

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

**FARKLI OKUL TÜRLERİNDE GÖREV YAPAN**  
**ÖĞRETMENLERİN SPIRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ**  
**İLE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Özden YILMAZ**

**İstanbul**

**Haziran, 2019**

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

**FARKLI OKUL TÜRLERİNDE GÖREV YAPAN**  
**ÖĞRETMENLERİN SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE**  
**MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Özden YILMAZ**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Mustafa ÖZGENEL**

**İstanbul**

**Haziran, 2019**



Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

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

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Mustafa ÖZGENEL

Üye Dr. Öğr. Üyesi İbrahim TAŞ

Üye Dr. Öğr. Üyesi Okan BİLGİN

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

Prof. Dr. Ömer ÇAHA  
Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek Lisans tezi olarak hazırladığım "Farklı Okul Türlerinde Görev Yapan Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlanmasına kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

**Özden YILMAZ**

**İstanbul, 2019**

## ÖNSÖZ

Tez çalışmamı hazırlarken değerli desteğini hiçbir zaman esirgemeyen tez danışmanın Sayın Dr. Öğr. Üyesi Mustafa ÖZGENEL hocama teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca tüm hayatım boyunca, her koşulda yanımda olan, her attığım adımda beni yüreklendiren sevgili anne ve babama çok teşekkür ederim.

**Özden YILMAZ**  
**İstanbul, 2019**



## ÖZET

# FARKLI OKUL TÜRLERİNDE GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİN SPİRİTÜEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Özden YILMAZ

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Mustafa ÖZGENEL

Haziran- 2019, 78 + XIII Sayfa

Bu çalışmanın amacı, farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde farklı okul türlerinde görev yapan 390 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada tabakalı örneklem yöntemi kullanılmıştır. Okullar İlkokul, Ortaokul, İmam Hatip Ortaokulu, İmam Hatip Lisesi, Fen-Anadolu Lisesi, Meslek Lisesi olarak belirlenmiştir. Bu okullardan tesadüfi örneklem yöntemiyle 3'er okul seçilmiştir. Veriler, "Kişisel Bilgi Formu" "Spiritüel İyi Oluş Ölçeği" ve "Oxford Mutluluk Ölçeği" yardımıyla toplanmıştır. Bağımsız değişkenler cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, kıdem yılı, çalışılan okul türüdür. Öğretmenlere uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler SPSS kullanılarak istatistiksel sonuçlara çevrilmiştir. Veriler; Bağımsız Grup t Testi Tekniği, Tek Yönlü Varyans Analizi Tekniği, Pearson Korelasyon ve Regresyon Analizi ile analiz edilmiştir. Bulgulara göre, cinsiyet değişkeni ve spiritüel iyi oluş puanı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kadın öğretmenlerde spiritüel iyi oluş düzeyi erkek öğretmenlere göre anlamlı olarak daha yüksektir. Cinsiyet değişkenine göre mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Öğretmenlerin yaşlarına göre spiritüel iyi oluş puanıyla spiritüel iyi oluş ölçeği alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Ayrıca öğretmenlerin yaşları ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı fark saptanmamıştır. Öğretmenlerin öğrenim durumuna ve kıdemine göre spiritüel iyi oluş ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre spiritüel iyi oluş toplam puanı arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. İmam Hatip Liselerinde çalışan

öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri en yüksektir. Öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre mutluluk düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmaktadır. Fen-Anadolu Lisesinde çalışan öğretmenlerin mutluluk düzeyi en yüksektir. Sonuç olarak spiritüel iyi oluş toplam puanı ile mutluluk düzeyleri arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yordayıcı değişkenlerin mutluluk üzerindeki göreceli önem sırası ise iyi oluş toplam puanı, aşkınlık, doğayla uyum ve anomidir.

**Anahtar Kelimeler:** Spiritüel iyi oluş, Mutluluk, Spiritüel iyi oluş alt boyutları



## **ABSTRACT**

### **EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUAL WELL-BEING AND LEVEL OF HAPPINESS AT TEACHERS WHO ARE EMPLOYEE AT DIFFERENT KINDS OF SCHOOLS**

**Özden YILMAZ**

**Master Thesis, Guidance and Psychological Counseling**

**Thesis Advisor: Dr. Mustafa ÖZGENEL**

**June- 2019, 78 + XIII Page**

The purpose of this study is evaluating the relationship between spiritual well being and level of happiness at teachers from different kinds of schools. Relational screening model was used at this study. Study population was consisted from 390 teachers who are employees in Istanbul at different kinds of schools. Stratified sampling method was used at this research. Kinds of schools were selected as primary schools, elementary schools, imam hatip elementary schools, science – anatolian highschools, vocational high schools and imam hatip highschools. Three schools from each kind of school, were selected by random sampling method. Data was obtained via ‘Personal information form’, ‘Spiritual Well-being Scale’ and ‘Oxford Happiness Questionnaire’. Independent variables were gender, age, educational background, years of seniority and kind of school . Data which was obtained via data collection scales, was transformed to statistical results by statistical package for social sciences (Spss 18). Data was analyzed by independent samples t-test, one-way analysis of variance, Pearson correlation and regression analysis. As a result of this study, it was found that there was statistically significant difference between genders and spiritual well being total score. Spiritual well being score was significantly higher at female teachers than male teachers. There was no statistically significant difference at level of happiness between female and male teachers. There wasn’t any statistically significant difference at spiritual well-being total score and dimensions of spiritual well-being scale for different ages. Also there wasn’t any detected significant difference at level of happiness for different ages. When it is compared to spiritual well being and level of happiness with teachers’ educational background and their seniority level; there was no statistically significant difference. There was statistically



significant difference at spiritual well-being total score between different kinds of schools. Spiritual well being level was detected highest among teachers who were employee at imam hatip highschools. Level of happiness was found significantly different between the kinds of schools. Level of happiness was detected highest at science – anatolian highschools teachers. As a conclusion it was detected that there is a weak but positive relationship between spiritual well being total score and level of happiness. The significance rate of predictor variables on happiness, were well-being total score, transcendence, harmony with nature, and anomie, respectively.

**Keywords:** Spiritual well-being, Happiness, Dimensions of Spiritual well-being



# İÇİNDEKİLER

<b>TEZ ONAYI</b> .....	<b>i</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>iii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Önem .....	4
1.3. Amaç .....	5
1.4. Varsayımlar/Sayıtlar .....	5
1.5. Sınırlılıklar .....	5
1.6. Tanımlar .....	6
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>7</b>
<b>İLGİLİ ALAN YAZIN</b> .....	<b>7</b>
2.1. Spiritüel (maneviyat) Nedir?.....	7
2.1.1. Spiritüel (maneviyat) Din İlişkisi.....	11
2.2. Mutluluk.....	13
2.2.1. Felsefe Tarihinde Mutluluk.....	14
2.2.2. Psikoloji Tarihinde Mutluluk .....	21
2.3. Spiritüel ve Spiritüel İyi Oluş Kavramı ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	25
2.4. Mutluluk Kavramı ile İlgili Yapılan Araştırmalar .....	28

<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM</b> .....	<b>32</b>
<b>YÖNTEM</b> .....	<b>32</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	32
3.2. Evren ve Örneklem/Çalışma Grubu.....	32
3.3. Veri Toplama Araçları .....	34
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	34
3.3.2. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu.....	34
3.3.3. Spiritüel İyi Oluş Formu.....	35
3.4. Verilerin Analizi.....	35
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM</b> .....	<b>37</b>
<b>BULGULAR</b> .....	<b>37</b>
4.1. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri İle Mutluluk Düzeyleri Hangi Seviyededir? Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	37
4.2. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri İle Mutluluk Düzeyleri Cinsiyetlerine, Yaşlarına, Öğrenim Durumlarına, Kıdemlerine ve Görev Yaptıkları Okul Türlerine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte midir? Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	38
4.3. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri İle Mutluluk Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var mıdır? Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	44
4.4. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri Mutluluklarını Yordamakta mıdır? Alt Amaca İlişkin Bulgular.....	45
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>46</b>
<b>SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER</b> .....	<b>46</b>
5.1. Sonuç ve Tartışma.....	46
5.1.1. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri İle Mutluluk Düzeyleri Hangi Seviyededir? Alt Amaca İlişkin Sonuç ve Tartışma.....	46
5.1.2. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Cinsiyetlerine, Yaşlarına, Öğrenim Durumlarına, Kıdemlerine, ve Görev Yaptıkları	

Okul Türlerine Göre Anlamli Farklilik Göstermekte midir? Alt Amaca İlişkin Sonuç ve Tartışma.....	47
5.1.3. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri İle Mutluluk Düzeyleri Arasında Anlamli Bir İlişki Var mıdır? Alt Amaca İlişkin Sonuç ve Tartışma.....	55
5.1.4. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri Mutluluklarını Yordamakta mıdır? Alt Amaca İlişkin Sonuç ve Tartışma.....	56
5.2. Öneriler .....	59
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>61</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>72</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>78</b>

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1. Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı .....	32
Tablo 3.2. Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Dağılımı.....	33
Tablo 3.3. Öğretmenlerin Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımı .....	33
Tablo 3.4. Öğretmenlerin Kıdem Durumlarına Göre Dağılımı.....	33
Tablo 3.5. Öğretmenlerin Çalıştıkları Okul Türüne Göre Dağılımı.....	34
Tablo 4.1. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri.....	37
Tablo 4.2. Öğretmenlerin Oxford Mutluluk Ölçeğinden Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri.....	37
Tablo 4.3. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları.....	38
Tablo 4.4. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Cinsiyet Açısından İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları .....	38
Tablo 4.5. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Yaşlarına Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	38
Tablo 4.6. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Yaşlarına Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	39
Tablo 4.7. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Öğrenim Durumlarına Göre İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları .....	39
Tablo 4.8. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Öğrenim Durumlarına Göre İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları.....	40
Tablo 4.9. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Kıdemlerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	40
Tablo 4.10. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Kıdemlerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	41
Tablo 4.11. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Çalıştıkları Okul Türüne Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	41
Tablo 4.12. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Çalıştıkları Okul Türüne Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	43

Tablo 4.13. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Oxford Mutluluk Ölçeği Düzeylerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları..... 44

Tablo 4.14. Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Oxford Mutluluk Ölçeği Düzeylerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları ..... 45



## KISALTMALAR

**TDK:** Türk Dil Kurumu

**TÜİK:** Türkiye İstatistik Kurumu



# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Araştırmanın ilk bölümü; araştırmanın ortaya çıkmasını sağlayan problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, sayıtları, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılan temel kavramların tanımlanmalarından oluşmaktadır.

### 1.1. Problem Durumu

Günümüzde gelişen teknoloji, değişen iletişim şekilleri, kişiler arasındaki samimiyetin azalması, maddi-manevi gereksinimlerin ve beklentilerin artması gibi nedenlerle insanlar kendilerini yalnız ve mutsuz hissetmektedirler. İnsanların daha fazla mutlu olma isteği ve bunun önünde engel olarak duran yaşadıkları sorunları çözme noktasında inanç, dini ritüeller ya da içsel süreçlerinden destek almaları geçmişten bugüne her dönemde görülmüştür.

TDK sözlüğünde (2011) mutluluk; “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, ongunluk, kut, saadet, bahtiyarlık” olarak tanımlanmıştır. Spiritüel ise tanımlanması güç olmakla birlikte genel olarak ruhsal, maneviyat olarak adlandırılan bir kavramdır. TDK (2011) sözlüğünde ; “tinsel, maddeyle ilgisi olmayan, manevi olan” şeklinde tanımlanmıştır.

1950’li yıllardan itibaren sosyal bilimlerde maneviyat unsurunu alternatif bir çözüm yolu olarak kendine konu edinmiştir. Bunun nedeni de modern bilimin insanın tüm sorunlarına çözüm getiremediği gerçeğidir (Erdem ve Kesgin, 2017: 125).

İnsan birbirleriyle bağlantılı olan fiziksel, zihinsel, duygusal, sosyal ve aynı zamanda spiritüel boyuta sahip bir varlıktır. İnsanın fiziksel, sosyal ihtiyaçları olduğu gibi yaşamın anlam kazanması, güven, umut, sevgi gibi spiritüel ihtiyaçları da vardır. Bu ihtiyaçların yokluğunda kişi manevi boşluğa düşer. Bu da insanın tüm boyutlarını olumsuz etkiler (Çınar ve Aslan, 2017: 38).

İnsanın sahip olduğu manevi ihtiyaçlar diğer fiziksel ihtiyaçlarına göre soyut ve anlaşılması güçtür. Kişinin mutluluğu için insanın manevi yönünü de içeren çok yönlü



yapısı korunarak değerlendirilmelidir. İnsanın manevi iyi olma hali fiziki organlarının iyi olma hali kadar önemlidir. İnsanın tam olarak sağlıklı sayılması beden, beyin ve ruh arasındaki uyuma bağlıdır (Kavas, 2014: 905-907).

Emirza (2018: 97) şiddet mağduru kadınlar ile ilgili yaptığı çalışmasında spiritüel yani manevi inançları diğerlerine göre yoğun yaşayan kadınların ruhsal hastalık belirtilerinde azalma olduğunu ortaya koymuştur. Dedeli ve Karadeniz (2009: 52-53) çalışmalarında kanser hastası kişilerin yaşadıkları ağrıların giderilmesinde spiritüel desteğin önemli ve pozitif yönde etkili olduğunu belirtmişlerdir.

Bilimin nesnel olarak gözlemlenen olgularla ilgilenmesinin gerekliliğini savunan pozitivist felsefe akımı ve madde dışındaki metafizik boyutu reddeden materyalizm akımı Batı düşünsel yapısını oluşturmuş ve psikoloji biliminin insanın spiritüel boyutu ile ilgilenmemesine neden olmuştur. Öz, duygu, maneviyat, din gibi kavramlar psikolojinin dışında kalmıştır. Davranışçı psikoloji yaklaşımının temsilcilerinden olan Skinner'ın maneviyatın pekiştirilmiş davranışın sonucu olduğunu söylemesi; psikanalitik yaklaşımın kurucusu Freud'un maneviyat yerine akla, bilime güvenilmesi gerektiğini ifade eden söylemleri psikolojiyi maneviyattan uzak tutmuştur. Ancak modern insanın artan sorunları ve modern psikolojinin bu sorunlara tam anlamıyla bir çözüm getiremediğinin düşünülmesi psikoloji biliminde maneviyat konusunun açılmasına neden oldu. (Ekşi ve Kaya, 2016: 13-19).

İnsanın tüm boyutları ile bütüncül bir şekilde ele alınması Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde manevi değerleri en üst noktaya koyması ile gündeme gelmiştir. Sahip olunan maddi zenginliklerin insanların yaşadıkları acıları gidermede yetersiz kalması, sosyal ve kültürel sorunların çözümünü bulma, huzurlu yaşama isteği gibi faktörler spiritüaliteye ilginin artmasına neden olmuştur (Çınar ve Aslan, 2017: 39).

Maslow insanın belli bir hiyerarşik sıra izleyen çeşitli ihtiyaçlar kümesine sahip olduğunu belirtmiştir. Bu ihtiyaçlar en alttan en üste doğru; fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi ve ait olma ihtiyacı, saygınlık ihtiyacı, kendini gerçekleştirme ihtiyacı şeklinde sıralanır. En üst basamakta yer alan kendini gerçekleştirme ihtiyacının temelinde ise insanın anlama, anlamlandırma ihtiyacı yatar. İnsanın anlamlandırma sürecinde umut, sevgi ve iyimserlik faktörleri rol oynar (Kızılırmak, 2015: 11-13). Umut ve iyimserlik insanın kendini ve hayatı anlamlandırmasına yarayan ve bu sayede mutluluğa ulaştıran duygulardır. Hayata, geleceğe karşı umutla

bakmak insanı ayakta tutar. İyimserlik insanın yaşadığı olumsuz durumlardan ders alarak hayata tutunmasını sağlar (Sayar, 2011: 19-21). İnsanın doğuştan getirdiği spiritüel ihtiyaçları gideren kavramlar umut, iyimserlik ve anlam duygusudur.

İnsanın varoluşuna anlam yükleme ihtiyacı hissetmesi doğasında vardır ve insan anlamlandırma yapan tek canlıdır. İnsanın dünyaya ve kendine anlam yüklerken aldığı en güçlü referanslardan biri maneviyattır. Hayatlarındaki anlam arayışını sonuçlandıran bireyler tüm zor koşulların üstesinden gelme motivasyonunu kendilerinde bulabilirler. Anlam ihtiyacını karşılayamayan bireyler stres, kaygı, umutsuzluk, depresyon gibi sıkıntılarla karşılaşır (Kızılırmak, 2015: 1-5).

Bu çalışmada maneviyat anlamında kullandığımız spiritüel, “bireyin kendisi ve diğer insanlarla ilişkilerini, evrendeki yerini, yaşamın anlamını anlama ve kabul etme çabasıdır, aynı zamanda yaşam boyu kazanılan bilgilerin bir sonucudur ve yaşamın amacını oluşturan, bireye anlamlı gelen unsurları içerir” (Çetinkaya ve ark., 2007: 47).

İnsanlık var olduğundan beri manevi değerler bütünü spiritüeliteye ilgi ve ihtiyaç her toplumda her çağda görülmüştür. İnsanların spiritüeliteye verdikleri önem kişiden kişiye göre değişebilmekle birlikte, manevi değerleri hayatlarının merkezine koyan insanlar yaşadıkları sorun ve sıkıntıları kolay atlattıkları (Kardaş, 2017: 6-7).

Manevi uygulamalara ve bağlılığa sahip olmanın insanın sorunlarla baş etme mekanizmalarını arttırdığı, kişisel değerini, dünyaya bakışını geliştirdiği, hayattaki stres unsurunu azalttığı, kalp, kolesterol, kanser gibi fiziksel etkileri olan hastalıklar üstünde de olumlu etkileri olduğu çeşitli araştırmalarla saptanmıştır (Daştan ve Buzlu, 2010: 75).

Erdoğan'ın (2019: 70-74) onkoloji hastaları üzerinde yaptığı çalışmada hasta bireylerin spiritüel iyilik düzeyleri arttıkça yalnızlık düzeyleri azalmakta, yaşama anlam verme durumları artmakta sonucu ortaya çıkmıştır. Ağır bir hastalıkla mücadele eden kişilerin spiritüel boyutlarının desteklenmesinin oldukça faydalı olacağı önerisi sunulmuştur.

İnsanın hayatına güven, sevgi, umut gibi pozitif duygular ile anlam katan spiritüellik kavramının bu araştırmada mutluluk ile ortak paydada buluşabileceği, birlikte ele alınabileceği ve mutluluğa katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Mutluluk geçmişten günümüze tüm insanların ulaşma arzusunda olduğu ve yaşam ideali olarak aldığı bir kavramdır. Mutluluğun bilimsel bir zeminde incelenmeye başlanması tarihi çok eski değildir. Pozitif psikoloji akımı ile birlikte mutluluk kavramı bilimsel bir platformda incelenmeye başlanmıştır (Türkdoğan, 2010: 1-2).

Mutluluk kavramının psikolojinin konusu olması on dokuzuncu yüzyılın ikinci çeyreğinde gerçekleşmiştir. O güne kadar travmalar, krizler, patolojik durumlar gibi insan hayatındaki olumsuzluklar ile ilgilenen psikolojinin farklı bir bakış açısına ihtiyaç duyduğu, insanın işlevselliğini arttıracak, bireyi güçlendirecek, mutlu edecek yaklaşımların araştırılması gerektiği düşüncesi ile pozitif psikolojiye bir yönelim olmuştur (Odabaşı, 2016: 34-35).

Literatürde spiritüel iyi oluş ve mutluluk ile ilgili ayrı ayrı çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin; yaşlılardaki bilgelik ve psikolojik iyi oluş ile spiritüel iyi oluş (Borhan, 2017), sanal kimlik ve spiritüel iyi oluş ile narsistlik eğilimleri (Kardaş, 2017), yalnızlık ve ölüm algısı ile spiritüel iyi oluş (Erdoğan, 2019) ve psikolojik istismar profillerini spiritüel iyi oluş açısından inceleyen (Keçeci, 2018) gibi. Ayrıca mutluluk kavramı ile ilgili olarak da yaratıcılık ile mutluluk (Bilgin, 2017), iş tatmini ile mutluluk (Kara, 2010), yaşam kalitesi ile mutluluk (Çakıroğlu, 2007), psikolojik yardım almaya isteklilik ile mutluluk (Çolak, 2018), aile desteği ile mutluluk (Şahin, 2018) arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalara rastlanmaktadır. Yapılan literatür taramasında Türkiye’de öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmeye yönelik bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmanın problem cümlesi, “Farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutlulukları arasında ilişki var mıdır?” şeklinde belirlenmiştir.

## **1.2. Araştırmanın Önemi**

Öğretmenler bir ülkenin geleceğini öğrencileri vasıtasıyla şekillendiren, eğitimin en önemli unsurlarıdır. Onların hayattaki mutlulukları mesleklerini kendilerinden beklenen şekilde icra etmelerini etkileyeceği beklenebilir. Bu nedenle insani gereksinimlerin arasında yer alan spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek oldukça önem taşımaktadır.

Literatür incelendiğinde spiritüelliğin insan hayatındaki önemini ortaya koyan çalışmaların büyük bölümü sağlık çalışanları ve iş dünyası üzerinde yapılmıştır.

Ebelerde spiritüel bakım yetkinliğinin incelenmesi (Kabakçı, 2019), hemşirelerin spiritüel ve spiritüel bakım algıları ile iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Uygur, 2016), spiritüel liderliğin performans üstündeki etkisinin incelenmesi (Narcıkara, 2017) bu çalışmalara örnektir. Türkiye’de eğitim alanında ve eğitimin lokomotifini olan öğretmenler özelinde spiritüel iyi oluş ile mutluluğu beraber ele alan bir çalışma olmaması, araştırmanın önemini ortaya koymaktadır ve alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1.3. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu temel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaç sorularına yanıt aranmıştır.

1. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri hangi seviyededir?
2. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim durumlarına, kıdemlerine ve görev yaptıkları okul türlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri, mutluluklarını yordamakta mıdır?

### **1.4. Varsayımlar**

1. Araştırmanın çalışma grubunun evreni yeterli düzeyde temsil edecek büyüklükte olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan öğretmenlerin, kullanılan ölçme araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevaplayacakları varsayılmıştır.

### **1.5. Sınırlılıklar**

Bu araştırma aşağıdaki sınırlılıklara sahiptir:

1. Araştırma, çalışmaya katılan öğretmenler ile sınırlıdır.
2. Veriler, öğretmenlerin araştırmada kullanılan ölçme araçlarına verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

3.Araştırma, kullanılan ölçme araçlarının geçerliği ve güvenilirliği ile sınırlıdır.

### **1.6. Tanımlar**

**Spiritüel İyi Oluş:** Opatz'a (1986) göre insanın var oluşundaki anlam ve amaçları aramaya dair isteklilik, her şeyi sorgulama, rahatlıkla açıklanıp anlaşılamayacak soyut şeyleri idrak etmesidir (Akt., Kardaş, 2017: 11).

**Mutluluk:** Göstergesi gülümseme olan, iyi, durumundan memnun ve sevinçli olma halidir (Akpınar, 2004: 4).



## İKİNCİ BÖLÜM

### İLGİLİ ALAN YAZIN

#### 2.1. Spiritüel (maneviyat) Nedir?

Geçmişten günümüze spiritüelliğin ne olduğu ile ilgili birbirinden tamamen bağımsız olmamakla birlikte farklı tanımlar ortaya atılmıştır. Genel olarak ruhsallık olarak tanımlanan spiritüellik hakkında farklı betimlemeler yapılması kavramın oldukça kişisel, soyut ve içsel olmasından kaynaklanmaktadır.

Spiritüellik Como'ya (2007) göre, hayatın anlamının araştırıldığı, kutsal bir olgudur. Murray ve Zentner (1989) için spiritüellik; sevgi saygı, tanrıya ya da başka bir üst güce boyun eğme, hayatın anlamını, hayatın amacını araştıran, dine duyulan bağlılığın ötesinde bir yaşam biçimidir. Surbone ve Baider'e (2010) göre spiritüelite yaratıcı, evrensel ruh, hayata anlam veren ilahi güç olarak ifade edilmiştir (Akt., Baykal, 2018: 13).

Maneviyat bireyi anlamaya, sevgiye, şefkate, bilgiye, umuda ulaştıran cesaretlendiren yaşamsal bir enerjidir. Maneviyat insan ruhunun sevgi, sabır, hoşgörü gibi insana mutluluk veren üst düzey duygularla iletişimde olmasıdır (Özen, 2010: 50).

Maneviyat insanın içindeki potansiyel olarak duran pozitif duygularını fark etmesini sağlayarak hayata bağlılığı arttıran bir unsurdur.

Maneviyat tanımlamalarında bazı araştırmacılar doğrudan ya da üstün güç vb. şekilde dolaylı olarak Tanrı'ya atıfta bulunurlar. Bireyin hakkında tam olarak bilgi sahibi olmadığı üstün gücün farkında olması ve o gücün yönlendirmesiyle ve bağlantılı olduğu diğer varlıklarla uyumlu olması ifade edilir. Bir kısım araştırmacılar ise maneviyatı kişinin iç dünyası ile sınırlı olarak tanımlamışlardır. Kişinin herhangi bir üstün güce ihtiyaç duymadan kendi içsel sürecinde diğer varlıklar ile bir bütünün parçası olduğunu anlaması ve uyumu yakalaması olarak açıklamışlardır. Zinbauer ve arkadaşlarının (1999) spiritüelliği, Tanrıya duyulan yakınlık ve diğer canlılarla kurulan bağıdır. Chakraborty ve Chakraborty'nin (2004) maneviyat tanımı ise kendi

egosundan daha yüksek bir varlığın yönlendirmesi altında yaşamak olarak ifade edilebilir. Bireyin içsel süreçlerini öncelleyen tanım örneklerinde Harlos'un (2000) maneviyatı kişinin en yüksek değere doğru kendini aşma mücadelesi olarak, Schmidt-Wilk ve diğerleri (2000) için maneviyat kişinin içsel olarak kendinin farkında olması şeklinde aktarılmıştır (Akt., Örgen ve Günalan, 2011: 53-54).

Spiritüellik tanımlarının hepsinde üzerinde durulan içsellik vurgusu bireylerin spiritüelliklerini ve bunu hayatlarına yansıtışlarını öznelştirmektedir.

Elkins ve diğerlerinin (1988) geliştirdiği spiritüel ya da tinsellik tanımında dört özelliğe yer verilmiştir. Bunlar; spiritelliğin ya da tinselliğin her insanda potansiyel olarak bulunduğu, fenomenolojik yaklaşımlarla açıklanabileceği, duygu, inanç, değer içeren insani deneyim süreci olduğu ve din ile aynı anlama gelmediğidir (Akt., Tuncay, 2007: 14-15).

Spiritüelliğin kişilerde potansiyel olarak bulunduğu ve yaşadıkları sıkıntılı durumlardan kurtulmak için savunma mekanizması olarak ortaya çıktığı söylenebilir.

Ergeshov'e (2011) göre maneviyat genetik temelli bir kavramdır. İnsan beyni maneviyat ile ilgili nitelikleri gerekli durumlarda kullanmak üzere toplar. Bu insanın olumsuz durumları güçlü manevi yapısı ile karşılaşmasını ve atlatmasını sağlar. Hamer (2005) maneviyatın genetik temeline ilişkin araştırmasında maneviyatın WMAT2 geniyle bağlantılı olduğunu söylemiştir. Hamer dindarlıktan bağımsız bir kendini aşma durumundan bahseder. Kendini aşkınlık kişinin kendinin ötesine geçerek var olan bütünün bir parçası olduğunun idrakine varmasıdır. Kendini aşabilme gücünün kültürler arası bir yetenek olduğunu, bazı kültürlerdeki insanların bu maneviyata sahipken bazıları buna duyarlı olmayabileceğini ifade etmiştir (Akt., Kızılırmak, 2015: 36).

Bash'a (2004) göre spiritüelliğin ne olduğunun üç yaklaşımla ifade edilebilir. Bunlar; Tanrıci yaklaşım, Tanrıci olmayan yaklaşım ve Medya yolu ile yaklaşımdır. Tanrıci yaklaşıma göre bireyin kendinden daha üstün bir güç ya da Tanrı ile ilişkisi vardır ve bu bağlantıda insan öğrenme sürecindedir. Tanrıci olmayan yaklaşımda insanın kendinden üst bir güce teslim olmasının yerine insanın bencilliğe kaymadan kendi gücünün farkına varması ve insanlara yardım etmek için doğuştan getirdiği farkındalığıdır. Medya yolu ile yaklaşım ise dindar olmayan kişilerin sorularına cevap

vermek için laik bir açıklama olarak ortaya çıkmıştır ve sorulara cevap vermek için üstün bir güç kavramına ihtiyaç duymamaktadır (Akt., Yılmaz, 2010: 62).

Sülü (2006: 18-22) spiritüelliğin insan hayatındaki gelişim dönemlerine yer vermiştir. Bebeklik döneminde karşılanması gereken manevi ihtiyaçlar vardır. Bunlar sevgi ve güven duygusudur. Bu dönemde bebeklerde doğru-yanlış kavramı olmadığı için bu ihtiyaçlar davranışlarını etkilemez. Çocukluk döneminde ebeveynlerini taklit eden çocuklar anlamını bilmesede çeşitli dinsel ya da spiritüel aktivitelerde bulunabilirler (dua etmek vb). Çocukluk döneminde aile içinde yaşanan ölüm, hastalık gibi çeşitli olumsuzlukları fark ederler ama manevi sıkıntılarını ifade etmekte zorlanırlar. Ergenlik döneminde manevi sıkıntılarının farkına varan ve bunu rahat ifade eden gençler aileden aldıkları spiritüel inançları sorgulamaya başlayabilirler. Yetişkinlik döneminde kendi maneviyatının farkına varan birey bu maneviyatı sayesinde pek çok olumsuzluktan korunmuş olur.

Manevi değerler insanlar arasındaki ilişkilerin düzenlenmesi ve toplum yapısının sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için önem taşır. Bu nedenle insanın hayatında vazgeçilmez konumdadır. Vazgeçilmez olduğu için de insanların maneviyattan uzak olması hayatın amacını kaybetmesi, hayattan zevk almama, ümitsizlik, kuşkuculuk gibi ruhsal ve onların neden olduğu çeşitli bedensel rahatsızlıklara yol açabilir (Mutluer, 2006: 36).

Spiritüellikten uzaklaşan ya da spiritüelliklerini keşfedemeyen kişiler hayat içerisinde karşılaştıkları sorunlarda kendilerini yalnız hissedebilir, toplumdaki uzaklaşabilirler. Kişilerin toplumdaki uzaklaşması, toplumsal kuralların işleyişinde aksamlar ve toplumsal yapıda bozulmalara neden olabilir.

İnsanlar hastalık, ölüm ya da onları mutsuz eden olaylar karşısında varoluşlarını sorgulamaya başlarlar. Böyle dönemlerde spiritüel değerler vasıtasıyla hayata ve varlıklarına yeni anlamlar yüklerler (Hiçdurmaz ve Öz, 2013: 50-51).

Spiritüel iyilik hali yaşamın dayandığı anlam ve amacı arama, kendinden daha büyük bir gücü fark etme durumudur. Spiritüel iyiliğe ulaşan birey yaşam doyumunu yüksek ve kendini tamamlamış olan kişidir (Korkut Owen ve Owen, 2012: 28). Scott ve Agretsti (1998: 1) manevi iyi oluşun dinsel iyilik ve varoluşsal iyilik olarak iki boyutlu bir kavram olduğundan bahseder. Dinsel iyilik kişinin Tanrı ya da üstün güç ile ilişki içerisinde olması ve manevi yaşamındaki doyumdur. Varoluşsal iyilik kişinin



kendisiyle, çevresiyle olan ilişkisi ile ilgilidir ve kişinin hayattaki anlam arayışı ve bu anlama göre hayatını düzenlemesidir. Manevi iyi oluş kişinin kendisiyle, çevresiyle ve üstün güçle kurduğu ilişkideki memnuniyeti ve manevi gelişimi hakkında bilgi verir.

Dyson ve arkadaşları (1997) spiritüalizite kavramında üç odak noktasına değinirler. Bunlar; kişinin kendisi, toplum, Tanrı ya da üstün güçtür. Bu odak noktaları arasındaki güçlü ilişki spiritüel iyiliğin de gücünü belirlemektedir. Kişinin spiritüel yapısı iç gücünü arttırmaktadır. Kişi spiritüel ihtiyaçlarını toplumdaki diğer insanlarla olan iletişimde kazanır ve içinde bulunduğu topluma göre spiritüel bakış açısı şekillenir. Tanrı ya da üstün güç dinlerdeki gibi sınırlayıcı bir kavram olmak zorunda değildir. Üstün güç, kişinin yaşamında en çok değer verdiği şey, işi, kendisi ya da Tanrı olabilir (Akt., Yılmaz, 2010: 63).

Ekşi ve Kardeş (2017) geliştirdikleri spiritüel iyi oluş ölçeğinde, spiritüel iyi oluşun doğayla uyum, aşkınlık ve anomi alt boyutlarından oluştuğunu belirtmişlerdir.

İnsan doğayla iç içe ve doğayla birlikte var olan bir varlıktır. Yapısı gereği doğanın rahatlatıcı, enerji verici yönlerinden yararlanır (Sav, 2017: 13-14). İlkçağlardan itibaren insan doğaya ihtiyaç duyar ve kendini doğa ile bütünleştirmiştir. İnsanı ve ihtiyaçlarını merkeze alan 17. yy. düşünsel yapısı nedeniyle insan doğa ile bütünleşmesini unutarak doğanın efendisi olma yolunu seçmiş ve kendini doğadan kopartmıştır (Gül, 2013: 18). İnsanın doğadan uzaklaşması kendini güvensiz, dayanaksız hissetmesine ve varoluşuna anlam yüklemekte zorlanmasına neden olmaktadır. Geleneksel bakış açısında aşkınlık insanın kendinden güçlü olan yüce bir varlığa boyun eğmesi anlamına gelmektedir (Acar, 2016: 94). Dönmezer (1994) için anomi, toplumsal kuralların insanların davranışlarını yönlendirme, kontrol etme güçlerinin ortadan kalkması, kişilerin nasıl davranacakları konusunda kararsız kalmaları anlamına gelmektedir (Akt., Ekmekci, 2004: 23). Giner (1976) anomi kaynaklı toplumsal değerlerde yaşanan bozulmanın toplumdaki bireylerde psikolojik sorunlara ve antisosyal davranışlara neden olduğunu belirtir (Akt., Atılın, 2010: 9). Anomi bireyin dahil olduğu toplumun normlarında meydana gelen değişiklikler neticesinde sıkıntı yaşamasına, kendini toplum içinde konumlandırmada zorlanmasına, değişen ya da yenilenen toplumsal kurallar, değerler sonrasında nasıl hareket edeceğini bilememesine ve kendini toplumdaki uzaklaştırmasına ve mutsuz olmasına neden olan olumsuz bir kavramdır. Doğayla uyum, aşkınlık ve anomi

kavramları, tanımlarından hareketle spiritüel kavramı ile doğrudan ilişkili oldukları söylenebilir.

Spiritüellik, maneviyat ya da tinsellik insanın tüm yaşamı içerisinde etkili olan bir kavramdır. İnsanın hayattaki amacını, hayat yolunu bulmasında etkili olan, insanı doğaya yaklaştırarak evrendeki bütünlüğün bir parçası olduğunu fark ettiren, yaşadığı sıkıntılarda, gücünün yetmediği durumlarda adını Tanrı, enerji, doğa, karma ...vb. ne koyarsak koyalım kendinden üst bir güce teslim olması ve güvenmesi demektir. Spiritüellik içerisinde barındırdığı umut etme, anlam arayışında mücadele etme, değiştirmeye gücünün yetmediği şeylerde ise kendinden üst bir güce teslim olma bakış açılarından dolayı insanı pozitif duygu durumuna yönlendirir.

### **2.1.1. Spiritüel (Maneviyat) ve Din İlişkisi**

İnsanın mutlu ve ruhen sağlıklı olabilmesinde hayata anlam ve amaç yüklemesinin payı oldukça fazladır. Kendine ve hayata anlam bulamayan insanın mutlu olma ihtimali yoktur. İnsanlara anlam sunan en önemli olgu dindir. Çağdaş dünya insanının dini duygularının zayıflaması onu boşluğa düşürmüş ve farklı arayışlara itmiştir. Dini reddeden yaklaşımlar insanın varoluşuna anlam yüklemeyi ve insanın mutluluğunu engeller. Araştırmalar inançlara sahip olan insanların diğerlerine göre kendilerini daha sık mutlu saydıklarını göstermiştir (Saygılı, 2016: 25-54).

İnsanın hayat hakkındaki sorularına cevap bulan din olgusu, yaşadığı problemleri değiştirmeye gücünün yetmediği durumlarda bir çıkış noktası olmaktadır. Dini yaşayış şekli kişiden kişiye değişmektedir. Dini ritüeller, dini düşünce yapısı, yaratıcı tasavvuru kişiye özel durumlar olsa da kişiye hissettirdikleri benzer duygulardır.

Maneviyat kelimesi tarihte genellikle din ile eş anlamlı olarak kullanılmıştır. Ancak son yüzyılda iki kavram arasında bir ayrışma olduğu da ifade edilmeye başlanmıştır. Maneviyatın bireysel alandaki deneyimleri ifade ederken dinin ritüelleri, sistematikliği, kurumları nedeniyle daha kurumsal olduğu düşünülmüştür. Buna göre maneviyat ve din olgusu birbirinden bağımsız olarak değerlendirilebilir. Hill ve Pargement (2003) çalışmalarında bu ayrımın çok doğru olmadığını çünkü tüm manevi deneyimlerin organize inanç deneyimi olan dinlerden doğduğunu ayrıca bu ayrımın kavram kargaşasına neden olacağını ifade etmişlerdir (Akt., Ekşi ve Kaya, 2016: 15).

Araştırmacılar maneviyat konusu hakkında çalıştıklarında ortaya din konusu da çıkmaktadır. Ancak din ve maneviyat farklı kavramlardır. Dinin insanın manevi arayışının bir ateşidir ve her iki kavramın ortak özelliklerinin olması onları aynı yapmaz. İnsanların manevi arayışlarının sonucunda ortaya çıkan din olgusu dogmatik ve çoğunlukla katı bir yapıdır. Maneviyat ise maddi bir yapıdan uzak; görme, duyma, işitme, dokunma, tat alma olarak beş duyu organıyla açıklanamayan, duygularla deneyimlenen, ruhla ilgili bir özdür. Maneviyat insanlara mutluluk, neşe, barış gibi pozitif ya da nefret, öfke gibi negatif deneyimler sunar (Lowder, 2006: 5-6).

Spiritüellik evrenseldir ve dogmalar yerine kişisel deneyimlere dayanır. Dinler kurumsaldır ve bağımsızlıktan hoşlanmaz bu nedenle içsel özgür bir süreç olan spiritüelliği desteklemezler. Dinler kendi gruplarını oluştururken diğer grupları dışlarlar bu durum maneviyatın birleştiriciliğinden farklıdır ve bölücüdür. Dinler sistemleştikçe dayandıkları spiritüel bağlarını kaybederler (Özen, 2010: 50-51).

Spiritüelliğin ya da maneviyatın tüm kişiselliğine karşın dinler kendilerine özel düzenlenmiş mekanlarda (kilise gibi) resmi görevlilerce oluşturulmuş kurumsal bir yapıdır. Groff 'a göre spiritüellik ve din arasında açık bir ayrım vardır ve spiritüellik doğrudan deneyimlemeye dayanır, kişi ya da mekân olarak hiçbir aracıya ihtiyaç duymaz (Akt., Özdoğan, 2005: 140-141).

Spiritüellik dini yapılar içinde yer alabildiği gibi yer almayabilir. Spiritüellik dinden daha geniş bir yelpazeyi etkileyen, daha bireysel ve dini bir alt boyut olarak içine alan şekilde düşünülmelidir. Anderson and Worthen'e (1997) göre din kurallar, davranış kalıpları, yazılar, ritüeller ile spiritüelliği belli bir forma sokmaktadır (Akt., Hiçdurmaz ve Öz, 2013: 50-51).

Fry'a (2003) göre spiritüellik kişiye mutluluk sağlayan, affeden, şükran duyan, uyum gösteren insan ruhunun olumlu özelliklerini içeren, din için bir gerekliliktir. Spiritüellik olmadan din olmazken din olmadan spiritüellik olabilmektedir. Spiritüellik insanın hayatına anlam verme amacını gerçekleştirirken dine ihtiyaç duymayabilir. Din ile spiritüelliğin ortak noktası sevgi ve fedakârlıktır (Akt., Baykal, 2018: 13).

Maneviyatın ibadet etme, dua etme gibi yönleri gözlenebilir ve ölçülebilir ancak yaşantı yönünün ölçme imkânı yoktur. Bu nedenle herhangi bir dinsel temelde olsun ya da olmasın kişilerde spiritüel (tinsel) bir yön bulunmaktadır. Tinsellik kilise,

sinagog gibi herhangi bir mekân kısıtlaması olmadan, belirli kalıplarda değil insanın tüm günlük hayatında yer alır (Tuncay, 2007: 18).

Spiritüellik insanlarda bulunan potansiyel bir duygu bütünüdür. Kişiler hayatlarının bazı dönemlerinde sınırlı zamanlarda ya da sıklıkla spiritüelliklerinden faydalanırlar. İçsel süreçler ile ilgili olan bir kavram olduğu için yaşayış şekli de kişiden kişiye değişir. İnsanların bir kısmı maneviyatlarını yaşamak için dini yapılardaki gibi kesin kurallara ihtiyaç duyar, diğer bir kısmı ise kurallardan ziyade iç dünyalarında meydana gelen değişikliklerle ilgilenir. Bu da kişilerin spiritüelliklerini yaşamak için şart olarak dine ihtiyaç duymadıklarını göstermektedir.

## **2.2. Mutluluk**

Yüzyıllardır insanoğlunun yaşamdaki en büyük amaçlarından biri olan mutluluk kavramı ve ona atfedilen anlam, gelişen ve değişen çağ koşullarında oldukça farklılaşmıştır. Modern insanın yoğun günlük koşturmacasında, iş stresinde, içine düştüğü tüketim çılgınlığında aradığı mutluluk ile yüzyıl öncesinde yaşayan bir insanın aradığı mutluluğun aynı olduğunu düşünemeyiz. Günümüz insanının doğadan uzaklaşması, evren bütünlüğünde bir parça olduğunu unutmaması, her gün artan karşılanması gereken ihtiyaçları mutlu olma ihtimalini azaltırken kişiyi tatminsiz ve mutsuz bir hayata mahkûm etmektedir. Kişi mutsuz oldukça bencilleşmekte diğer insanların da mutluluklarının önünde engel olmaktadır. İnsanlar geçmişten bugüne hayatlarının yegâne amacını mutlu olmak olarak belirlemişlerdir. Günümüz insanının baş etmesi gereken sorunlar ve stres olgusu arttıkça mutluluk arayışı da artmıştır.

Tarihi çok eskiye dayanan mutluluk kavramının herkes için genel geçer bir tanımını yapmak oldukça güçtür. Genel olarak mutluluk bir his ve bu his esnasındaki durumdur. Kişinin yaşamına karşı duyduğu memnuniyet, özne iyilik durumu mutluluk yerine kullanılabilir. Kişiler hayat kalitesini olumlu değerlendirdikleri ölçüde mutludurlar. Mutluluk tarih boyunca çeşitli açılardan araştırılmıştır. Beynin hangi alanlarının mutluluk ile ilgisi olduğu, hangi hormonların mutluluk ile bağlantılı olduğu ve bunların azaldığı durumların yakalanılan hastalıklarla ilişkisi araştırılmıştır (Bülbül ve Giray, 2011: 114).

Mutluluk kavramı insan psikolojisi ve fizyolojisi ile ilgili bir durumdur. Beynin serotonin hormonunu salgılaması fizyolojik bir olayken, kişinin fizyolojisine serotonin hormonu salgılayacak etkiler psikolojiktir. Kişinin mutlu olabilmesi için beynin

serotonin hormonu salgılamasını gerektirecek koşulların oluşması gerekir. Bu koşullar kişinin kendini rahat ve güvende hissetmesi, alışık olduğu düzeni sürdürmesi, mutluluk ile bağdaştırdığı ihtiyaçlarının giderilmesi gibi etkenlerdir. Kişinin mutlu olması, mutluluğunun tekrarlanması ve kalıcı hale gelmesi süreçleri vardır (Baysal ve Aka, 2013: 87).

Mutluluk üç bileşenden oluşan bir duygu halidir ve kişinin yaşadığı hayatı değerlendirip duygulanımını ifade etmesidir. Mutluluğu oluşturan bileşenlerden ilki ümit, heyecan, güven, neşe...vb olumlu duygulanımlardır. İkinci bileşen; nefret, üzüntü, öfke...vb olumsuz duygulanımlardır. Üçüncü ve son bileşeni ise yaşam doyumudur. Kişinin mutlu olup olmadığı bu bileşenlere bağlıdır. Kişi olumlu duygulanımları daha çok olumsuz duygulanımları daha az yaşıyorsa ve yaşadığı hayata karşı yüksek memnuniyeti varsa mutlu sayılmaktadır (Eryılmaz, 2011: 44-45).

Kariyerini mutluluk konusunu araştırmaya adanmış olan Sonya Lyubomirski'ye (2008) göre mutluluğun %50'si genetik yapımız tarafından, %10'u yaşam şartlarımız (zenginlik, fakirlik, güzellik, bekarlık, sağlıklı olmak, vb.) tarafından, %40'ı ise davranışlarımız tarafından belirlenmektedir. Bu nedenle kendi davranışlarımızı olumlu yönde değiştirerek mutluluk oranımızı arttırabiliriz. Kişinin mutluluk seviyesini arttırmak ve bunun devamını sağlamak için yapabileceği çeşitli adımlar vardır: Minnettar olmak, teşekkür etmek, empati yapabilmek, pozitif bakış açısı geliştirmek, sosyal ve kişisel ilişkileri önemsemek, affetmeyi öğrenmek, stres ile başa çıkabilmeyi öğrenmek, anı kaçırmamak, yaşamdan zevk almak, hayat amaçları belirlemek ve onları gerçekleştirmek için çabalamak, vücut sağlığını korumak ve spiritüelliğini yaşamak (Akt., Yazıcı, 2015: 29-31).

### **2.2.1. Felsefe Tarihinde Mutluluk**

Mutluluk kavramı genel olarak hayata karşı duyulan memnuniyet şeklinde düşünülse de tarih boyunca filozoflar ve bilim insanları tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır.

Felsefe tarihinde Demokritos'a kadar genel olarak doğa sorunları ile ilgilenilmiş, insan ile ilgili problemler dolayısıyla da mutluluk kavramı üzerine çalışılmamıştı. Bu nedenle mutluluk kavramı incelenirken Demokritos başlangıç kabul edilebilir. Mutluluğu ruhun dinginliği ve insan eylemlerinin son amacı olarak tanımlayan Demokritos buna da "euthymia" yani ruhun iyi durumda olması demiştir. Bu

tanımlamasıyla felsefe tarihinde mutçuluğun kurucusu sayılmaktadır. İnsan haz ve acı duygularıyla yararına olan ve yararına olmayanı ayırt etmelidir. Göreli iyi olanlar ile mutlak iyi olanları birbirinden ayırmalıdır. Göreli iyi olanlar duysal sevinçler, şeref, güzelliştir. Mutlak iyiler ise ruhun iyi durumu euthymiştir. Ruhun dinginliğine ulaşan iyi olanı yapar, kötü olanı yapmaz. Bütün kötü davranışların nedeni iyinin ne olduğunun bilinmemesidir. Tutkuların uzaklaşarak ruh dinginliğine ve bilgeliğe ulaşılır (Gökberk, 2011: 37-38) Demokritos için hazzın ulaşmak ve acıdan kaçmak insanın temel amacıdır. İnsan için yararlı olanlar haz verirken yararsız olanlar acı verir. Ruh daima haz yani mutluluk peşindedir. Aşırı olmayan, aklın sağladığı düzende ve uyumda olan ölçülü haz insanı mutluluğa götürür. Duysal hazlar göreceli olarak iyiyken duyuüstü hazlar mutlak iyidir. İnsan mutlu olmak için mutlak iyiyi seçmelidir (Turan, 2015: 250-253).

Antik Yunan felsefesinde büyük etkisi olan Sokrates düşüncelerini yazıya dökmemiştir bu nedenle Sokrates'in felsefesi kendisinden sonra gelen Platon aracılığıyla ve etkisiyle öğrenilmiştir. İnsan problemleri ve ahlak felsefesi ile ilgili düşünceleri kendinden sonra gelen düşünürleri etkilemiştir.

Mutluluk etiğinin kurucusu Sokrates insanın tüm yaptıklarının nihai amacının eudaimonia yani en yüksek iyi olduğunu ve bu en yüksek iyiye erdemlerle ulaşılacağını ifade etmiştir. Sokrates sonrası düşünürler ahlak problemlerinde Sokrates'in eudaimoniasını kendilerine temel yaptılar (Cevizci, 2017: 226).

Sokrates'in mutluluk anlayışında önemli iki temel vardır. Bunlar erdem bilginin olduğu ve kimsenin bilerek kötülükte bulunmayacağıdır. Sokrates insanı mutluluktan alıkoyan şeyin erdemsizlik yani bilgisizlik olduğunu ifade eder. Kimse bilerek ve isteyerek mutsuzluğu tercih etmez çünkü insan doğası gereği iyiyi isteme eğilimindedir. Kötü bir şey yapıyorsa bu bilgisizliğinden kaynaklanır (Odabaş, 2019: 100-101).

Sokrates mutluluk için erdem, iyinin ne olduğunun bilinmesi gerektiğini söyler. Sokrates'e göre erdem, insanın iyinin peşinden ayrılmaması ve iyiye giderken ölçülü olmasıdır. Sokrates'e göre insan iyinin ne olduğunu bilir çünkü bu bilgi ona doğuştan verilmiştir. İyinin, erdem ne olduğunu bilmek mutluluk için gerekli ancak yeterli değildir. İnsan iyiyi kendi akıyla, iradesiyle seçmeli ve ona göre tutarı eylemlerde bulunmalıdır. Sokrates için ruh daima bedenden önemlidir. Bedene ait güzellikler geçicidir, ruha ait güzellikler kalıcıdır. İnsanın sadece bedenin ihtiyaçlarına

odaklanması ruhunu yorar bu da insanı mutluluktan uzaklaştırır. Sokrates bedensel ihtiyaçları tümüyle reddetmez. Temel bedensel ihtiyaçların karşılanması gereklidir ancak zevk ve tutkulara karşı ölçüyü kaybedilmemelidir (Kahveci, 2015: 98-100).

Sokrates oluşturduğu ahlak felsefesinde mutluluk, erdem ve iyi kavramlarını beraber ele almıştır. Erdem, mutluluk ile insan arasında bir aracıdır. İnsan mutlu olmak için ilk önce “kendini bilmelidir”. Kendini bilmek akıl vasıtasıyla ruhunu bilmektir. Kendini bilen insan iyinin, kötünün, kendi yararına ve zararına olan şeylerin bilgisine sahip olur. İnsan iyinin bilgisiyle erdeme oradan da mutluluğa ulaşır. Bilgi iyiye, mutluluğa, bilgisizlik ise kötüye ve mutsuzluğa götürür (Altuntop ve Tosun, 2017: 183-184). Sokrates ve Platon için kendini bilme kavramı mutluluk anlayışlarında ilk şart olarak karşımıza çıktığı için önemlidir. Kendini bilen kişi neyi kötü yaptığını ya da kötülüğün ne olduğunu bilen, davranışlarını akıl süzgecinden geçiren bilge kişidir. Bilgelik sıradan insanların erişeceği bir durum değildir çünkü beden bilgisi değil ruhun bilgisi söz konusudur. Ruhun bilgisine de herkes erişemez. Bundan dolayı kendini bilen kişi bilge kişidir ve mutluluğa ulaşmıştır. (Evirgen, 2016: 112).

Platon’a göre bütün insanların amacı mutluluğa ulaşmaktır. Mutluluğa ulaşmanın yolu da erdemdir. Platon dört ana erdemden bahsetmektedir. Bilgelik, erdemlerin en yücesine ulaşmaktır. Bilge kişi aklını kullanan olgun, ölçülü kişidir. Cesaret, iyinin ve kötünün ne olduğunun bilinmesi ve akıl ile seçilmesidir. Ölçülülük, insanın bedensel zevklerden sıyrılması, bu zevkleri ciddiye almaması ve aklın kullanmasıdır. Adalet, ruhun tüm bölümlerinin düzen ve uyum içinde olmasıdır. Platon’a göre ruh her şeyin en doğrusunun olduğu idealar evreninde iyinin bilgisini görmüştür ve dünyaya geldiğinde bunu hatırlar. Platon için idealar evrenine ait erdemler tam, maddi yani geçici dünyaya ait erdemler ise sıradandır (Durak, 1995: 26-30).

Aristoteles tüm eski çağ filozofları içinde mutluluk kavramını sistematik olarak inceleyen ilk filozoftur. Mutluluk ile ilgili düşünceleri kendinden önce söylenenleri desteklemekte ve onların eksik bıraktığı noktaları tamamlamaktadır.

Aristoteles’e göre mutluluk bir etkinliktir ve hayatın bütünü kapsar. Ruhun en yüksek üstünlüğe göre yani asla değişmeyen, ebedi doğruluğu arayan bilgelige göre gerçekleştirdiği eylemler mutluluktur. Eylemde bulunmayan bilgeden ve sonuç olarak ulaştığı bir mutluluktan bahsedilemez. Bilgelik ölçülü davranan, adil olan ve bilinçli şekilde, en iyiye uygun eylemde bulunan kişidir (Omay, 2004: 51-53).

Aristoteles mutluluğu aktivite, erdem ve ruh bileşeninde ele almıştır. Aristoteles'e göre ruh canlılık anlamındadır bu canlılık da bir hayvanın, bitkinin ya da çocuğun canlılığı değil hayatını mutluluk ile idame ettiren belli bir yaş üstündeki insanın canlılığıdır. Mutluluk ruhun erdemli aktivitesidir (Odabaş, 2013: 15-19).

Aristoteles için mutluluk her şeyin en iyisi, her şeyin ona ulaşmak için yapıldığı, araç değil her şeyin son amacı olan insan yaşamının yegâne ereğidir. İnsanın ona özgü olan diğer canlılarda bulunmayan en önemli özelliği akıl sahibi olmasıdır en önemli eylemi de aklını kullanarak eylemde bulunmasıdır. Bu şekilde mantıklı ve tutarlı eylemleri onu mutluluğa ulaştıracaktır. Tesadüfi eylemler insanı mutluluğa ulaştırmamaktadır. İnsanı mutluluğa götüren eylemler iyidir ve erdem olarak adlandırılır. İnsanın erdemli davranabilmesi için erdemli bir yönetici tarafından yönetilen bir devlette yaşaması gerekir. Erdemli yöneticiler de sadece filozoflar olabilir. Aklını en iyi şekilde kullanarak hareket eden kişiler sadece filozoflardır ve bu kişiler Tanrının en sevdiği kişilerdir. Bu düşünceleri ile Aristo mutluluğa sadece filozofların ulaşacağını ifade etmiştir ve mutluluğu belli bir kesim ile sınırlandırmıştır (Tuncer, 2006: 150-153).

Demokritos'un hazzı ahlak anlayışı düşüncelerinden etkilenmiş olan Epiküros için insanın en önemli amacı mutlu ve dingin bir yaşama ulaşmaktır. Haz acı yokluğunda ortaya çıkar. Erdemli kişi kendine acı veren eylemlerden kaçınan ve kendine en yüksek doyumunu yaşatan hazzı seçebilen kişidir. Hazların bazıları şu an doyum sağlasa da bir süre sonra insanı mutsuz edebilir. Erdemli insan öngörülü olarak bu ayrıma varmalıdır. Sadece bedensel hazların peşinden gitmek insanı mutsuz eder ve acı çektirir. İnsan akli sayesinde tinsel, durağan hazları seçmelidir. Mutluluk; şan, şöhret, zenginlik gibi sonu belirsiz hazlardan uzak sade ve dingin bir hayattır (Turan, 2015: 253-256). Epiküros için ağrının yokluğu haz yani mutluluktur. Beden ve zihin birbirleriyle bağlantılıdır. Bu nedenle bedensel bir haz zihne de zevk vermektedir. Bedensel hazlar amaç olmamalıdır çünkü bu hazlarda ölçü aşılsa sonunda hoşumuza gitmeyen şeylerle karşılaşabiliriz. Ölçülü istekler acı vermediği için iyidir. Ruhu dingin, zihinsel hazlara ulaşmış kişi mutludur (Topcu, 2011: 19-21). Epiküros için aç ya da susuz olmamak en büyük haz kaynaklarıdır. Buradan da Epiküros'un mutluluk için sade, gösterişsiz bir hayat önerdiğini çıkarabiliriz. İnsanın gereksinimleri vardır ancak her gereksinimin giderilmeyeceğini bilmelidir. Gereksinimler doğal ve zorunlu olanlar, doğal ama zorunlu olmayanlar, doğal olmayanlar ve zorunlu olmayanlar şeklinde üçe ayrılır. Doğal ve zorunlu olan gereksinimler uyku, Doğal olup zorunlu olmayanlar yemek, ne



doğal ne de zorunlu olanlar ise Şan, Şöhret vb. dir. İnsanın mutlu olabilmesi için doğal ve zorunlu olan gereksinimleri karŐılıması yeterlidir (Aydın, 2015: 31-32).

Stoacılar oluşturdukları ahlak felsefeleri içinde insanın en nihai amacına ulaŐtıracak bir mutluluk öğretisi oluŐturmaya çalıŐmıŐlardır. Mutluluk kavramı üstünde uzun sayılabilecek bir süre çalışmalarına rağmen Platon ve Aristoteles'in sistematik Şekilde ortaya koydukları mutluluk düşüncelerinden öteye gidemedikleri söylenebilir. Öğretilerinde hazzı reddeden, ölçünlülüğün kabul eden ve içsel kazanımlara önem verirken makam mevki gibi dıŐsal istekleri kabul etmeyen bir bakış açıları vardır. Bu bakış açısı erdemli olmayı, ruhsal dinginliğe ulaşmayı, akla uygun bir hayat sürmeyi öğütler. Mutluluğun anahtarlarından olan ruhsal dinginlik olarak da kastedilen insanın elde edemeyeceği Őeyler için istek ya da üzüntü duymaması, kaderci bir bakış açısı ile Tanrı'nın gönderdiği her türlü duruma boyun eğerek özgürlüğu seçmesidir (Kaya, 2014: 2-7). Bu kaderci anlayış kötümser bir anlayıŐtan ziyade iyimserdir. Çünkü kaderi Tanrı belirler ve Tanrı bu dünyadaki her Şeyi akla uygun oluşturmuştur. Akla uygun olanlar da daima iyidir. İnsanın hayattaki en büyük amacı mutluluktur. İnsan aklını kullanarak doğaya uygun Şekilde yaşarsa mutlu olacaktır çünkü akla uygun yaşam en erdemli yaŐamdır. Stoacı kaderci bakış açısı özgürlüğu kısıtlamaz. Çünkü kendi kontrolümüz dışında yaşanan olaylara katlanmak esas özgürlüktür. Stoacılara göre hazların, maddi baŐarıların önemi yoktur. Ruh bedenden daha önemlidir çünkü beden isteklerini dizginleyen ve doğaya uygun yaŐamasını sağlayan akıldır ve akıl ruhun özelliğidir. Bir Şeyin iyi olması için doğaya ve kadere uygun olması gerekir. Bu akla uygunluk demektir. Akılla hareket etmek, adalet, cesaret, bilgelik dışındaki tüm Őeyler haz versin vermesin insan kullanımına göre mutluluk ya da mutsuzluk getirir. Bu nedenle bunlardan uzak durmak en iyisidir. Tutkular doğruyu görmenin önünde engeldir (Ertürk, 2007: 5-8).

Thomas Aquinas Ortaçağ felsefesinde ahlak çalışmaları ile belirleyici olmuş ve halen Katolik kilisesinin resmi görüşünü oluşturan önemli düŐünürlerdendir. Aquinas insanın en yüce yetkinliği olan mutluluğu eksik ve tam mutluluk olarak ikiye ayırır. Eksik mutluluk bu dünyada elde edilir, insanın düşünce eyleminden oluşan tutkularını düzenleyen ameli aklın eyleminden meydana gelir. Tam mutluluk ise öte dünyada Tanrı'nın görölmesidir. Bu dünyadaki eksik mutluluk için ruhsal, bedensel, dıŐsal iyiliklere ihtiyaç varken Tanrı'nın görölmesi olarak ifade edilen tam mutluluk için dıŐsal iyiliklere ihtiyaç yoktur (İskenderoğlu, 2005: 118). Thomas Aquinas'a göre

Tanrı iradesine, akla, özgürlüğe uygun olan eylemler iyidir. Erdem insanın iyiyi gerçekleştirme potansiyelidir. Yiğitlik, ölçülülük, bilgelik, adalet, inanç, sevgi de Aquinas için temel erdemlerdir (Aydın, 2015: 63-64)

17.yy'ın önemli filozoflarından olan Descartes'da kendinden önceki filozoflar gibi hayatın amacının mutluluk olduğunu belirtir. Descartes mutluluk için bilgi ve iradeyi şart koşar. İyi olan her şeyi bilen ve bu bilginin peşinden koşma iradesini gösteren kişi bilge kişidir. Üstün iyinin bilgisine ulaşan kişi mutluluğa da ulaşır. Üstün iyiye sahip olduktan sonraki ruh memnunluğu mutluluktur. Descartes yaşanabilecek tüm mutlulukların bu dünyaya ait olduğunu, öte dünyadaki mutluluk görüşünün dinsel bir dogma olduğunu ifade eder. Herhangi bir şeyin ruhsal olgunluğumuza yani mutluluğumuza ne kadar katkı sağlayacağını bilmek erdemli davranış gösterebilmemiz için şarttır. Ruh zevklerinden daha az mutluluk veren bedensel zevkler kendilerini bize daima daha büyük nimetler verecekmiş gibi gösterirler. Akli kullanmayı bu ihtirasların peşinden koşmak bizi mutluluğu yakalama şansından eder (Ünaldı, 2013: 67-71).

Descartes'da geçici ve temelli ahlak olmak üzere iki anlayış vardır. Üstün iyinin bilgisine sahip olan bilgeliğe ve mutluluğa ulaşmak için temelli ahlaka ulaşmak gerekir. Geçici ahlak, temelli ahlaka ulaşırken bize hayatımızı ve zihnimizi düzenlemede yardımcı olan kurallardır. Bu kurallar; inancımızı korumak ve içinde olduğumuz toplumun yasalarına uymak, aldığımız kararlarda sabır göstermek ve sebat etmek, elde edemeyeceğimiz şeylerden vazgeçmek, aklın önderliğinden ayrılmamak şeklinde ifade edilebilir. Descartes felsefesinde mutluluğu aklın yolundan ayrılmayarak elde edebiliriz (Güneş, 2008: 11-13).

Aktaş (2018: 108-110) çalışmasında John Locke'a göre haz ve acının mutluluk ve mutsuzluğun kaynağı olduğunu belirtir. Mutluluk tüm insanlar tarafından arzulanır. Ancak her insanın mutluluğu öznedir ve mutluluğunun kaynağı bakış açısına göre farklılık gösterir. Bu nedenle mutluluğun insana en çok haz veren ve yokluğunda ise acı veren şey olduğunu ifade eder. İnsan yaptığı eylemlerin Tanrı tarafından ödüllendirilip cezalandırılacağı düşüncesine sahip olursa arzularının doyumunu erteleyebilir ve öbür dünyadaki mutluluğu da elde eder.

Mutluluk Tanrısal yasaya ve Tanrısal kurallara uygun yaşamaya bağlıdır. Ancak Locke herkes tarafından arzulanan mutluluğun bu dünyada gerçekleşmeyeceğine

inanır. Çünkü dünyada insanların bireyselliği hakimdir ve herkes kendine göre farklı şeylerde mutluluğu arar. İnsan ruhu ölümsüzdür ve bu sayede bu dünyada Tanrı'nın koyduğu kurallara göre yaşarsa öbür dünyada sonsuz mutluluğu yaşayacaktır. Bu dünyadaki mutluluk geçicidir. Locke bireysel değil herkesin mutluluğu ile ilgilenir bundan dolayı Yeniçağ görüşünü özetler. Yaşamın amacı mutluluktur buna da ahlaki bir yaşamla ulaşılabileceğini ifade eder (Cihan, 2004: 111-113).

18. Yüzyılın ünlü düşünürü Immanuel Kant için erdemler iyi sonuçlar meydana getirir ama erdemleri değerli yapan doğurduğu sonuçlar değil insana verdiği iç doygunluktur ve mutluluğun dayanağının da bu olduğunu ifade eder. Kant'a göre insan mutluluğa ulaşmaya çalışsada hiçbir zaman tam olarak mutluluk olarak ne isteyeceğini ve kendisini tam olarak neyin mutlu edeceğini bilemez. Zenginlik isterse sonucunda kıskançlıklar ve tuzaklarla karşılaşabilir. Uzun bir ömür istese sefalet içinde uzun bir hayat yaşayabilir. Mutluluk kişisel bir şeydir ve insandan insana değişebilmektedir (Fazla, 2010: 19-22). Kant için evrensel ahlak yasaları koşulsuz, evrensel ve akla dayalı olmalıdır. Kant buna ödev ahlakı demiştir ve kendinden önceki düşünürlerin bireysel mutlulukçu ahlak anlayışının tam karşısına konumlandırmıştır. Onun için ödev saf aklın oluşturduğu ahlak yasasının irade üzerindeki meydana getirdiği yükümlülüktür. İnsan, aklın ona sunduğu ödevi ile istek arzularının dayandığı mutluluk arasında çatışma yaşar ve bu çatışma sonrasında bir ortak nokta bulunmalıdır. Bu da aklın önderliğinde olur. Ödev ahlakına göre bir eylemin ahlaki olup olmaması sonuçlardan ziyade ödev bilincine uygun olma durumuyla, akılla ölçülmelidir (Tuzcuoğlu, 2008: 128-131).

Ünlü İngiliz filozof ve siyasetçi John Stuart Mill kendinden önceki düşünürlerden olan Bentham'ın felsefesinden fazlaca etkilenmiştir (Ak, 2015: 41). John Stuart Mill ahlak felsefesinde faydacılık teorisinin önemli temsilcilerindendir. Mill hazları entelektüel uğraşlardan meydana gelen gerçek mutluluğun kaynağı yüksek hazlar yani erdemler ve bedensel zevklerden kaynaklanan alçak hazlar olmak üzere ikiye ayırır (Aydın, 2018: 54-56). Mill için insanların tüm eylemlerinin tek amacı acıdan kurtulup mutluluğa ulaşmaktır. Bu düşüncesi Antik Çağ felsefesi mutluluk düşüncesi ile örtüşmektedir. Düşünsel duyguları tecrübe etmiş bir kişi duyuşal hazları bu duygularla değiştirmek istemez. Düşünsel hazları bilen bir kişi bedensel hazlardan üstün olduklarını söyleyecektir. Bu insanların mutlu olmaları düşünsel hazları tanımamış insanlara göre daha zordur (Akarsu, 2009: 172-173). Mill, mutluluğu sadece bireylerin

mutluluğu değil toplumun mutluluğu olarak da ele almıştır. Toplumun mutluluğu bireylerin mutluluğu için faydalıdır. Bundan dolayı insanlar toplumun mutluluğunu isterler. Toplumun mutluluğunun gerçekleşmesi için bireylerin kendi mutluluklarını düşünürken toplumun mutluluğunu da düşünmeleri gerekir. Eylemlerimizin sonuçlarını uzun vadede görebilmek toplumsal mutluluk için gereklidir. Çünkü bazı eylemler kısa vadede mutluluk getirirse de uzun vadede bireye ve topluma mutsuzluk getirebilir. Toplumda tüm insanların eşit olarak sayılması ve toplumdaki herkesin mutluluğunun önemsenmesi toplum mutluluğu için şarttır. Mill için toplumun mutluluğunun bireyin mutluluğundan bir adım önde olduğunu söyleyebiliriz (Aydın, 2013: 155-157).

### **2.2.2. Psikoloji Tarihinde Mutluluk**

Felsefe tarihinde oldukça geniş bir yer tutan mutluluk kavramının psikoloji tarihinde incelenmeye değer görülmesi çok eskiye dayanmamaktadır. Mutluluk kavramı, pozitif psikolojinin kurulması ve bu alanda çalışmaların yapılmaya başlanması ile psikolojinin ilgi alanına girmiştir. Pozitif psikolojinin, psikoloji biliminin insanın sadece olumsuz yaşantıları ile ilgilenmesinin yetersiz olduğunu insanın olumlu, güçlü yönlerinin incelenmesi, bu yönlerin ortaya çıkarılması ve güçlendirilmesi ile insan hayatının anlam kazanması gerektiğini belirten düşünceleri, araştırmacıları bu alanda çalışmaya itmiştir.

TÜİK'in 2017 yılında yaptığı yaşam doyumu araştırmasına göre ülkemizde 2016 yılındaki mutluluk oranı %61,3 iken 2017 yılında bu oran %58'e düşmüştür. Ayrıca kendini mutsuz olarak niteleyen insanların oranı %10,4'ten %11,1'e yükselmiştir. Kendini mutsuz hisseden insan sayısının artışı pozitif psikolojinin araştırma konusu mutluluğun taşıdığı önemi göstermektedir.

İkinci Dünya Savaşı sonrasında savaşın insanlar üzerinde yarattığı olumsuz etkileri ortadan kaldırmak amacıyla klinik psikolojiye duyulan ihtiyaç artmıştır ve insanlardaki zihinsel rahatsızlıkların iyileştirilmesi temel hedef olmuştur. Bu nedenle de insanların yaşamına anlam katmaları, yeteneklerinin farkına varmaları gibi konular ihmal edilmiştir. Amerikan Psikoloji Derneği Başkanı Martin Seligman'ın bu eksiklikleri gidermek için çalışmalara başlaması alandaki diğer uzmanlarında deneysel çalışmalar yapmalarına neden olmuştur ve pozitif psikoloji doğmuştur. Seligman'dan önce 1960'lı yıllarda Maslow'un da pozitif psikoloji ile ilgili çalıştığı söylenebilir

ancak deneysel çalışmaların eksikliğinden dolayı kavram yaygınlaşmamıştır (Akçay, 2011: 33-34). Maslow'a göre psikoloji insanın eksik, hatalı yönlerine eğilirken insanın potansiyelli, güçlü ve pozitif yönlerini önemsememektedir (Güngör (2017: 155).

Sheldon ve King (2001: 216) pozitif psikolojiyi "insana özgü olağan g ve erdemlerin bilimsel olarak incelenmesi" şeklinde tanımlamışlardır. Seligman ve Csikszentmihalyi (2000: 5-14) pozitif psikolojinin insandaki iyilik halini geliştirip akıl hastalıklarını önleyebileceğini ifade etmişlerdir. İnsanın güçlü yönlerinin, pozitif psikoloji sayesinde kullanılarak gerçek mutluluğa ulaştıracağını söylerler. Pozitif psikoloji bireysel ve grup olmak üzere ikiye ayrılır. Bireysel olan kısmı geçmişe dönük olarak iyi oluş, memnuniyet, tatmin; gelecekle ilgili umut, iyimserlik, mutluluk kavramlarını kapsar. Grup olan kısım ise erdem, sorumluluk, fedakrlık, ılımlılık kavramlarını ele alır. Gable ve Haidt'e (2005) göre pozitif psikoloji bireylerin, grupların gelişimine, işleyişine katkı sağlayan durumların incelenmesidir. Martin Seligman 1999 yılında psikolojinin insanın normal dışı durumlarıyla ilgilendiğini olumlu ve güçlü yönleriyle ilgilenmediğini belirtir ve psikolojinin insanların nasıl daha mutlu, iyi ve başarılı olabileceklerini öğrenmeleri için kullanılması gerektiğini söyleyerek pozitif psikolojiyi kurmuştur (Akt., Keleş, 2011: 345-346).

Seligman ve Csikszentmihalyi'e (2000: 5) göre pozitif psikolojinin  aşaması vardır. Birinci aşama, geçmişteki olumlu yaşantılar, geleceğe karşı duyulan umut, şimdiki zamandaki mutluluk olan kişisel deneyimler. İkinci aşama kişinin pozitif yönleri olan sevgi, bilgelik, maneviyat, azim, mesleki kapasitedir. nc aşama ise meslek etiği, toplumsallık, ölçülülük, ılımlılık gibi kavramları ile iyi vatandaş olmaya yönlendirmektir.

Pozitif psikoloji literatüründe mutluluk kavramı iyi oluş kavramı ile incelenmiştir. Seligman (2011) iyi oluş teorisinin dayandığı ve insanları mutluluğa ulaştıracak beş öğeyi açıklamıştır. Bunlar; olumlu duygular, ilişkiler, yaşama bağlılık, başarı ve hayatın anlamıdır. Olumlu duygular, geçmişe, şimdiye ve geleceğe iyimser bakabilmektir. İnsan sosyal bir varlık olduğu için sağlam, olumlu, sevgi dolu ilişkiler kurmak ister. Bu ilişkiler zor zamanlarında insana yardımcı olur. Yaşama bağlılık, mutluluğumuzu öğrenmemize ve büyütüp geliştirmemizi sağlar. Başarı, insanın gerçekçi hedefler koyup, bu hedefe ulaşmada çaba göstermesi ve kendi ile gurur duymasıdır. Hayatın gerçek anlamını bulan insanın yaşamak için nedenleri vardır. Bu

nedenleri gerçekleştirmek için çaba sarf eden insan mutludur (Akt., Dinç, 2018: 36-37).

Mutluluk kavramı psikolojide iki yaklaşım ile ele alınmıştır. Bunlar hedonik (hedonic) ve gelişim odaklı (eudaimonic) yaklaşımdır. Hedonik (hedonic) yaklaşımda mutluluk çoğunlukla öznel iyi oluş olarak kullanılır ve bu yaklaşıma göre mutluluk pozitif duyguları çoğunlukla negatif duyguları daha az yoğunlukta yaşamak, hayattan yeterince doyum almaktır. Bu yaklaşımda haz almak temelde bulunmaktadır. Gelişim odaklı (eudaimonic) yaklaşıma göre mutluluk kişinin kendini gerçekleştirmesi, potansiyelini en iyi şekilde kullanarak yaşamında anlam bulması, erdemli yaşamasıdır. Bu yaklaşımda mutluluk genellikle psikolojik iyi oluş şeklinde ifade edilir (Koydemir ve Mısır, 2015: 50).

Öznel iyi oluş kavramı bilişsel ve duygusal olarak iki parçadan oluşur. Duygusal kısım isteklilik, kararlılık, enerjilik gibi olumlu terimlerden ve üzüntü, pişmanlık, öfke gibi olumsuz duygulardan oluşur. Bilişsel kısım ise yaşam doyumudur, bilişsel yargılara sahiptir ve duygusal kısmı tamamlar (Akbaş ve Cenkseven, 2007: 44).

Diner'a (1984) göre öznel iyi oluş, "bireyin sahip olduğu olumlu ve olumsuz duygulara ve yaşamdan aldığı doyuma ilişkin olarak yaptığı öznel bir değerlendirmedir". Bireyin kendi yaşamı üzerindeki kendi düşüncelerini içerdiği ve kişiden kişiye farklılık gösterdiği için öznel iyi oluş denmektedir. Öznel iyi oluşun bileşenlerinden olan duygusallığın içinde yer alan olumlu duyguların daha fazla yaşanması öznel iyi oluş düzeyini arttırmaktadır (Akt., Malkoç, 2011: 23-24). Fredrickson'un (1998) olumlu duyguların insanın düşünce yapısını genişlettiği, negatif duyguların ise düşünce yapısını daralttığı yönünde fikirleri vardır. Buna göre olumlu duygular kişinin bilişsel aktivitelerini artırır, yaratıcı düşünmeyi destekler ve bireyin olumsuz durumlara karşı esnek, dayanıklı olmasını sağlar (Akt., Demirok, Alphan ve Süsen, 2014: 41). Öznel iyi oluşu yüksek bireylerin oluşturduğu toplumun daha mutlu, psikolojik açıdan sağlıklı, üretken olacağı söylenebilir (Ilgaz, 2018: 11).

Literatürde öznel iyi oluş kavramını açıklayan çeşitli kuramlar bulunmaktadır. Bunlar; erek kuramı, yukarıdan aşağı-aşağıdan yukarı kuramı, uyum kuramı etkinlik kuramı, çok yönlü uyumsuzluk kuramıdır. Erek kuramı, insanın ihtiyaçlarının karşılanması ve hedeflerine ulaşması durumunda öznel iyi oluşunun artacağını söyler. Hedeflerin gerçekçi ve ulaşılabilir olması önemlidir (Yavuz, 2006: 28). Etkinlik kuramına göre

mutluluk insanın etkinliğinin ürünüdür ve sonuçtan ziyade süreç daha önemlidir (Çelik, 2008: 33). Yukarıdan aşağı- aşağıdan yukarı kuramına göre kişi mutlu olup olmadığına yaşadığı haz ve acıların toplamına göre karar verir. Kişinin yaşamındaki önemli doyum alanlarının yani aile, arkadaş çevresi, iş gibi alanlardaki doyumunun yüksek olması öznel iyi oluşunu da yükseltir (Dost, 2004: 31). Uyum kuramı, yaşanan olumlu ya da olumsuz olayların yaşattığı olumsuz ya da olumlu duyguların etkisinin zaman içerisinde azalacağını bu nedenle kişilerin sürekli mutsuz ya da mutlu olarak kalamayacaklarını belirten kuramdır (İşleroğlu, 2012: 27). Çok yönlü uyumsuzluk kuramına göre, kişinin mutluluğu içinde bulunduğu şartlar ve kendisi ile kıyasladığı diğer kişilerin şartlarına bağlıdır. Kişi içinde bulunduğu şartların üstüne çıktığında mutlu olmaktadır (Malkoç, 2011: 37).

Psikolojik iyi oluş, bireyin kişisel özelliklerini tanınması, kendini geliştirerek yaşamını anlamlı hale getirmesi, eksikliklerinden rahatsız olmayarak kendine karşı pozitif bakış açısı geliştirmesi, diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilmesi ve bunlar için gösterdiği çabadır (Aydoğan, 2019: 23). Psikolojik iyi oluş kişinin hayattaki amacı doğrultusunda ilerlediği süreçte elde ettiği pozitif duygulardır (Kilit, 2019: 49).

Ryff'a (1989) göre öznel iyi oluş yaklaşımlarının haz temelli bakış açısı psikolojik işlevselliğe değinmediği için yetersizdir. Psikolojik iyi oluş kişinin potansiyelinin farkına varması, potansiyelini işlevsel hale getirmesi ve mükemmele ulaşmak için çabalamasıdır (Akt., Kurt, 2018, 31). Psikolojik iyi oluş kavramı hakkında yapılan literatür araştırmasında Ryff'ın geliştirdiği psikolojik iyi oluş kuramından her çalışmada bahsedildiği görülmüştür. Bu çalışmalarda Ryff için psikolojik iyi oluş kuramının altı boyuttan oluştuğundan bahsedilmektedir. Bu altı boyut, özerklik, öz kabul, yaşam amacı, çevresel hakimiyet, olumlu ilişkiler, bireysel gelişimdir.

Ryff ve Keyes'in (1995) bu altı alt boyut hakkındaki düşünceleri şu şekildedir. Bireyin yaşamını ve geleceğini kendi belirleyebilmesine özerklik, bireyin geçmişi ve kendisi ile ilgili olumlu düşünceleri olması öz kabul, bireyin yaşamının belli bir amacı ve anlamı olduğunu düşünmesi yaşam amacı, bireyin hayatın ve çevresini yönetebilmesi çevresel hakimiyet, bireyin insanlarla etkili ilişkiler kurması olumlu ilişkiler, sürekli gelişebilme düşüncesine sahip olması bireysel gelişme alt boyutudur (Akt., Erdem ve Kabasakal, 2015: 83).

Lawton'a (1983) göre psikolojik iyi oluş insanın yaşam kalitesini ortaya koyar. İnsanın olumsuz duygu ve düşüncelerle baş edebilme becerisi, insanın duygularına karşı mutluluğu, olumlu duygulanım, insanın ulaşmak istedikleri ile ulaştıkları arasındaki tutarlılık psikolojik iyi oluşun Lawton açısından boyutlarıdır (Akt., Taşdemir, 2018: 18).

### **2.3. Spiritüel ve Spiritüel İyi Oluş Kavramı ile İlgili Yapılan Araştırmalar**

Bu bölümde spiritüel iyi oluş kavramı ile ilgili yapılan literatür taramasında incelemeye değer görülen örnek çalışmalara yer verilmiştir.

Keçeci (2018) evli kadınların psikolojik istismar profillerinin toplumsal cinsiyet algıları ve spiritüel iyi oluşları açısından incelediği çalışmasında araştırmanın örneklemini boşanma davası süren 306 kadın oluşturmaktadır. Toplumsal cinsiyet algısı ile spiritüel iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Toplumsal cinsiyet algısı ile aşkınlık boyutu arasında negatif, uyum boyutu ile arasında pozitif ilişki, anomi alt boyutu ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Spiritüel iyi oluş puanları ile psikolojik istismar profili arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Kardaş (2017) sanal kimlik ve spiritüel iyi oluşun üniversite öğrencilerinin narsistlik eğilimlerini yordayıcılığını ölçen çalışmasına Marmara Üniversitesinde eğitim gören 671 kadın, 271 erkek toplam 942 öğrenci katılmıştır. Narsistlik eğiliminin spiritüel iyi oluş ile negatif bir ilişkide olduğu bulunmuştur. Sanal kimlik ve spiritüel iyi oluşun narsistlik eğilimlerini yordadığı tespit edilmiştir. Kadın öğrencilerin, imam hatip lisesinden mezun olmuş öğrencilerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Erdoğan Kavalalı (2019) onkoloji hastalarında yalnızlık ve ölüm algısı ile spiritüel iyilik hali arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasına 347 onkoloji hastası dahil olmuştur. Hastaların spiritüel iyilik hali puanları yüksek çıkmıştır. Okuryazar olmayan, çalışan, çekirdek aileye sahip olan, köyde ya da ilçede yaşayan hastaların spiritüel iyilik hali puanlarının diğerlerine göre daha yüksek çıktığı saptanmıştır. Hastalığını tedavi edilebilir gören, sağlık durumunu iyi gören, yakın çevresinde kanser olan birey olmayan hastaların spiritüel iyilik puanları diğerlerine göre daha yüksektir.

Brown, Chen, Piedmont ve Gehlert (2013) maneviyat düzeyi ve anlamı üstünde yaş değişkeninin etkisini ölçtükleri çalışmalarına 1534 kadın 697 erkek katılmıştır. Elde



edilen sonuçlara göre orta yaşlı bireylerin ve kadınların spiritüellik düzeylerinin diğer bireylere göre daha yüksek çıktığı sonucu ortaya konulmuştur.

Uygur (2016) hemşirelerin spiritüel ve spiritüel bakım algısının belirlendiği ve iş doyumunu ile arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmasına Bolu ilinde çalışan 275 hemşire katılmıştır. Spiritüel bakım farkındalık puanları ile sosyo demografik özellikleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Spiritüel bakımın önceden duyulması ile spiritüel bakım kalitesi arasında anlamlı fark bulunmuştur. İş doyumunu puan ortalaması ile maneviyat ve manevi bakım puanları arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Araştırma sonuçlarında hemşirelerin spiritüel ve spiritüel bakım farkındalıkları düşük çıkarken, spiritüel ve iş doyumunu puanı arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Yoon, Chang ve diğerleri (2015) çalışmalarında maneviyatın öznel ve psikolojik iyi oluşun maneviyat ile ilişkisini inceledikleri çalışmalarına Amerika'dan 450 yetişkin birey katılmıştır. Elde edilen bulgulara göre maneviyatın öznel ve psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Narcıkara (2017) spiritüel liderlik algısının algılanan performans üzerine etkisini ölçtüğü çalışmasına 751 kişi katılmıştır. Araştırma sonucunda spiritüel liderlik davranışlarının ankete katılan kişilerin psikolojik sermaye algılarını ve örgütsel destek algılarını pozitif yönde etkilediği ortaya koyulmuştur. Spiritüel liderlik ile algılanan performans arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmamıştır.

Brome, Owens, Allen ve Vevaina (2000) madde bağımlılığı ve maneviyat ilişkisini inceledikleri çalışmalarına 146 kişi katılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre yaş ve eğitim ile birlikte spiritüelliğin arttığı ve spiritüellik düzeyi yüksek olan bireylerin hayat memnuniyetlerinin daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir.

Sülü (2006) yoğun bakımda tedavi gören çocukların annelerinin spiritüel bakım gereksinimlerini araştırdığı çalışmasında 20 anne ile derinlemesine görüşme yapılmıştır. Çocukları yoğun bakımda yatan annelerin korku, üzüntü, suçluluk duygularına sahip oldukları ve çocuklarına spiritüel destek sağlamak için Kur'an okumak, boyunlarına dua takmak gibi uygulamalar yaptıkları sonucu ortaya çıkmıştır. Ve bu manevi desteği sağlarken hemşirelerden ve doktorlardan yardım beklediklerini belirtmişlerdir. Sonuç olarak manevi gereksinimlerin önemsenmesi, doktor ve

hemşirelerin hastaların manevi gereksinimlerini önemsemesi, manevi destek için gerekli ortam koşullarının hazırlanması önerilmiştir.

Fehring, Miller ve Shaw (1997) hasta kişilerde spiritüel iyi oluş, umut ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarına 100 kanser hastası katılmıştır. Elde edilen bulgulara göre spiritüel iyilik ile umut ve olumlu duygular arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Nas (2018) hemşirelerin manevi bakım algıları ile mesleğe yönelik tutumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasına Hakkâri ilindeki 213 hemşire dahil olmuştur. Maneviyat ve manevi bakım algısı arttıkça mesleğe yönelik tutumların olumlu yönde arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Follingstad ve Rogers (2012) psikolojik istismar ve ruh sağlığını inceledikleri çalışmalarına 361 kadın katılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre spiritüellik kavramı içerisinde yer alan dini inanışların psikolojik istismar ile ilişki içinde olmadığı saptanmıştır.

Toprak (2018) maneviyat, yaşam amaçları ve iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında 343 kadın, 257 erkek üniversite öğrencisi katılmıştır. Maneviyat İfadeleri Envanteri alt boyutlarından fenomenolojik boyut erkek öğrencilerde yüksek bulunmuştur. Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yaşama amaçları cinsiyet açısından farklılık göstermezken, iyi oluş puanları erkeklerde daha yüksek çıkmıştır. Maneviyat içsel yaşam amaçları ve iyi oluş ile pozitif yönlü anlamlı ilişki içinde sonucu ortaya çıkmıştır.

Mok, Wong ve Wong (2009) ölümcül hastalık halinde bulunan kişilerin maneviyat ve manevi bakım algılarını inceledikleri çalışmalarına 15 Çinli hasta katılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre sağlık çalışanlarının oluşturdukları sevgi, anlayış, şevkat odaklı ortamların hastaların maneviyatlarını arttıracığı ifade edilmiştir.

Şeftalici (2017) lise son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı ve maneviyat düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında Şanlıurfa ilindeki 552 12. Sınıf öğrencisi katılmıştır. Kız öğrencilerin sınav kaygılarının erkek öğrencilerden yüksek çıktığı, kız öğrencilerin sınav kaygısı artış gösterdiğinde manevi başa çıkma stratejilerini erkeklerden daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Anadolu Lisesinde okuyan öğrencilerin Fen Lisesi öğrencilerine göre maneviyat düzeyleri ve sınav kaygısı ile baş etmede manevi başa çıkma stratejilerini kullanma düzeyleri daha yüksektir.

Holder, Coleman ve Wallace (2010) maneviyat ve mutluluk arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarına 8-12 yaşları arasındaki 320 çocuk öğrenci katılmıştır. Araştırmada manevi düzeyleri yüksek olan öğrencilerin mutluluk oranlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Uçar (2017) Yaşlılarda yaşam kalitesi ile spiritüalite arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasına Malatya ilinde yaşayan, 65 yaş üstü 368 kişi katılmıştır. Yaşam kalite düzeyleri ile maneviyat düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur ve maneviyat arttıkça yaşam kalitesi artmaktadır. Yaş ve gelir durumu arttıkça yaşam kalitesi artmakta, fiziksel engelin oluşması ve eğitim düzeyinin düşüklüğü yaşam kalitesini düşürmektedir.

#### **2.4. Mutluluk Kavramı İle İlgili Yapılan Araştırmalar**

Bu bölümde mutluluk kavramı ile ilgili yapılan literatür taramasında incelemeye değer görülen örnek çalışmalara yer verilmiştir.

Öztaş (2018) farklı kurumlarda çalışan memurların serbest zaman doyum ve mutluluk düzeylerini belirlediği çalışmasında 261 memur katılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu gibi değişkenler ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Refah seviyesi, haftalık serbest zaman süresi değişkeninin mutluluk düzeyi ile arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Demirel (2018) yetişkinlerde bağlanma stillerinin mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon ile ilişkisinin incelendiği çalışmada yaşları 18-64 aralığındaki 255 kişiyle çalışmıştır. Mutluluk, depresyon, yaşam doyumu puan ortalamalarının cinsiyete, travmatik geçmişe, çocuk sahibi olma durumuna, kronik hastalıklara göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Yaş, medeni durum ve mutluluk arasında da anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yetiştirilme şeklinin hayattaki sorunlarla mücadele etmede olumlu katkısı olduğunu düşünenlerin mutluluk düzeyleri, olumlu katkısı olduğunu düşünmeyenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Çalışan kişilerin mutluluk düzeyleri çalışmayan kişilere göre daha yüksek çıkmıştır. Aile bireylerinde ruhsal problem tanısı olan kişilerin mutluluk düzeyleri ailesinde ruhsal problem tanısı almış kişi olmayanlara göre daha düşüktür. Çalışmada yaşam doyumu ve mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki, depresyon ve mutluluk arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaçınan bağlanma ve mutluluk arasında da negatif

yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Mutluluk ve yaşam doyum puanlarının artması depresyon puanlarını düşürmektedir.

Ivtzan, Chan, Gardner ve Prashar (2013) psikolojik iyi oluş ve maneviyat arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarına çeşitli inanç gruplarından 205 kişi katılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda maneviyat düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çolak (2018) sosyal fayda proje çalışmalarında gönüllü çalışan üniversite öğrencilerinde mutluluk ve psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin değerlendirdiği çalışmasına İstanbul'da vakıflarda gönüllü olarak çalışan 100 üniversite öğrencisi katılmıştır. Kadınların mutluluk puanların erkeklere oranla daha yüksek çıktığı belirlenmiştir. Mutluluk ölçeğinden alınan puanlar ile yaş arasında bir ilişki saptanmamıştır.

Jahan, Khan, (2014) yaşlı insanlardaki psikolojik iyi oluş ve maneviyatlarını inceledikleri çalışmalarına 100 kadın 100 erkek katılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda maneviyatı yüksek bireylerin psikolojik iyi oluşlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Subramanian, Kim ve Kawachi (2005) sağlık ve mutluluk ilişkisini inceledikleri çalışmalarına 118 yetişkin birey katılmıştır. Araştırma sonucunda fiziksel sağlıkları yerinde olan insanların daha mutlu olduklarına dair sonuca ulaşılmıştır.

Demir (2017) öğretmen adaylarının mutluluk, iyimserlik, yaşam anlamı ve yaşam doyumlarını incelediği araştırmasında Gaziantep Üniversitesindeki 687 öğretmen adayı ile çalışmıştır. Mutluluğun cinsiyete, aile gelir durumuna, anne babanın hayatta olma ya da olmama durumuna göre değişkenlik göstermediği saptanmıştır. Mutluluğun öğretmenlerin branşlarına göre değişkenlik gösterdiği saptanmıştır. Örneğin Türk Dili Edebiyatı, İngiliz Dili ve Edebiyatı, İlahiyat öğretmen adaylarının işletme bölümü öğretmen adaylarına göre daha mutlu oldukları ifade edilmiştir. Öğretmen adaylarının anne ve babalarının tutumlarının mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu, demokratik anne baba tutumuna sahip ebeveynleri olan öğretmen adaylarının diğerlerine göre daha mutlu olduğu bulunmuştur. Ailesi ile birlikte yaşanan öğretmen adaylarının mutluluk düzeyleri ailesi ile yaşamayan öğretmen

adaylarına göre daha yüksektir. Mutluluk üzerinde iyimserlik, yaşam doyumu, yaşam anlamının pozitif yönde etkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Argyle ve Lu (1990) mutluluk ile dışa dönüklük ilişkisini inceledikleri çalışmalarına 20-21 yaşlarındaki 130 kişi katılmıştır. Araştırma sonucunda dışa dönük olmanın mutlulukla ilgisi olduğunu ve dışa dönük insanların daha fazla sosyal aktivitelere katıldıkları bilgisine ulaşılmıştır.

Düzgün (2016) öğretmenlerin mutluluk düzeyleri ile sınıf yönetimleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmasında Çorum ilinde bulunan 443 ortaokul öğretmeni ile çalışmıştır. Öğretmenlerin mutlulukları orta seviyededir. Öğretmenlerin medeni durumu, branşı, eğitim düzeyi, sınıf mevcutları mutlulukları üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Erkek, kıdemi 21 yıldan yaşı 51 den fazla olan öğretmenler diğer öğretmenlere göre daha yüksek mutluluğa sahiptirler. Ayrıca öğretmenlerin sınıf yönetimi becerileri arttıkça mutluluk oranları da artmaktadır.

Duman (2014) öğretmen adaylarında mutluluk ile özgünlük ve öz duyarlılığın arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasına Kilis’de bulunan 651 öğretmen adayı katılmıştır. Cinsiyet ve kardeş sayısı ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak öğretmen adaylarının ebeveynlerinin sahip oldukları anne-baba tutumlarının mutluluk ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Demokratik tutumlu anne babalara sahip öğretmen adayları otoriter, baskıcı tutumlu anne babaya sahip öğretmen adaylarından daha mutludurlar. Özgünlük ve öz duyarlılık arttıkça mutluluk da artmaktadır.

Akın (2018) yaşlılardaki ölüm kaygısının sosyal yaşamla ve mutlulukla ilgisini ölçtüğü araştırmasında 476 kadın, 306 erkek dahil olmuştur. Sonuçlarda ölüm kaygısı erkeklerde, emeklilerde ve 75 yaş üzeri kişilerde daha yüksek çıkarken mutluluk ölüm kaygısı olan ya da olmayan grupta anlamlı bir farklılığa neden olmamıştır. Akın bunun nedenini araştırmanın örneklemini oluşturan yaşlı kişilere uygun bir mutluluk ölçeğinin bulunmayışına dayandırmıştır.

Kurnaz (2015) çalışmasında ilk yetişkinlikte bireylerin dini yönelimleri ve mutlulukları arasındaki ilişkiyi ölçmüştür. Araştırmaya Isparta ilinde yaşayan 498 kişi katılmıştır. Öğrenim durumu, gelir durumu yaşanan yer, dindarlık düzeyi ile

mutluluk düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuş, dini yönelimler artarken mutluluk da artmaktadır sonucuna ulaşılmıştır.

Çirkin (2015) gelir ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında 662 kişi katılmıştır. Sonuç olarak gelir seviyesinin mutluluk üzerinde etkisinin olmadığı ancak gelir memnuniyetinin mutluluğu olumlu şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Bulut (2018) Üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler, psikolojik iyi oluş ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelendiği çalışmasına İstanbul ilindeki 747 üniversite öğrencisi dahil olmuştur. Sahip olunan değerler arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin ve mutluluk düzey puanlarının yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluşları ile mutlulukları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem/Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini 2017–2018 eğitim ve öğretim yılında İstanbul ilinin Küçükçekmece ilçesindeki farklı okul türlerinde görev yapan 390 öğretmen oluşturmaktadır. 19.04.2018 tarihinde araştırma için İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğünden izin alınmıştır (Ek- 4).

Araştırmada tabakalı örneklem yöntemi kullanılmıştır. Tabakalı örnekleme, “evrendeki alt grupların belirlenip bunların evrende var oldukları aynı oranlarıyla örnekleme temsil edilmelerini sağlayan bir örneklem seçme tekniğidir” (Özen ve Gül, 2007: 402). Okullar İlkokul, Ortaokul, İmamhatip Ortaokulu, İmam Hatip Lisesi, Fen-Anadolu Lisesi, Meslek Lisesi, İmam Hatip Lisesi olarak tabakalara ayrılmıştır. Bu okullardan tesadüfi örneklem yöntemi ile 3'er okul seçilmiş ve bu okullardan 390 öğretmen araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır.

**Tablo 3.1. Öğretmenlerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı**

Cinsiyet	N	(Yüzdeler)
Kadın	279	71,5
Erkek	111	28,5

Araştırmaya katılan, kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 350 öğretmenin 279'u (%71.5) kadınlardan ve 111'inin (%28.5) erkeklerden oluştuğu görülmüştür.

**Tablo 3.2. Öğretmenlerin Yaşlarına Göre Dağılımı**

Yaş	N	(Yüzdelerik)
30 yaş altı	109	27,9
31-40 yaş	185	47,4
41-50 yaş	74	19,0
50 yaş ve üstü	22	5,6

Öğretmenlerin yaşlarına göre 109'u (%27.9) 30 yaş altı, 185'i (%47.4) 31-40 yaş, 74'ü (%19) 41-50 yaş, 22'si (%5.6) 50 yaş ve üstüdür.

**Tablo 3.3. Öğretmenlerin Öğrenim Durumlarına Göre Dağılımı**

Öğrenim Durumu	N	(Yüzdelerik)
Lisans	318	81,5
Lisansüstü	72	18,5

Öğretmenlerin 318'i (%81.5) Lisans Mezunu, 72'si (%18.5) Lisansüstü mezunudur.

**Tablo 3.4. Öğretmenlerin Kıdem Yıllarına Göre Dağılımı**

Kıdem Yılı	N	(Yüzdelerik)
1-5 yıl	116	29,7
6-10 yıl	96	24,6
11-15 yıl	55	14,1
16-20 yıl	61	15,6
21 yıl ve üstü	62	15,9

Öğretmenlerin kıdem yılı; 116'sının (%29.7) 1-5 yıl, 96'sının (%24.6) 6-10 yıl, 55'inin (%14.1) 11-15 yıl, 61'i (%15.6) 16-20 yıl, 62'si (%15.9) 21 yıl ve üstüdür.



**Tablo 3.5. Öğretmenlerin Çalıştıkları Okul Türüne Göre Dağılımı**

Okul Türü	N	(Yüzdelik)
İlkokul	131	33,6
Ortaokul	64	16,4
İmam Hatip Ortaokulu	14	3,6
Fen-Anadolu Lisesi	72	18,5
Meslek Lisesi	66	16,9
İmam Hatip Lisesi	43	11,0

Öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre; 131'i (%33.6) İlkokul, 64'ü (%16.4) Ortaokul, 14'ünün (%3.6) İmam Hatip Ortaokulu, 72'si (%18.5) Fen-Anadolu Lisesi, 66'sı (%16.9) Meslek Lisesi, 43'ü (%11) İmam Hatip Lisesi okullarında görev yaptıkları bilinmektedir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

#### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formunda öğretmenlere cinsiyet, yaş, öğrenim düzeyi, kıdem, görev yaptıkları okul türü hakkında toplam 6 soru sorulmuştur.

#### 3.3.2. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu Hills ve Argyle tarafından 2002 yılında geliştirilmiştir. Mutluluk düzeyini ölçme amacı olan 8 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin kısa formunun Türkçeye çevrilmesi Doğan ve Çötök (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin özgün formu altı basamaklı likert tipidir ancak Türkçeye uyarlamasında anlaşılabilirliğin kaybolmaması için beşli likert tipinde hazırlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasının örneklemini 532 Türk üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veriler Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa formu ile beraber Zung Depresyon Ölçeği, Yaşam Yönelim Testi ve Yaşam Doyumu Ölçeği ile toplanmıştır. Benzer ölçek geçerliği olarak Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa formu ile Yaşam Yönelimi Testi ve Yaşam Doyum Ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Zung Depresyon Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa formu arasında negatif yönlü manidar ilişki bulunmuştur. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun Cronbach alfa iç

tutarlık katsayısı 0.74, test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0.85 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu belirtilmiştir.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa formu 7 maddeden oluşan, hiç katılmıyorum (1), katılmıyorum (2), biraz katılıyorum (3), katılıyorum (4) ve tamamen katılıyorum (5) şeklinde puanlanan; alınan yüksek puanların yüksek mutluluk düzeyini gösterdiği bir ölçme aracıdır.

### **3.3.3. Spiritüel İyi Oluş Formu**

Ekşi ve Kardaş (2017) tarafından geliştirilen ölçeğin maddeleri literatür, benzer ölçekler ve ilgili kişilere yazdırılmış kompozisyonlardan elde edilmiştir ve 17 uzmanın görüşü alınarak maddeleştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik güvenilirlik çalışmaları 865 yetişkin üzerinde yapılmıştır. 49 maddeden oluşan çalışma yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda 29 maddeye indirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizine göre aşkınlık, doğayla uyum ve anomi isimli 3 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu yapılan analizlerde ortaya konmuştur. Aşkınlık alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .953, Doğayla Uyum alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .864, Anomi alt boyutunun Cronbach Alpha değeri .853' tür. Toplam Cronbach Alpha değeri ise .886 olarak bulunmuştur. Ölçek formu; bana hiç uygun değil (1), bana uygun değil (2), bana biraz uygun (3), bana oldukça uygun (4), bana tamamen uygun (5) şeklinde puanlanarak yetişkinlerin spiritüel iyi olma hallerini ortaya koymaktadır.

### **3.4. Verilerin Analizi**

Kişisel Bilgi Formu, Spiritüel İyi Oluş Ölçeği, Oxford Mutluluk Ölçeği ile elde edilen veriler SPSS programıyla analiz edilmiştir.

Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelendi. Öğretmenlerden oluşan grubun bağımlı değişken Spiritüel İyi Oluş Ölçeği düzeyleri Kolmogorov-Smirnov testinin de (K-S= .928, df= 390, p=.089) ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kolmogorov-Smirnov testinin de (K-S= .975, df= 390, p=.096) normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bu nedenle parametrik testler yapılmıştır.

Analizlerde elde edilen değerler 0.05'den küçükse anlamlı, 0.05'den büyükse anlamsızdır olarak değerlendirilmiştir. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı Bağımsız Örneklemli t testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Varyans Analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişki Pearson korelasyon ile test edilmiştir. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon ilişkileri aşağıdaki kriterlere göre değerlendirilmiştir. Köse (2008); R İlişki, 0.00-0.25 Çok zayıf ilişki, 0.26-0.49 Zayıf ilişki, 0.50-0.69 Orta ilişki, 0.70-0.89 Yüksek ilişki, 0.90-1.0 Çok yüksek ilişki şeklinde yorumlanmıştır. Spiritüel İyi Oluşun, Mutluluğu yordama sırasını bulmak için regresyon analizi yapılmıştır. Ölçeklerin ortalamaları değerlendirilirken aşağıda verilen aralıklar kriter olarak ele alınmıştır. Akbulut (2013); 1.00-1.79 Çok düşük düzeyde, 1.80-2.59 Düşük düzeyde, 2.60-3.39 Orta düzeyde, 3.40-4.19 Yüksek düzeyde, 4.20-5.00 Çok yüksek düzeyde.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde, ölçme araçları ile toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

#### 4.1. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri hangi seviyededir? alt amacına ilişkin bulgular

**Tablo 4.1. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ve Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri**

Ölçek	Ortalama	Standart Sapma	Skewness	Kurtosis
<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	121,67	16,14	-1,22	0,85
<b>Aşkılık Alt Boyutu</b>	63,11	13,11	1,41	0,89
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	31,71	4,60	-1,28	0,93
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	15,53	5,30	1,30	1,50

Spiritüel İyi Oluş Ölçeğinden elde edilen puanların ortalaması ( $\bar{x}$ =121.67), standart sapması (ss=16.14) olarak görülmektedir.

Spiritüel iyi oluşun alt boyutu olan Aşkılık puan ortalaması ( $\bar{x}$ =63.11), standart sapması (ss=13.11), Doğayla uyum puan ortalaması ( $\bar{x}$ =31.71), standart sapması (ss=4.60), spiritüel iyi oluşun diğer alt boyutu olan anominin puan ortalaması ( $\bar{x}$ =15.53), standart sapması (ss=5.30) olarak görülmektedir.

**Tablo 4.2. Öğretmenlerin Oxford Mutluluk Ölçeğinden Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri**

Ölçek	Ortalama	Standart Sapma	Skewness	Kurtosis
<b>Oxford Mutluluk</b>	25,11	4,96	1,48	0,76

Oxford Mutluluk Ölçeğinden elde edilen puanların ortalaması ( $\bar{x}$ =25.11), standart sapması (ss=4.96) olarak görülmektedir.

**4.2. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim durumlarına, kıdemlerine ve görev yaptıkları okul türlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir? alt amacına ilişkin bulgular**

**Tablo 4. 3. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	p
<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	Kadın	279	122,65	14,85	388	1,922	,000*
	Erkek	111	119,18	18,84			
<b>Aşkınlık Alt Boyutu</b>	Kadın	279	64,26	12,03	388	2,775	,000*
	Erkek	111	60,21	15,17			
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	Kadın	279	31,48	3,51	388	-1,594	,107
	Erkek	111	32,30	6,57			
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	Kadın	279	15,51	5,15	388	-,065	,244
	Erkek	111	15,55	5,67			

\*p<.05

Tablo 4.3' te, uygulanan bağımsız t testi sonucunda cinsiyet değişkenine göre Spiritüel İyi Oluş toplam puanı ile arasında anlamlı farklılık bulunduğu gösterilmektedir. [t(388)= 1,922, p<.05]. Kadınların spiritüel iyi oluş düzeyi erkeklerin spiritüel iyi oluş düzeyinden anlamlı olarak daha yüksektir.

Cinsiyet değişkeni spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile anlamlı bir ilişki içindedir [t(388)= 2,775, p<.05]. Kadınlarda aşkınlık düzeyi erkelere göre anlamlı olarak daha yüksektir.

Bağımsız grup t testi sonucunda cinsiyet açısından Doğayla Uyum ve Anomi alt boyutları aralarında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır [ p>.05].

**Tablo 4.4. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Cinsiyet Açısından İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	p
<b>Mutluluk Ö.</b>	Kadın	279	25,24	4,77	388	,842	,093
	Erkek	111	24,77	5,42			

\*p<.05

Tablo 4.4' de, bağımsız grup t testi sonucunda cinsiyete göre Mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gösterilmektedir [p>.05].

**Tablo 4.5. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Yaşlarına Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişkenler	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P
	30 yaş altı	109	122,30	16,39	G.Arası	562,337	3	187,446	,718	,542

<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	31-40 yaş	185	121,32	16,29	G.İçi	100805,653	386	261,155		
	41-50 yaş	74	122,86	16,23	Toplam	101367,990	389			
	50 yaş ve üstü	22	117,45	13,19						
<b>Aşknlık Alt Boyutu</b>	30 yaş altı	109	64,50	12,19	G.Arası	469,343	3	156,448		
	31-40 yaş	185	62,90	13,35	G.İçi	66429,693	386	172,098	,909	,437
	41-50 yaş	74	62,54	13,61	Toplam	66899,036	389			
	50 yaş ve üstü	22	59,90	13,85						
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	30 yaş altı	109	31,36	5,88	G.Arası	88,722	3	29,574		
	31-40 yaş	185	31,55	3,72	G.İçi	8162,253	386	21,146	1,399	,243
	41-50 yaş	74	32,68	4,89	Toplam	8250,974	389			
	50 yaş ve üstü	22	31,59	2,32						
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	30 yaş altı	109	15,88	5,46	G.Arası	88,429	3	29,476		
	31-40 yaş	185	15,54	5,24	G.İçi	10856,701	386	28,126	1,048	,371
	41-50 yaş	74	14,68	5,40	Toplam	10945,131	389			
	50 yaş ve üstü	22	16,54	4,58						

\*p<.05

Tablo 4.5’de, öğretmenlerin yaşlarına göre Spiritüel İyi Oluş toplam puanı ve spiritüel iyi oluşun alt boyutları arasında anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmadığı gösterilmektedir.

**Tablo 4.6. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Yaşlarına Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişken	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P
<b>Mutluluk</b>	30 yaş altı	109	25,33	5,28	G.Arası	124,855	3	41,618		
	31-40 yaş	185	24,56	4,81	G.İçi	9453,404	386	24,491	1,699	,167
	41-50 yaş	74	25,98	4,74	Toplam	9578,259	389			
	50 yaş ve üstü	22	25,68	4,97						

\*p<.05

Tablo 4.6’da, öğretmenlerin yaşlarına göre Mutluluk düzeylerinin anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmadığı gösterilmektedir [ p>.05].

**Tablo 4.7. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Öğrenim Durumlarına Göre İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişkenler	Öğrenim	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	p
<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	Lisans	318	122,22	16,287			
	Lisansüstü	72	119,23	15,35	388	1,420	,563
<b>Aşknlık Alt Boyutu</b>	Lisans	318	63,34	13,37			
	Lisansüstü	72	62,09	11,91	388	,727	,768
	Lisans	318	32,00	4,55			
						2,589	,030*

<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	Lisansüstü	72	30,45	4,66	388		
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	Lisans	318	15,47	5,36	388	-,413	,028*
	Lisansüstü	72	15,76	5,06			

\*p<.05

Tablo 4.7' de, bağımsız grup t testi sonucunda öğretmenlerin öğrenim seviyesine göre doğayla uyum alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu gösterilmektedir. [t(388)= 2,589, p<.05]. Lisans mezunu öğretmenlerin doğayla uyum puanları lisansüstü mezunlara göre anlamlı olarak daha yüksektir.

Öğretmenlerin öğrenim durumunun Anomi alt boyutu ile arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır [t(348)=-.413; p<.05]. Lisansüstü mezun öğretmenlerin Anomi düzeyi lisans mezunlarına kıyasla daha yüksek puanlıdır.

Bağımsız grup t testi neticesinde öğretmenlerin öğrenim durumuna göre Spiritüel İyi Oluş toplam puanı ve Aşkınlık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır [p>.05].

**Tablo 4.8. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Öğrenim Durumlarına Göre İncelenmesi İçin Uygulanan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları**

Değişken	Öğrenim	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	p
<b>Mutluluk Ö.</b>	Lisans	318	25,27	5,05	388	1,394	,175
	Lisansüstü	72	24,37	4,50			

\*p<.05

Tablo 4.8' de, bağımsız grup t testi sonucunda öğretmenlerin öğrenim durumuna göre Mutluluk düzeyleri arasında anlamlı olarak farklılaşmadığı gösterilmektedir [p>.05].

**Tablo 4.9. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Kıdemlerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişkenler	Kıdem	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P
<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	1-5 yıl	116	121,43	16,49	G.Arası	409,941	4	102,485		
	6-10 yıl	96	122,32	16,21	G.İçi	100958,048	385	262,229		
	11-15 yıl	55	119,87	17,20	Toplam	101367,990	389		,391	,815
	16-20 yıl	61	123,31	15,62						
	21 yıl ve üstü	62	121,09	15,19						
<b>Aşkınlık Alt Boyutu</b>	1-5 yıl	116	63,12	12,19	G.Arası	305,817	4	76,454		
	6-10 yıl	96	64,46	12,16	G.İçi	66593,219	385	172,969	,442	778
	11-15 yıl	55	62,09	14,72	Toplam	66899,036	389			

	16-20 yıl	61	62,95	14,20						
	21 yıl ve üstü	62	62,04	13,80						
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	1-5 yıl	116	31,76	5,65	G.Arası	82,638	4	20,659		
	6-10 yıl	96	31,10	4,27	G.İçi	8168,337	385	21,216		
	11-15 yıl	55	31,40	3,53	Toplam	8250,974	389		,974	,422
	16-20 yıl	61	32,29	5,36						
	21 yıl ve üstü	62	32,29	2,39						
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	1-5 yıl	116	15,83	5,49	G.Arası	116,293	4	29,073		
	6-10 yıl	96	15,59	5,21	G.İçi	10828,837	385	28,127		
	11-15 yıl	55	15,96	5,49	Toplam	10945,131	389		1,034	,390
	16-20 yıl	61	14,29	4,30						
	21 yıl ve üstü	62	15,69	5,77						

\*p<.05

Tablo 4.9’da, öğretmenlerin kıdemine göre Spiritüel İyi Oluş toplam puanı ve spiritüel iyi oluşun alt boyutlarının anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını ortaya koymak için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı farklılık bulunmadığı gösterilmektedir [ p>.05].

**Tablo 4.10. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Kıdemlerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişken	Kıdem	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P
<b>Mutluluk</b>	1-5 yıl	116	25,18	,93	G.Arası	137,538	4	34,385		
	6-10 yıl	96	25,09	4,96	G.İçi	9440,721	385	24,521		
	11-15 yıl	55	23,81	5,60	Toplam	9578,259	389		1,402	,233
	16-20 yıl	61	25,32	4,89						
	21 yıl ve üstü	62	25,93	4,36						

\*p<.05

Tablo 4.10’da, öğretmenlerin kıdemine göre Mutluluk düzeylerinin anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmadığını göstermektedir [ p>.05].

**Tablo 4.11. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Çalıştıkları Okul Türüne Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişkenler	Okul Türü	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P	Fark
	a İlkokul	131	121,77	17,50	G.Arası	3980,950	5	796,190	3,139	,009	b <f
	b Ortaokul	64	116,45	18,75	G.İçi	97387,040	384	253,612			



<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	c İmam hatip Ortaokulu	14	125,21	15,80	Toplam	10167,99	389		e <f
	d Fen-Anadolu Lisesi	72	121,61	14,80					
	e Meslek Lisesi	66	121,33	13,31					
	f İmam hatip Lisesi	43	128,58	10,98					
<b>Aşkınlık Alt Boyutu</b>	a İlkokul	131	63,16	14,20	G.Arası	3358,941	5	671,788	b <f
	b Ortaokul	64	58,04	15,59	G.İçi	63540,095	384	165,469	d <f
	c İmam hatip Ortaokulu	14	69,71	13,49	Toplam	66889,036	389		
	d Fen-Anadolu Lisesi	72	62,81	12,52				4,060	,001*
	e Meslek Lisesi	66	63,56	9,94					
	f İmam hatip Lisesi	43	68,13	7,04					
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	a İlkokul	131	31,88	5,37	G.Arası	79,390	5	15,878	
	b Ortaokul	64	31,20	4,00	G.İçi	8171,585	384	21,280	
	c İmam hatip Ortaokulu	14	30,71	3,49	Toplam	8250,974	389		
	d Fen-Anadolu Lisesi	72	31,41	3,65				,746	,589
	e Meslek Lisesi	66	31,81	5,45					
	f İmam hatip Lisesi	43	32,65	2,95					
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	a İlkokul	131	15,71	5,44	G.Arası	217,145	5	43,429	
	b Ortaokul	64	15,12	5,10	G.İçi	10727,986	384	27,937	
	c İmam hatip Ortaokulu	14	17,50	5,59	Toplam	10945,131	389		
	d Fen-Anadolu Lisesi	72	14,87	4,77				1,555	,172
	e Meslek Lisesi	66	16,54	6,17					
	f İmam hatip Lisesi	43	14,46	4,13					

Tablo 4.11’de, öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre Spiritüel İyi Oluş toplam puanının anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi neticesinde anlamlı olarak farklılaştığı gösterilmektedir [F(5-384)=3,139, p<.05]. İmam Hatip liselerinde çalışan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri diğer okullarda çalışan öğretmenlere göre en yüksek düzeydedir. Yapılan Levene’s sonucuna göre grup dağılım varyansları homojen değildir sonucu ortaya konmuştur (p=.001). Yapılan Post Hoc Games-Howell test sonuçlarına göre Ortaokul ile İmam Hatip Lisesi arasında İmam Hatip Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p<.05). Fen-Anadolu Lisesi ile İmam Hatip Lisesi arasında İmam Hatip Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma bulunmuştur (p<.05). Meslek Lisesi ile İmam Hatip Lisesi arasında İmam Hatip Lisesi lehine anlamlı farklılaşma bulunmaktadır (p<.05).

Öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre Aşkınlık alt boyutu toplam puanı arasında anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi neticesinde anlamlı şekilde farklılaştığı bulunmaktadır [F(5-384)=4,060, p<.05]. İmam Hatip Liselerinde çalışan öğretmenlerde aşkınlık düzeyi diğer okullarda çalışan öğretmenlere göre en üst düzeydedir. Yapılan Levene's testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olmadığı belirlenmiştir (p=.000). Yapılan Games-Howell testi sonuçlarına göre Ortaokul ile İmam Hatip Lisesi arasında İmam Hatip Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p<.05). Fen-Anadolu Lisesi ve İmam Hatip Lisesi arasında İmam Hatip Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır (p<.05).

Öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre Doğayla Uyum ve Anomi alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır ve anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 4.12. Öğretmenlerin Mutluluk Düzeylerinin Çalıştıkları Okul Türüne Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişken Kıdem	N	$\bar{X}$	Ss	V.Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kare. Ortal.	F	P	Fark
a İlkokul	131	25,16	4,73	G.Arası	319,783	5	63,957			c<d
b Ortaokul	64	24,28	5,22	G.İçi	9258,476	384	24,111			d>e
c İmam hatip Ortaokulu	14	23,78	4,62	Toplam	9578,259	389				d>f
<b>Mutluluk</b> d Fen-Anadolu Lisesi	72	26,84	5,18					2,653	,023*	
e Meslek Lisesi	66	24,62	4,49							
f İmam hatip Lisesi	43	24,46	5,16							

\*p<.05

Tablo 4.12'de, öğretmenlerin çalıştıkları okul türüne göre Mutluluk düzeylerini anlamlı olarak farklılığı olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi neticesinde anlamlı olarak farklılaştığı bulunmaktadır [F(5-384)=2.653, p<.05]. Fen-Anadolu Lisesinde öğretmenlerin mutluluk düzeyleri diğer okul türlerinde çalışan öğretmenlere göre en yüksek düzeydedir. Levene's testi ile grup dağılımlarının varyanslarının homojen olduğu ortaya konmuştur (p=.938). Yapılan Scheffe testine göre İmam Hatip Ortaokulu ile Fen-Anadolu Lisesi arasında Fen –Anadolu Lisesi lehine anlamlı farklılaşma bulunmuştur (p<.05). Fen-Anadolu Lisesi ile Meslek Lisesi arasında Fen-Anadolu Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur

( $p < .05$ ). Fen-Anadolu Lisesi ile İmam Hatip Lisesi arasında Fen-Anadolu Lisesi lehine istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p < .05$ ).

#### 4.3. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? alt amacına ilişkin bulgular

**Tablo 4.13. Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Oxford Mutluluk Ölçeği Düzeylerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonucu**

		Oxford Mutluluk
<b>Spiritüel İyi Oluş Toplam</b>	r	,475**
	p	,000
<b>Aşkınlık Alt Boyutu</b>	r	,349**
	p	,000
<b>Doğayla Uyum Alt Boyutu</b>	r	,161**
	p	,001
<b>Anomi Alt Boyutu</b>	r	-,462**
	p	,000

\*\* $p < .01$

Tablo 4. 13'te, Spiritüel İyi Oluş Toplam puanı ile Mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ölçmek için uygulanan pearson korelasyon sonucunda zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu gösterilmektedir. ( $r = .475$ ,  $p < .01$ ). Spiritüel İyi Oluş artarken mutluluk düzeyleri artmaktadır.

Aşkınlık Alt Boyutu ile Mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için uygulanan pearson korelasyon sonucunda zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = .349$ ,  $p < .01$ ). Aşkınlık artarken mutluluk düzeyleri artmaktadır.

Doğayla Uyum Alt Boyutu ile Mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla uygulanan pearson korelasyon sonucunda çok zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = .161$ ,  $p < .01$ ). Doğayla Uyum artarken mutluluk düzeyleri artmaktadır.

Anomi Alt Boyutu ile Mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla uygulanan pearson korelasyon sonucunda zayıf düzeyde ve negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = -.462$ ,  $p < .01$ ). Anomi artarken mutluluk düzeyleri azalmaktadır.

#### 4.4. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri, mutluluklarını yordamakta mıdır? alt amacına ilişkin bulgular

**Tablo 4.14. Spiritüel İyi Oluş Toplam Puanı ile Alt Boyutlarının Oxford Mutluluk Ölçeği Düzeylerine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Çoklu Regresyon Sonuçları**

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	-,695	9,005		-,077	,938		
İyi Oluş Toplam	,595	,219	1,935	2,723	,007	,475	,137
Aşkılık	-,487	,221	-1,286	-2,198	,029	,349	-,111
Doğayla Uyum	-,566	,223	-,526	-2,544	,011	,161	-,129
Anomi	,135	,200	,144	,672	,502	-,462	,034

**R= .566;R<sup>2</sup>=.32;F(4, 385)= 45,293; p=,000**

Tablo 4.14’de, Oxford Mutluluk Ölçeği ile Spiritüel İyi Oluş toplam puanı ile alt boyutları olan aşkılık, doğayla uyum, anomi arasında anlamlı ilişkiler göstermektedir (R= .566, R<sup>2</sup>=.32, p<.05). Adı geçen değişkenler ile birlikte, Mutluluk düzeylerindeki toplam varyansın sadece %32’sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin Mutluluk üzerindeki görelî önem sırası; İyi oluş toplam puanı, aşkılık, doğayla uyum ve anomidir.

Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise Spiritüel İyi Oluş, Doğayla Uyum ve Aşkılık Mutluluk düzeyleri üzerinde önemli(anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Anomi değişkeni önemli bir etkiye sahip değildir.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma bulgularına göre sonuç, tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular literatür taraması ile ortaya koyulan diğer çalışma sonuçları ile karşılaştırılarak tartışılmıştır. Türkçe literatürde spiritüel iyi oluş ve mutluluk arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Kuramsal çerçeve kısmında anlatıldığı gibi mutluluk kavramının bileşenlerinden olan öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramını inceleyen araştırmalar da tartışma kısmında kullanılmıştır.

##### 5.1.1 Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri hangi seviyededir? alt amaca ilişkin sonuç ve tartışma

Bu araştırmada ölçek puanlarının ortalaması göz önüne alındığında öğretmenlerin spiritüel iyi oluşlarının yüksek düzeyde olduğu söylenebilir.

Şirin (2019) evli çiftler üzerinde yaptığı çalışmasında spiritüel iyi oluş düzeyinin yüksek çıktığı sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmadaki sonuca benzer sonuç olarak Ay ve Gürsu (2018) 60 yaş üstü kişilerin katıldığı çalışmalarında spiritüel iyi oluş düzeyi yüksek bulunmuştur. Emirza (2018) çalışmasında evliliğini aldatılma nedeniyle bitirmek isteyen kadınların spiritüel iyi oluşları yüksek çıkmıştır. Uygur'un (2016) hemşireler üzerinde yaptığı çalışmasında spiritüellik düzeyi orta düzeyde bulunmuştur. Gönenç ve arkadaşlarının (2016) hemşireleri ve ebeleri dahil ettikleri çalışmalarında manevi düzeyin istenen boyutta çıkmadığı belirtilmiştir.

Literatürde bulunan sonuçların birbirleriyle benzerlik göstermemesinin nedeni araştırmaların sınırlılıklarından kaynaklanmış olabilir. Bu çalışmada spiritüel iyi oluş düzeyinin yüksek çıkma nedeni İmam Hatip türünde okullara değişken olarak yer verilmiş olması olabilir.

Bu çalışmada ölçek puanlarının ortalaması göz önüne alındığında öğretmenlerin mutluluklarının yüksek düzeyde olduğu kabul edilebilir.

Literatürde bu sonuçla paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Sancak (2019) ve Arslan (2018) çalışmalarında öğretmenlerin mutluluklarının yüksek düzeyde çıktığını belirtmiştir. Duman (2014) öğretmen adaylarının mutluluk düzeylerini yüksek olarak belirtmiştir. Öztürk (2015) çalışmasında öğretmenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek çıktığını ifade etmiştir. Duran (2016) çalışmasında okul yöneticilerinin, Göral (2013) çalışmasında üniversite öğrencilerinin, Akın ve Şentürk (2012) çalışmalarında araştırmaya katılan bireylerin mutluluk düzeylerinin yüksek çıktığı sonucunu ortaya koymuşlardır.

Bu sonuçlardan farklı olarak Türk Eğitim Sen'in (2014) yaptığı araştırma sonucunda öğretmenlerin genel olarak mutsuz oldukları sonucu bulunmuştur. Düzgün (2016) çalışmasında öğretmenlerin mutluluk düzeylerinin orta düzeyde çıktığını belirtmiştir. Öğretmenlerin mutluluk düzeylerinin düşük çıktığı başka bir çalışmaya literatürde rastlanmamıştır.

Öğretmenlik mesleği manevi doyumu yüksek mesleklerden biri olduğu kabul edildiğinde öğretmenlerin mutluluk düzeylerinin yüksek çıkması beklenebilen bir sonuçtur. Ancak literatürdeki çalışmaların sınırlılıklarından dolayı farklı sonuçların çıkması da olasıdır.

### **5.1.2. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim durumlarına, kıdemlerine ve görev yaptıkları okul türlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir? alt amaca ilişkin sonuç ve tartışma**

Farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş puanlarının incelendiği bu çalışmada cinsiyet değişkeninin spiritüellik üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark yarattığı sonucu bulunmuştur. Kadın öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri erkek öğretmenlere göre daha yüksektir. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından aşkınlık ile cinsiyet anlamlı farklılık açısından incelendiğinde kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre aşkınlık düzeyi daha yüksek çıkmıştır. Doğayla uyum ve anomi alt boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatür incelendiğinde Türkçe alinyazında spiritüel iyi oluş kavramı ile ilgili yapılan dört araştırmaya rastlanmıştır. Bunlardan biri olan Kardaş'ın (2017) çalışmasında kadın öğrencilerin spiritüel iyi oluş puanlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Kadınların aşkınlık ve doğayla uyum düzeyleri erkeklere göre daha yüksektir. İki çalışmada da bu açıdan birbirini destekler nitelikte sonuçlar ortaya konmuştur. Brown, Chen ve diğerleri (2013) çalışmalarında kadınların erkeklere oranla maneviyat düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Literatürdeki diğer üç çalışmada bu araştırmadaki sonuç ile farklılık gösteren sonuçlara ulaşılmıştır. Şirin (2019) cinsiyet değişkeninin spiritüel iyi oluş üstünde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ifade etmiştir. Kızıllırmak'ın (2015) yaşamın anlamını maneviyat üzerinden değerlendirdiği çalışmasında cinsiyet ile maneviyat arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ay ve Gürsu (2018), Gomez ve Fisher (2005) çalışmalarında cinsiyet maneviyat üzerinde anlamlı bir fark yaratmamaktadır.

Yapılan çalışmalarda birbirinden farklı sonuçların ortaya konmasının nedeni araştırmanın sınırlılıkları olabilir. Spiritüelliğin içsel bir süreç olması, kadınların da erkeklere göre daha duygusal ve içsel oldukları toplumsal kabülünden hareketle bu araştırmada kadınların spiritüellik düzeylerinin daha yüksek çıkması zayıf da olsa öngörülebilir bir sonuç olabilir.

Bu araştırmada kadınların spiritüel iyi oluş düzeylerinin erkeklerden yüksek çıkması mutluluk düzeylerinin de yüksek çıkabileceğini düşündürse de bu araştırmada öğretmenlerin mutluluk puanları incelendiğinde istatistiksel olarak cinsiyete bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatürde bu araştırmadaki sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Cihangir Çankaya (2009), Sevindik (2015), Duman (2014), Diener ve Ryan (2009), Katja ve diğerleri (2002), Argyle ve Lu (1990), Öztaş (2018), Demirel (2018) ve Saygın (2008) çalışmalarında cinsiyet faktörü açısından kişilerin mutluluk düzeyleri arasında bir fark bulunmadığını ifade etmişlerdir. Canbay (2010) cinsiyetin öznel iyi oluş üzerinde, Şahin (2015), Demir (2017), Yazıcı (2015) ve Kalafat (1996) ise çalışmalarında cinsiyetin mutluluk üstünde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını belirtmişlerdir.

Öte yandan literatürde bu araştırma sonucu ile paralellik göstermeyen çalışmalar da vardır. Dilmaç ve Bozgeyikli'nin (2009) çalışmalarında kadın öğretmen adaylarının

erkek öğretmen adaylarına göre daha mutlu oldukları sonucu çıkmıştır. Düzgün (2016), çalışmasında erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere kıyasla, Akın ve Şentürk (2012), Düzgün (2016) çalışmalarında da erkek bireylerin kadın bireylere göre daha mutlu oldukları sonucu bulunmuştur. Subramanian, Kim ve Kawachi (2005), Çolak (2018), Atay (2012), Gülcan (2014) ve Şaşmaz (2016) çalışmalarında da kadınların mutluluk düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur. Haller ve Hadler (2006) çalışmalarında cinsiyet mutluluk üstünde anlamlı fark yaratmıştır.

Literatür taramasında cinsiyet değişkeninin mutluluk üzerinde anlamlı fark yaratıp yaratmadığı ile ilgili ulaşılan sonuçların birbirlerine paralellik göstermemesinin nedeni örneklem gruplarındaki farklılıktan kaynaklanmış olabilir. Bu çalışmada farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin İstanbul ilinden seçilmesi cinsiyetin mutluluk üzerinde anlamlı fark yaratma durumunu ortadan kaldırdığı düşünülebilir. İstanbul gibi bir metropol şehirde cinsiyetler arası toplumsal kabullerin erkek ve kadın için çok büyük farklılık göstermemesi bunun nedenlerinden biri olarak düşünülebilir. Cinsiyet ile mutluluk arasında anlamlı farklılık bulunmamasının diğer bir nedeni de mutluluğun demografik özelliklerden çok içsel süreçlerle ve kişilik özellikleri ile ilgili olmasından kaynaklanmış olabilir.

Bu araştırmaya katılan farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin istatistiklere göre spiritüel iyi oluşları yaş değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalar vardır. Şirin (2019) çalışmasında yaş değişkeninin spiritüel iyi oluş üstünde etkisinin olmadığını belirtmiştir. Çelik ve diğerleri (2014) çalışmalarında yaş değişkeni ile maneviyat arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Palmore (1980) ve Orbach (1961) çalışmalarında yaş almanın maneviyat üzerinde bir etki yaratmadığını belirtmişlerdir (Akt., Ay ve Gürsu, 2018, 1186). Kostak ve arkadaşları (2010), Gönenç ve arkadaşları (2016), Eğlence ve Şimşek'in (2014) çalışmalarında da benzer bir sonuç olarak yaş değişkeninin maneviyat üstünde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir.

Daha önce yapılan çalışmalar incelendiğinde Kardeş (2017) yaş değişkeninin spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından olan doğayla uyumda anlamlı fark yarattığı ortaya konmuştur. Starbuck (1911) kişilerin yaşlandıkça maneviyatlarının arttığını belirtmiştir (Akt., Ay ve Gürsu, 2018, 1186).



Brown, Chen ve diğeri (2013) orta yaşlı bireylerin spiritüelliklerinin daha yüksek düzeyde olduğunu ifade etmişlerdir.

Çalışmamızda yaş değişkeninin spiritüel iyi oluş üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığı sonucunun ortaya çıkmasının sebebi yaşlılık kavramı ile ilgili olabilir. Yaşlılık ile fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak çöküşe geçen insanlarda, boş zaman artışı, ölüm ve ölümden sonraki hayat korkusunun beraberinde maneviyata yönelimi arttırması beklenen bir süreçtir. Bu araştırmaya katılan öğretmenlerin yaşlılık sınırında yer almamaları ve 50 yaş ve üstü öğretmenlerin örneklemdaki sayıca en az olan grubu oluşturmalarının sonucu etkilemiş olması muhtemeldir. Türkiye'deki emeklilik yaşını düşündüğümüzde 50 yaş ve üstü kişiler Türk toplumunda yaşlı olarak nitelendirilmemektedir. Bundan dolayı yaşlılar ile ilgili yapılan çalışmalarda yaş değişkeninin spiritüel iyi oluşu etkilemesi beklenen bir sonuç olabilir.

Farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin mutluluk düzeylerinin incelendiği bu çalışmada yaş değişkeninin mutluluk üzerinde anlamlı fark yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde bu sonucu destekler çalışmalar bulunmaktadır. Aydemir (2008), Öztaş (2018), Çolak (2018) çalışmalarında yaş faktörünün mutluluk düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı belirtilmiştir. Topuz (2013), Tingaz (2014), Argyle ve Lu (1990), Şahin (2011), Kara (2010), Furnham ve Berwin (1990), Demirel (2018), Diener ve Ryan (2009) ve Sevindik (2015) çalışmalarında yaşın mutluluk üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığını belirtmiştir.

Bu araştırma sonuçları ile farklılık gösteren, yaş değişkeninin mutluluk üzerinde anlamlı fark yarattığını belirten çalışmalara da rastlanmıştır. Eryılmaz ve Ercan (2011) çalışmalarında yaş faktörünün mutluluk düzeyi üzerinde farklılık yarattığını belirtmişlerdir. 14-17 yaş ve 26-45 yaş aralığı grubundaki bireyler 19-25 yaş aralığındaki bireylere göre daha mutludurlar. Gülcan (2014) çalışmasında yaş ve mutluluk arasında anlamlı ilişki bulmuştur. 19-22 yaş aralığındaki bireylerin 23-25 yaş aralığındaki bireylere göre mutluluk puanlarının yüksek çıktığını belirtmiştir. Blanchflower ve Oswald (2007) çalışmalarında genç yetişkinlerin orta yetişkinlere göre daha mutlu oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Düzgün (2016) 51 yaş üstü bireylerin daha mutlu olduklarını ifade etmiştir. Harter, Schmidt, ve Keyes (2003) çalışmalarının sonucuna göre yaş mutluluk üstünde anlamlı olarak fark yaratmaktadır.

Araştırmamızda yaş faktörünün mutluluk üzerinde anlamlı fark yaratmamış olmasının nedeni, mutluluk kavramının içsel ve anlık pek çok faktörü içinde barındırması olabilir. Kişiler yaşlarından bağımsız olarak her dönemde mutlu olmak isterler ve bunun için çaba gösterirler. Kadın ya da erkek her birey genç olduğu için ya da yaşlı olduğu için mutluluğu istememezlik yapmaz. Her yaş döneminde karşılanması gereken fiziki ve ruhsal ihtiyaçlar vardır. Bu ihtiyaçların karşılanmasının hangi yaş döneminde olursa olsun kişileri mutlu edeceğini söyleyebiliriz.

Araştırmadaki farklı okul türlerinde çalışan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin alt boyutu olan doğayla uyum lisans mezunu öğretmenlerde lisansüstü mezuniyeti olan öğretmenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Anomi alt boyut düzeyi ise öğrenim durumu lisansüstü olan öğretmenlerde daha yüksektir. Bu sonuçlardan öğrenim durumunun spiritüel iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı fark yarattığını söyleyebiliriz.

Literatür taramasında öğrenim durumunun spiritüelliği anlamlı olarak etkilediği sonucuna benzer sonuçlar ortaya koyan çalışmalara rastlanmıştır. Yılmaz ve Okyay (2009), Özbaşaran ve arkadaşları (2011), Wong ve diğerlerinin (2008) çalışmalarında öğrenim durumu ile maneviyat arasında anlamlı bir farklılık bulmuşlardır. Ek olarak eğitim düzeyi arttıkça maneviyat düzeylerinin de arttığı ifade edilmiştir.

Yapılan literatür incelemesinde öğrenim durumunun spiritüellik üzerinde anlamlı farklılık yaratmadığını öne süren çalışmalar da bulunmaktadır. Çelik, Özdemir, Durmaz, Pasinlioğlu 'nun (2014) ve Kostak ve arkadaşları (2010) çalışmalarında eğitim durumlarının maneviyat üstünde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını belirtmişlerdir. Gönenç ve arkadaşları (2016), Eğlence ve Şimşek'in (2014), Keçeci (2018) çalışmalarında eğitim düzeyinin maneviyat üstünde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı saptanmıştır. Şirin'de (2019) eğitim düzeyinin spiritüel iyi oluş üzerinde anlamlı bir farklılığa sahip olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

İnsanların eğitim düzeyleri yükseldikçe tecrübelerinin artması, bilgi ve becerilerinin çoğalmasından dolayı hayata bakış açıları derinleşirken, sorgulamaları artar ve hayatın anlamını aramaya daha çok zaman ayırırlar. Bu durum da insanların manevi boyuta yönelmesini beraberinde getirebilir. Bu düşüncelerden hareketle bu çalışmada öğrenim durumunun spiritüel iyi oluş üzerinde anlamlı bir farklılık yaratması beklenen bir

sonuçtur. Literatürdeki bazı çalışmaların öğrenim durumu ve spiritüel iyi oluş arasında anlamlı ilişki bulmama nedenleri araştırmanın sınırlılıklarından kaynaklanmış olabilir.

Bu çalışmada farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin öğrenim durumlarının mutlulukları üzerinde farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Literatürde benzer bir sonucu Şengül (2007) ruh sağlığını incelediği çalışmasında dile getirmiştir. Bireylerin tahsil durumlarının ruhsal sağlıkları açısından anlamlı bir fark yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ruhsal sağlık kavramını kişinin kendinden, çevresinden memnuniyet derecesinin yüksekliği sayesinde mutlu olması olarak kullanabiliriz. Düzgün (2016), Öğüt (2018), Sönmez (2016), Öztaş (2018) Keng ve Hooi (1995), Haller ve Hadler (2006), Kurnaz (2015) çalışmalarında eğitim düzeylerinin mutluluk üstünde bir farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Yapılan çalışmalarda bu sonuçlarla paralellik göstermeyen araştırmalar da mevcuttur. Sevindik (2015) çalışmasına göre lisans mezunu bireyler lisansüstü mezuniyeti olanlara göre daha yüksek mutluluğa sahiptir. Wu ve Lin'in (2011) çalışmalarında eğitim düzeyi arttıkça mutluluğun arttığını tespit etmiştir. Bülbül ve Giray (2011), Kangal (2013) eğitim düzeyinin mutluluk üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğunu belirtmişlerdir. Clark ve Oswald (1994) çalışmalarında eğitim seviyeleri düşük kişilerin eğitim seviyeleri yüksek olan kişilere göre daha mutlu olduklarını belirtmişlerdir.

Bu araştırmada öğrenim durumunun mutluluk üzerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna karşın spiritüel iyi oluşun alt boyutu doğayla uyum arttıkça mutluluk arttığı ve anomî alt boyutu arttıkça mutluluğun azalacağı sonucundan lisans mezunu öğretmenlerin daha mutlu olabileceği düşüncesi çıkarılabildi. Ayrıca insanların eğitim düzeylerinin arttıkça farkındalıklarının, tecrübelerinin, hayata kattıkları anlamın artacağı bu nedenle de mutlu olma sebeplerinin çoğalacağı da düşünülebilirdi. Bu sonucun çıkmamasının nedeni araştırmanın öğretmenler üzerinde yapılması, öğretmenlerin öğrenim durumlarının en az lisans seviyesinde olacak olması ve demografik değişken olarak öğrenim durumu seçeneklerinin lisans ve lisansüstü olarak sadece iki seçenekle sınırlı kalmış olması olabilir.

Bu araştırmada öğretmenlerin kıdemleri ile spiritüel iyi oluşları ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Çelik, Özdemir, Durmaz ve Pasinlioğlu (2014) çalışmalarında mesleki kıdemın maneviyat üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığını belirtmişlerdir. Kostak ve arkadaşları (2010), Gönenç ve arkadaşları (2016) çalışmalarında kıdemın maneviyat üzerinde anlamlı farklılık yaratmadığı sonucunu ortaya koymuşlardır.

Literatür taramasında kıdem durumlarının spiritüellik üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğu sonucuna ulaşan bir çalışmaya rastlanmamış olması bulguların tartışılmasını zorlaştırmıştır.

Literatürdeki farklı araştırmalarda ve bu çalışmada mesleki kıdemın spiritüellik üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucunun çıkma sebebi spiritüelliğin kişinin içsel süreçleri, kişisel özellikleri ile ilgili olması şeklinde düşünülebilir. Mesleki kıdem kişisel ve içsel bir sürece dayanmadığı için spiritüellik düzeyi üzerinde anlamlı fark oluşturmaması beklenen bir sonuçtur.

Bu çalışmada öğretmenlerin kıdemleri ile mutlulukları arasında da anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde kıdem ve mutluluk arasında anlamlı farklılık bulunmayan bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Literatürde mesleki kıdem yılının mutluluk üzerinde anlamlı bir fark oluşturduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır. Duran (2016) okul yöneticilerinin mutluluk düzeylerini ölçtüğü çalışmasında meslekteki kıdem yılının mutluluk düzeyi üzerinde anlamlı farklılık yarattığı ancak okul yöneticiliği kıdemının mutluluk üstünde anlamlı farklılık yaratmadığını belirtmiştir. Düzgün (2016) çalışmasında öğretmenlerin kıdem yılının mutlulukları üzerinde anlamlı bir fark yarattığını belirtmiştir. Mesleki kıdemi 20 yıl ve üzeri olan öğretmenler araştırmaya katılan en yüksek kıdemli ve en mutlu gruptur. Bulut (2015) çalışmasında 1 yıllık kıdemi olan öğretmenlerin 6 yıl ve üzeri kıdemi olan öğretmenlere oranla öznel iyi oluşu da içine alan örgütsel mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Kara (2010) kıdem arttıkça kişilerdeki mutluluk düzeyinin arttığını belirtmiştir.

Mesleki kıdemi yüksek olan öğretmenlerin tecrübelerinden dolayı kendilerine mesleki anlamda güvenmeleri mutlulukları üstünde olumlu bir etki yaratmış olabilir. Öte yandan mesleki anlamda belli bir doygunluğa ulaşmış öğretmenlerin meslekteki

tecrübesiz öğretmenlere göre heyecanlarını kaybetmiş olabilecekleri bu nedenle de mutluluk düzeylerinin düşük çıkabileceği de beklenen bir sonuçtur. Bu araştırmada olduğu gibi mesleki kıdemin mutluluk üstünde anlamlı farklılık oluşturmadığı çalışmalarda sonucun bu şekilde çıkması araştırmanın sınırlılıklarından kaynaklanmış olabilir.

Bu araştırmada öğretmenlerin görev yaptıkları okul türü spiritüellikleri üzerinde farklılık yaratmaktadır ve İmam Hatip Lisesinde çalışan öğretmenlerin spiritüel iyi oluşları diğer öğretmenlerden yüksektir sonucuna ulaşılmıştır. İmam Hatip Lisesinde çalışan öğretmenler İmam Hatip Ortaokulunda çalışan öğretmenlere göre spiritüel iyi oluşları daha yüksek öğretmenlerdir. İmam Hatip Lisesinde çalışan öğretmenlerin aşkınlık boyutunun diğer okul türlerinde çalışan öğretmenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Doğayla uyum ve anomi alt boyutları ile çalıştıkları okul türleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatürde öğretmenlerin görev yaptıkları okul türü ve spiritüelliği beraber ele alan bir çalışma olmadığı için kıyaslama yapmak zorlaşmıştır. Ancak Kardeş'in (2017) öğrenciler ile yaptığı çalışmasında okul türü ve spiritüel iyi oluş arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. İmam Hatip Lisesinden Mezun olmuş öğrencilerin spiritüel iyi oluşları diğer okullardan mezun olmuş öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

İmam Hatip ortaokul ve liseleri diğer okul türlerine göre daha fazla dini eğitim veren okullardır. Spiritüelliğin içerisine alabileceğimiz, spiritüelliğin kapsadığı bir kavram olan din kavramı ve eğitimi bu okullarda daha baskın olduğu için İmam Hatip okullarında çalışan öğretmenlerin spiritüellik düzeylerinin diğer okul çalışan öğretmenlere göre yüksek çıkması beklenen bir sonuçtur.

Bu araştırmada çalışılan okul türü mutluluk düzeyini etkiler sonucu bulunmuştur. Fen-Anadolu lisesinde çalışan öğretmenlerin diğer öğretmenlere göre mutluluk düzeyleri daha yüksektir.

Çalışılan okul türünün mutluluk üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğunu destekleyen çalışmalardan olan Bulut (2015) ortaöğretim kademesinde çalışan öğretmenler üzerinde yaptığı araştırmasında Fen Lisesinde görev yapan öğretmenlerin Meslek Lisesi öğretmenlerinden daha mutlu olduklarını belirtmiştir. Crossman ve Harris

(2006), Özkan (2017), Koruklu, Feyzioğlu ve diğerleri (2013) çalışmalarında çalışılan okul türünün iş doyumunu üzerinde anlamlı fark yarattığını belirtmiştir. İş doyumunu yüksek kişilerin mutluluk düzeylerinin de yüksek olabileceği düşünüldüğünde bu sonuç da bu çalışmadan elde edilen sonucu destekler niteliktedir.

Literatür taramasında çalışılan okul türünün mutluluğa etkisinin olmadığı belirten bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu çalışmada spiritüel iyi oluş düzeyi yüksek olan İmam Hatip Lisesi öğretmenlerinin mutluluk düzeylerinin daha yüksek çıkması beklenen bir sonuçtur. Ancak araştırma örnekleminin sınırlılıklarından dolayı Fen-Anadolu lisesi öğretmenlerinin mutluluk düzeyleri daha yüksek çıkmış olabilir. Koruklu, Feyzioğlu ve diğerleri (2013) çalışmalarında sınav ile öğrenci alan okullarda görev yapan öğretmenlerin iş doyumunu düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Bizim çalışmamızda da sınavla öğrenci alan ve sınav puanı diğerlerine göre yüksek olan öğrencilerin kayıt yaptırdıkları okullardan olan Fen-Anadolu liselerinde görev yapan öğretmenlerin iş doyumlarının yüksek olduğu bunun da mutluluk düzeylerini arttırmış olması beklenebilir. Bu konuda daha detaylı yorum yapabilmek için Fen-Anadolu lisesi öğretmenleri ile ilgili farklı çalışmaların yapılması faydalı olacaktır.

### **5.1.3. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? alt amaca ilişkin sonuç ve tartışma**

Farklı okul türlerinde çalışan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutlulukları arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışmada elde edilen en önemli sonuç spiritüel iyi oluş artarken mutluluğun da artıyor oluşudur. Araştırmada spiritüel iyi oluşun alt boyutlarının mutluluk düzeyleri ile arasındaki ilişki de ölçülmüştür. Aşkınlık ve doğayla uyum alt boyutları ile mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Aşkınlık ve doğayla uyum artarken mutluluk düzeyleri de artmaktadır. Anomi alt boyutu ile mutluluk düzeyleri ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Anomi artarken mutluluk azalmaktadır. Anomi genel olarak olumsuz bir kavramdır. Bir toplumda yaşayan bireyin o toplumun kültürel değer, amaç ve kurallarına uygun yaşama isteğinin ortadan kalkması, topluma karşı yabancılaşması, kuralsızlaşması, karamsarlığa düşmesi anlamlarında kullanılmaktadır (Bayhan, 1995: 16). Spiritüel iyi oluş ölçeğinde anomi alt boyutu spiritüel iyi oluş için olumsuz bir

durumdur (Şirin, 2019: 407). Bu nedenle kişilerdeki anomi düzeyinin artması ile birlikte mutluluk düzeyinin düşmesi beklenen bir durumdur.

Bu çalışmada elde edilen sonucu destekleyen çalışmalara literatürde rastlanmıştır. Holder ve diğerleri (2010) maneviyat ve mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğunu belirtmişlerdir. Brome, Owens ve diğerleri (2000) spiritüellik düzeyi yüksek olan bireylerin hayat memnuniyetlerinin daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Fehring ve diğerleri (1997) ise spiritüel iyilik ile umut ve olumlu duygular arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ivtzan ve diğerleri (2013) çalışmalarında maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır sonucuna ulaşmışlardır. Jahan ve Khan (2014), Yoon, Chang ve diğerleri (2015), Saleem (2017) çalışmalarında maneviyat ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğunu belirtmişlerdir. Cotton ve diğerlerinin (1999) çalışmalarında manevi iyi oluşları yüksek hastaların umut düzeylerinin yüksek, depresyon düzeylerinin diğer hastalara göre daha az olduğu tespit edilmiştir.

#### **5.1.4. Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri, mutluluklarını yordamakta mıdır? alt amaca ilişkin sonuç ve tartışma**

Spiritüel iyi oluş toplam puanı ile mutluluk arasında zayıf düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmaktadır. Bu da spiritüel iyi oluş artarken mutluluğun da artacağı beklentisini oluşturur. Aşkınlık alt boyutu ile mutluluk arasında zayıf düzeyde pozitif anlamlı ilişki vardır. Aşkınlık artarken mutluluğun artması beklenir. Doğayla uyum alt boyutu ile mutluluk arasında çok zayıf düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Doğayla uyum düzeyi artarken mutluluk düzeyinin de artması muhtemeldir. Anomi alt boyutu ile mutluluk arasında zayıf düzeyde negatif anlamlı ilişki bulunmuştur. Anomi düzeyi arttıkça mutluluk düzeyi azalmalıdır. Nisbet, Zelenski ve Murphy (2011) çalışmalarında doğayla ilişki içinde olma ve mutluluk arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Zelenski ve Nisbet (2014) doğayla ilişki içinde olmanın depresyon ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki içinde olduğunu ortaya koymuşlardır.

Yordayıcı değişkenlerin mutluluk üzerindeki göreceli önem sırası; iyi oluş toplam puanı, aşkınlık, doğayla uyum ve anomidir. Spiritüel iyi oluş, Doğayla Uyum, Aşkınlık mutluluk düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcıdır. Anomi alt boyutu önemli bir etkiye sahip değildir.

Bu araştırmanın Türk alnyazında spiritüel iyi oluş ile mutluluk arasındaki ilişkiyi ölçen ilk çalışma olması nedeniyle literatürdeki çalışmalarla kıyaslama yapılamamaktadır.

Bu çalışmada spiritüel iyi oluşun aşkınlık alt boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kadınların aşkınlık boyutu erkeklerden yüksek çıkmıştır. Ancak aşkınlık boyutunun mutluluğu yordama düzeyi doğayla uyum alt boyutu kadar belirleyici olmadığı için cinsiyet değişkeninin mutluluk üzerinde anlamlı farklılık yaratmaması ve mutluluğu yordamaması beklenen bir durum olabilir. Keçeci (2018) çalışmasında toplumsal cinsiyet algısı ile aşkınlık alt boyutu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur. Bu sonuca göre toplumsal cinsiyet algısı yükseldikçe aşkınlık boyutunun azalması beklenebilir, aşkınlık boyutu azaldıkça da spiritüel iyi oluş düzeyinin de azalacağı öngörülebilir. Keçeci (2018) doğayla uyum alt boyutu ile toplumsal cinsiyet algısı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulmuştur. Doğayla uyum düzeyi yükseldikçe toplumsal cinsiyet algısının yükselebileceği ve bu durumun da spiritüel iyi oluş düzeyini arttıracacağı söylenebilir. Yine aynı çalışmada anomi alt boyutu ile negatif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu çalışmada olduğu gibi anomi olumsuzluk belirtmektedir. Anomi alt boyutu spiritüel iyi oluş ölçeğinde genel olarak olumsuz anlam içermektedir. Bu nedenle toplumsal cinsiyet algısı yükseldikçe anomi düzeyi artabilir ve spiritüel iyi oluş düzeyi azalabilir. Bu çalışmaya katılan kişilerin mutluluk düzeylerinin ölçülmesi halinde, spiritüel iyi oluş düzeyi arttıkça mutluluk düzeyi artar sonucuna göre doğayla uyum düzeyinin yükselmesi ve anomi düzeyinin azalması ile birlikte bu alt boyutlar mutluluğu yordayabilir denilebilir. Bu sonucun da farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutluluk düzeylerini inceleyen bu çalışma ile benzer sonuca ulaştırması beklenebilir.

Kardaş'ın (2017) çalışmasında kadınların spiritüel iyi oluş puanları erkeklerden yüksek bulunmuştur. Aşkınlık ve doğayla uyum alt boyut puanlarının da kadınlarda erkeklere oranla daha fazla çıktığı belirtilmiştir. Bu çalışmada olduğu gibi aşkınlık ve doğayla uyum alt boyut düzeyi arttıkça kadınların spiritüel iyi oluş düzeyleri yükselecektir. Bu sonuca göre çalışmaya katılan kişilerin mutluluk düzeylerinin ölçülmesi halinde, spiritüel iyi oluş puanı arttıkça mutluluk puanı da artar sonucundan



hareketle kadınların mutluluk düzey puanlarının erkeklere oranla daha fazla çıkması ve doğayla uyum, anomi alt boyutlarının mutluluğu yordaması beklenebilir.

Bu araştırmada yaş değişkeni spiritüel iyi oluş alt boyutları ile anlamlı farklılık yaratmamıştır. Bunun nedeni spiritüelliğin içsel bir süreç olması, demografik değişkenlere bağlı olmaması olabilir. Yaş değişkeni mutluluk üstünde de anlamlı fark oluşturmamıştır. Mutluluk kavramının yaştan bağımsız, içsel, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçların giderilmesi ile elde edilen bir duygu olması bunun sebebi olabilir ve mutluluğu yordamaması beklenen bir sonuç olabilir.

Bu araştırmada doğayla uyum alt boyutu puanı öğrenim durumu değişkeninde anlamlı fark yaratmıştır ve lisans mezunu öğretmenlerin doğayla uyum puanı yüksek çıkmıştır. Anomi alt boyutu da lisansüstü mezunu öğretmenlerde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre, lisans mezunu öğretmenlerin mutluluk düzeyinin yüksek çıkması ve doğayla uyum alt boyutunun mutluluğu yordaması sonucundan hareketle de lisans mezuniyetinin mutluluğu yordayacağı sonucu beklenirken, öğrenim durumunun mutluluk üzerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun nedeni eğitim durumu seçeneklerinin lisans ve lisan üstü olarak iki ile sınırlandırılmış olması olabilir. Şengül (2007) çalışmasında öğrenim durumunun mutluluğu etkilemediğini belirtmiştir. Bu durum öğrenim durumunun mutluluğu yordayan bir unsur olmadığı sonucuna ulaştırabilir. Keçeci (2018) çalışmasında öğrenim durumunun spiritüel iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşmıştır. Buradan da öğrenim durumunun mutluluğu yordamadığı sonucuna ulaşılabilir

Bu çalışmada kıdem değişkeni ile spiritüel iyi oluşun alt boyutları arasında anlamlı farklılık yoktur. Ve buna paralel olarak, kıdem durumu mutluluk üstünde anlamlı farklılık oluşturmamıştır sonucundan hareketle, bu çalışmada kıdem durumunun mutluluğu yordamadığını ifade edebiliriz. Düzgün (2016) çalışmasında kıdem yılının mutluluk üzerinde anlamlı farklılık yarattığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan hareketle bu çalışmada kıdem durumu mutluluğu yordamaktadır sonucuna ulaşılması beklenebilir. Bu çalışmadaki kişilerin spiritüel iyi oluşlarının ölçülmesi durumunda, kıdemın mutluluğu yordadığı ve spiritüel iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı farklılık yaratacağı düşünülebilir.

Bu çalışmada çalışılan okul türü spiritüel iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı farklılık ortaya koymuştur. Spiritüel iyi oluş düzeyi İmam Hatip Lisesinde çalışan öğretmenlerde daha yüksektir, aşkınlık alt boyutu ise İmam Hatip Ortaokulunda çalışan öğretmenlerde daha yüksektir. Mutluluğu yordamada spiritüel iyi oluş puanının etkisinin diğer alt boyutlara göre fazla olmasından hareketle İmam hatip lisesinde çalışan öğretmenlerin daha mutlu oldukları ve okul türünün mutluluğu yordadığı sonucuna ulaşılması beklenebilir. En belirleyici alt boyut olan doğayla uyum ile çalışılan okul türü arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Okul türü mutluluk üzerinde anlamlı farklılık oluşturmuştur ancak İmam Hatip okullarından biri değil Fen-Anadolu lisesinde çalışan öğretmenler daha mutludur sonucu ortaya çıkmıştır. Bunun nedeni yordama geçerliliğinde etkisi diğer alt boyutlardan fazla olan doğayla uyum alt boyutunun değişken ile ilişkisinin olmaması olabilir. Yordama belirleyici sonuçlardaki farklılıkların sebeplerinden biri araştırma sınırlılıkları olabilir.

Kardaş (2017) çalışmasında İmam hatip Lisesinden mezun olmuş kişilerin spiritüel iyi oluş düzeyleri diğer okul türlerinden mezun olmuş kişilere göre daha yüksektir sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmaya katılan kişilerin mutluluk düzeylerinin ölçülmesi halinde, spiritüel iyi oluş düzeyi arttıkça mutluluk artar sonucundan hareketle, okul türünün mutluluğu yordayacağı sonucuna ulaşılabilir. Bulut (2015) çalışmasında Fen Lisesinde görev yapan öğretmenlerin diğer okul türlerinde görev yapan öğretmenlere göre daha mutlu oldukları sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmaya katılan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi halinde, spiritüel iyi oluş düzeyi arttıkça mutluluk da artar sonucundan hareketle Fen lisesi öğretmenlerinin spiritüel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek çıkması beklenebilecek bir sonuçtur. Ve çalışılan okul türü mutluluğu yordar sonucuna ulaşılabilir.

## **5.2. Öneriler**

Bu çalışmada farklı okul türlerinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeyleri ile mutlulukları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Ayrıca öğretmenlerin spiritüel iyi oluş ve mutluluk düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir.

Araştırma İstanbul ilinin Küçükçekmece ilçesindeki farklı okul türlerinde çalışan öğretmenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Farklı bölge ve illerde, farklı örneklem gruplarında bu ve benzeri çalışmalar tekrarlanarak elde edilen sonuçlara katkı sağlanabilir.

Bundan sonra yapılacak çalışmaların niceliksel yönüne ek olarak niteliksel yöntemlere de başvurulması ulaşılan sonuçları daha derinlemesine incelenmesine fırsat verebilir.

Araştırmada incelenen demografik özelliklerin sayısının artırılması sonuçları daha kapsamlı hale getirecektir. Medeni durum, çalışılan okul türü olarak devlet ya da özel okul ayrımı... vb.

Kadın öğretmenlerin, lisans mezunu öğretmenlerin, İmam hatip lisesinde görev yapan öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin yüksek olması nedeniyle erkek öğretmenlerin, lisansüstü mezunu öğretmenlerin ve imamhatip okulları haricindeki okullarda görev yapan öğretmenlerin spiritüelliklerini keşfetmeleri ve yaşamaları için aktiviteler planlanabilir.

41-50 Yaş grubundaki öğretmenlerin ve Fen-Anadolu lisesinde görev yapan öğretmenlerin mutluluk düzeylerinin diğer öğretmenlere göre daha yüksek olması nedeniyle 41-50 yaş aralığından küçük olan öğretmenleri ve Fen-Anadolu lisesi haricindeki diğer okullarda görev yapan öğretmenleri mutlu eden etkenlerin neler olduğu araştırılabilir.

Öğretmenlerin spiritüel iyi oluş düzeylerinin mutlulukları üzerinde olumlu bir etkisi olduğu sonucundan yola çıkarak öğretmenlerin seminer dönemi programlarında bu yönde farkındalık yaratacak çalışmalar düzenlenmesi faydalı olabilir.

Spiritüel iyi oluşun alt boyutlarından olan doğayla uyum alt boyutunun mutluluğu yordamada en güçlü alt boyut olması nedeniyle öğretmenler için doğayla uyumlarını, ilişkilerini arttıracak etkinlikler planlanabilir.

Literatürde öğretmenlerin spiritüel iyi oluşlarını ölçen ve spiritüellik ile mutluluğu aynı araştırmada ele alan bir çalışmanın olmaması bu yönde çalışma yapacak araştırmacıların bulgularını değerli kılabilir.

## KAYNAKÇA

- Acar, S., M. (2016), Levinas'ta Aşkınlık Düşüncesine Giriş. *Kaygı Uludağ Üniversitesi Felsefe Dergisi*, 27, 93-110.
- Ak, G. (2015). John Stuart Mill ve Bireyin Özgürlüğü. *LAÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 37-61.
- Akarsu, B. (2009). *Mutluluk Ahlakı*. İstanbul: İnkilap.
- Akbaş, T. & Cenkseven, F. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Akbulut, E. (2013). Eğitim Fakültesi Okulöncesi Anabilim Dalı Programında Yer Alan Müzik Eğitimi Dersi Hedeflerinin Gerçekleşme Düzeylerine İlişkin Ölçek Geliştirme Çalışması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 1-10.
- Akçay, V. H. (2011). *Pozitif Psikolojik Sermayenin Kişisel Değerler Bakımından İş Tatminine Etkisi ve Bir Araştırma* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akın, E. (2018). *Yaşlılarda Ölüm Kaygısının Sosyal Yaşamla ve Mutlulukla İlişkisi* (Tıpta Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir.
- Akın, H., B., & Şentürk, E. (2012). Bireylerin Mutluluk Düzeylerinin Ordinal Lojistik Regresyon Analizi ile İncelenmesi. *Öneri*, 10(37), 183-193.
- Akpınar, R. (2004). Duygusal Yüz İfadelerini Anlama Becerisini Geliştirmeye Yönelik Örnek Bir Öğretim Programı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-10.
- Aktaş, Z. (2018). *Farabi ve John Locke'un Ahlak Felsefelerinin Karşılaştırması* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Altuntop, S. & Tosun, C. M. (2017). Mutluluk Ahlakı Mümkün müdür? *Pesa Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(4), 183-184.
- Argyle, M. ve Lu, L. (1990). "The Happiness of Extraverts", *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Arslan, Y. (2018). *Öğretmenlerin Farklılıkların Yönetimi Yaklaşımlarına İlişkin Algıları ile Örgütsel Mutluluk Algıları Arasındaki İlişki* (Doktora Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Atay, B. (2012). *Happiness in East Europe in Comparison With Turkey* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atılğan, Z. (2010). *Anomi ve Yabancılaşma Bağlamında İstanbul'daki Kapkaç Olaylarına Bakış* (Doktora Tezi). Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Ay, Y. & Gürsu, O. (2018). Din, Manevi İyi Oluş ve Yaşlılık. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(61), 1176-1190.

- Aydemir, R. E. (2008). *Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi (İlk Yetişkinlik Dönemi)* (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Aydın, A. (2015). *Felsefe Düşünce Tarihi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Aydın, M. (2018). John Stuart Mill'in Erdem Teorisi ve Araçsallaştırılmış Değerler. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 20(37), 53-79.
- Aydın, M. (2013). John Stuart Mill'in Faydacı Ahlak Anlayışı. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 15(28), 143-167.
- Bayhan, V. (1995). *Üniversite Gençliğinde Anomi ve Yabancılaşma (İnönü Üniversitesi Uygulaması)* (Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Baykal, E. (2018). Spiritüelite (Ruhsallık) ve İş Ortamında Anlam Arayışı. *Alanya Akademik Bakış Dergisi*, 2(1), 11-25.
- Baysal, S. & Aka, Ç. İ. (2013). Bir Pazarlama Stratejisi Olarak Mutluluk Temasının Markalar Tarafından Kullanılması: Mutluluk Temelli Pazarlama Üzerine Bir Araştırma. *Sosyal ve Beşerî Bilimler Dergisi*, 5(1): 84-93.
- Bilgin, D. (2017). *Psikolojik ve Öznel İyi Oluş Bağlamında Mutluluk ile Yaratıcılık Arasındaki İlişkiyi Anlamlandırma* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Blanchflower, D. G. and Oswald, A. J. (2008). Is well-being u-shaped over the life cycle? *Social Science & Medicine*, 66, 1733-1749.
- Borhan, N. (2017). *Yaşlılardaki Bilgelik ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Moderatörleri Olarak İçsel Dindarlık ve Spiritüel İyi Oluş* (Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Brome, D. R., Owens, M. D., Allen, K., & Vevaina, T. (2000). An examination of spirituality among African American women in recovery from substance abuse. *Journal of Black Psychology*, 26(4), 470-486.
- Brown, I. T., Chen, T., Gehlert, N.C., & Piedmont, R. L. (2013). Age and gender effects on the assessment of spirituality and religious sentiments (ASPIRES) scale: A cross-sectional analysis. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(2), 90-98.
- Bulut, A. (2015). *Ortaöğretim Öğretmenlerinin Örgütsel Mutluluk Algularının İncelenmesi* (Doktora Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Bulut, S. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Sahip Olduğu Değerler Psikolojik İyi Oluş ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bülbül, Ş. & Giray, S. (2011). Sosyodemografik Özellikler ile Mutluluk Algısı Arasındaki İlişki Yapısının Analizi. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 11(5): 113-123.
- Canbay, H. (2010). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri ile Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Cevizci, A. (2017). *Felsefeye Giriş*. İstanbul: Say Yayınları.

- Cihan, M. (2004). John Locke'un Ahlak Üzerine Düşünceleri. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(10): 11-113.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Öğretmen Adaylarında Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve İyi Olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711.
- Cotton, S. P., Levine, E., Fitzpatrick, C., Dold, K., ve Targ, E. (1999). Exploring The Relationships Among Spiritual Well-Being, Quality of Life, and Psychological Adjustment in Women With Breast Cancer. *PsychoOncology*, 8(5), 429-438.
- Çakıroğlu, A. (2007). *Türkiye'de Yaşam Kalitesi ve Mutluluk Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, Ş. (2008). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarının Duygusal Zekâ Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çelik, A., vd. (2014). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakımı Algılama Düzeyleri ve Etkileyen Bazı Faktörlerin Belirlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 3(1), 1-12.
- Çetinkaya, B., Altundağ, S. ve Azak, A. (2007). Spiritüel Bakım ve Hemşirelik. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 8(1), 47.
- Çınar, F. & Aslan, F. E. (2017). Spiritüalizm ve Hemşirelik: Yoğun Bakım Hastalarında Spiritüel Bakımın Önemi. *GOP Taksim EAH, Jaren*, 3(1), 37-39.
- Çirkin, Z. (2015). *Gelir ve Mutluluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment. *The Economic Journal*, 104, 648–659.
- Çolak, E. (2018). *Sosyal Fayda Projelerinde Gönüllü Çalışan Üniversite Öğrencilerinde Mutluluk ve Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeylerinin Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Daştan, N. B. & Buzlu, S. (2010). Meme Kanseri Hastalarında Maneviyatın Etkileri ve Manevi Bakım. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 3(1), 75.
- Dedeli, Ö. & Karadeniz, G. (2009). Kanser Ağrısının Kontrolü ile Psikososyal-Spiritüel Modelin Birleştirilmesi. *Ağrı*, 21(2), 45-53.
- Demir, R. (2017). *Öğretmen Adaylarının Mutluluk, İyimserlik, Yaşam Anlamı Ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Demirel, C. (2018). *Yetişkinlerde Bağlanma Stillerinin Mutluluk Yaşam Doyumu Ve Depresyon İle İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demirok, İ., Alphan, Y., Süsen, Y. (2014). Mutluluğu Ararken: Teorik Yaklaşımlar ve Psikoterapiye Yönelik Çıkarımlar. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 1(2), 40-54.
- Diener, E. ve Ryan, K. (2009). "Subjective Well-Being: A General Overview", *South African Journal of Psychology*, 39 (4): 391–406.

- Dilmaç, B. & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen Adaylarının Öznel İyi Olma ve Karar Verme Stilllerinin İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Dinç, G. (2018). *Özel Eğitim Kurumlarında Çalışan Özel Eğitim Öğretmenlerinin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri ile Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Biruni Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Doğan, T. & Çötök, N. (2011). Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 161-172.
- Duman, S. (2014). *Öğretmen Adaylarında Özgünlük ve Öz Duyarlılığın Mutluluk İle İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Durak, N. (1995). *Platon ve Farabi Felsefesinde Erdem Kavramı* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duran, A. (2016). *Okul Yöneticilerinin Mutluluk Düzeylerinin Öz Yeterlilikleriyle İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Düzgün, O. (2016). *Ortaokulda Görev Yapmakta Olan Öğretmenlerin Mutluluk Düzeyleri ile Sınıf Yönetimi Becerileri Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Eğlence, R., Şimşek, N. (2014). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakım Hakkındaki Bilgilerinin Değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(1), 48-53.
- Ekmekci, A. (2004). *20-40 Yaşlar Arası Dini Hayatın İşleyişinde Anomi Problemi (Adapazarı Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Ekşi, H. & Kaya, Ç. (2016). *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Ekşi, K. (2017). *Bir Dönem Boyunca Verilen Pozitif Psikoloji Dersinin Öğrencilerin Mutluluklarına ve Duygularını İfade Etmelerine Olan Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Emirza, E. G. (2018). *Kadın Konukevlerinde Kalan Şiddet Mağduru Kadınların Çocukluk Çağı Travmaları, Spiritüellik ve Çatışma Yöntemleri Açısından Psikolojik Belirtilerin Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erdem, M. & Kesgin, B. (2017). Manevi Destek Uygulayıcılarının Manevi Destek Hizmetlerine İlişkin Görüşleri. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(15), 125.
- Erdem, Ş. & Kabasakal, Z. (2015). Psikolojik İyi Olma ve Yetişkin Bağlanma Boyutları. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 82-90.
- Erdoğan Kavalalı, T. (2019). *Onkoloji Hastalarında Yalnızlık Ve Ölüm Algısı İle Spiritüel İyilik Hali Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

- Ertürk, B. (2007). *Son Dönem Stoa Felsefesinde Ahlak* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. & Ercan, L. (2011). Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139-151.
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen Öznel İyi Oluşunun, Öznel İyi Oluşu Arttırma Stratejilerini Kullanma ile Yaşam Amaçlarını Belirleme Açısından İncelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24(1), 44-51.
- Evirgen, H. (2016). *Sokrates ve Platon Felsefesinde Kendini Bilme Sorunu* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Fazla, Z. (2010). *Kant Etiğinin Çağdaş İslam Ahlakı Üzerine Etkileri: Ahmet Hamdi Akseki Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Fehring, R. J., Miller, J. F., & Shaw, C. (1997). Spiritual well-being, religiosity, hope, depression, and other mood states in elderly people coping with cancer. *In Oncology Nursing Forum*, 24(4), 663-671.
- Follingstad, D. R., ve Rogers, M. J. (2012). Women experiencing psychological abuse: Are they a homogenous group. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 21(8), 891-916.
- Furnham, A. ve Berwin, C. R. (1990). Personality and happiness, *Personality and Individual Differences*. 11, 1093-1096.
- Gomez, R. ve Fisher, J.W. (2005). The spiritual well-being questionnaire: Testing for model applicability, measurement and structural equivalencies, and latent mean differences across gender. *Personality and Individual Differences*, 39 (8), 1383-1393.
- Gökberk, M. (2011). *Felsefe Tarihi*. İstanbul: Remzi Yayınları.
- Gönenç, İ. M., Akkuzu, G., Durdun Altın, R. ve Möroy, P. (2016). Hemşirelerin ve Ebelerin Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 34-38.
- Göral, Ş. (2013). *İnternet Ortamında Geçirilen Boş Zamanın Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk ve Yaşam Doyum Değerlerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gül, F. (2013). İnsan-Doğa İlişkisi Bağlamında Çevre Sorunları ve Felsefe. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14, 17-21.
- Gülcan, A. (2014). *Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşam Doyumunu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güneş, F. (2008). *Descartes ve Spinoza'da Duygu-Ahlak İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Haller, M. ve Hadler, M. (2006). How social relations and structures can produce happiness and unhappiness: An international comparative analysis. *Social Indicators Research*, 75(2), 169-216.



- Harter, J. K., Schmidt, F. L., ve Keyes, C. L. (2003). Well-Being in the Workplace and Its Relationship to Business Outcomes: A Review of the Gallup Studies Flourishing, *Positive Psychology and the Life Well-Lived*, 2, 205-224.
- Hiçdurmaz, D. & Öz, F. (2013). Stresle Baş etmenin Bir Boyutu Olarak Spiritüelite. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 16(1), 50-56.
- Holder, M. D., Coleman, B. & Wallace, J. M. (2010). Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years. *Journal of Happiness Studies*, 11(2), 131-150
- Ilgaz, D. (2018). *Pozitif Psikoloji Uygulamaları Eğitiminin Öğretmenlerin Psikolojik Sermaye ve Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- İskenderoğlu, M. (2005). Thomas Aquinas'da Mutluluk. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(11), 118.
- İşleroğlu, S. (2012). *Lise Öğrencilerinde Öznel İyi Oluşun Benlik Saygısı, Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Duyguları İfade Etme Eğilimine Göre Yordanması* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ivtzan, I., Chan, C. P., Gardner, H. E. & Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological well-being: Examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *Journal of Religion and Health*, 52(3), 915-929.
- Jahan, M. ve Khan, S. (2014). Psychological well-being: Spirituality and successful aging. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(7), 68.
- Kabakcı, E., N. (2019). *Ebelerde Spiritüel Bakım Yetkinliğinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Kahveci, H. (2015). *Vistuous Life Happiness in Epictetus, Socrates and Stoicism* (Yüksek Lisans Tezi). A Thesis Submitted to the Graduate School of Sciences of Middle East Technical University, Ankara.
- Kalafat, S. (1996). *Depresyon Mutlulukta Otomatik Düşüncenin Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme ve Türk Hane Halkı İçin Bazı Sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 214-233.
- Kara, M., M. (2010). *İş Tatmini ile Mutluluk ve Başarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kardaş, S. (2017). *Sanal Kimlik ve Spiritüel İyi Oluşun Üniversite Öğrencilerinin Narsistlik Eğilimlerini Yordayıcılığı* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Katja, R., Päivi, Å. K., Marja-Terttu, T., & Pekka, L. (2002). Relationships Among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health*, 72(6), 243-249.

- Kavas, E. & Kavas, N. (2014). Manevi Destek Algısı (MDA) Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliliği ve Güvenirliği. *International Periodical For The Languages Literature and History of Turkish or Turkic*, 9(2), 905-907.
- Kaya, Y. (2014). *Mutluluk Öğretisi Bağlamında Stoa Felsefesi* (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Keçeci, B. (2018). *Evli Kadınların Psikolojik İstismar Profillerinin Toplumsal Cinsiyet Algıları ve Spiritüel İyi Oluşları Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Keleş, H. N. (2011). Pozitif Psikolojik Sermaye: Tanımı, Bileşenleri ve Örgüt Yönetimine Etkileri. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 340-350.
- Keng, H. A. ve Hooi, S. W. (1995). Assessing quality of life in Singapore: An exploratory study, *Social Indicators Research*, 35(1), 71-91.
- Kızılırmak, Ö. (2015). *Genç Yetişkinlerde Yaşamda Anlamın Maneviyat ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara.
- Kilit, N. N. (2019). *Kader Algısı-Psikolojik İyi Oluş İlişkisi Üzerine Bir Araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Korkut Owen, F. & Owen, D. (2012). İyilik Hali Yıldızı Modeli, Uygulanması ve Değerlendirilmesi. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(9), 24-33.
- Koruklu, N., Feyzioğlu, B., Özenoğlu Kiremit, H., ve Aladağ, E. (2013). Öğretmenlerin İş Doyumu Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25): 119-137.
- Kostak, M.A., Çelikalp, Ü., Demir, M. (2010). Hemşire ve Ebelerin Maneviyat ve Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, Sempozyum Özel Sayısı, 25-218.
- Koydemir, S. & Mısır, S. (2015). Benlik Kurguları ve Mutluluk: Deneysel Bir Hazırlama Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 49-60.
- Köse, S. K. (2008). Korelasyon ve regresyon analizi. *Çevrimiçi* <http://tr.scribd.com/doc/2066772/korelasyon-analizi>, 9.
- Kurnaz, M. (2015). *İlk Yetişkinlerde Dini Yönelim-Mutluluk İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Kurt, N. (2018). *Öğretmenlerin Psikolojik Sermaye Algıları ile Psikolojik İyi Oluşları ve İş Doyumları Arasındaki İlişki* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Lowder, T. (2006). A Ghost in the Machine: The Important Role of Workplace Spirituality. *SSRN Electronic Journal*, 10(2139). <https://ssrn.com/abstract=932811> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.932811>
- Malkoç, A. (2011). *Öznel İyi Oluş Müdahale Programının Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Mok E, Wong F, Wong D. (2009). The Meaning Of Spirituality and Spiritual Care Among The Hong Kong Chinese Terminally Ill. *JAN*, 66(2), 360-370.

- Mutluer, S. (2006). *Özgüven Oluşmasında Manevi Değerlerin Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Narcıkara, E. (2017). *Spiritüel Liderlik Davranışının Algılanan Performans Üzerine Etkisi* (Doktora Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Nas, İ. (2018). *Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakım Algıları ile Mesleğe Yönelik Tutumları Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Nisbet, E. K., Zelenski, J. M., & Murphy, S. A. (2011). Happiness is in our nature: Exploring nature relatedness as a contributor to subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 12(2), 303-322.
- Odabaş, S. (2013). *La définition Aristotélicienne du Bonheur en Tant Qu'activité de l'âme Conforme à la Vertu / Ruhun Erdeme Uygun Etkinliği Olarak Aristoteles'in Mutluluk Tanımı* (Yüksek Lisans Tezi). Galatasaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Odabaş, U. K. (2019). Eudaimonia'nın Sokratik Görünümü: Erdem Bilgidir ve Hiç Kimse Bilerek Kötülük Yapmaz. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(1), 93-102.
- Odabaşı, Ş. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Online Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Öznel Mutluluk Düzeyleriyle İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Omay, M. (2004). *Aristoteles Ahlakında 'Mutluluk' Kavramı* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öğüt, N. (2018). *Kültürlerarası Duyarlılık Düzeyi ile Etkinmerkezcilik, Yaşam Doyumu ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Örgev, M. & Günalan, M. (2011). İşyeri Maneviyatı Üzerine Eleştirel Bir Değerlendirme. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(2), 51-64.
- Özbaşaran, F., Ergül, Ş., Bayık Temel, A., Gürol Aslan, G., Çoban, A. (2011). Turkish nurses' perceptions of spirituality and spiritual care. *Journal of Clinical Nursing*, 20, 21-22.
- Özdoğan, Ö. (2005). Ruhsal Yaklaşım ve İnsan Türkiye'de Bir Uygulama Örneği. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 6(15), 137-152.
- Özen, Y. & Gül, A. (2007). Sosyal ve Eğitim Bilimleri Araştırmalarında Evren-Örnekleme Sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(15), 394-472.
- Özen, Y. (2010). Tanrı- Sen ve Ben Üçümüzün Yolu- Pastoral Psikoloji ve Danışmanlığın Gerekliği Üzerine. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(2), 41-57.
- Özkan, A. (2017). İlkokul ve Ortaokul Öğretmenlerinin İş Doyumu Düzeyi (Balıkesir İli Merkez İlçeler Örneği) (Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

- Öztaş, İ. (2018). *Farklı Kurumlarda Çalışan Memurların Serbest Zaman Doyum Ve Mutluluk Düzeylerinin Belirlenmesi (Kırıkkale İli Örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ağrı.
- Öztürk, A. (2015). Öğretmenlerin Sahip Oldukları Yaşam Amaçları ve Sosyal Desteğin Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 338-347.
- Saleem, R. (2017). Spirituality in relation to quality of life and psychological well-being among religious and non-religious persons. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(3), 420- 424.
- Sancak, T. (2019). *Öğretmenlerin Okullardaki Mekân Düzenlemelerine İlişkin Memnuniyetleri ile Mutlulukları ve Örgütsel Bağlılıkları Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sav, S. (2017). *Etik Bir Problem Olarak İkincil Doğa: Çevre* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sayar, K. (2011). *Ruh Hali*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Saygılı, S. (2016). *Mutluluk Elimizde*. İstanbul: Elit Yayınları.
- Scott, E. L. & Agrestti, A. A. (1998). Factor Analysis of The Spiritual Well-Being Scale and Its Clinical Utility With Psychiatric Inpatients. *Journal for The Scientific Study of Religion*. 37(2), 314–322.
- Sevindik, D. (2015). *Orta Yaş Bireylerde Dindarlık-Mutluluk İlişkisi: Denizli Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5–14.
- Sheldon, K. & King, L. (2001). Why Positive Psychology is Necessary. *American Psychologist*, 56 (3), 216-217.
- Sönmez, M. (2016). *İletişim ve Mutluluk İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Subramanian, S.V., Kim, D., ve Kawachi, I. (2005). “Covariation in the socioeconomic determinants of self rated health and happiness: A multivariate multilevel analysis of individuals and communities in the USA”, *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59, 664 – 669.
- Sülü, E. (2006). *Yoğun Bakımda Yatan Çocuk Hastaların Annelerinin Manevi Bakım (Spiritüel Bakım) Gereksinimleri* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Şahin, F. (2018). *Şizofreni Hastalarının Algılanan Aile Desteği ile Mutluluk Düzeyi Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

- Şahin, G., N., (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Şahin, Y. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin mutluluk, iyimserlik ve Özgeciliğin Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Şaşmaz, Ş., C., (2016). *Çocuğu Olan Evli ve Evli Olmayan Bireylerin Psikolojik Sağlık ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şeftalici, B. (2017). *Lise Son Sınıf Öğrencilerinde Sınav Kaygısı ve Maneviyat Şanlıurfa-Viranşehir Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Şengül, F. (2007). *Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şirin, T. (2019). Evli Çiftlerin Spiritüel İyi Oluşları ile Evlilik Doyumları Arasındaki İlişki. *Ekev Akademi Dergisi*, 77, 389-410.
- Taşdemir, E. (2018). *Psikologlarda Bilinçli Farkındalık ve Psikolojik Dayanıklılık İle Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tingaz, E. O. (2014). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Bazı Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâ ve Mutluluklarının Karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topcu, B. (2011). *Epiküros'ta Ataraxia Kavramı Pierre Gassendi'nin Felsefesine Yansımalar* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Toprak, Y. (2018). *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve İyi Oluş Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Topuz, C. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Özgeciliğin Öznel İyi Oluş ve Psikolojik İyi Oluş ile İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuncay, T. (2007). Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik. *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 17(2), 14-15.
- Tuncer, M. (2006). *Aristo ve Farabi'de Mutluluk Düşüncesi* (Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Turan, E. Y. (2015). İlkçağ Felsefesinde Faydacılığın Temelleri. *Atatürk İletişim Dergisi*, (8), 250-256.
- Tuzcuoğlu, N. (2008). *Kant'ta Ödev Ahlakının Temellendirilişi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri* (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite Öğrencilerinde Temel İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin Öznel İyi Oluş Düzeyini Yordamadaki Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Uçar, M. (2017). *Yaşlılarda Yaşam Kalitesi ile Spiritüalite Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Uygur, D. (2016). *Hemşirelerin Spiritüalite ve Spiritüel Bakım Algısının Belirlenmesi ve İş Doyumu ile Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Ünaldı, N. (2013). *Descartes'in Etik Anlayışı* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Wong K.F, Lee L.Y.K, Lee J.K.L. (2008). Hong Kong enrolled nurses' perceptions of spirituality and spiritual care. *International Nursing Review*, 55, 333–340.
- Wu L.F, Lin L.Y. (2011). Exploration of clinical nurses' perceptions of spirituality and spiritual care. *Journal of Nursing Research*, 19(4), 250-256.
- Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinde Öznel İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler ve Bazı Kişilik Özellikleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yazıcı, Ö. (2015). *Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Mutluluk ve Zindelik Düzeylerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Yılmaz, M. (2010). Holistik Bakımın Bir Boyutu: Spiritüalite, Doğası ve Hemşirelikle İlişkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14(2), 61-70.
- Yılmaz, M. Ve Okyay, N. (2009). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 11(3), 41-52.
- Yoon, E., Chang, C. C. T., Clawson, A., Knoll, M., Aydin, F., Barsigian, L., ve Hughes, K. (2015). Religiousness, spirituality, and eudaimonic and hedonic well-being. *Counselling Psychology Quarterly*, 28(2), 132-149.
- Zelenski, J. M., & Nisbet, E. K. (2014). Happiness and feeling connected: The distinct role of nature relatedness. *Environment and Behavior*, 46(1), 3- 23.

## EKLER

### Ek 1:

#### EK-1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı, bu araştırma yüksek lisans programı kapsamında yürütülen bir tez çalışmasıdır. Ad Soyad gibi kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Sizden beklenen kişisel bilgi formundaki ve ölçeklerdeki sorulara içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya katkı sağlamanızdır. Vakit ayırdığınız için teşekkür ederim.

Özden YILMAZ Danışman: Yard. Doç. Dr. Mustafa ÖZGENEL  
(Sabahattin Zaim Üniv. PDR Yüksek lisans Programı)

- Cinsiyet:  Kadın  Erkek
- Yaş:  30 Yaş altı  31-40 Yaş  41-20 Yaş  50 Yaş üstü
- Öğrenim Düzeyi:  Lisans  Lisansüstü
- Kıdem:  1-5 Yıl  6-10 Yıl  11-15 Yıl  16-20 Yıl  21 Yıl ve üstü
- Okul Türü:  İlkokul  Ortaokul  İmam Hatip Ortaokulu  
 Fen-Anadolu Lisesi  Meslek Lisesi  İmam Hatip Lisesi

#### EK-2. OXFORD MUTLULUK ÖLÇEĞİ KISA FORMU

Genel olarak yaşamınızı düşünerek aşağıdaki seçeneklerin size ne derece uygun olduğunu (X) ile işaretleyiniz.

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kendimden hoşnut değilim.	1	2	3	4	5
2. Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum.	1	2	3	4	5
4. Çevremdeki güzelliklerin farkına varırım.	1	2	3	4	5
5. Yapmak istediğim her şeye zaman bulabilirim.	1	2	3	4	5
6. Zihinsel olarak kendimi tamamen zinde (dinç) hissederim.	1	2	3	4	5
7. Geçmişle ilgili mutlu anılara sahip değilim.	1	2	3	4	5



**Ek 2:****EK-3. SİRİTÜEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ FORMU**

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



**Ek 3:**



T.C.  
İSTANBUL VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.8198497  
Konu: Anket Araştırma İzni

25.04.2018

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE  
(Sosyal Bilimler Enstitüsü)

İlgi: a) 26.03.2018 tarih ve 1029 sayılı yazınız.  
b) Valilik Makamının 19.04.2018 tarih ve 7973003 sayılı oluru.

Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Özden YILMAZ'ın "Farklı Okul Türlerinde Görev Yapan Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu araştırma çalışması hakkındaki ilgi (a) yazınız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

M. Nurettin ARAS  
Müdür a.  
Müdür Yardımcısı

EK:1- Valilik Onayı  
2- Ölçekler

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.  
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul  
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ  
Tel: (0 212) 455 04 00-239  
Faks: (0 212)455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden b39a-599a-3331-8ee8-a37d kodu ile teyit edilebilir.

**Ek 4:**



**T.C.  
İSTANBUL VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü**

**Sayı :** 59090411-20-E.7973003

19/04/2018

**Konu:** Anket ve Araştırma İzin Talebi

**VALİLİK MAKAMINA**

- İlgi: a) İst. Sabahattin Zaim Üniversitesi'nin 26.03.2018 tarih ve 1029 sayılı yazısı.  
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tk. Gn. Md. 22.08.2017 tarih ve 12607291/2017/25 No'lu Gen.  
c) Millî Eğitim Araştırma ve Anket Komisyonunun 13.04.2018 tarihli tutanağı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Özden YILMAZ'ın "Farklı Okul Türlerinde Görev Yapan Öğretmenlerin Spiritüel İyi Oluş Düzeyleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tezi kapsamında, ilimiz Küçükçekmece ilçesinde bulunan eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlere; anket uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) yazı ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanılmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Bakanlık emri esasları dâhilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüze rapor halinde (CD formatında) bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Ömer Faruk YELKENCİ  
Millî Eğitim Müdürü

OLUR  
19/04/2018

Ahmet Hamdi USTA  
Vali a.  
Vali Yardımcısı

Ek:1- Genelge  
2- Komisyon Tutanağı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.  
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul  
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ  
Tel: (0 212) 455 04 00-239  
Faks: (0 212)455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 8acd-e821-37c3-91ad-76f3 kodu ile teyit edilebilir.

**Ek 5:**



Tayfun Doğan <dogantayfun@msn.com >

2.01.2018 Sal 14:15

Siz ↘



Merhaba Özden,

Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğe kişisel web sitemden ulaşabilirsiniz.

Tayfun Doğan

www.tayfundogan.net

Twitter: @dogantayfun\_

Samsung Galaxy akıllı telefonumdan gönderildi.

----- Orijinal mesaj -----

Başlangıç tarihi: özden yılmaz <ozdenyilmaz1@hotmail.com >

Tarih: 02.01.2018 13:10 (GMT+03:00)

Alici: tayfun@tayfundogan.net, dogantayfun@msn.com

Konu: ölçek izni

Sayın Hocam merhaba; Ben Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisi ÖZDEN YILMAZ.

## Ek 6:



Halil Eksi <h.eksi70@gmail.com>

1.05.2019 Çar 12:59

Siz



Merhaba Özden  
Memnuniyet ile kullanabilirsin  
İyi çalışmalar dilerim

1 May 2019 Çar 12:50 tarihinde özden yılmaz <[ozdenyilmaz1@hotmail.com](mailto:ozdenyilmaz1@hotmail.com)>  
şunu yazdı:

Sayın Hocam merhaba,

ben Sabahattin Zaim Üniversitesi PDR Yüksek Lisans Öğrencisi **Özden Yılmaz**.  
Tez çalışmamda Spiritüel İyi Oluş Ölçeğinizi kullanmak için izninizi rica  
ediyorum.

Teşekkürler, iyi çalışmalar

# ÖZGEÇMİŞ

## KİŞİSEL BİLGİLER

**Adı Soyadı:** Özden YILMAZ

**Doğum Yeri ve Tarihi:** İstanbul- 1985

**E-Posta:** ozdenyilmaz1@hotmail.com

## EĞİTİM

**Lise:** Kağıthane Anadolu Lisesi (2003)

**Lisans:** İstanbul Üniversitesi/ Felsefe Bölümü (2009)

**Tezsiz Yüksek Lisans:** İstanbul Üniversitesi/ Ortaöğretim Alan Öğretmenliği

Tezsiz Yüksek Lisans Programı ve Pedagojik Formasyon (2010)

Milli Eğitim Bakanlığı Rehberlik Kursu (2013)

## MESLEKİ DENEYİM

2010-2011: Bir devlet okulunda Felsefe Grubu Öğretmeni

2011-2012: Özel bir dershanede Rehber Öğretmen

2012-2016: Özel bir okulda Rehber Öğretmen

2016-2019: Özel bir okulda İdareci