları ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken olumsuz Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (bkz. Tablo 25). Bu sonuçlara göre "*Tanrı tasavvurları biçimleriyle travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkiler anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır*" şeklindeki 6 nolu hipotezinin kısmen desteklendiği söylenebilir.

Tanrı tasavvurları alt boyutu olan ilgisiz Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutlarının incelendiği araştırmamızda ilgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. İlgisiz Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim ve yaşam felsefesinde değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Korku ve ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişmenin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır (bkz Tablo 25). Bu bulgular doğrultusunda ana hipotez olan "*Algılanan Tanrı Tasavvuru ile travma sonrası büyüme gelişme arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler vardır*" şeklindeki 2 numaralı hipotezin kısmen desteklendiği görülmektedir.

Tanrı tasavvuru algısının alt boyutları incelendiğinde "*Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-g hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Benlik algısında değişim açısından "*Korku-ceza yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-h hipotezini destekleyen bulgular elde edilmemişken "*İlgisiz Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" 6-ı hipotezinin desteklendiği görülmektedir. Başkalarıyla ilişkilerde değişim incelendiğinde "*Korku-ceza yönelimli ve ilgisiz Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında negatif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-i hipotezini desteklenmediği görülmektedir.

Tanrı tasavvuru alt boyutlarından dengeli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamışken dengeli Tanrı tasavvuru ve benlik algısında değişim arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin varlığı görülmektedir (bkz. Tablo 25). Bu bulgular doğrultusunda "*Dengeli Tanrı tasavvuru ile yaşam felesefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-d hipotezi ile "Dengeli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır" şeklindeki 6-f hipotezi desteklenmediği, "*Dengeli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-e hipotezi desteklendiği görülmektedir.

Araştırmada incelenen olumlu Tanrı tasavvuru alt boyutu olan sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile travma sonrası büyüme ve gelişme alt boyutundan yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif anlamlı zayıf bir ilişkinin varlığı görülmektedir. Bu sonuca göre "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile yaşam felsefesinde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-a hipotezinin, "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile benlik algısında değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-b hipotezinin ve "*Sevgi yönelimli Tanrı tasavvuru ile başkalarıyla ilişkilerde değişim arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır*" şeklindeki 6-c hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tanrı tasavvurlarının travma sonrası büyüme ve gelişme düzeyi üzerinde tahmin edilen yordayıcı rolünün tespiti amacıyla regresyon analizi gerçekleştirimiştir. Analiz sonucuna göre en çok sevgi yönelimli Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmeyi

yordadığı ardından dengeli Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişmeyi açıklayıcı faktör olduğu söylenebilir. İlgisiz ve korku ve ceza yönelimli Tanrı tasavvurunun travma sonrası büyüme ve gelişme üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Sonuç olarak araştırmadan elde edilen veriler incelendiğinde temel hipotezlerin büyük oranda desteklendiği görülmektedir. Dolayısıyla teorik açıdan manevi zekâ ve Tanrı tasavvurları ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasında ilişki ve etkileşime yönelik ileri sürülen hipotezlerin ampirik bulgular tarafından desteklendiği söylenebilir.[525]

Genel olarak bireylerin bilgiyi işleme biçimi ve karşılaştığı problemlere alternatif çözümler bulma becerisi travma sonrası büyüme ve gelişmeyi destekleyen faktörlerin başında gelmektedir. Kişilerin karşılaştığı travmatik durum sonrasında mevcut şemaların yıkılması nedeniyle yaşadığı olayı anlamlandırma çabasına girmektedir. Çevreden gelen desteğin ve olayın ilk etkisinin azalmasının ardından bilişsel süreçler devreye girmekte ve yeni inançlar, amaçlar ve davranış stilleri oluşturulmaktadır. Uyum süreci sonrasında oluşturulan yeni benlik ile bireyler travma sonrası büyüme ve gelişme sürecine geçiş yapmaktadır.[526]

Bu aşamada benliği ile çevresi arasındaki sınırları fark eden, kendini anlayan bireylerin travmayla başaçıkma ve daha başarılı gelişim gösterme eğiliminde olduğu söylenebilmektedir. Bu süreçte birey kişiliği ve kişiliğinin ötesindeki realitelerle karşılaşmaktadır. Bu şekilde gerçekleştirdiği derin içe yönelişle karşılaştığı sorunları çözebilecek kabiliyet ve yetenekte olduğunu fark etmektedir. Kur'an-ı Kerim imtihanlar karşısında onları kabul duygusuyla karşılayabilmenin ön şartının iç yüzünü kavrayabilmek olduğunu bildirmektedir.[527] Bu durumu şu hadis açıkça ifade etmektedir: "Abdullah b. Mesud şöyle dedi: Resulullah'ın huzuruna vardım. Kendisi sıtmaya yakalanmıştı. Ey Allah'ın Resulü! Gerçekten şiddetli bir sıtma nöbetine tutuldunuz" dedim. "Evet, sizden iki kişinin çekebileceği kadar ıstırap çekmekteyim" buyurdu. (Herhâlde) bu iki kat sevap kazanmanız içindir dedim. "Evet, öyledir. Allah ayağına batan

[525] Downing, Sinisi, Foster, "The Effects of Self-Esteem, God Image, and Gender on Coping Methods", ss. 14-20.
[526] Calhoun, Tedeschi, "Positive Outcomes Following Bereavement", ss. 215-38.
[527] el-Kehf, 18/68.

bir diken veya başına gelen daha büyük bir sıkıntıdan dolayı Müslümanın günahlarını bağışlar. O Müslümanın günahları ağaç yaprakları gibi dökülür" buyurmuştur.[528]

Yaşamda benlik dönüşümünü inşa edecek ilahî inşânın, ilahî rahmete, onun da gözyaşına bağlı olduğu Belh sûfîlerinden Ahmed b. Hadraveyh'in helva satan çocuğu ağlatmasıyla ilgili menkıbede sembolik bir anlamla ifade edilmiştir.[529] Karşılaşılan zorluk ve mücadelelerin kimin tarafından hangi amaçla gönderildiğini anlayan birey bir sınavda olduğu bilinciyle yaşadıklarının her aşamasını gelişim basamağı olarak kullanabilmektedir. Dünyanın zorluklarının ve mutluluklarının bir imtihan olduğu Kur'an-ı Kerim'de pek çok yerde zikredilmektedir.[530]

Hz. Peygamber'den aktarılan rivayetlerde musibet ve sıkıntı zamanlarında kişinin sağlıklı bir bakış açısına sahip olması ve doğru tepkiler vermesi hedeflenmiştir. Bu durumlar ahiretteki sonuçları bakımından ele alınmıştır. İnanan kimsenin musibetler karşısındaki tavrını "Mü'min kişinin misali, bir sap üzerinde biten taze ekine benzer. Rüzgâr ona hangi taraftan gelirse onu eğer, yaprağı diğer tarafa meyleder (fakat yıkılmaz). Rüzgâr sakinleştiğinde yine doğrulur. İşte müminin durumu da bu şekildedir. Bela sebebiyle

[528] İbn Mace, "Fiten", 23, 2/133 (No. 4024); Ayrıca bk. Buhârî, "Merdâ", 3, 7/115(No. 5648)

[529] Hikâye şöyledir: Ahmed b. Hadraveyh devrinde etrafına yaptığı hayır ve cömertliği ile tanınmış bir şeyhti. Hatta bu cömertliği öylesine bir boyutta idi ki kendi parası yetmediği zamanlar zenginlerden borç alır, infâk ederdi. Borçlarının miktarı sonunda dört yüz dinara ulaştı. Şeyh de hastalanıp ölüm yatağına düşünce bütün borçlular Şeyh'in tekkesine toplandılar. Şeyh etrafına toplanan borçluların "Adam bizim parayı vermeden öbür tarafa gidecek" diye iyice ümitlerini kesip sinirlenmelerine rağmen Şeyh onların bu hâline hiç aldırış etmeden kendi hâli ile uğraşıyor içinden de "Şu su-i zanna düşenlere bak. Sanki Allah'ın dört yüz dinarı yok mu, diye geçiriyordu. O esnada sokaktan geçen bir çocuğun helva sattığı duyuldu. Şeyh, hizmetçisine işaretle misafirlere ikram için çocuğun helvasının tamamını almasını istedi. Pazarlıktan sonra helva getirilip yenir. Tabak boşalır. Fakat çocuk tabağını ve parasını almak için içeri gelince Şeyh der ki: "Ben parayı nereden bulayım? Hem borçlu bir adamım, hem de yokluk/adem tarafına gidiyorum!" Bunun üzerine çocuk ağlayıp feryat eder. Çocuğun feryadını duyan herkes oraya toplanır. İnsanlar "Bizim malımızı yiyip Hakk'ın huzuruna borçlu gittiği yetmiyormuş gibi bir de zavallı çocuğun ahını alıyor, diye söyleniyor, şeyhi kınıyorlardı. Şeyh ise ne o çocuğa ne de etrafında toplanan kalabalığa bakmadan canını teslim ile meşguldü. Çocuk ikindi vaktine kadar böylece ağlayıp durdu. İkindi olunca cömert bir zenginin hizmetçisi şeyhin tekkesine üzeri örtülü bir tabakla çıkagelir. Tabağı şeyhe takdim eder. Şeyh tabağın üzerindeki örtüyü kaldırınca tabağın bir kenarında borçlarının toplamı olan dört yüz dinar ile diğer kenarında da çocuğun helva parasının miktarı olan yarım dinarın bir kağıda sarılı olarak durduğu görülür. Bunun üzerine orada bulunan herkes şeyh hakkındaki kınama ve sözlerinden dolayı ondan özür dileyip bu kerâmetin sırrını ona sorarlar. Daha önce konuşmayan şeyh de konuşarak kendisine kötü söz söyleyen herkese hakkını helal ettiğini söyler ve bunun sırrını şöyle îzah eder: "Ben Hak'tan bunu istedim O da bana doğru yolu göstererek buyurdu ki: 'Gerçi O dinar az bir paradır. Fakat gelmesi çocuğun ağlamasına bağlıdır.' Bu yüzden helva satan çocuk ağlamasaydı, rahmet denizi coşmazdı. (bkz. Mesnevî, c. II, b. 376-442).

[530] el-Arâf, 7/163, el-Enfâl 8/17, el-İbrâhîm 14/6, el-Ahzâb 33/11, el-Muhammed 47/31.

eğilir (fakat yıkılmaz). Haktan yüz çeviren kâfir ise sert, dümdüz duran çam ve selvi gibidir. Nihayet Allah onu dilediği zaman (bir seferde) kırar devirir."[531]

Travma sonrası büyüme ve gelişim gösteren bireylerin oluşturdukları yeni benliğin nefes alışverişi gibi âlemle bir bütün içerisinde olduğu görülmektedir. Nitekim "Biz senin göğsünü açmadık mı"[532] ayet-i kerimesinin tefsirinde Hz. Peygamber'in kalbine inen nur ile tüm üzüntü ve kederden kurtulduğu, sıkıntı ve felah hallerinin her ikisinde de gönlünün rahat olduğu, yükümlü olduğu görevi eda ile meşgul olduğu bildirilmektedir.[533]

İslam filozoflarına göre bireyin benliği yapılandırmasının başlangıcını Tanrı'ya yönelik tasavvurları oluşturmaktadır. Benlik yapılandırmasının nihaî hedefi ise Tanrı gibi davranma (onun özelliklerini edinme) olarak kabul edilmektedir.[534] Burada kişilik ötesi teoriyle içkinliği elde eden ama aynı zamanda aşkınlığa bakabilen teorik bir yapı hedeflenmektedir.[535]

Plotinus'a göre beden ve ruh arasında ilahî zekâ olarak adlandırdığı can bulunmaktadır. Bu canın görevi ilahî zekâ ile birleşmek ve birliği deneyimlemektir. Bu düşünce bireyin içinde olan ilahî özün daha yüksek bir aşamaya getirilebileceği inancıdır. Bireyin Tanrı'yı dışarıda araması yerine ilahî olanın bireyde tecelli edebileceğini savunmaktadır. İçimizdeki ilahî olanı deneyimleyebilmek için ilahî akıl ve iyilik üzerine bilgelik, sağduyu, adalet, cesaret gibi erdemli davranışların uygulamaya geçirilmesi gerekmektedir.[536] Wilber'a göre burada otantik bir dinî tecrübe olan vecd hali yaşanmaktadır.[537] Wiedemann'ın bütünsellik ikileminin aşıldığı, kişinin tamamıyla kendini gerçekleştirdiği ve aşkın varlığa sonuna kadar teslim olduğu aşama olarak tanımlanmaktadır. [538] Bu noktada hayat anlamını bulurken evrene aşkla bakılan aşkınlık tecrübesi yaşanmaktadır. Çıkılan ilahî aşk mertebesinde tüm üzüntü ve sıkıntıların latif

[531] Buhârî, "Tevhîd", 31, 9/137 (No. 7466).
[532] el-İnşirah, 94/1
[533] Elmalılı Hamdi Yazır, *Hak Dini Kur'an Dili Türkçe Tefsiri*, İstanbul: Eser Neşriyat, 1992, c. VIII, ss. 525-26.
[534] Düzgün, "Allah Tasavvurlarını Tartışmanın Problematiği", s. 36.
[535] Frederic Wiedeman, *İki Dünya Arasında: Bütünsellik Bilmecesi*, çev. Bora Yaşatürk, İstanbul, 2002, s. 31.
[536] Vaughana Feary, "Spirituality and Philosophical Practice: Counseling with Clients in Crisis", *Philosophical Practice: Journal of the American Philosophical Practitioners Association (American Philosophical Practitioners Association)*, c. 9, sy. 3 (2014), s. 1415.
[537] Wilber, "Bir Gelişimsel Bilinçlilik Modeli", s. 45.
[538] Wiedeman,a.g.e. s. 31.

duygulara dönüştüğü görülmektedir. Bu noktada manevi zekâ, mana âleminden bu dünyaya bakabilen bir görüşü tecrübe edebilen yetkinliğe ulaşmaktadır. Manevi zekâsı yüksek olumlu Tanrı tasavvuruna sahip olan bireyler Frankl'ın ifadesiyle "hayattan ne bekliyorum?" sorusunu aşarak "hayat benden ne bekliyor?" sorusunu sormak suretiyle[539] hayatta kurban rolünden hayatının tasarımcısı düzeyine çıkabilmektedir.

II. ÖNERİLER

Araştırmanın özellikle din psikolojisi alanında manevi danışmanlık ve rehberlik teori ve uygulamalarında kriz danışmanlığı, manevi zekâ, Tanrı tasavvurları ve travma sonrası büyüme kuramlarıyla ilgili yapılacak çalışmalara katkı sağlaması beklenmektedir. Bu konularda farklı örneklemlere uygulanacak farklı değişkenlerle ilişki ve etkileşim ortaya çıkarılacak çalışmaların yapılması alana katkı sağlayacaktır. Araştırma sonuçlarının genellenebilmesi için aynı değişkenler farklı gruplarla test edilmek suretiyle daha geniş bilgiler edinilebilir.

Bu araştırmada ele alınan travma sonrası büyüme, manevi zekâ ve Tanrı tasavvurları değişkenleri görece son dönem önem kazanan kavramlardır. Her üçü için de kültürel bağlamda yapılacak çalışmalar literatüre anlamlı katkı sağlayabilir. Örneğin manevi zekâyı arttıracak değişkenler üzerinde çalışmalar yapılabilir. Benzer şekilde travma sonrası büyüme ve gelişme pek çok değişkenden etkilenen dinamik bir olgudur. Bu nedenle bireysel ve sosyal faktörlerden kader algısı, algılanan sosyal destek, çocukluk yaşantıları gibi değişkenler ile travma sonrası büyüme ve gelişme arasındaki ilişkilerin incelenmesi önem arz etmektedir.

Travma sonrası büyüme ve gelişme yaşam felsefesinde değişim, benlik algısında değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişimle tanımlanmaktadır. Yapılan araştırmalar içsel güç duygularında değişim, önceliklerde değişim ve başkalarına duyulan güvende artma olarak yeni boyutların var olduğunu göstermektedir. Sonraki çalışmalarda travma sonrası manevi gelişme üzerine ampirik çalışmalar yapılması din psikolojisi alanına katkı sağlayacaktır.

---

[539] Viktor E. Frankl, "The Will to Meaning", *Journal of Pastoral Care*, c. 12 (1958), ss. 82-88 akt. Jeffrey A. Albaugh, "Spirituality and Life-Threatening Illness: A Phenomenologic Study", *Oncology Nursing Forum*, c. 30, sy. 4 (2003), ss. 593-98.

Bu araştırmanın deseni geriye dönük ve kesitsel bir çalışma olarak planlanmıştır. Oysa travmatik olaylardan sonra ortaya çıkan tepkiler sonuç olma kadar süreç olma özelliği de taşımaktadır. Dolayısıyla geriye dönük bir çalışmada tüm faktörlerin ilişkisini incelemenin zor olduğu düşünülmektedir. Boylamsal çalışmaların bu faktörler arasındaki ağı inceleme aşamasında daha açıklayıcı olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma ölçeklerle yürütülen nicel araştırmaların tüm sınırlılıklarını taşımaktadır. Bu sınırlılıkların azaltılabilmesi için nitel çalışmalarla desteklenmesinin fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Travma sonrası büyümeyi desteklemek amacıyla bilişsel duygu düzenleme temelli grupla manevi zekâ ve Tanrı tasavvuru değişkenlerinin çalışıldığı manevi danışmanlık ve rehberlik programı hazırlanıp, bireyler üzerindeki etkisi araştırılabilir.

KAYNAKÇA

ACLUNİ İsmail b Muhammed EL-, *Keşfü'l Hafa (4 Cilt)*, çev. Mustafa Genç, İstanbul: Beka Yayınları, 2019.

AFLAKSEİR Abdulaziz, Fatemeh MANAFİ, "Posttraumatic Growth and its Relationship with Cognitive Emotion Regulation Strategies in Patients with Multiple Sclerosis in Shiraz, Iran", *Practice in Clinical Psychology*, c. 6 (2018), ss. 57-62, doi:10.29252/nirp.jpcp.6.1.57.

AGHABABAEİ Naser, Agata BŁACHNİO, Masoume AMİNİKHOO, "The Relations of Gratitude to Religiosity, Well-being, and Personality", *Mental Health Religion & Culture*, c. 21 (2018), ss. 408-17, doi:10.1080/13674676.2018.1504904.

AGHABABAEİ Naser, Mohammad Taghi TABİK, "Gratitude and Mental Health: Differences between Religious and General Gratitude in a Muslim Context", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 16, sy. 8 (2013), ss. 761-66, doi:10.1080/13674676.2012.718754.

AKSÖZ Tuncay, "İnsan Benliğinin Arınması", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 17, sy. 31 (2015), ss. 81-101, doi:10.17335/sakaifd.219896.

ALBAUGH Jeffrey A., "Spirituality and Life-Threatening Illness: A Phenomenologic Study", *Oncology Nursing Forum*, c. 30, sy. 4 (2003), ss. 593-98, doi:10.1188/03.ONF.593-598.

ALLPORT Gordon Willard, *The Individual and His Religion: A Psychological Interpretation*, New York: Macmillan Pub Co, 1967.

ANIMASAHUN Rotimi A., "Intelligent Quotient, Emotional Intelligence and Spiritual Intelligence as Correlates of Prison Adjustment among Inmates in Nigeria Prisons", *Journal of Social Sciences*, c. 22, sy. 2 (2010), ss. 121-28, doi:10.1080/09718923.2010.11892792.

ANİSSİAN Mahnaz, *Eros in Sufism: Journey to Mystical Love*, (Doktora Tezi), USA: Pacifica Graduate Institute, 2005.

APA American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)*, 5.b., Washington, D.C: American Psychiatric Association, 2013.

ARICI İsmail, Behlül TOKUR, "İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Tanrı Algıları ve Hoşgörü Eğilim Düzeyleri Ara", *Journal of Turkish Studies*, c. 12, sy. 10 (2017), ss. 31-48.

ARİSTOTELES, *Metafizik*, çev. Ahmet Arslan, İstanbul: Sosyal Yayınlar, 2010.

AUGUSTYN Brian vd., "Relational Spirituality: An Attachment-Based Model of Spiritual Development and Psychological Well-Being", *Psychology of Religion and Spirituality*, c. 9 (2016), doi:10.1037/rel0000100.

AYALTI Ezgi Etişken, Seda BAYRAKTAR, "Examination of Factors Related with Posttraumatic Growth in Infertile Individuals", *International Journal of Social Sciences and Education Research*, c. 3, sy. 4 (2017), ss. 1216-32, doi:10.24289/ijsser.321913.

AYDIN Adeviye, Duygu HİÇDURMAZ, "Nursing and Interpersonal Sensitivity", *Journal of Psychiatric Nursing*, c. 7, sy. 1 (2016), ss. 45-49, doi:10.5505/phd.2016.96158.

AYTAP Abdullah, *Descartes'da Tanrı Problemi*, (Yüksek Lisans Tezi), Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı Din Felsefesi Bilim Dalı, 2003.

AYTEN Ali, Nur CESUR, "Hemodializ Hastalarında Travma Sonrası Manevi Gelişim Üzerine Nitel Bir Çalışma", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, c. 22, sy. 1 (2022), ss. 155-86, doi:10.33415/daad.1030537.

BAHADIR Abdülkerim, "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, ed. Hayati Hökelekli, Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002, s. 255-306.

BALBONI Tracy vd., "Support of Cancer Patients' Spiritual Needs and Associations with Medical Care Costs at the End of Life", *Cancer*, c. 117, sy. 23 (2011), ss. 5383-91, doi:10.1002/cncr.26221.

BANDURA Albert, *Social Learning Theory*, New Jersey: Prentice Hall, 1977.

BARNARD Laura K., John F. CURRY, "Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions", *Review of General Psychology*, c. 15, sy. 4 (2011), ss. 289-303, doi:10.1037/a0025754.

BARTHOLOMEW Kim, Leonard M. HOROWİTZ, "Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-category Model", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 61, sy. 2 (1991), ss. 226-44, doi:10.1037/0022-3514.61.2.226.

BATAILLE Georges, *Nietzsche Üzerine*, çev. Mukadder Yakupoğlu, İstanbul: Kabalcı Yayınları, 2000.

BAYKAN Erdal, *Düşünceye Gelmeyen Tanrı Sorunu ve Mevlana*, 1.b., İstanbul: Bilge Adam Yayınları, 2005.

BAYNAL Fatma, *Cemaat ve Tarikat Ekseninde Kadın*, İstanbul: Rağbet Yayınları, 2017.

BAYRAKTAR Seda, *Kanser Hastalarında Travma Sonrası Gelişim Olgusunun ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2008.

BEAUVAIS Audrey, Julie G. STEWART, Susan DENISCO, "Emotional Intelligence and Spiritual Well-Being: Implications for Spiritual Care", *Journal of Christian Nursing: A Quarterly Publication of Nurses Christian Fellowship*, c. 31, sy. 3 (2014), ss. 166-71, doi:10.1097/cnj.0000000000000074.

BECK Richard, Angie MCDONALD, "Attachment to God: The Attachment to God Inventory, Tests of Working Model Correspondence, and an Exploration of Faith Group Differences":, *Journal of Psychology and Theology*, c. 32, sy. 2 (2004), ss. 92-103, doi:10.1177/009164710403200202.

BENSON Peter, Bernard SPİLKA, "God Image as a Function of Self-esteem and Locus of Control", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 12, sy. 3 (1973), ss. 297-310, doi:10.2307/1384430.

BONANNO George A., "Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Aversive Events?", *The American Psychologist*, c. 59, sy. 1 (2004), ss. 20-28, doi:10.1037/0003-066X.59.1.20.

BOSTANCI Mehmet vd., "Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, c. 3, sy. 3 (2002), ss. 155-61.

BOWELL Richard A., *7 Adımda Ruhsal Zekâ*, ed. Zuhal Doğan, İstanbul: Hayat Yayınları, 2007.

———, *The 7 Steps of Spiritual Intelligence: The Practical Pursuit of Purpose, Success and Happiness*, UNKNO, 2004.

BOWLBY John, *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*, New York: Basic Books, 1969.

BOYSAN Murat vd., "Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı", *TAF Preventive Medicine Bulletin*, c. 5, sy. 11 (2012), ss. 617-24.

BRADSHAW Matt, Christopher G. ELLİSON, Kevin J. FLANNELLY, "Prayer, God Imagery, and Symptoms of Psychopathology", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 47, sy. 4 (2008), ss. 644-59, doi:10.1111/j.1468-5906.2008.00432.x.

BRAY Peter, "Bereavement and Transformation: A Psycho-Spiritual and Post-Traumatic Growth Perspective", *Journal of Religion and Health*, c. 52, sy. 3 (2013), ss. 890-903, doi:10.1007/s10943-011-9539-8.

BRIERE John N., Catherine SCOTT, *Travma Terapisinin İlkeleri: Belirtiler, Değerlendirme, ve Tedavi İçin Bir Kılavuz: Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz -DSM-5 İçin Güncellenmiş*, çev. Betül Dilan Genç, İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 2016.

BROWN Kirk, Tim KASSER, "Are Psychological and Ecological Well-Being Compatible? The Role of Values, Mindfulness, and Lifestyle", *Social Indicators Research*, c. 74 (2005), ss. 349-68, doi:10.1007/s11205-004-8207-8.

BUCKE Richard M., John WHİTE, "Kendilik/Self Bilincinden Kozmik Bilince", *Aydınlanma Nedir*, İstanbul: Ayna Yayınevi, 2017, s. .

BURGER Jerry M., *Kişilik/Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*, çev. İnan Deniz, Erguvan Sarıoğlu, İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2021.

BUSCAGLIA Leo, *Kişilik / Tümüyle İnsan Olabilme Sanatı*, çev. Nejat Ebcioğlu, İstanbul: İnkılap Kitabevi, 1987.

BÜYÜKÖZTÜRK Şener, *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, 21.b., Ankara: Pegem Akademi, 2015.

CALHOUN Lawrence G. vd., "Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth", *Psychologica Belgica*, c. 50, sy. 1-2 (2010), ss. 125-43, doi:10.5334/pb-50-1-2-125.

CALHOUN Lawrence G., Richard G. TEDESCHI, (ed.), *Facilitating Posttraumatic Growth: A Clinician's Guide*, New York: Routledge, 1999.

———, "Positive Aspects of Critical Life Problems: Recollections of Grief", *Omega: Journal of Death and Dying*, c. 20, sy. 4 (1990), ss. 265-72.

———, "Posttraumatic Growth: Future directions", *Posttraumatic growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*, ed. Crystal L. Park, Lawrence Calhoun, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 1998, c. 50, ss. 215-38.

———, (ed.), *The Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*, 1.b., Mahwah, N.J: Routledge, 2006.

CALHOUN Lawrence, Richard TEDESCHI, "The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations", *Psychological Inquiry*, c. 15 (2004), ss. 93-102, doi:10.1207/s15327965pli1501_03.

CAMERON C. Daryl, Barbara L. FREDRİCKSON, "Mindfulness Facets Predict Helping Behavior and Distinct Helping-related Emotions", *Mindfulness*, c. 6, sy. 5 (2015), ss. 1211-18, doi:10.1007/s12671-014-0383-2.

CAMİ Abdurrahman, *Nefehatü'l-Üns*, Tahran, 1370.

CAN Abdullah, *Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, 3.b., Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2014.

———, *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*, 7.b., Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2019.

CANAN Sinan, *Değişen Beynim*, 1.b., Tuti Kitap, 2015.

CANN Arnie vd., "The Core Beliefs Inventory: A Brief Measure of Disruption in the Assumptive World", *Anxiety, Stress, and Coping*, c. 23, sy. 1 (2010), ss. 19-34, doi:10.1080/10615800802573013.

CAPLAN Gerald, *Principles of Preventive Psychiatry*, 2.b., Basic Books, Inc., 1964.

CAPTARI Laura E., Shelley A. RIGGS, Krystal STEPHEN, "Attachment Processes Following Traumatic Loss: A Mediation Model Examining Identity Distress, Shattered Assumptions, Prolonged Grief, and Posttraumatic Growth", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*, c. 13, sy. 1 (2021), ss. 94-103, doi:10.1037/tra0000555.

CARNELLEY Katherine B. vd., "The Time Course of Grief Reactions to Spousal Loss: Evidence from a National Probability Sample", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 91, sy. 3 (2006), ss. 476-92, doi:10.1037/0022-3514.91.3.476.

CASERTA Michael vd., "Stress-Related Growth Among the Recently Bereaved", *Aging & mental health*, c. 13, sy. 3 (2009), ss. 463-76, doi:10.1080/13607860802534641.

CASTELLA Rosemary DE, Janette Graetz SİMMONDS, "'There's a Deeper Level of Meaning as to What Suffering's All About': Experiences of Religious and Spiritual Growth Following Trauma", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 16, sy. 5 (2013), ss. 536-56, doi:10.1080/13674676.2012.702738.

CEBECİOĞLU Ethem, "Prof. Nîcholson'un Kronolojik Esaslı Tasavvuf Tarifleri", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 29, sy. 1-4 (1987), ss. 387-406.

CESUR Gizem, *Yetişkinlerde Travmatik Yasın ve Travma Sonrası Büyümenin Psikososyal Belirleyicileri*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2012.

CEVİZCİ Ahmet, "Paradigma Felsefe Sözlüğü", *Tanrı maddesi*, İstanbul: Paradigma Yayınları, 1999.

CHARKHABİ Morteza vd., "The Effect of Spiritual Intelligence Training on the Indicators of Mental Health in Iranian Students: An Experimental Study", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 159 (2014), ss. 355-58, doi:10.1016/j.sbspro.2014.12.387.

CHAUDHARY Bhaskar, Mayank ASWAL, "Imparting Spiritual Intelligence Curriculum in Our Classrooms", *European Academic Research*, c. 1, sy. 7 (2013), ss. 1508-15.

CHODRON Pema, *When Things Fall Apart: Heart Advice for Difficult Times*, Shambhala Publications, 2000.

CHOPKO Brian, Robert SCHWARTZ, "The Relation Between Mindfulness and Posttraumatic Growth: A Study of First Responders to Trauma-Inducing Incidents", *Journal of Mental Health Counseling*, c. 31, sy. 4 (2009), ss. 363-76, doi:10.17744/mehc.31.4.9w6lhk4v66423385.

COHEN Lawrence H., Tanya R. HETTLER, Natalia PANE, "Assessment of posttraumatic growth", *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, The LEA series in personality and clinical psychology, New York: Psychology Press, 2008, s. 23-42.

COHEN Miri, Maya NUMA, "Posttraumatic Growth in Breast Cancer Survivors: A Comparison of Volunteers and Non-Volunteers", *Psycho-Oncology*, c. 20, sy. 1 (2011), ss. 69-76, doi:10.1002/pon.1709.

COLE Alison S., Steven Jay LYNN, "Adjustment of Sexual Assault Survivors: Hardiness and Acceptance Coping in Posttraumatic Growth", *Imagination, Cognition and Personality*, c. 30, sy. 1 (2010), ss. 111-27, doi:10.2190/IC.30.1.g.

COLE Brenda S. vd., "Assessing Spiritual Growth and Spiritual Decline Following a Diagnosis of Cancer: Reliability and Validity of the Spiritual Transformation Scale", *Psycho-Oncology*, c. 17, sy. 2 (2008), ss. 112-21, doi:10.1002/pon.1207.

COOMBS Robert H., "Marital Status and Personal Well-being: A Literature Review", *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, c. 40, sy. 1 (1991), ss. 97-102, doi:10.2307/585665.

CORDOVA M. J. vd., "Posttraumatic Growth Following Breast Cancer: A Controlled Comparison Study", *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, c. 20, sy. 3 (2001), ss. 176-85.

CREAMER Mark, Philip BURGESS, Phillipa PATTİSON, "Reaction to Trauma: A Cognitive Processing Model", *Journal of Abnormal Psychology*, c. 101, sy. 3 (1992), ss. 452-59, doi:10.1037/0021-843X.101.3.452.

CRESWELL John W., *Araştırma Deseni Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*, çev. Selçuk Beşir Demir, Ankara: Eğiten Kitap, 2017.

CUNNINGHAM James B., James O. ALDRICH, *Using SPSS: An Interactive Hands-On Approach*,2.b., London: Sage Publications, 2016.

CURRIER Joseph M. vd., "Cognitive Processing of Trauma and Attitudes toward Disclosure in the First Six Months after Military Deployment", *Journal of Clinical Psychology*, c. 69, sy. 3 (2013), ss. 209-21, doi:10.1002/jclp.21930.

ÇABUKER Nurdan DOĞRU, Seher BALCI ÇELİK, "Examination of the Effectiveness of Post-Traumatic Growth Psychoeducation Program", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, c. 39, sy. 1 (2020), ss. 174-84, doi:10.7822/omuefd.676524.

ÇEPNİ Salih, *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş*, 7.b., Trabzon: Celepler Matbaacılık, 2014.

ÇOLAKOĞLU Tuba, *Kalp Krizi Geçirmiş Bireylerde Travma Sonrası Gelişim ile Öz-Duyarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Bilim Üniversitesi, 2013.

DANIEL Terri, "Grief as a Mystical Journey: Fowler's Stages of Faith Development and Their Relation to Post-Traumatic Growth", *Journal of Pastoral Care & Counseling*, c. 71, sy. 4 (2017), ss. 220-29.

DASH Manaswini, Puspita PATNAIK, "Role of Spiritual Intelligence in Emotional Intelligence and Mental Health", *Indian Journal of Positive Psychology*, c. 6, sy. 3 (2015), ss. 279-82.

DAVIES Oliver, *Theology of Compassion by Oliver Davies*, 2001.

DAVIS Christopher G., Jolene M. MCKEARNEY, "How do People Grow from Their Experience with Trauma or Loss?", *Journal of Social and Clinical Psychology*, c. 22, sy. 5 (2003), ss. 477-92, doi:10.1521/jscp.22.5.477.22928.

DAVIS Edward vd., "Faith in the Wake of Disaster: A Longitudinal Qualitative Study of Religious Attachment Following a Catastrophic Flood", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, c. 11 (2019), doi:10.1037/tra0000425.

DECI Edward L., Richard M. RYAN, "Motivation, Personality, and Development within Embedded Social Contexts: An Overview of Self-determination Theory", *The Oxford handbook of human motivation*, Oxford library of psychology, New York, NY, US: Oxford University Press, 2012, s. 85-107, doi:10.1093/oxfordhb/9780195399820.013.0006.

DECI Paul A. vd., "Computer Prediction of Serum Theophylline Concentrations in Ambulatory Patients", *Therapeutic Drug Monitoring*, c. 7, sy. 4 (1985), s. 421.

DEIKMAN Arthur J., "Sufizm ve Psikiyatri", *Sufi Psikolojisi*, ed. Kemal Sayar, İstanbul: İnsan Yayınları, 2000, s. .

DEIN Simon, Roland LİTTLEWOOD, "The Voice of God", *Anthropology & Medicine*, c. 14, sy. 2 (2007), ss. 213-28, doi:10.1080/13648470701381515.

DEKEL Sharon, Christine MANDL, Zahava SOLOMON, "Shared and Unique Predictors of Post-Traumatic Growth and Distress", *Journal of Clinical Psychology*, c. 67, sy. 3 (2011), ss. 241-52, doi:10.1002/jclp.20747.

DENNEY Ryan, "Posttraumatic Spiritual Growth: A Phenomenological Study of Cancer Survivors", *Dissertations*, 2009, https://aquila.usm.edu/dissertations/1054.

DESCARTES René, *The Philosophical Writings of Descartes*, çev. John Cottingham vd., Cambridge: Cambridge University Press, 1991.

DİRİK Gülay, *Romatoid Artrit Hastalarinda Travma Sonrası Gelişim ve Psikolojik Sıkıntılar: Kaynakların Korunması Kuramı Kapsamında Bir Değerlendirme*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006.

DOĞAN Mebrure, "Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Gelişimlerinde İçsel Dinî Motivasyon, Dinî Başa Çıkma, Sabır ve Şükrün Rolü", *Turkish Studies Comparative Religious Studies*, c. XIII, sy. 25 (2018), ss. 207-30.

DOĞAN Türkan, Özgür ERDUR BAKER, *Afetler Krizler Travmalar ve Psikolojik Yardım*, Ankara: Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Derneği, 2014.

DONALD James vd., "Does Your Mindfulness Benefit Others? A Systematic Review and Meta-analysis of the Link between Mindfulness and Prosocial Behaviour", *British Journal of Psychology*, c. 110 (2018), doi:10.1111/bjop.12338.

DONG Chaoqun vd., "Posttraumatic Growth Within the First Three Months after Accidental Injury in China: The Role of Self-disclosure, Cognitive Processing, and Psychosocial Resources", *Psychology, health & medicine*, c. 20 (2014), ss. 1-11, doi:10.1080/13548506.2014.913795.

DOWNING Jessica, Christina SINISI, Rebecca FOSTER, "The Effects of Self-Esteem, God Image, and Gender on Coping Methods", *Psi Chi Journal of Psychological Research*, c. 26, sy. 1 (2021), ss. 14-20, doi:10.24839/2325-7342.JN26.1.14.

DRAPER Brian, *Spiritual Intelligence: A New Way of Being*, New edition., Oxford: Lion Hudson, 2009.

DRYER Christopher, Yosi AMRAM, *Integrated Spiritual Intelligence Scale (ISIS): Development and Preliminary Validation*, Palo Alto,CA: Institute of Transpersonal Psychology, 2008.

DURAK Emre Şenol, *Miyokard Enfaktüs Hastaları ve Eşlerinde Travma Sonrası Gelişimin Belirleyicileri Olarak Çevresel ve Bireysel Kaynaklar, Olayı Algılama, Bilişsel İşlemleme ve Baş Etme*, (Doktora Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007.

DÜNDAR Nihan, *The Mediating Role of Coping Strategies the Basic Personality Traitsptg and Locus of Control- PTG Relationships in the Breast Cancer Patients*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, 2012.

DÜRÜ Çağay, *Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyümenin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi ve Bir Model Önerisi*, (Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi, 2006.

DÜZGÜN Şaban Ali, "Allah Tasavvurlarını Tartışmanın Problematiği", Tasavvurları ve Sosyal Hayata Yansımaları Sempozyumu, Sakarya, 2005.

EBRAHİMİ Mahin vd., "Effectiveness of Training of Spiritual Intelligence Components on Depression, Anxiety, and Stress of adolescents", *Journal of Medicine and Life*, c. 8, sy. Spec Iss 4 (2015), ss. 87-92.

EHLERS Anke, David M. CLARK, "A Cognitive Model of Posttraumatic Stress Disorder", *Behaviour Research and Therapy*, c. 38, sy. 4 (2000), ss. 319-45, doi:10.1016/s0005-7967(99)00123-0.

EKŞİ Halil, Selami KARDAŞ, "Spiritual Well-Being: Scale Development and Validation", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 2, sy. 1 (2017), ss. 73-88.

ELKIND David, "The Origins of Religion in the Child", *Review of Religious &search*, sy. 12 (1970), ss. 35-42.

EMMONS Robert A., "Maneviyat Bir Zekâ mıdır? Güdülenme, Biliş ve Nihaî İlgi Psikolojisi", çev. Fatma Şengül, Ali Ulvi Mehmedoğlu, 2008, https://openaccess.marmara.edu.tr//handle/11424/1698.

———, *The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality*, 1.b., New York, NY: The Guilford Press, 1999.

ERDOĞAN Emine, "Tanrı Algısı, Dini Yönelim Biçimleri ve Öznel Dindarlığın Psikolojik Dayanıklılıkla İlişkisi: Üniversite Örneklemi", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 12, sy. 29 (2015), ss. 223-46.

ERDURAN-TEKİN Özge, Halil EKŞİ, "Manevi Zekâ Ölçeği' nin Türkçe' ye Uyarlanması", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 4, sy. 2 (2019), doi:10.37898/spc.2019.4.2.0062.

ERKUŞ, *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*, İstanbul: Doruk Yayınları, 1994.

ESMAİLİ Mahdi, Hamid ZAREH, Mehdi GOLVERDİ, "Spiritual Intelligence: Aspects, Components and Guidelines to Promote It", *International Journal of Management, Accounting and Economics*, c. 1 (2014).

EVERETT Tony, "Where is God in All This? Pastoral Leadership in Times of Crisis", *Clergy Journal*, c. 79, sy. 9 (2003), ss. 4-7.

EXLINE Julie vd., "Predictors of Growth from Spiritual Struggle among Christian Undergraduates: Religious Coping and Perceptions of Helpful Action by God Are Both Important", *Journal of Positive Psychology*, c. 12, sy. 5 (2017), ss. 501-8, doi:10.1080/17439760.2016.1228007.

FARABİ Ebu Nasr , *İdeal Devlet: el-Medinetü'l Fazıla*, çev. Ahmet Arslan, Ankara: Vadi Yayınları, 1997.

FARİBORS Bagheri, Akbarizadeh FATEMEH, Hatami HAMİDREZA, "The Relationship between Nurses' Spiritual Intelligence and Happiness in Iran", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 5 (2010), ss. 1556-61, doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.325.

FEARY Vaughana, "Spirituality and Philosophical Practice: Counseling with Clients in Crisis", *Philosophical Practice: Journal of the American Philosophical Practitioners Association (American Philosophical Practitioners Association)*, c. 9, sy. 3 (2014), ss. 1413-25.

FERREIRA Cheryl, Salome SCHULZE, "Cultivating Spiritual Intelligence in Adolescence in a Divisive Religion Education Classroom: a Bridge over Troubled Waters", *International Journal of Children's Spirituality*, c. 21, sy. 3/4 (2016), ss. 230-42, doi:10.1080/1364436X.2016.1244518.

FIELD Andy, *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*, Thousand Oaks, 2024.

FİGEN KASAPOĞLU, "Examining the Relationship between Fear of COVID-19 and Spiritual Well-being: COVID-19 Korkusu ile Spiritüel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 5, sy. 3 (2020), ss. 341-54.

FLANNELLY Kevin, Kathleen GALEK, "Religion, Evolution, and Mental Health: Attachment Theory and ETAS Theory", *Journal of religion and health*, c. 49 (2009), ss. 337-50, doi:10.1007/s10943-009-9247-9.

FOLKMAN Susan vd., "Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 50, sy. 5 (1986), ss. 992-1003, doi:10.1037/0022-3514.50.5.992.

FONTANA Alan, Robert ROSENHECK, "Psychological Benefits and Liabilities of Traumatic Exposure in the War Zone", *Journal of Traumatic Stress*, c. 11, sy. 3 (1998), ss. 485-503, doi:10.1023/A:1024452612412.

FORGEARD Marie J. C., "Perceiving Benefits After Adversity: The Relationship between self-reported posttraumatic growth and creativity", *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, c. 7, sy. 3 (2013), ss. 245-64, doi:10.1037/a0031223.

FOWLER James W., *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*, San Francisco: HarperRow, 1981.

FRAGER Robert, *Aşktır Asıl Şarap*, çev. Ömer Çolakoğlu, Gelenek Yayıncılık, 2004.

———, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 8.b., İstanbul: Sufi Kitap, 2018.

FRANKL Viktor Emil, *İnsanın Anlam Arayışı*, çev. Selçuk Budak, Ankara: Öteki Yayınları, 1992.

———, "The Will to Meaning", *Journal of Pastoral Care*, c. 12 (1958), ss. 82-88.

FREDERICK Ann, Peter A. LEVİNE, *Kaplanı Uyandırmak: Travmayı İyileştirmek*, çev. Zeynep Yalçınkaya, İstanbul: Butik Yayıncılık, 2013.

FREUD Sigmund, *Bir Yanılsamanın Geleceği*, çev. Hasan İlhan, 2.b., Alter Yayıncılık, 2012.

———, "Dinin Kökenleri", *Musa ve Tektanrıcılık*, çev. Selçuk Budak, Ankara: Öteki Yayınevi, 1997, c. XIV, ss. 241-385.

———, *Uygarlık, Toplum ve Din*,1.b., İstanbul: Payel Yayınları, 2004.

FROMM Erich, *Erdem ve Mutluluk*, 2.b., İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1994.

GARDNER Howard, *Zihin Çerçeveleri / Çoklu Zekâ Kuramı*, çev. Ebru Kılıç, İstanbul: Alfa Yayınları, 1983.

GARLAND Eric L., "The Meaning of Mindfulness: A Second-Order Cybernetics of Stress, Metacognition, and Coping", *Complementary Health Practice Review*, c. 12, sy. 1 (2007), ss. 15-30, doi:10.1177/1533210107301740.

GARNEFSKI Nadia vd., "Post-Traumatic Growth After a Myocardial Infarction: A Matter of Personality, Psychological Health, or Cognitive Coping?", *Journal of*

Clinical Psychology in Medical Settings, c. 15, sy. 4 (2008), ss. 270-77, doi:10.1007/s10880-008-9136-5.

GAZZÂLÎ İmam, *İhyâu Ulûmi'd-Dîn*, Kâhire: Dârü'l-Hadîs, 1992.

———, *Mişkatü'l-Envar Nur Metafiziği*, çev. Asım Cüneyd Köksal, Ketebe Yayınevi, 2020.

GEÇİOĞLU Ahmet, Hasan KAYIKLIK, "Dindarlık ve Evlilik Uyumu İlişkisi: Evli Bireyler Üzerine Bir İnceleme", c. 19 (2019), ss. 202-24.

GEORGE Darren, Paul MALLERY, *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 Update*, Allyn & Bacon, 2010.

GERBER Zach, Rami TOLMACZ, Yonit DORON, "Self-compassion and Forms of Concern for Others", *Personality and Individual Differences*, c. 86 (2015), ss. 394-400, doi:10.1016/j.paid.2015.06.052.

GHOBARİ BONAB Bagher, Ali Akbar HADDADİ KUHSAR, "Relation between Emotional Intelligence and Attachment Styles in Delinquent Adolescents", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 30 (2011), ss. 963-67, doi:10.1016/j.sbspro.2011.10.187.

GILBERT Paul, Sue PROCTER, "Compassionate Mind Training for People with High Shame and Self-Criticism: Overview and Pilot Study of a Group Therapy Approach", *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 13, sy. 6 (2006), ss. 353-79, doi:10.1002/cpp.507.

GİLSON Etienne, *Tanrı ve Felsefe*, çev. Mehmet Aydın, 2.b., Birleşik Yayıncılık, 1999.

GOLDMAN Ronald, *Readiness for Religion: A Basis for Developmental Religious Education*, New York: Seabury Press, 1971.

———, *Religious Thinking from Childhood to Adolescence*, Routledge & Kegan Paul PLC, 1964.

GOMEZ-BAYA Diego, "Posttraumatic Growth after Domestic Violence: The Role of Emotional Intelligence", *EUROPEAN JOURNAL OF PSYCHOTRAUMATOLOGY*, c. 2 (2011).

GONZALEZ-MENDEZ Rosaura, Matilde DÍAZ, "Volunteers' Compassion Fatigue, Compassion Satisfaction, and Post-traumatic Growth during the SARS-CoV-2 lockdown in Spain: Self-compassion and self-determination as predictors", *PloS one*, c. 16, sy. 9 (2021), s. e0256854, doi:10.1371/journal.pone.0256854.

GÖCEK Ezgi, *Diyabet Hastalarının Psikolojik Sıkıntı ve Travma Sonrası Gelişimlerinin Kaynakların Korunması Kuramı Kapsamında İncelenmesi*, (Yayımlanmamış

Yüksek Lisans Tezi), Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2012.

GÖKAHMETOĞLU Gülden, *Algılanan Sosyal Destek ve Yaşam Amacının Travma Sonrası Büyüme İle İlişkisinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: İstanbul Kent Üniversitesi, 2021.

GREENWAY A. Philip, Lisa C. MİLNE, Veronica CLARKE, "Personality Variables, Self-esteem and Depression and an Individual's Perception of God", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 6, sy. 1 (2003), ss. 45-58, doi:10.1080/1867467021000029381.

GROF Stanislav, Christina GROF, *Manevi Kriz Kişisel Dönüşüm Buhranlarına Bir Bakış*, çev. Ahu Ayan, İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2012.

GÜLER AYDIN Özlem, "Yaşamı Sürdürmede ve İntiharı Önlemede Dindarlık İle İlgili Değişkenlerin Rolü", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, c. 8, sy. 40 (2015), ss. 466-71.

GÜLER Özlem, "Tanrı Algısı Ölçeği (TA): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", 2007, 11.

———, *Tanrı'ya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı ve Günahkârlık Duygusu*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007.

GÜLER USLU Burçin, *Meme ve Jİnekolojik Kanser Tanılı Hastalarda Travma Sonrası Büyüme Gelişimi ile Serotonin Transporter Gen Promotor Bölge Polimorfizmi ve Psikososyal Faktörler Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*, (Tıpta Uzmanlık Tezi), İzmir: Ege Üniversitesi, 2020.

GÜRBÜZ Sait, Adem ŞAHİN, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri (FelsefeYöntem-Analiz)*, Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2014.

GÜVEN Kübra, *Marmara Depremi Yaşayan Yetişkinlerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri ile Travma Sonrası Gelişim ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksel Lisans Tezi), İstanbul: Maltepe Üniversitesi, 2010.

HALL Todd vd., "Attachment to God and Implicit Spirituality: Clarifying Correspondence and Compensation Models", *Journal of Psychology and Theology*, c. 37 (2009), ss. 227-44, doi:10.1177/009164710903700401.

HALL Todd W., "Christian Spirituality and Mental Health: A Relational Spirituality Paradigm for Empirical Research", *Journal of Psychology and Christianity*, c. 23, sy. 1 (2004), s. 66.

HALL Todd W., Keith J. EDWARDS, "The Spiritual Assessment Inventory: A Theistic Model and Measure for Assessing Apiritual Development", *Journal for the*

Scientific Study of Religion, c. 41, sy. 2 (2002), ss. 341-57, doi:10.1111/1468-5906.00121.

HARMS Ernest, "The Develeopment of Religious Experience in Children", *American Journal of Sociology*, c. 50 (1944), ss. 112-22.

HASELDEN Manolya, *Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Çeşitli Değişkenlerin Türk ve Amerikan Kültürlerinde İncelenmesi: Bir Model Önerisi*, (Doktora Tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2014.

HAWLEY Carol A., Stephen JOSEPH, "Predictors of Positive Growth after Traumatic Brain Injury: A longitudinal study", *Brain Injury*, c. 22, sy. 5 (2008), ss. 427-35, doi:10.1080/02699050802064607.

HEGEL George Wilhelm Friedrich, *Mantık Bilimi (Küçük Mantık)*, çev. Aziz Yardımlı, İstanbul: İdea, 2014.

HELGESON Vicki S., Kerry A. REYNOLDS, Patricia L. TOMICH, "A Meta-Analytic Review of Benefit Finding and Growth", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, c. 74, sy. 5 (2006), ss. 797-816, doi:10.1037/0022-006X.74.5.797.

HERMAN Judith, Tamer TOSUN, *Travma ve İyileşme: Şiddetin Sonuçları Ev İçi İstismardan Siyasi Teröre*, 2016.

HO Samuel vd., "The Roles of Hope and Optimism on Posttraumatic Growth in Oral Cavity Cancer Patients", *Oral Oncology*, c. 47, sy. 2 (2011), ss. 121-24, doi:10.1016/j.oraloncology.2010.11.015.

HOANG Huong vd., "Psychiatric Co-Morbidity in Multiple Sclerosis: The Risk of Depression and Anxiety before and after MS Diagnosis", *Multiple Sclerosis (Houndmills, Basingstoke, England)*, c. 22, sy. 3 (2016), ss. 347-53, doi:10.1177/1352458515588973.

HOLLON Steven D., Margaret R. KRİSS, "Cognitive Factors in Clinical Research and Practice", *Clinical Psychology Review*, c. 4, sy. 1 (1984), ss. 35-76, doi:10.1016/0272-7358(84)90036-9.

HOMAN Kristin J., Chris J. BOYATZIS, "The Protective Role of Attachment to God against Eating Disorder Risk Factors: Concurrent and Prospective Evidence", *Eating Disorders*, c. 18, sy. 3 (2010), ss. 239-58, doi:10.1080/10640261003719534.

HOROWITZ Mardi J., "Stress-response Syndromes: A Review of Posttraumatic Stress and Adjustment Disorders", *International handbook of traumatic stress syndromes*, The Plenum series on stress and coping, New York, NY, US: Plenum Press, 1993, s. 49-60, doi:10.1007/978-1-4615-2820-3_4.

HOWARD Barbara, Precious GURAMATUNHU-MUDİWA, Stephen WHİTE, "Spiritual Intelligence and Transformational Leadership: A New Theoretical Framework", *Journal of Curriculum and Instruction*, c. 3 (2009), doi:10.3776/joci.2009.v3n2p54-67.

HUME David, *The Natural History of Religion*, çev. Thomas Hill Green, Thomas Hodge Grose, London: The Philosophical Works, 1964.

HÜCVİRÎ, Süleyman ULUDAĞ, *Hakikat Bilgisi: Keşfu'l-Mahcub*, 2018.

HWANG Younghui, Kyoungok MİN, Jihyun OH, "Influence of Self-Determination and Social Support on Post-Traumatic Growth among Living Kidney Donors: A Cross-Sectional Study, *Medicina Lıthuania*, c. 58, sy. 9 (2022), s. 1155, doi:10.3390/medicina58091155.

İBN RÜŞD, *Tehâfut et-Tehâfut*, Kahire: Da'ru'l Mearif, 1965.

İSLAMOĞLU Hamdi, Ümit ALNIAÇIK, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, 6.b., İstanbul: Beta Yayınları, 2016.

JAKOBY Nina, "Socioeconomic Status Differences in Negative Emotions", *Sociological Research Online*, c. 21 (2016), doi:10.5153/sro.3895.

JAMES William, *Is Life Worth Living? Writings 1878-1899*, New York: The Library of America, 1992.

———, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, ed. Martin E. Marty, Later Printing edition., Harmondsworth, Middlesex, England ; New York, N.Y: Penguin Classics, 1985.

JANOFF-BULMAN Ronnie, "Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events", *Social Cognition*, c. 7 (1989), doi:10.1521/soco.1989.7.2.113.

———, "Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events: Applications of the schema construct", *Social Cognition*, c. 7 (1988), ss. 113-36.

———, *Shattered Assumptions*, New York: Simon and Schuster, 1997.

———, *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*, New York: Free Press, 1992.

JANOFF-BULMAN Ronnie, Irene H. FRİEZE, "A Theoretical Perspective for Understanding Reactions to Victimization", *Journal of Social Issues*, c. 39, sy. 2 (1983), ss. 1-17, doi:10.1111/j.1540-4560.1983.tb00138.x.

JAVED Aiman, Saima DAWOOD, "Psychosocial Predictors of Post-traumatic Growth in Patients After Myocardial Infarction", *Pakistan Journal of Psychological Research*, c. 31, sy. 2 (2016), ss. 365-81.

JİHAN Azreen, Rosidah MUSA, "Descriptive Analysis - Predictors of Attitude towards Purchasing Halal Skin Care Products", *Social and Management Research Journal*, c. 14, sy. 2 (2017), ss. 55-71.

JIN Yuchang, Jiuping XU, Dongyue LIU, "The Relationship between Post Traumatic Stress Disorder and Post Traumatic Growth: Gender Differences in PTG and PTSD Subgroups", *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, c. 49, sy. 12 (2014), ss. 1903-10, doi:10.1007/s00127-014-0865-5.

JOANES D. N., C. A. GİLL, "Comparing Measures of Sample Skewness and Kurtosis", *Journal of the Royal Statistical Society. Series D (The Statistician)*, c. 47, sy. 1 (1998), ss. 183-89.

JOSEPH Stephen, "Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress", *Psihologijske Teme*, c. 18, sy. 2 (2009), ss. 335-44.

JOSEPH Stephen, Kate HEFFERON, *Post-Traumatic Growth: Eudaimonic Happiness in the Aftermath of Adversity*, New York: n Oxford Handbook of Happiness, 2013.

JOSEPH Stephen, P. Alex LİNLEY, "Positive Adjustment to Threatening Events: An Organismic Valuing Theory of Growth Through Adversity", *Review of General Psychology*, c. 9, sy. 3 (2005), ss. 262-80, doi:10.1037/1089-2680.9.3.262.

———, "Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Ptress: An Integrative Psychosocial Framework", *Trauma, recovery, and growth: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress*, Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc, 2008, s. 3-20.

JOSEPH Stephen, David MURPHY, Stephen REGEL, "An Affective–cognitive Processing model of Post-traumatic Growth", *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 19, sy. 4 (2012), ss. 316-25, doi:10.1002/cpp.1798.

JUNG Carl Gustav, *Analitik Psikoloji*, çev. Ender Gürol, İstanbul: Payel Yayınları, 1997.

———, *Analitik Psikoloji Üzerine İki Deneme*, çev. İsmail Hakkı Yılmaz, İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2015.

———, *Psychology and Alchemy*, New York: Princeton University Press, 1968.

KADKHODA Mohammad, Hoorie JAHANİ, "Problem-solving Capacities of Spiritual Intelligence for Artificial Intelligence", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 32 (2012), ss. 170-75, doi:10.1016/j.sbspro.2012.01.027.

KAMP DUSH Claire M., Paul R. AMATO, "Consequences of Relationship Status and Quality for Subjective well-being", *Journal of Social and Personal Relationships*, c. 22, sy. 5 (2005), ss. 607-27, doi:10.1177/0265407505056438.

KANT Immanuel, *Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi*, çev. Ioanna Kuçuradi, Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu, 2013.

———, *Critique of Pure Reason*, çev. J. M. D. Meiklejohn, Hazleton: The Pennsylvania State University, Electronic Classics Series,Faculty Edito Jim Manis, 2010.

KARACA Faruk, *Din Psikolojisi*, Trabzon: Eser ofset Matbaacılık, 2015.

KARACA Faruk, Hızır HACIKELEŞOĞLU, "Allah Tahayyülleri Ölçeği", *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, c. 2, sy. 54 (2020), ss. 67-83, doi:10.29288/ilted.771686.

KARAGÖZ Yalçın, *İstatistiksel Analizler*, Ankara: Nobel Yayıncılık, 2016.

KARAKAŞ Ahmet Canan, "Manevi Zekânın İç Yönelimli Dindarlık, Affetme Esnekliği ve Öznel İyi Oluşla İlişkisi", *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, c. 1, sy. 1 (2017), ss. 53-63, doi:10.32711/tiad.350504.

KARANCI Ayşe Nuray, Asli ERKAM, "Variables Related to Stress-related Growth among Turkish Breast Cancer Patients", *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, c. 23, sy. 5 (2007), ss. 315-22, doi:10.1002/smi.1154.

KARASAR Niyazi, *Bilimsel Araştırma Yöntemi.*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2007.

KARTOPU Saffet, "Yaşamı Sürdürme Nedenlerinin Tanrı Algısıyla İlişkisi", *Journal of Turkish Studies*, c. 9 (2014), ss. 887-887, doi:10.7827/TurkishStudies.6506.

KHOSHTINAT Valiollah, "Relationship between Spiritual Intelligence and Religious (Spiritual) Coping among Students of Payame Noor University (PNU)", *International Research Journal of Applied and Basic Science*, c. 3, sy. 6 (2012), ss. 1132-39.

KİNDÎ Ebû Yûsuf Ya'kûb b. İshâk b. es-Sabbâh EL-, *Felsefî Risâleler-Kindî*, çev. Mahmut Kaya, 1.b., Ankara: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, 2015.

KING David Brian, *Rethinking Claims of Spiritual Intelligence: A Definition, Model, and Measure*, (Yüksek Lisans Tezi), Applications of Modelling in the Natural and Social Sciences Program: Trent University, 2008.

———, "The Spiritual Intelligence Project: Extracting Cognitive Ability from the Psycho spiritual Realm", *Journal of Happiness Studies*, sy. 2 (2001), ss. 329-30.

KİRKPATRİCK Lee A., "Attachment and Religious Experience", *Handbook of Religious Experience: Theory and Practice*, ed. R.W. Hood Jr., Birmingham: Religious Education Press, 1995, s. 446-75.

KLEIN Melanie, *Envy and Gratitude and Other Works, 1946 - 1963*, New York: The Free Press, 1975.

KOÇ Mustafa, "Ölüm Korkusu Üzerine Kuramsal Psikolojik Bir Değerlendirme", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 4, sy. 6 (2002), ss. 7-20, doi:10.17335/suifd.30526.

KOÇ Turan, *Din Dili*, 2.b., İstanbul: İz Yayıncılık, 1998.

KOKURCAN Ahmet, Hamdi ÖZSAN HÜSEYİN, "Travma Kavramının Psikiyatri Tarihindeki Seyri", *Kriz Dergisi*, c. 20, sy. 1 (2012), ss. 19-24, doi:10.1501/Kriz_0000000330.

KOLK Bessel A. Van Der, *Beden Kayıt Tutar: Travmanın İyileşmesinde Beyin, Zihin ve Beden*, çev. N.M. Cihanşümül, Ankara: Nobel, 2018.

KOTLER Steven, *The Rise of Superman: Decoding the Science of Ultimate Human Performance*, London: Quercus Publishing, 2015.

KÖSE Ali, *Freud ve Din*, İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.

KRAUSE Neal vd., "Gratitude to God, Self-Rated Health, and Depressive Symptoms", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 53 (2014), doi:10.1111/jssr.12110.

KRAUSE Neal, Robert A. EMMONS, Gail IRONSON, "Benevolent Images of God, Gratitude, and Physical Health Status", *J Relig Health*, sy. 54 (2015), ss. 1503-19, doi:10.1007/s10943-015-0063-0.

KRAUSE Neal, R. David HAYWARD, "Prayer Beliefs and Change in Life Satisfaction Over Time", *Journal of Religion and Health*, c. 52, sy. 2 (2013), ss. 674-94, doi:10.1007/s10943-012-9638-1.

KUMAR Taj, S. PRAGADEESWARAN, "Effects of Occupational Stress on Spiritual QuotientAmong Executives", *International Journal of Trade, Economics and Finance*, 2011, 288-92, doi:10.7763/IJTEF.2011.V2.119.

KUMAR Vineeth, Manju MEHTA, "Gaining Adaptive Orientation through Spiritual and Emotional Intelligence", *New facets of positivism*, ed. A. K. Chauhan, S.S. Nathawat, Delhi, India: Macmillan Publishers, 2011, s. 281-301.

———, "Scale for Spiritual Intelligence (SSI)", 2013, doi:10.1037/t16725-000.

KUŞAT Ali, "Psikoloji ve Din: Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri", *İslam Araştırmaları Dergisi*, sy. 16 (2006), ss. 274-77.

KÜÇÜK Osman Nuri, *Mevlânâ'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, (Doktora Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007.

LEHMANN Curtis, Emma STEELE, "Beyond Positive and Negative Religious Coping and Posttraumatic Outcomes", *Psychology of Religion and Spirituality*, c. 12 (2020), ss. 345-55, doi:10.1037/rel0000310.

LEİBNİZ Gottfried Wilhelm, *Monadoloji*, çev. Devrim Çetinkasap, 2019.

LERNER Melvin J., Dale T. MİLLER, "Just World Research and the Attribution Process: Looking Back and Ahead", *Psychological Bulletin*, c. 85, sy. 5 (1978), ss. 1030-51, doi:10.1037/0033-2909.85.5.1030.

LEVESQUE Chantal, Kelly J. COPELAND, Rachel A. SUTCLİFFE, "Conscious and Nonconscious Processes: Implications for self-determination theory", *Canadian Psychology*, c. 49, sy. 3 (2008), ss. 218-24, doi:10.1037/a0012756.

LINDSTROM Cassie vd., "The Relationship of Core Belief Challenge, Rumination, Disclosure, and Sociocultural Elements to Posttraumatic Growth", *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, c. 5 (2011), doi:10.1037/a0022030.

LINLEY P. Alex, "Positive Adaptation to Trauma: Wisdom as Both Process and Outcome", *Journal of Traumatic Stress*, c. 16, sy. 6 (2003), ss. 601-10, doi:10.1023/B:JOTS.0000004086.64509.09.

LINLEY P. Alex, Stephen JOSEPH, "Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review", *Journal of Traumatic Stress*, c. 17, sy. 1 (2004), ss. 11-21, doi:10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e.

LOSAVIO Stefanie T. vd., "Reports of Stress-Related Growth From Daily Negative Events", *Journal of Social and Clinical Psychology*, c. 30, sy. 7 (2011), ss. 760-85, doi:10.1521/jscp.2011.30.7.760.

LOSIAK Wladyslaw, Joanna NİKİEL, "Original article Posttraumatic growth in patients after myocardial infarction: the role of cognitive coping and experience of life threat", *Health Psychology Report*, c. 4 (2014), ss. 256-62, doi:10.5114/hpr.2014.45894.

MAHONEY Annette vd., "Marriage and the Spiritual Realm: The role of Proximal and Distal Religious Constructs in Marital Functioning", *Journal of Family Psychology*, c. 13, sy. 3 (1999), ss. 321-38, doi:10.1037/0893-3200.13.3.321.

MAIREAN Cornelia, "The Relationship Between Secondary Traumatic Stress and Personal Posttraumatic Growth: Personality Factors as Moderators", *Journal of Adult Development*, c. 23 (2016), doi:10.1007/s10804-016-9228-7.

MASLOW Abraham, *İnsan Olmanın Psikolojisi*, çev. Okhan Gündüz, İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2000.

MEHMEDOĞLU Ali Ulvi, *Tanrıyı Tasavvur Etmek*, İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2011.

MERTER Mustafa, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 10.b., İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2012.

MEVLANA, *Mesnevi*, çev. Veled İzbudak, İstanbul: MEB Yayınları, 1988.

———, *Mesnevi*, ed. Abdülbaki Gölpınarlı, çev. Veled Çelebi İzbudak, İstanbul: Doğan Kitap, 2012.

———, *Mesnevi-i Şerif Şerhi*, çev. Ahmed Avni Konuk, İstanbul: Kitabevi Yayınları, 2005.

MOORE Bret A., Richard G. TEDESCHI, *The Posttraumatic Growth Workbook: Coming Through Trauma Wiser, Stronger, and More Resilient a Book by Bret A. Moore and Richard G. Tedeschi*, 2016.

MORENO Antonio, *Jung, Gods and Modern Man*, London: Sheldon Press, 1970.

MORGAN Clifford T., *Psikolojiye Giriş*, çev. Hüsnü Arıcı, Heyet, Ankara: Meteksan Yayınları, 1986.

MORGAN George A. vd., *IBM SPSS for Introductory Statistics: Use and Interpretation*, 4.b., New York: Routledge, 2011.

MORRIS Bronwyn A. vd., "Multidimensional Nature of Posttraumatic Growth in an Australian Population", *Journal of Traumatic Stress*, c. 18, sy. 5 (2005), ss. 575-85, doi:10.1002/jts.20067.

MUELLER-PFEIFFER Christop vd., "Impact of Emotion on Cognition in Trauma Survivors: What is the Role of Posttraumatic Stress Disorder?", *Journal of Affective Disorders*, c. 126, sy. 1-2 (2010), ss. 287-92, doi:10.1016/j.jad.2010.03.006.

MYSTAKİDOU Kyriaki vd., "Self-Efficacy and Its Relationship to Posttraumatic Stress Symptoms and Posttraumatic Growth in Cancer Patients", *Journal of Loss and Trauma*, c. 20, sy. 2 (2015), ss. 160-70, doi:10.1080/15325024.2013.838892.

NASEL Dagmar Dasha, *Spiritual Orientation in Relation to Spiritual Intelligence a Consideration of Traditional Christianity and New Ageindividualistic Spirituality*, University of South Australia School of Psychology, 2004.

NASR Seyyid Hüseyin, *Bilgi ve Kutsal*, çev. Yusuf Yazar, İz Yayıncılık, 2022.

NAYAK Barsa, Bhaswati PATNAİK, "Role of Spiritual Intelligence in Post-Traumatic Growth of Frontline and Non-Frontline Medical Students", *Journal of Advance Research in Science and Social Science*, c. 6 (2023), ss. 139-50, doi:10.46523/jarssc.06.01.15.

NAZAM Fauzia, "Gender Difference on Spiritual Intelligence Among Adolescents", c. 4, sy. 11 (2014), ss. 423-25.

NEFF Kristin D., "The Development and Validation of a Scale to Measure Self-compassion", *Self and Identity*, c. 2, sy. 3 (2003), ss. 223-50, doi:10.1080/15298860309027.

NEFF Kristin D., Stephanie S. RUDE, Kristin L. KİRKPATRİCK, "An Examination of Self-compassion in Relation to Positive Psychological Functioning and Personality Traits", *Journal of Research in Personality*, c. 41, sy. 4 (2007), ss. 908-16, doi:10.1016/j.jrp.2006.08.002.

NEFF Kristin D., Roos VONK, "Self-Compassion versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself", *Journal of Personality*, c. 77, sy. 1 (2009), ss. 23-50, doi:10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x.

NEFF Kristin, Pittman MCGEHEE, "Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults", *Self and Identity - SELF IDENTITY*, c. 9 (2010), ss. 225-40, doi:10.1080/15298860902979307.

NEVEVİ İmam, *Riyazü's Salihin*, ed. Muhammed b. Salih Useymin, İstanbul: Guraba Yayınları, 2014.

NIKMANESH Zahra, Elham KHAGEBAFGI, "Role of Religious Coping in Predicting Post Traumatic Growth in Patients with Breast Cancer", *Journal of Research and Health*, c. 6, sy. 4 (2016), ss. 445-51.

NİKMANESH Zahra, Lila KHOSROMEHR, "Relationships of Shame, Guilt, and Self-compassion with Post-traumatic Growth among Multiple Sclerosis Patients", *Shiraz E Medical Journal*, c. 23, sy. 6 (2022).

NOLEN-HOEKSEMA S., J. LARSON, C. GRAYSON, "Explaining the Gender Difference in Depressive Symptoms", *Journal of Personality and Social Psychology*, c. 77, sy. 5 (1999), ss. 1061-72, doi:10.1037//0022-3514.77.5.1061.

NOZAKİ Yuki, "The Relationships among Resilience and Posttraumatic Growth and Emotional Intelligence Based on a Distinction between the Self and Others Domains. (English)", *Japanese Journal of Personality / Pasonariti Kenkyu*, c. 20, sy. 3 (2012), ss. 179-92, doi:10.2132/personality.20.179.

NUROCHİM vd., "Investigating the Relationship between Spiritual Intelligence, Emotional Regulation and Stress Coping Strategies in the Russian Education Industry", *International Journal of Work Organisation and Emotion*, c. 13, sy. 3 (2022), ss. 212-29, doi:10.1504/IJWOE.2022.126952.

OGIŃSKA-BULIK Nina, "Satisfaction with Life and Posttraumatic Growth in Persons after Myocardial Infarction", *Health Psychology Report*, c. 2, sy. 2 (2014), ss. 105-14, doi:10.5114/hpr.2014.43917.

OK Üzeyir, *İnanç psikolojisi*, Ankara: Birleşik Dağıtım Kitabevi, 2007.

OLÇAY-GÜL Seray, Burcu OLGUNSOYLU, Yeşim ÜNAL, "Yetersizliği Olan ve Normal Gelişim Gösteren Çocuğa Sahip Ailelerin Travma Sonrası Stres Belirti ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 12, sy. 32 (2015), ss. 221-45.

ORAK Oya, "Yaşlı Hastalarda Tanrı Algısı Ölüm Kaygısını Etkiler mi", *Journal of International Social Research*, c. 8 (2015), ss. 618-618, doi:10.17719/jisr.20153813670.

ÖĞÜK Emine, "İslâm Düşüncesinde Şer/Kötülük Probleminin İzahına Katkı Sağlayan Etkili Öğreti: Hikmet", *Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 3, sy. 1 (2015), ss. 11-38.

ÖNDER Emin, Ümit TURAL, "Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Tedavi Kılavuzu", *Anksiyete bozuklukları tedavi kılavuzu*, ed. Raşit Tükel, Ankara: Ankara Türk Psikiyatri Derneği, 2004, s. .

ÖZ Ruhullah, "Fahreddin er-Razi'nin Aşkın Tanrı Tasavvuru", *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, c. 6, sy. 1 (2022), ss. 60-79.

ÖZGÜVEN İbrahim Ethem, *Evlilik ve Aile Terapisi*, Ankara: Pegem Yayınları, 2000.

ÖZLÜ Aslı, Mustafa YILDIZ, Ahmet AKER, "Posttraumatic Growth and Related Factors in Caregivers of Schizophrenia Patients", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, c. 11 (2010), ss. 89-94.

ÖZTEN Eylem, Gökben HIZLI SAYAR, "Eşik Altı Travma Sonrası Stres Bozukluğu", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, c. 7, sy. 4 (2015), ss. 348-55.

PALLANT Julie, *SPSS Kullanma Kılavuzu*, Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2017.

PANDEY Amrendra, "Spirituality in the Workplace and Spiritual Intelligence- A New Paradigm for a More Effective Workforce in an Organization", *IOSR Journal of Business and Management*, c. 16, sy. 10 (2014), ss. 45-50, doi:10.9790/487X-161034550.

PANJİKİDZE Mariam vd., "Posttraumatic Growth, Personality Factors, and Social Support Among War-Experienced Young Georgians", *Psychological Reports*, c. 123, sy. 3 (2020), ss. 687-709, doi:10.1177/0033294118823177.

PARGAMENT Kenneth I. vd., "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors", *Journal for the Scientific Study of Religion*, c. 37, sy. 4 (1998), ss. 710-24, doi:10.2307/1388152.

———, "Religious Coping Methods as Predictors of Psychological, Physical and Spiritual Outcomes among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Longitudinal Study", *Journal of Health Psychology*, c. 9, sy. 6 (2004), ss. 713-30, doi:10.1177/1359105304045366.

———, *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*, Illustrated edition., New York: The Guilford Press, 2011.

PARK Crystal, "Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events", *Psychological bulletin*, c. 136 (2010), ss. 257-301, doi:10.1037/a0018301.

PARK Crystal, Lawrence COHEN, Renee MURCH, "Assessment and Prediction of Stress-Related Growth", *Journal of Personality*, c. 64 (1996), ss. 71-105, doi:10.1111/j.1467-6494.1996.tb00815.x.

PARK Crystal L. vd., "Pathways to Posttraumatic Growth versus Posttraumatic Stress: Coping and Emotional Reactions Following the September 11, 2001, Terrorist Attacks", *The American Journal of Orthopsychiatry*, c. 78, sy. 3 (2008), ss. 300-312, doi:10.1037/a0014054.

———, "Religion as a Meaning-Making Framework in Coping with Life Stress", *Journal of Social Issues*, c. 61, sy. 4 (2005), ss. 707-29, doi:10.1111/j.1540-4560.2005.00428.x.

PARKES C. Murray, "Psycho-Social Transitions: A Field for Study", *Social Science & Medicine*, c. 5, sy. 2 (1971), ss. 101-15, doi:10.1016/0037-7856(71)90091-6.

PEKER Hüseyin, *Din Psikolojisi*, Samsun: Aksiseda Matbaası, 2000.

PIAGET Jean, *Çocuğun Gözüyle Dünya*, çev. İsmail Yerguz, Ankara: Dost Kitapevi, 2005.

———, *Çocukta Karar Verme ve Akıl Yürütme*, çev. Sabri Esat Siyavuşgil, Ankara, 2007.

———, *The Construction of Reality in the Child*, London: Routledge, 1954.

PLATON, *Devlet*, çev. Sabahattin Eyüboğlu, M. Ali Cimcoz, İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 1999.

PLOTİNUS, *Ennead V.4.1.5*, çev. Arthur Hilary Armstrong, Cambridge, Mass: Harvard University Press, 1988.

POLATINSKY S., Y. ESPREY, "An Assessment of Gender Differences in the Perception of Benefit Resulting from the Loss of a Child", *Journal of Traumatic Stress*, c. 13, sy. 4 (2000), ss. 709-18, doi:10.1023/A:1007870419116.

POLOMA Margaret M. Poloma, Matthew T. LEE, "Prophetic Prayer as Two-Way Communication with the Divine", *Ournal of Communication and Religion*, sy. 35 (2012), ss. 271-94.

PRATI Gabriele, Luca PİETRANTONİ, "Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Journal of Loss and Trauma*, c. 14, sy. 5 (2009), ss. 364-88, doi:10.1080/15325020902724271.

PRYOR Amelia, *The Practice and Experience of Inner Jihad (Effort or Striving) in Contemporary Islamic Sufism*, (Doktora Tezi), California: California Institute of Integral Studies, 2002.

RAHİM Norafni Farlina, Mohammed Hariri BAKRİ, Siti Norbaya YAHAYA, "Conceptualization of Spiritual Intelligence Quotient (SQ) in the Islamic Fintech Adoption", c. 42, sy. 1 (2020), ss. 113-22, doi:10.17576/islamiyyat-2020-4201-13.

RIZZUTO Ana-Maria, "Sacred Space, Analytic Space, the Self, and God", *Journal of the American Academy of Psychoanalysis & Dynamic Psychiatry*, c. 37, sy. 1 (2009), ss. 175-88, doi:10.1521/jaap.2009.37.1.175.

ROBERTS James A. vd., "Factors Influencing Views of Patients with Gynecologic Cancer about End-of-Life Decisions", *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, c. 176, sy. 1 Pt 1 (1997), ss. 166-72, doi:10.1016/s0002-9378(97)80030-0.

ROSMARIN David vd., "Grateful to God or Just Plain Grateful? A comparison of Religious and General Gratitude", *The Journal of Positive Psychology*, c. 6 (2011), ss. 389-96, doi:10.1080/17439760.2011.596557.

RUCHGY Wayne J., *The Relationships of Mental Represantation of God to Levels of Faith Development*, (Doktora Tezi), Michigan: The University of Detriot Mercy, 2004.

RUİNİ Chiara, Francesca VESCOVELLİ, "The role of Gratitude in Breast Cancer: Its Relationships with Post-traumatic Growth, Psychological Well-being and Distress", *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, c. 14, sy. 1 (2013), ss. 263-74, doi:10.1007/s10902-012-9330-x.

SADEGHPOUR Fatemeh vd., "Emotional Intelligence as a Predictor of Posttraumatic Growth in Patients Undergoing Hemodialysis", *Illness, Crisis & Loss*, c. 29, sy. 2 (2021), ss. 131-42, doi:10.1177/1054137318788653.

SAFAVİ Mahboobeh vd., "Association between Spiritual Intelligence and Stress, Anxiety, and Depression Coping Styles in Patients with Cancer Receiving Chemotherapy in University Hospitals of Tehran University of Medical Science", *Journal of Cancer Research & Therapeutics*, c. 15, sy. 5 (2019), ss. 1124-30, doi:10.4103/jcrt.JCRT_382_17.

SAHEBALZAMANİ Mohammad vd., "The Relationship between Spiritual Intelligence with Psychological well-being and Purpose in Life of Nurses", *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, c. 18, sy. 1 (2013), ss. 38-41.

SALMABADİ Mojtaba vd., "The Mediating Role of Spiritual Intelligent in Relationship of Mindfulness and Resilience", *Health, Spirituality & Medical Ethics Journal*, c. 3, sy. 3 (2016), ss. 18-24.

SALTER AINSWORTH Mary. D. vd., *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*, Oxford: Erlbaum, 1978.

SAMEY Sebastian, *The Philosophy of Karl Jaspers*, Notre Dame: University of Notre Dame Press, 1971.

SAWYER Alexandra, Susan AYERS, "Post-Traumatic Growth in Women after Childbirth", *Psychology & Health*, c. 24, sy. 4 (2009), ss. 457-71, doi:10.1080/08870440701864520.

SAYAR Kemal, "Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?", *Sufi Psikolojisi*, İstanbul: İnsan Yayınları, 2004, s. .

———, *Sufi Psikolojisi*, 10.b., İstanbul:Timaş Yayınları, 2016.

SCHAAP-JONKER Hanneke vd., "Image of God and personality pathology: An exploratory study among psychiatric patients", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 5 (2010), ss. 55-71, doi:10.1080/13674670110112712.

SCHAEFER Jeanne A., Rudolf H. MOOS, "Life crises and personal growth", *Personal coping: Theory, research, and application*, Westport, CT, US: Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group, 1992, s. 149-70.

———, "The Context for Posttraumatic Growth: Life Crises, Individual and Social Resources, and Coping", *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, ed. R.G. Tedeschi, L.G. Park, Mahvah. NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1998.

SCHOENFELD Alan, "What''s all the fuss about metacognition", *Cognitive Science and Mathematics Education*, ed. Alan Schoenfeld, Hillsdale:New Jersey, 189-215,

SCHRAUB Eva vd., "Emotion Regulation as a Determinant of Recovery Experiences and Well-Being: A Day-Level Study", *International Journal of Stress Management*, c. 20 (2013), s. 309, doi:10.1037/a0034483.

SCHUMACHER Ernst Friedrich, *Aklı Karışıklar İçin Kılavuz*, çev. Mustafa Özel, 3.b., İstanbul: Küre Yayınları, 2018.

SCHUON Frithjof, *İslam ve Ezeli Hikmet*, çev. Şahabettin Yalçın, 2.b., İstanbul: İz Yayıncılık, 2013.

SEARS Sharon R., Annette L. STANTON, Sharon DANOFF-BURG, "The Yellow Brick Road and the Emerald City: Benefit Finding, Positive Reappraisal Coping and Posttraumatic Growth in Women with Early-stage Breast cancer", *Health Psychology*, c. 22, sy. 5 (2003), ss. 487-97, doi:10.1037/0278-6133.22.5.487.

SEBUKTEKİN Derya, *Travma Sonrası Büyüme, Temel İnançlarda Sarsılma ve Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, 2018.

SELİGOWSKİ Antonia, Lynsey MİRON, Holly ORCUTT, "Relations Among Self-Compassion, PTSD Symptoms, and Psychological Health in a Trauma-Exposed Sample", *Mindfulness*, c. 6 (2014), doi:10.1007/s12671-014-0351-x.

SELMAN Victor vd., "Spiritual-Intelligence/-Quotient", *College Teaching Methods & Styles Journal*, c. 1, sy. 3 (2005), ss. 23-30.

SHABNAM, N.S. TUNG, "Intelligence, Emotional and Spiritual Quotient as Elements of Effective Leadership", *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, c. 21 (2013), ss. 315-28.

SHAH Priti, Eric G. FREEDMAN, "Visuospatial Cognition in Electronic Learning", *Journal of Educational Computing Research*, c. 29, sy. 3 (2003), ss. 315-24, doi:10.2190/QYVJ-Q59L-VE7C-EHUV.

SHAKESPEARE-FINCH Jane vd., "The Prevalence of Post-Traumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel", *Traumatology*, c. 9 (2003), ss. 58-71, doi:10.1528/trau.9.1.58.21634.

SHAKESPEARE-FINCH Jane, Janine LURİE-BECK, "A meta-analytic Clarification of the Relationship between Posttraumatic Growth and Symptoms of Posttraumatic Distress Disorder", *Journal of Anxiety Disorders*, c. 28, sy. 2 (2014), ss. 223-29, doi:10.1016/j.janxdis.2013.10.005.

SHAUGHNESSY John J., Eugene B. ZECHMEİSTER, Jeanne S. ZECHMEİSTER, *Psikolojide Araştırma Yöntemleri*, çev. İlyas Göz, 10.b., Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016.

SHAW Annick, Stephen JOSEPH, P. Alex LİNLEY, "Religion, Spirituality, and Posttraumatic growth: A SystematicReview", *Mental Health, Religion & Culture*, c. 8, sy. 1 (2005), ss. 1-11, doi:10.1080/1367467032000157981.

SÎNÂ İbni, *Kitâbu'ş- Şifâ*, çev. Ekrem Demirli, Ömer Türker, İstanbul: Litera Yayıncılık, 2005.

SINETAR Marsha, *Spiritual Intelligence: What We Can Learn from the Early Awakening Child*, New York: Orbis Books, 2002.

SİNGH Suruchi, Anoop SWAROP, Ruchi SİNGH, "Spiritual Intelligence: A Road Map to Future Learning", *International Multispecialty Journal of Health*, c. 1, sy. 7 (2015), ss. 38-45.

SOUZA Marian DE, "Educating for Hope, Compassion and Meaning in a Divisive and Intolerant World", *International Journal of Children's Spirituality*, c. 11 (2006), doi:10.1080/13644360500504488.

SÖYLEMEZ Aydın, *Manevi Zekâ'nın Yaşamın Anlamı ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya: SAÜ Eğitim Bilimleri Ensttüsü, 2016.

SÖYLEMEZ Aydın, Mustafa KOÇ, Büşra SÖYLEMEZ, "The Adaptation of Integrated Spiritual Intelligence Scale into Turkish", *Journal of Family Counseling and Education*, c. 1, sy. 1 (2016), ss. 18-24, doi:10.32568/jfce.237450.

SPILKA Bernard, James ADDİSON, Marguerite ROSENSOHN, "Parents, Self, and God: A Test of Competing Theories of Individual-Religion Relationships", *Review of Religious Research*, c. 16, sy. 3 (1975), ss. 154-65, doi:10.2307/3510353.

SPİNOZA Benedictus de, *A Spinoza Reader: The Ethics and Other Works*, çev. Edwin Curley, Princeton: Princeton University Press, 1994.

STERNBERG Robert J., "The Concept of Intelligence and its Role in Lifelong Learning and success", *American Psychologist*, c. 52, sy. 10 (1997), ss. 1030-37, doi:10.1037/0003-066X.52.10.1030.

STEVENS Richard, *Understanding the Self*, New York: Sage Publications, 1996.

STONE Howard W., *Crisis Counseling*, 3.b., Minneapolis: Fortress Press, 2009.

STUTTS Lauren A., Adam W. STANALAND, "Posttraumatic Growth in Individuals with Amputations", *Disability and Health Journal*, c. 9, sy. 1 (2016), ss. 167-71, doi:10.1016/j.dhjo.2015.07.005.

SULTAN Hina vd., "Impact of Optimism on Posttraumatic Growth of Burn Survivors: Role of Emotional Intelligence, Gender and Severity of Burn Injury", *Khyber Medical University Journal*, c. 15, sy. 1 (2023), ss. 38-38.

ŞAKIROĞLU Mehmet, "Post-Traumatic Growth among the 1999 Düzce Earthquake Survivors", *Psycho-Educational Research Reviews*, c. 8, sy. 3 (2019), ss. 61-72.

ŞIMŞIR Zeynep, S. Tuba BOYNUEĞRI, Bülent DILMAÇ, "Religion and Spirituality in the Life of Individuals with Paraplegia: Spiritual Journey from Trauma to Spiritual Development", *Spiritual Psychology and Counseling*, c. 2, sy. 1 (2017), ss. 89-110.

TABACHNICK Barbara G., Linda S. FIDELL, *Using Multivariate Statistics*, 6.b., USA: Pearson, 2013.

TAKU Kanako vd., "The Factor Structure of the Posttraumatic Growth Inventory: A Comparison of Five Models Using Confirmatory Factor Analysis", *Journal of Traumatic Stress*, c. 21, sy. 2 (2008), ss. 158-64, doi:10.1002/jts.20305.

TANGNEY June P., Patricia WAGNER, Richard GRAMZOW, "Proneness to Shame, Proneness to Guilt, and Psychopathology", *Journal of Abnormal Psychology*, c. 101, sy. 3 (1992), ss. 469-78, doi:10.1037//0021-843x.101.3.469.

TANRIDAĞLI Zeynep Ceren, *1999 Marmara Depremi Yaşayan Yetişkinlerde "mahalle afet gönüllüsü" olmanın psikolojik stres düzeyine ve travma sonrası gelişime etkileri*, (Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005.

TARHAN Nevzat, "Modern Psikoloji ve Din (konferans)", *İslami Araştırmalar Dergisi*, c. 19, sy. 3 (2003), ss. 539-42.

TEDESCHI Richard G., "Violence transformed: Posttraumatic Growth in Survivors and Their Societies", *Aggression and Violent Behavior*, c. 4, sy. 3 (1999), ss. 319-41, doi:10.1016/S1359-1789(98)00005-6.

TEDESCHI Richard G., Lawrence G. CALHOUN, "Beyond the Concept of Recovery: Growth and the Experience of Loss", *Death Studies*, c. 32, sy. 1 (2008), ss. 27-39, doi:10.1080/07481180701741251.

———, "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence", *Psychological Inquiry*, c. 15, sy. 1 (2004), ss. 1-18, doi:10.1207/s15327965pli1501_01.

———, “Target Article: ‘Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence’”, *Psychological Inquiry*, c. 15, sy. 1 (2004), ss. 1-18, doi:10.1207/s15327965pli1501_01.

———, “The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma”, *Journal of Traumatic Stress*, c. 9, sy. 3 (1996), ss. 455-71, doi:10.1007/BF02103658.

———, *Trauma and Transformation: Growing in the Aftermath of Suffering*, 1.b., Thousand Oaks, Calif: SAGE Publications, Inc, 1995.

TEDESCHI Richard G., Crystal L. PARK, Lawrence G. CALHOUN, (ed.), *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*, 1.b., Mahwah, N.J: Routledge, 1998.

TISDALE Theresa C. vd., “Impact of Treatment on God Image and Personal Adjustment, and Correlations of God Image to Personal Adjustment and Object Relations Development”, *Journal of Psychology and Theology*, c. 25, sy. 2 (1997), ss. 227-39, doi:10.1177/009164719702500207.

TOKGÖZ Gizem vd., “The Prevalence ofPosttraumatic Stress Disorder and Posttraumatic Growth in Patients with Cancer”, *Yeni Symposium*, c. 46 (2008), ss. 51-61.

TUCK David, Lefteris PATLAMAZOGLOU, “The Relationship Between Traumatic Stress, Emotional Intelligence, and Posttraumatic Growth”, *Journal of Loss and Trauma*, c. 24 (2019), ss. 721-735, doi:10.1080/15325024.2019.1621543.

TUSİ Ebu Nasr Serrac, *İslam Tasavvufu*, Kahire, 1966.

TÜFEKÇİ Selen, *Trafik Kazası Geçirmiş Kişilerin Dünyaya İlişkin Varsayımları, Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Gelişim Düzeylerinin İncelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011.

TÜRKDOĞAN Orhan, *Bilimsel Araştırma Metodolojisi*, İstanbul: Timaş Yayınları, 2000.

TÜRK DİL KURUMU “Büyük Türkçe Sözlük”, *Tasavvur maddesi*, 2011.

ULUDAĞ Süleyman, “Mârifet”, Ankara: TDV İslam Ansiklopedisi, 2003, c. 28, ss. 54-56.

UNDERHILL Evelyn, John WHİTE, “Bütünleşmiş Yaşam”, *Aydınlanma Nedir*, İstanbul: Ayna Yayınevi, 2017, s. .

UPDEGRAFF John vd., "Positive and Negative Effects of HIV Infection in Women with Low Socioeconomic Resources", *Personality and Social Psychology Bulletin*, c. 28 (2002), ss. 382-94, doi:10.1177/0146167202286009.

ÜZAR ÖZÇETİN Y. Sinem, Duygu HİÇDURMAZ, "Posttraumatic Growth and Resilience in Cancer Experience (Kanser Deneyiminde Travma Sonrası Büyüme ve Psikolojik Sağlamlık)", c. 9 (2017), ss. 2-2, doi:10.18863/pgy.290285.

VAUGHAN Frances, "What is Spiritual Intelligence?", *Journal of Humanistic Psychology*, c. 42, sy. 2 (2002), ss. 16-33.

VISHNEVSKY Tanya vd., "Gender Differences in Self-Reported Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis", *Psychology of Women Quarterly*, c. 34, sy. 1 (2010), ss. 110-20, doi:10.1111/j.1471-6402.2009.01546.x.

WALKER-WILLIAMS Hayley, Chrizanne EEDEN, Karen VAN DER MERWE, "The Prevalence of Coping Behaviour, Posttraumatic Growth and Psychological Well-Being in Women who Experienced Childhood Sexual Abuse", *Journal of Psychology in Africa*, c. 22 (2012), ss. 617-22, doi:10.1080/14330237.2012.10820576.

WALSH Roger N., Frances VAUGHAN, *Ego Ötesi*, çev. Halil Ekşi, İstanbul: İnsan Yayınları, 2001.

WANG Xuemin, "Effect of Psychological Care on Emotional and Self-acceptance of Patients with Depression", *China Journal of Health Psychology*, c. 22, sy. 10 (2014), ss. 1522-24.

WEINSTEIN Netta, Kirk W. BROWN, Richard M. RYAN, "A Multi-method Examination of the Effects of Mindfulness on stress Attribution, Coping, and Emotional well-being", *Journal of Research in Personality*, c. 43, sy. 3 (2009), ss. 374-85, doi:10.1016/j.jrp.2008.12.008.

WEİSS Tzipi, "Correlates of Posttraumatic Growth in Husbands of Breast Cancer Survivors", *Psycho-Oncology*, c. 13, sy. 4 (2004), ss. 260-68, doi:10.1002/pon.735.

WIDOWS Michelle R. vd., "Predictors of Posttraumatic Growth Following Bone Marrow Transplantation for Cancer", *Health Psychology*, c. 24, sy. 3 (2005), ss. 266-73, doi:10.1037/0278-6133.24.3.266.

WIEDEMAN Frederic, *İki Dünya Arasında: Bütünsellik Bilmecesi*, çev. Bora Yaşatürk, İstanbul, 2002.

WIGGLESWORTH Cindy, *Spiritüel Zekâ*, çev. Seda Toksoy, İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2013.

———, “Why Spiritual Intelligence Is Essential to Mature Leadership”, 08.2006, https://integralleadershipreview.com/5502-feature-article-why-spiritual-intelligence-is-essential-to-mature-leadership/.

WILBER Ken, “Bir Gelişimsel Bilinçlilik Modeli”, *Ego Ötesi*, İstanbul: İnsan Yayınları, 2001, s. .

WILCOX Lynn, *Sufizm ve Psikoloji*, çev. Orhan Düz, İstanbul: İnsan Yayınları, 2001.

WILSON John P., Jacob D. LINDY, *Trauma, Culture, and Metaphor: Pathways of Transformation and Integration*, New York: Routledge, 2013.

WILT Joshua A., Julie J. EXLINE, “Receiving a Gift from God in Times of Trouble: Links between Gratitude to God, the Affective Circumplex, and Perceived Closeness to God”, *Mental Health, Religion & Culture*, c. 25, sy. 3 (2022), ss. 362-79, doi:10.1080/13674676.2022.2033710.

WINDERS Sarah-Jane vd., “Self-Compassion, Trauma, and Posttraumatic Stress Disorder: A Systematic Review”, *Clinical Psychology & Psychotherapy*, c. 27, sy. 3 (2020), ss. 300-329, doi:10.1002/cpp.2429.

WINNICOTT Donald Woods, *Playing and Reality*, Psychology Press, 1971.

WISESA Anggara, Irenne IRENNE, “Analyzing How Spiritual Intelligence Affecting Stress Coping in Stress Management”, *Jurnal Ilmu Sosial Politik dan Humaniora*, c. 3 (2020), ss. 1-12, doi:10.36624/jisora.v3i2.73.

WOODS Teresa E. vd., “Religiosity is Associated with Affective Status in Symptomatic HIV-infected African-American women”, *Journal of Health Psychology*, c. 4, sy. 3 (1999), ss. 317-26, doi:10.1177/135910539900400302.

WULFF David M., *Psychology of Religion: Classic and Contemporary*, 2.b., New York: John Wiley & Sons, Inc., 1997.

YALOM Irvin D., *Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratiği*, Istanbul: Kabalcı Yayınevi, 2002.

———, *Varoluşçu Psikoterapi*, 1.b., İstanbul: Pegasus Yayınları, 2018.

YAPICI Asım, “Eşlerin Dinsel Algı ve Yaşayışına Göre Evlilikte Dindarlık ve Maneviyat Huzur mu, Kusur mu?”, *Journal of Turkish Studies*, c. 13, sy. Volume 13 Issue 2 (2019), ss. 79-106, doi:10.7827/TurkishStudies.13025.

———, “Müslüman Türk Kültüründe İnanç Gelişimi: Bir Model Denemesi”, *DEUİFD Din Piskolojisi Özel Sayısı*, 2016, 83-113.

YAVUZ Kerim, *Çocukta Dini Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*, Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 1983.

YAZIR Elmalılı Hamdi, *Hak Dini Kur'an Dili Türkçe Tefsiri*, İstanbul: Eser Neşriyat, 1992.

YILDIRIM Şehnaz, *Parental Grief Reactions after an Infant Death*, (Yüksek Lisans Tezi), Orta Doğu Teknik Üniversitesi, 2003.

YILDIZ Murat, *Çocuklarda Tanrı Tasavvurunun Gelişimi*, 1.b., İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, 2007.

YILDIZ Murat, Vehbi ÜNAL, "Tanrı Tasavvuru ile Engelliliğe Yönelik Tutumlar Arasındaki İlişki", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, c. vol : 6, sy. 4 (2017), ss. 8-21.

YILMAZ Banu, *Arama-Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme ile ilişkili Değişkenler,* (Doktora Tezi), Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006.

YORULMAZ Hatice, Seda BAYRAKTAR, Kürşat ÖZDİLLİ, "Posttraumatic growth in chronic kidney failure disease", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, c. 5 (2010), ss. 2313-19, doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.456.

ZELIGMAN Melissa vd., "Posttraumatic Growth and Trauma in Flood Survivors: Contributions of Attitudes Toward God", *Journal of Mental Health Counseling*, c. 41, sy. 2 (2019), ss. 127-43, doi:10.17744/mehc.41.2.03.

ZELIGMAN Melissa, Jasmaine ATAGA, Zoe SHAW, "Posttraumatic Growth in Trauma Survivors: Associations With Attachment to God and God Representation", *Counseling & Values*, c. 65, sy. 2 (2020), ss. 155-69, doi:10.1002/cvj.12135.

ZHANG Lyuci vd., "Perceived Stress, Social Support, Emotional Intelligence, and Post-Stress Growth among Chinese Left-Behind Children: A Moderated Mediation Model", *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, c. 19, sy. 3 (2022), doi:10.3390/ijerph19031851.

ZISOOK Sidney, S. Allen ZISOOK, "Death, Dying and Bereavement", *Kaplan and Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry*, ed. Benjamin J. M. D. Sadock, Virginia A. M. D. Sadock, Harold I. Kaplan, 8.b., Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2005, s. .

ZOHAR Danah, Ian MARSHALL, *Ruhsal Zekâmızla Bağlantı Kurmak SQ*, çev. Kemal Budak, Burak Erdemli, İstanbul: Meta Basım Yayın, 2004.

———, *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*, London: Bloomsbury Publishing, 2000.

ZWAHLEN Diana vd., "Posttraumatic Growth in Cancer Patients and Partners--Effects of Role, Gender and the Dyad on Couples' Posttraumatic Growth Experience", *Psycho-Oncology*, c. 19, sy. 1 (2010), ss. 12-20, doi:10.1002/pon.1486.

EKLER

EK 1: VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

Doç. Dr. M. Naci KULA ve Doktora öğrencisi Zeynep KARLIK tarafından yürütülen "Manevi Zekâ ve Tanrı Tasavvurunun Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma" nın amacı Manevi Zekâ ve Tanrı Tasavvuru değişkeninin travma sonrası büyümesi ile ilişkisini incelemektir. Araştırmada sizden tahminen 10 dakika ayırmanız istenmektedir. Bu çalışma gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu nedenle soruların eksiksiz ve içtenlikle cevaplanması beklenmektedir. Bu formu onaylayıp takip eden soruları yanıtlamaya başlamanız araştırmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Çalışmaya başladıktan sonra bırakma hakkınız bulunmaktadır. Veriler yayın amacıyla kullanılabilecektir. Çalışmayla ilgili mevcut sorular için araştırmacıya zeynepsariyer@hotmail.com adresinden ulaşabilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

Zeynep Karlık

Bursa Uludağ Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Doktora Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz: Kadın ( ) Erkek ( )

2. Yaşınız: ()

3. Eğitim Durumunuz: İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Lisans ( ) Yüksek Lisans ( ) Doktora ( )

4. Medeni Durumunuz: Bekar ( ) Evli Bekar ( )

5. Sizce sosyo-ekonomik düzeyinizi aşağıdakilerden hangisi ifade ediyor?
   Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek ( )

6. Çocuğunuz var mı? Evet ( ) Hayır ( )

ÖLÇEKLER

1- TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE GELİŞME ÖLÇEĞİ

Boysan ve diğerleri tarafından TSBE (Travma sonrası büyüme envanteri) Türkçe'ye uyarlaması yapılan Travma sonrası büyüme envanteri 21 maddeden oluşup Türkçe formunda 'benlik algısında değişim', yaşam felsefesinde değişim' ve 'başkalarıyla ilişkilerde değişim' olmak üzere üç alt faktör bulunmaktadır. Katılımcılar cevaplarını 0-5 arasında değişen Likert ölçeğinde belirtmektedir.

	0	1	2	3	4	5
1. Yaşamda önem verdiğim şeylerin öncelik sırası değişti.						
2. Kendi hayatıma verdiğim değerde büyük bir artış oldu.						
3. Yeni ilgi alanları keşfettim.						
4. Kendime güven hissinde artış oldu.						
5. Manevi konuları daha iyi anlamaya başladım						
6. Başım sıkıştığında insanlara güvenebileceğimi daha iyi anladım						
7. Yaşamım için yeni bir yön belirledim						
8. Kendimi diğer insanlarla çok daha yakın hissetmeye başladım						
9. Duygularımı ifade etmeye daha çok istekliyim.						
10. Zorlukları göğüsleyebileceğimi daha iyi anladım.						
11. Yaşamımda daha iyi şeyler yapabiliyorum.						
12. Her şeyi olduğu gibi, daha çok kabullenebiliyorum.						
13. Her günümü daha iyi değerlendirebiliyorum						
14. Daha önce var olmayan yeni olanaklara kavuştum						
15. Diğer insanlara karşı daha şefkatliyim						
16. İlişkilerime daha çok emek sarf etmeye başladım.						
17. Değişmesi gereken şeyleri değiştirebilmek için daha çok çaba harcıyorum						
18. Daha güçlü bir inanca sahibim						
19. Düşündüğümden çok daha güçlü olduğumu keşfettim.						
20. İnsanların ne kadar mükemmel olabildiklerine dair çok şey öğrendim.						
21. Başkalarına ihtiyaç duyuyor olmayı daha çok kabullendim.						

2- MANEVİ ZEKÂ ÖLÇEĞİ

Erduran-Tekin, Ekşi tarafından Türkçe'ye uyarlanan Manevi zekâ ölçeği 19 maddeden ve kendini anlama, insani değerler, merhamet, vicdanlılık olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. 5'li Likert

	Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Yeni durumlarla kolayca yüzleşemem.					
2. Hayatımın manasını bilirim.					
3. Bir bireyin her zaman çoğunluğa saygı göstermesi ve buna göre kararlar alması gerektiğini düşünürüm.					
4. İnsanlar bana kolayca inanmaz, güvenmez.					
5. Çalışmalarım/hareketlerim insanlarda bilinç ve farkındalık yaratmaya yardımcı olur.					
6. Yabancı olsalar bile başkalarına yardım etmek için kendi ihtiyaçlarımı gözden çıkarabilirim.					
7. İnsani değerler her zaman korunamaz.					
8. Grupta lider olmadığında, liderlik görevini özverili bir şekilde yerine getirebilirim.					
9. Kendi menfaatlerimi gerine getirmek için şiddeti sakıncalı bulmam.					
10. Esnek yapım nedeniyle her durumu başarılı bir şekilde göğüsleyebilirim.					
11. Mağdurlara yardım eden insanları/kuruluşları aktif olarak desteklerim.					
12. Bunun için acı çekmem gerekse bile hayatım boyunca insanlığa hizmet etmek isterim.					
13. Bana göre bir birey başkalarını düşünmeden önce daima kendi ihtiyaçlarını karşılamalıdır.					
14. Başkalarının gelişimi için acı çekmenin anlamı yoktur.					
15. Kararlar her zaman vicdan temelinde alınamaz.					
16. Evrenin, insan varoluşunun temel sorularını anlamak için zaman harcamam.					
17. Kendi takdirime/sağduyuma dayanarak çalışacak talimatlar sağlayamam.					
18. Benim ilgi alanım buna ne ölçüde karşı çıkıldığına bakılmaksızın insanlığa hizmet etmektir.					
19. Kişisel çıkarlarımdan bağımsız olarak, insanlar ve kaynaklar arasında koordinasyon sağlayarak toplumun refahı için çalışırım.					
20. Düşüncelerimi yönlendirerek, başkalarına insanlık dersi öğretebilirim.					

olarak tasarlanmıştır.

3- TANRI TASAVVURLARI ÖLÇEĞİ

Tanrı tasavvurları ölçeği için Hızır Hacıkeleşoğlu ve Faruk Karaca'nın geliştirmiş olduğu Allah tahayyülleri ölçeği kullanılacaktır. Derecelendirme, "Tamamen katılmıyorum" (1), "Katılmıyorum" (2), "Kararsızım" (3), "Katılıyorum" (4), "Tamamen Katılıyorum" (5) şeklinde puanlanmaktadır. Geliştirilen ölçek ikisi olumlu ikisi olumsuz olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Buna göre Tanrının bireye duyarsızlığını ifade eden boyut "ilgisiz" olarak (İlgisiz Allah) isimlendirilirken, korku figürü olarak algılanan Allah, "korku-ceza yönelimli Allah tahayyülü" olarak isimlendirilmiştir. Olumlu boyutlarda Tanrının koşulsuz sevgisini öne çıkaran boyut "sevgi yönelimli" olarak (seven Allah) isimlendirilirken, sevgiyi adaletle birlikte (seven ve korkutan) şeklinde ele alan boyut "dengeli Allah tahayyülü" olarak isimlendirilmiştir

	Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Genellikle Allah'ın başıma gelenlere kayıtsız kaldığını düşünürüm.					
2. Allah'ın sevgi ve merhametine ulaşmaya çalışsam da beni fark etmediğini düşünürüm.					
Allah'ın çoğunlukla bana yardım etmediğini düşünüyorum.					
4. Allah'ın adaletini hissetmediğim zamanlar olmuştur.					
5. Dünyada meydana gelen adaletsizliklere Allah'ın neden müdahale etmediğini hep merak etmişimdir.					
6. Allah'ın ihtiyaçlarımı gözetmediğimi düşünüyorum.					
7. Allah'ın insanları kontrolsüzce dünyaya bıraktığını düşünüyorum.					
8. Allah'a karşı sürekli bir suçluluk ve utanç duygusu içindeyim.					
9. Allah'a karşı hissettiğim yoğun korku ve suçluluk, ahiret konusunda beni kaygılandırıyor.					
10. Ne kadar ibadet etsem de Allah'a karşı hissettiğim korkum azalmıyor.					
11. Ben üzerime düşeni yapsam da bu hiçbir zaman Allah için yeterli olmayacaktır.					
12. Dua ve ibadetlerimde sevgi, korku, huzur gibi birçok duyguyu aynı anda yaşarım.					
13. Allah'a karşı hissettiğim sevgi ve korku gibi duygular beni ona daha çok bağlamaktadır.					
14. Zaman zaman günah işlesem de Allah'ı düşünmek bana huzur verir.					
15. Cehennem benim için uzak ihtimal olmasa da cennete gireceğim ümidini her zaman hissetmişimdir.					
16. Ne hata yaparsam yapayım Allah'ın beni koşulsuz sevdiğine inanırım.					
17. Görevlerimi yeterince yerine getirmesem de Allah'ın benden yüz çevirmeyeceğini düşünüyorum.					
18. Allah denince aklıma gelen ilk şey onun sınırsız sevgisidir.					
19. Allah'ın merhameti öfkesinden baskın olduğu için kimseyi cezalandırmayacaktır.					

EK 2: ETİK ONAY İZNİ

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULLARI
(Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu)
TOPLANTI TUTANAĞI

OTURUM TARİHİ	OTURUM SAYISI
27 EKİM 2023	2023-09

KARAR NO 12: Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nden alınan Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı öğretim üyelerinden Doç. Dr. Naci KULA'ın danışmanlığında doktora öğrencisi 711921006 numaralı Zeynep KARLIK'ın "Manevi Zeka ve Tanrı Tasavvurunun Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma" adlı tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının değerlendirilmesine geçildi.

Yapılan görüşmeler sonunda; Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı öğretim üyelerinden Doç. Dr. Naci KULA'ın danışmanlığında doktora öğrencisi 711921006 numaralı Zeynep KARLIK'ın "Manevi Zeka ve Tanrı Tasavvurunun Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma" adlı tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğu başvurucuya ait olmak üzere uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

T.C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Genel Sekreterlik

Sayı: E-26468960-302.99-149120 07.02.2024
Konu: Zeynep KARLIK'ın Uygulama İzni

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 1.02.2024 tarihli ve E-86162157-302.99-25919 sayılı yazınız.

Enstitünüz Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı doktora öğrencisi Zeynep KARLIK'ın "Manevi Zeka ve Tanrı Tasavvurunun Travma Sonrası Büyüme ve Gelişme ile İlişkisi Üzerine Bir Araştırma" konulu ilgi yazınızda bahsi geçen çalışması kapsamında Üniversitemiz öğretim görevlilerine ve öğrencilerine uygulama yapma talebi Rektörlüğümüzce uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Zekeriyya ARI
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu:ueXpn72j60aqM4cbYKqROg Belge Doğrulama Adresi: https://udos.uludag.edu.tr/Teyit/

BUÜ Görükle Kampüsü 16059 Nilüfer/BURSA
Telefon No: 0(224)294 00 00 Faks No: 0(224)294 00 37
e-Posta: ozgeabic@uludag.edu.tr İnternet Adresi: www.uludag.edu.tr
Kep Adresi: uludag.rektorluk@hs03.kep.tr
Bilgi için: Özge ABİÇ
Telefon No: 0(224) 294 00 86

Bu belge UDOS ile hazırlanmıştır.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Zeynep KARLIK
Doğum Yeri	
Eğitim Durumu	
Lisans	2011-2016 Bursa Uludağ Üniversitesi / İlahiyat Fakültesi 2004-2011 Anadolu Üniversitesi / İşletme Fakültesi 2003-2007 Bursa Uludağ Üniversitesi / Mühendislik Fakültesi
Y.Lisans	2018-2021 Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bölümü 2008-2010 Bursa Uludağ Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Tekstil Mühendisliği
Doktora	2021-2024 Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bölümü
Yabancı Diller	İngilizce, Arapça
İş Deneyimi	
Çalıştığı Kurum	2016-2024 Özel Nova Fen ve Anadolu Lisesi
Projeler	Göç ve Manevi Destek Hizmetleri Başkanlığı Hizmet İçi Kriz Danışmanlığı Eğitimi - *Diyanet İşleri Başkanlığı* Deprem Bölgesinde Görevli Manevi Danışmanlara Eğitim Broşürü Yazarı - *Diyanet İşleri Başkanlığı*
Yayınlar	-Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kriz Terapisi Üzerine Düşünceler – *Yüksek Lisans Tezi* - Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Krize Müdahale Yaklaşımları- *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi- Zeynep Karlık* & M. Naci Kula* -Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kriz Terapisinin Temelleri- *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi Zeynep Karlık* -Kriz Durumlarında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik [içinde] Manevi Danışmanlık ve Rehberlik ed. Mustafa Koç, *Zeynep Karlık* -Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Kriz Terapisinin Temelleri- *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi Zeynep Karlık* -Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Perspektifinden Tanrı Tasavvurları ve Varlık Aşamaları Üzerine Psiko-Teolojik Analizler- *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi Zeynep Karlık* -Kriz Durumlarında Manevi Terapötik Bilişsel Şemalar- *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi Zeynep Karlık* - Manevi Zekâ ve Tanrı Tasavvurlarının Travma Sonrası Büyüme İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma- *Amasya İlahiyat Dergisi - Zeynep Karlık* & M. Naci Kula*
İletişim	