

**T.C.**

**AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
AİLE DANIŞMANLIĞI (DİSİPLİNLERARASI) ANABİLİM DALI  
2020-YL-070**

**MANEVİ İYİ OLUŞLA AİLE DOYUMU ARASINDAKİ  
İLİŞKİDE AİLE DESTEĞİ VE BÜTÜNLÜĞÜNÜN ROLÜ**

**HAZIRLAYAN**

**Büşra TUNÇ**

**TEZ DANIŞMANI**

**Doç. Dr. Tarık TOTAN**

**AYDIN- 2020**



**T.C.**  
**AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**  
**AYDIN**

Bu tezde sunulan tüm bilgi ve sonuçların, bilimsel yöntemlerle yürütülen gerçek deney ve gözlemler çerçevesinde tarafımdan elde edildiğini, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kuralların gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

26 / 06 / 2020

Büşra TUNÇ



## ÖZET

### MANEVİ İYİ OLUŞLA AİLE DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİDE AİLE DESTEĞİ VE BÜTÜNLÜĞÜNÜN ROLÜ

Büşra TUNÇ

Yüksek Lisans Tezi, Aile Danışmanlığı (Disiplinlerarası) Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Tarık TOTAN

2020, XXIV + 151 sayfa

Bu araştırmada evli bireylerin manevi iyi oluşlarıyla aile doyumları arasındaki ilişkide aile desteği ve aile bütünlüğünün aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Aydın ili Efeler ilçesinde ikamet eden, en az bir çocuklu, 10 yıl ve daha fazla süredir evli olan 235'i anne (% 57, 5) 174'ü baba (% 42, 5) olmak üzere toplamda 409 evli birey katılmıştır. Araştırmada betimsel ilişkisel desen kullanılmıştır. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği, Aile Yaşam Doyumu Ölçeği, Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu ve Kişisel Bilgi Formu veri toplama araçları olarak araştırmada kullanılmıştır. Korelasyon analizleri sonrasında regresyonel yaklaşımla incelenmiş olan araştırmanın hipotez modelinin incelenmesinde Koşullu İşlem Analizinden (Conditional Process Analysis) yararlanılmıştır. Araştırma sonucuna göre manevi iyi oluş, aile doyumunu, aile desteği ve aile bütünlüğü değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Manevi iyi oluş aile doyumunu pozitif yönde açıklamaktadır. Manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün kısmi aracı oldukları belirlenmiştir. Bu durum manevi iyi oluşun aile doyumunu etkilemesinde aile desteği ve aile bütünlüğünün de dolaylı katkısı olduğunu göstermektedir. Aile eğitimi veya danışmanlığı alanında ailelere yönelik hazırlanabilecek psikoeğitim ve müdahale programlarında bu araştırmada aile doyumunu üzerinde etkili olduğu belirlenen aile desteği ve aile bütünlüğünü arttırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir. Daha sonraki araştırmalarda manevi iyi oluşun aile ilişkileriyle ilgili değişkenler, evlilikle ilgili değişkenler ya da romantik ilişkilerle ilgili değişkenler üzerindeki etkisi de incelenebilir.

**ANAHTAR SÖZCÜKLER:** Maneviyat, Manevi İyi Oluş, Aile Desteği, Aile Bütünlük Duygusu, Aile Doyumu.



## ABSTRACT

### THE ROLE OF FAMILY SUPPORT AND COHERENCE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUAL WELL-BEING AND FAMILY SATISFACTION

Büşra TUNÇ

MSc Thesis at Family Counseling (Interdisciplinary)

Supervisor: Assoc. Dr. Tarık TOTAN

2020, XXIV + 151 pages

The purpose of this study was to examine the mediating roles of family support and family sense of coherence between spiratual well-being and family satisfaction. Four-hundred and nine married adults including two-hundred and thirtyfive mothers (57,5 %) and one-hundred seventyfour fathers (42,5 %), who have been living in Aydın's Efeler district, have at least one childhood, have been married for ten years or more, participated the study. The descriptive-relational design was used in the research. The Spiritual Well-Being Scale, the Family Life Satisfaction Scale, the Perceived Social Support from Family Scale, the Family Sense of Coherence Scale-Short Form and the Personal Information Form were used in the research as data collection tools. Conditional Process Analysis was used to analyze the hypothesis model of the <sup>research</sup>, which was examined with a regression approach after correlation analysis. According to the research results, statistically significant relationships were found between spiratual well-being, family satisfaction, family support and family sense of coherence. According to finding spiratual well-being positively explains family satisfaction. There are partial mediating roles of family support and family sense of coherence between spiratual well-being and family satisfaction. This shows that family support and family sense of coherence indirectly contribute to the effect of spiratual well-being on family satisfaction. In psychoeducation and intervention programs that can be prepared for families in the field of family education or counseling, studies aimed at increasing family support and family sense of coherence, which are determined to be effective on family satisfaction, can be conducted in this research. Subsequent research can also examine the effect of spiratual well-being on variables related to family relationships, marriage-related variables or variables related to romantic relationships.

**KEYWORDS:** Spirituality, Spiritual Well-Being, Family Support, Family Sense of Coherence, Family Satisfaction.





## ÖN SÖZ

Toplumdaki en temel birim olan ailenin güçlendirilmesi ve devamlılığını sağlıklı şekilde sürdürmesi günümüzde daha önemli bir konu haline gelmiştir. Ailelerin işlevselliklerini arttırarak daha sağlıklı ilişkilerin yaşandığı bir ortam haline gelmesi bireylerin ve toplumların gelişmesi için önemlidir. Bu nedenle aile ilişkilerini güçlendirecek etkenlerin araştırılması önem taşımaktadır. Bu araştırmada ailedeki etkileşimlerin daha doyumlu hale gelmesine katkı sağlayan faktörler incelenmektedir. Araştırmada elde edilen sonuçların aile yaşamının daha huzurlu şekilde devam etmesi için literatüre sağlayacağı katkılardan dolayı önemli olduğu düşünülmektedir.

Tez sürecinde göstermiş olduğu anlayışla ve cesaretlendirici yaklaşımıyla bana güven veren Doç. Dr. Tarık TOTAN'a katkıları ve destekleri için, yoluma ışık tuttuğu için teşekkürlerimi sunarım. Aydın Adnan Menderes Üniversitesinde lisans eğitimim sırasında ve sonrasında Aile Danışmanlığı Anabilim Dalında yüksek lisans eğitimim boyunca bilgilerinden ve tecrübelerinden yararlandığım tüm hocalarıma teşekkürlerimi sunarım. Araştırmam boyunca ihtiyaç duyduğum her an gösterdikleri destekle yanımda olan tüm arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Son olarak her zaman yanımda olan ve beni destekleyen anneme, babama, ablama ve teyzeme bana olan inançları ve güvenleri için teşekkür ederim. Biricik anneme göstermiş olduğu özveri, ilgi, sabır ve sevgi için minnettarım.

Büşra TUNÇ



# İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI.....	iii
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİM SAYFASI .....	v
ÖZET .....	vii
ABSTRACT .....	ix
ÖN SÖZ.....	xi
ŞEKİLLER DİZİNİ .....	xvii
TABLolar DİZİNİ .....	xix
EKLER DİZİNİ .....	xxi
KISALTMALAR DİZİNİ .....	xxiii
GİRİŞ.....	1
<b>1. BÖLÜM</b> .....	<b>3</b>
1. ARAŞTIRMA HAKKINDA AÇIKLAMALAR .....	3
1.1. Problem Durumu .....	3
1.2. Araştırmanın Amacı .....	5
1.3. Araştırmanın Önemi .....	5
1.4. Araştırma Hipotezi .....	6
1.5. Alt Hipotezler .....	6
1.6. Sayıtlılar.....	7
1.7. Sınırlılıklar .....	7
1.8. Tanımlar.....	8
<b>2. BÖLÜM</b> .....	<b>9</b>
2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	9
2.1. Aile .....	9
2.1.1. Aile Doyumu .....	10
2.1.2. Aile Doyumu Kavramının Tarihsel Gelişimi .....	15

2.1.3. Aile Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar.....	16
2.1.4. Manevi İyi Oluş ve Aile Doyumu Arasındaki İlişki .....	17
2.2. Maneviyat .....	18
2.2.1. Maneviyat ve Din .....	19
2.2.2. Manevi İyi Oluş.....	21
2.2.3. Maneviyat, Manevi İyi Oluş ve Psikoloji.....	24
2.2.4. Maneviyat ve Aile .....	28
2.2.5. Maneviyat ve Manevi İyi Oluşla İlgili Yapılan Araştırmalar .....	32
2.2.5.1. Maneviyat ve sağlık .....	32
2.2.5.2. Maneviyat ve yaşam doyumunu .....	34
2.2.5.3. Maneviyat ve iş doyumunu .....	35
2.2.5.4. Maneviyat ve evlilik doyumunu .....	36
2.2.5.5. Maneviyat ve aile doyumunu.....	37
2.3. Aile Desteği .....	39
2.3.1. Aile Desteğiyle İlgili Yapılan Araştırmalar .....	45
2.4. Aile Bütünlük Duygusu.....	49
2.4.1. Aile Bütünlük Duygusuyla İlgili Yapılan Araştırmalar .....	53
2.5. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı .....	56
2.5.1. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda Maneviyatın Önemi .....	62
2.6. Aile Güçleri Modeli .....	66
<b>3. BÖLÜM.....</b>	<b>75</b>
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>75</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	75
3.2. Evren ve Örneklem.....	75
3.3. Veri Toplama Araçları.....	77
3.3.1. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (Ekşi ve Kardeş, 2017).....	77

3.3.2. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (Baracca, Yarto ve Olea, 2000) .....	78
3.3.3. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Procidano ve Heller, 1983) .....	79
3.3.4. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu (Sagy, 1998) .....	79
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu .....	80
3.4. İşlem.....	80
3.5. Verilerin Analizi .....	81
<b>4. BÖLÜM</b> .....	<b>83</b>
<b>4. BULGULAR</b> .....	<b>83</b>
4.1. Manevi İyi Oluş, Aile Doyumu, Aile Desteği ve Aile Bütünlüğü Arasındaki İlişkiler.....	83
4.2. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisine Yönelik Bulgular .....	85
4.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular .....	86
<b>5. TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	<b>89</b>
5.1. Manevi İyi Oluş, Aile Doyumu, Aile Desteği ve Aile Bütünlüğü Arasındaki İlişkilere Dair Tartışma ve Sonuç .....	89
5.2. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisine Dair Tartışma ve Sonuç .....	93
5.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Aracılık Rolüne Dair Tartışma ve Sonuç.....	96
<b>6. KAYNAKLAR</b> .....	<b>107</b>
<b>7. EKLER</b> .....	<b>141</b>
7.1. EK 1: Etik Kurul Kararı .....	141
7.2. EK 2: Kişisel Bilgi Formu .....	142
7.3. EK 3: Spiritüel İyi Oluş Ölçeği .....	143
7.4. EK 4: Aile Yaşam Doyumu Ölçeği .....	144
7.5. EK 5: Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği .....	145
7.6. EK 6: Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu .....	146

7.7. EK 7: PROCESS Model 4'e Ait Analiz Çıktısı .....	147
<b>ÖZ GEÇMİŞ</b> .....	151



## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Araştırma Hipotezinin Paralel Çoklu Aracı Modelle Kavramsal Gösterimi.....	6
Şekil 4.1. Manevi İyi Oluş ve Aile Doyumu Değişkenlerinin İkili Saçılım Grafikleri.....	85
Şekil 4.2. Araştırma Hipotezinin Paralel Çoklu Aracı Modelle Kavramsal Gösterimi.....	87







## TABLULAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Araştırmanın Katılımcılarının Demografik Özellikleri.....	76
Tablo 4.1. Manevi İyi Oluş, Aile Desteği, Aile Bütünlüğü ve Aile Doyumu Değişkenlerinin Normallik Varsayım Tablosu .....	83
Tablo 4.2. Manevi İyi Oluş, Aile Desteği, Aile Bütünlüğü ve Aile Doyumu Değişkenlerinin Korelasyon Tablosu.....	84
Tablo 4.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Çoklu Aracılık Etkisine Ait Model Bulguları .....	86
Tablo 4.4. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Dolaylı Etki Tahminleri .....	88



## EKLER DİZİNİ

EK 1: Etik Kurul Kararı .....	141
EK 2: Kişisel Bilgi Formu .....	142
EK 3: Spiritüel İyi Oluş Ölçeği .....	143
EK 4: Aile Yaşam Doyumu Ölçeği .....	144
EK 5: Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği .....	145
EK 6: Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu .....	146
EK 7: PROCESS Model 4'e Ait Analiz Çıktısı .....	147





## KISALTMALAR DİZİNİ

MİO	: Manevi İyi Oluş
ADS	: Aile Desteği
AB	: Aile Bütünlüğü
ADO	: Aile Doyumu





## GİRİŞ

Maneviyat, pek çok insanın yaşamında önem verdiği bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Aldwin, Park, Jeong ve Nath, 2014). Sağlığın farklı yönleriyle ilişkili olduğu bilinen maneviyatın (Park, 2013) psikolojik ve fiziksel sağlıkla ilişkisini inceleyen çalışmalar gün geçtikçe artmaktadır (Koenig, 2008). Psikoloji alanında da maneviyatı konu alan çalışmalar (Crossley ve Salter, 2005) özellikle içinde bulunduğumuz yıllarda artarak devam etmektedir (Solgi ve Safara, 2018). Ayrıca maneviyatın pozitif psikolojinin çalışma konularından biri olduğu da görülmektedir. Pozitif psikoloji; iyi oluş, doyum, akış, mutluluk, özgecilik ve sorumluluk gibi konularla çalışırken maneviyatın da bunlar arasında yer aldığı göze çarpmaktadır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Seligman (2002) nezaket, sadakat gibi özellikleri kişinin güçleri arasında değerlendirmiştir ve ona göre maneviyat da kişinin güçlü yönleri arasında yer almaktadır. Maneviyat pozitif psikolojideki şefkat, affedicilik, anlam gibi pek çok konuyla ilişkilidir (Mahoney, 2002). Yaşamın anlamıyla ilgili sorularla bağlantılı olan maneviyat (Huguelet ve Koenig, 2009) insan ilişkilerinin bir parçası olarak görülmektedir. Maneviyat kişinin kendisiyle ya da kendisi dışındakilerle sürdürdüğü ilişkilerle tanımlanabilir. Her iki durumda maneviyatın ilişkileri içine alan bir yapı olduğu görülür (Coffey, 2002). İnsanla olan ilişkisi maneviyatın psikoloji çalışmalarının konusu olmasını sağlamıştır.

Maneviyat, içinde yaşadığımız dünyada var olanlardan daha yüksek bir güce dair inancı ifade eder (Worthington, Kuruşu, McCullough ve Sandage, 1996). Kişinin kendisinden daha üstün bir şeyle olan aşkın ilişkisidir. Maneviyat, kişinin yaşamdaki deneyimlerinin aşkın olarak görülmesini sağlar (Marcoen, 1994). Diğer bir açıklamada maneviyat, daha yüksek bir güce olan inancın yol gösterici olabildiği, yaşamdaki anlam ve amaç arayışıdır. Kişinin kendisiyle, diğerleriyle, daha yüksek bir güçle bağlantısını içerir ve içinde aşkın bir yönü barındırır (Dalmida, McDonnell Holstad, Dilorio ve Laderman, 2012). Tanımı zamanla değişen bir kavram olarak maneviyat geçmişte dinle birlikte tanımlanırken son zamanlarda daha geniş bir anlam kazanmıştır (Koenig, 2008). Maneviyat kişinin yaşamda anlam arayışlarını içerirken din organize olmuş bir yapıdadır ve belirli pratikleri içerir (Tanyi, 2002). Bir kişi aynı anda manevi ve dini yönelime sahip olabilir ancak kişinin manevi ve dini yönü birbirinden farklıdır (Worthington ve ark., 1996). İçsel barışa ve iyi oluşa ulaşmayı sağlayan maneviyat (Delgado, 2005) diğerleriyle, doğayla ve/veya Tanrı ile bağlantı kurarak yaşamda anlam ve amaç bulmayla kendini aşmayı amaçlayan deneyimlerdir (Buck, 2006). Yapılan

tanımlarda maneviyatın aşkın bir yönü olduğu görülmektedir.

İnsanların varoluşsal arayışlarının arttığı günümüzde maneviyata olan ilgi de giderek artmaktadır (van Dierendonck, 2005) ancak maneviyat aile çalışmalarında ihmal edilen bir konudur. Bu konuda alanyazındaki çalışmaların büyük çoğunluğu ise Batı kaynaklıdır (Kim, Kim-Godwin ve Koenig, 2016). Maneviyat; anlam, bütünlük, uyum ve kişinin en yakınındakilerden tüm evrene kadar uzanan diğerleriyle bağlantı halinde olma duygularını güçlendirir. Ailelerin değişen yapılarıyla birlikte daha fazla bütünlük, anlam ve bağlantılılık arayışı içine girdikleri görülmektedir. Aile yaşamı için önemli olan maneviyatın aile ilişkilerindeki rolüyle ilgili çalışmaların yapılması yakın bir geçmişte dayanmaktadır. Maneviyatın ve manevi inançların aile üyelerinin ilişkileri üzerindeki etkilerinin açığa çıkarılması için yapılan araştırmaların artması önemlidir (Walsh, 2012). Bu sebeple ülkemizde de aile eğitimi ve danışmanlığı alanında maneviyatla ilgili çalışmaların yapılması önemli görülmektedir. Bu amaçla bu çalışmada manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün aracılık etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.



# 1. BÖLÜM

## 1. ARAŞTIRMA HAKKINDA AÇIKLAMALAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmada ele alınan problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın hipotezleri ve alt hipotezleri, araştırmadaki sayıtlar, sınırlılıklar ve tanımlarla ilgili genel bilgilere yer verilmiştir.

### 1.1. Problem Durumu

Toplumun en temel birimi olan aile hem bireylerin hem de toplumların gelişimine katkı sağlayan bir yapıdır. Aileler bireylerin yaşamlarının en önemli parçasını oluşturduğundan huzurlu bir aile ortamının oluşturulması bireylerin genel iyi oluşunu etkilemesi bakımından önemlidir. Kişilerin ailesel refaha ulaşması onların günlük hayatta daha verimli olmalarını sağlayarak toplumsal refahın da destekleyicileri arasındadır. Aile hayatının daha huzurlu olması bir sistem olarak ailenin varlığını sürdürmesine katkı sağlar. Güçlü aile sistemleri güçlü toplumlar için gerekli ve önemlidir. Ailelerin iyi oluşunu desteklemek için güçlendirilmeleri gerekmektedir. Bu nedenle aileleri güçlü kılan faktörlerin neler olduğunun anlaşılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Aileleri güçlendiren unsurlar bilindiğinde bireylerin doyum aldıkları ilişkileri barındıran bir aile ortamı oluşturulabilir.

Aile yakın ilişkilerin sürdürüldüğü, toplumdaki en temel kurumdur. Aileler üzerine yapılan çalışmalar, geçmişte ailedeki sorunlara odaklanmıştır ancak ailedeki etkileşimlerin nasıl daha olumlu olduğunun anlaşılması için ailenin güçlü yönlerini incelemek önem taşır (DeFrain ve Stinnett, 2002). Aileleri güçlendiren dinamikleri araştıran pek çok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların bazılarında güçlü ya da sağlıklı ailelerin özellikleri tanımlanırken (Krysan, Moore ve Zill, 1990), bazılarında aile işlevini güçlendiren faktörler araştırılmış (Walsh, 2002), bazılarında aile doyumuna etki eden unsurlar üzerinde durulmuştur (Olson, 1999). Aileler farklı niteliklerle çalışılsa da hepsinin birleştiği ortak nokta aile ilişkilerinden alınan doyumdur (DeFrain, 1999). Ailelerin çeşitli olumlu niteliklerle tanımlandığı çalışmalarda aile ilişkilerinden alınan doyum incelenmiştir.

Aile üyelerinin birbirlerinden aldıkları destek aile doyumlarını artırır (Caprara, Pastorelli, Regalia ve Scabini, 2005). Aile üyelerinin birbirlerini cesaretlendirmeleri ve desteklemeleri sağlıklı aile özellikleri arasında yer alır (Gladding, 2015). Aile üyelerinin

birbirlerine destek olmaları ailelerin işlevselliğine katkı sağlar (Walsh, 2002). Ailedeki duygusal ilişkileri güçlendirecek özelliklerden birinin aile üyelerinin birbirlerine duygusal destek sağlaması olduğundan bahsedilmektedir. Üyelerin karşılıklı desteği ailelerin dayanıklılığını artırır. Aile üyeleri arasındaki iş birliği üyelerin birbirlerini destekleyici davranışlarının, birbirlerine olan güvenlerinin ve sahip oldukları kaynakların açığa çıkmasını sağlar (Walsh, 1996). Aile üyelerinin birbirlerinden aldıkları destek aile ilişkilerini daha olumlu hale getirir.

Aile üyelerinin aile yaşamının anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı olarak görülmesi olarak tanımlanan (Antonovsky ve Sourani, 1988) aile bütünlük duygusuna sahip olmaları aile işlevselliğini destekler (Walsh, 2012). Aile bütünlük duygusu aile yaşamına ilişkin olayların kontrol edilebilir olarak görülmesini sağlar. Kontrol edilemeyen durumlarda kontrolün yeniden sağlanabilmesi için çevredeki kaynaklara ilişkin güvenin oluşmasını sağlar. Bu sayede aileler zorluklara daha kolay uyum sağlayabilir (McCubbin ve Patterson, 1983). Aile üyelerinin bütünlük duygusuna sahip olmaları olumsuzlukları anlamlandırmalarını sağlar. Üyelerin kriz durumlarını birlikte gerçekleştirilen meydan okumalar olarak görmelerini sağlayarak aile yılmazlığını destekler (Walsh, 2016d). Üyelerin aile yaşamına ilişkin bütünlük duygusuna sahip olmaları aileleri zorluklara karşı güçlendirir.

Aile doyumuna katkı sağlayan aile güçlerinden birisi de manevi iyi oluşturmaktır (DeFrain ve Stinnett, 2002). Maneviyat aile ilişkilerinde, eşler arasındaki ilişkilerde ve ebeveynlerle çocukları arasındaki ilişkilerde önemli bir yere sahiptir. Aile yaşamının doyum sağlayıcı ilişkilerin yaşandığı bir ortam olmasında maneviyata yapılan vurgu artmaktadır (Çetintaş ve Ekşi, 2020). Maneviyat aile danışmanlığında ihmal edilen bir konu olmuştur (Prest ve Keller, 1993) ancak maneviyatın aileler için önemli olduğu göz önüne alınarak aile danışmanlığındaki önemi giderek artmaktadır (Patterson, Hayworth, Turner ve Raskin, 2000). Maneviyatın aile danışmanlığına dahil edilmesi için çabalar artmakta (Coyle, 2017) ve aile danışmanlığı eğitimlerinde maneviyata yer verilmesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır (Coyle, 2017; Patterson ve ark., 2000).

Maneviyatın aile ilişkileri için önemi yapılan çalışmalarla ortaya çıkmıştır. Araştırmalara bakıldığında maneviyatın aileler için koruyucu olan niteliklere etkisi (Ghaffari, Fatehizade, Ahmadi, Ghasemi ve Baghban, 2013), evlilik yaşamına olumlu etkisi (Mahoney ve ark., 1999) ve ebeveynliğe katkısı (Perrone, Webb, Wright, Jackson ve Ksiazak, 2006) gibi

farklı yollarla aile yaşamıyla olumlu bir ilişki içinde olduğu görülmektedir. Maneviyatın aile yaşamıyla ilişkisini açıklayan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir ve bu nedenle maneviyat aile bağlamında incelenmesi ve araştırılması gereken bir konu olarak önemini korumaktadır. Ayrıca aile desteği ve bütünlüğü gibi maneviyatın aile ilişkilerine katkısında rolü olan faktörleri incelemek de aile eğitimi ve danışmanlığı alanındaki uygulamalara sunacağı katkılar bakımından önemlidir. Maneviyatın aile ilişkilerinden alınan doyumunu açıklamasında rol oynayan etmenleri açığa çıkarmak, ailelere yönelik hazırlanabilecek müdahale programları için de yol gösterici niteliktedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, evli bireylerin manevi iyi oluş düzeylerinin aile yaşamlarından aldıkları doyum üzerindeki etkisinde aile desteği ve bütünlüğünün rolünü incelemektir. Evli bireylerin manevi iyi oluşlarıyla aile doyumları arasındaki ilişkiyi incelerken, bu ilişkinin diğer değişkenlerden nasıl etkilendiğini incelemek amacıyla; aile desteği ve aile bütünlüğünün bu ilişkideki rolünü belirlemek çalışmanın amacıdır. Bu amaçla, Aydın ili Efeler ilçesinde ikamet eden, en az 10 yıldır evli ve çocuk sayısı en az 1 olan 235 anne ve 174 baba olmak üzere toplamda 409 evli bireye ulaşılmıştır.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

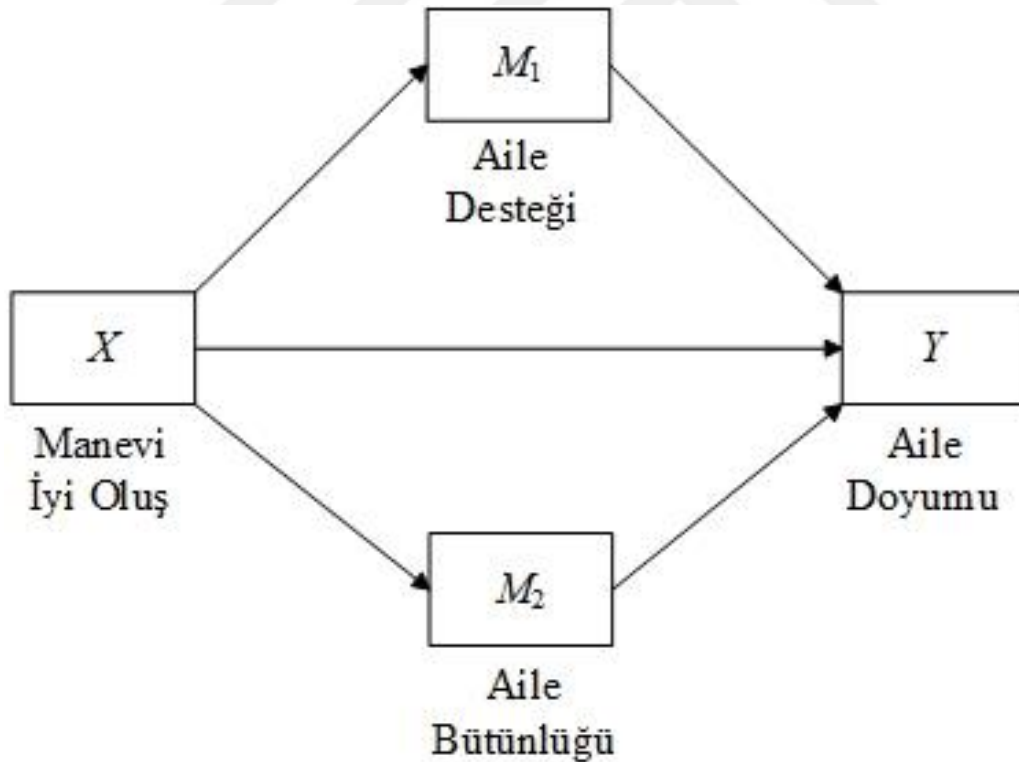
Psikolojik danışma ve rehberlik alanında manevi rehberlik ve manevi psikolojik danışmaya yönelik dikkat son yıllarda artmıştır. Ancak, maneviyatı ve çiftlerin ailelerine yönelik algılarını etkileyen değişkenleri konu alan araştırmalar gerek ülkemizde gerekse de yabancı kaynaklarda oldukça sınırlıdır. Maneviyat ve manevi iyi oluşla ilgili yapılacak olan bu araştırmayla sınırlı olan alanyazına katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda, boşanmaların gittikçe arttığı günümüzde toplum için büyük önem taşıyan aile kurumunun devamlılığına katkı sağlayan etkenleri belirlemek psikolojik danışma müdahalelerini planlamada faydalı olacaktır. Bu doğrultuda, manevi iyi oluşun aile doyumuna etkisinde aile desteği ve bütünlüğünün rolünün incelenmesi önem taşımaktadır. Manevi iyi oluşun aile doyumuna etkisiyle ilgili yapılan çalışmalarda, aile desteği ve bütünlüğünü bir arada ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durum yapılan çalışmayı özgün kılan yönlerdendir.

#### 1.4. Araştırma Hipotezi

Evli bireylerin manevi iyi oluşları, aile doyumları, aile destekleriyle aile bütünlük düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişkiler bulunurken, manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün istatistiksel olarak anlamlı aracılık etkileri bulunmaktadır.

#### 1.5. Alt Hipotezler

1. Evli bireylerin manevi iyi oluşları, aile doyumları, aile destekleriyle aile bütünlük düzeyleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır.
2. Evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunmaktadır.
3. Evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün aracılık etkileri bulunmaktadır.



Şekil 1.1. Araştırma Hipotezinin Paralel Çoklu Aracı Modelle Kavramsal Gösterimi

## 1.6. Sayıtlar

1. Araştırmaya katılan her bireyin uygulanan ölçme araçlarını samimi ve nesnel bir şekilde cevapladığı varsayılmaktadır.

2. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği'nin bireylerin manevi iyi oluş düzeylerini, Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'nin bireylerin aile doyumunu düzeylerini, Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin bireylerin ailelerinden algıladıkları sosyal destek düzeyini, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu'nun bireylerin ailelerine ilişkin algıladıkları bütünlük duygusunu ölçtüğü varsayılmaktadır.

## 1.7. Sınırlılıklar

1. Araştırma 2019 ve 2020 yıllarında Aydın ili Efeler ilçesinde yaşayan en az 10 yıldır evli ve çocuk sayısı en az 1 olan evli bireylerden toplanan 409 veriyle sınırlıdır. Araştırmanın katılımcıları en az 1 çocuğu olan ve en az 10 yıldır evli olan, orta sosyo-ekonomik düzeydeki orta yaş yetişkinlerden oluşmaktadır. Bu nedenle bulgular ancak benzer gruplara sınırlıdır.

2. Evli bireylerden alınan kişisel bilgiler Kişisel Bilgi Formu'ndan elde edilen bilgilerle, ölçme araçlarının ölçtüğü niteliklerle ve toplanan nicel verilerle sınırlıdır.

3. Araştırma değişkenleri araştırmada kullanılan ölçme araçlarının kuramsal temelleri ve işaret değişkenlerine sınırlıdır.

4. Manevi iyi oluş ve aile doyum arasındaki etkileşim Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nın ve Aile Güçleri Modeli'nin açıklamalarıyla sınırlıdır.

5. Araştırmadaki kadın ve erkek katılımcıların sayılarının eşit olmaması araştırmanın sınırlılıklarındandır.

6. Araştırmanın analizlerinin gözlenen değişkenlerle yapılması ve kesitsel yöntemin kullanılması sebebiyle sonuçların nedenselliği içermemesi araştırmanın sınırlılıklarındandır.

7. Araştırmada öz bildirim dayalı ölçeklerin kullanılmasının ve aile ilişkileriyle ilgili bilgilerin alınmasının yanlılıklara sebep olabilmesi araştırmanın sınırlılıklarındandır.

## 1.8. Tanımlar

**Maneviyat:** Maneviyat kişinin kendisiyle, diğerleriyle, doğayla ya da daha üstün bir güçle bağlantılı olma hissiyle dünyada var olma şeklidir (Weathers, McCarthy ve Coffey, 2016). Maneviyat aşkına ilişkin farkındalıktan kaynaklanan kişinin kendisine, diğerlerine, doğaya ve yaşama ilişkin değerleriyle ilişkili olan bir varoluş şekli ve yaşam deneyimidir (Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf ve Saunders, 1988).

**Manevi iyi oluş:** Yapılan en eski tanımlardan birine göre (National Interfaith Coalition on Aging [NICA], 1975) manevi iyi oluş kişinin bütünlüğe ulaşmasını sağlayan Tanrı'yla, kendisiyle, toplumla ve çevreyle ilişki içinde olduğu bir yaşam sürmesidir. Manevi sağlığın bir ifadesi olan manevi iyi oluş kişinin varoluşsal durumuyla, kendisiyle ya da Tanrı'yla ilişkisinin kalitesini güçlendirebilen dinamik bir kavramdır (Ellison, 1983).

**Aile desteği:** Aileden algılanan sosyal destek bireyin destek, bilgi ve geri bildirim ihtiyacının ailesi tarafından karşılanma düzeyine ilişkin algısıdır (Procidano ve Heller, 1983).

**Aile bütünlük duygusu:** Bütünlük duygusu kişinin dünyayı daha anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı görmesini sağlayan yapıdır. Aile bütünlük duygusu kişinin aile yaşamının anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı olduğuna dair sahip olduğu algıdır (Antonovsky ve Sourani, 1988).

**Aile doyumu:** Aile doyumu, aile üyeleriyle sürdürülen etkileşimlerin sonucunda alınan doyumdur. Kişinin ailenin diğer üyeleriyle olumlu etkileşimlerinin olumsuzlardan fazla olması yüksek aile doyumunun göstergesidir (Baracca ve ark., 2000).

## 2. BÖLÜM

### 2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde aile, aile doyumu, maneviyat, manevi iyi oluş, aile desteği ve aile bütünlüğü kavramları açıklanmış; kuramsal yaklaşımların araştırma konusuyla ilgili açıklamalarına yer verilmiştir.

#### 2.1. Aile

Toplumun bir parçası olan aile bireylerin gelişimi için önemli bir yapıdır. Her aile sahip olduğu farklı işlev, ihtiyaç ve işleyişle kendine özgüdür ve eşsizdir. Bir bütün olarak aile her bir üyesinin yaşayışını, olaylara ilişkin algısını, hareketlerini ve olayları yorumlayışını etkiler (Hallaç ve Öz, 2014). Toplumun temel bileşenlerinden birini oluşturan aile toplumsal gelişim için kritik bir role sahiptir (Bayer, 2013). Aile bireyin içinde büyüdüğü, ihtiyaçlarının karşılandığı, olumlu davranışlarının geliştiği ve gerektiğinde bireye destek sunan toplumsal bir yapıdır (Kaymak Özmen, 2004). Gladding'e göre (2015) aile, hem biyolojik hem psikolojik bir bağın mevcut olduğu, tarihi süreç, duygular ve ekonomi bakımından birlikteliğin bulunduğu ve kendisini ailenin bir parçası olarak gören bireylerinden meydana gelen birliktir. Aile kişinin kendisiyle ilgili algılarının oluştuğu, değişimlere uğradığı, desteklendiği, belirli kurallarla işlevselliğini sürdüren ve üyelerin de işlevin devamı için bu kurallara göre oluşturdukları belli rutinlerle bir yaşam sürdürdükleri yerdir (Corey, 2015). Diğer bir tanıma göre (Goldenberg ve Goldenberg, 2008) aile kendine özgü kuralları ve özellikleri olan, üyelerin belli rollerinin olduğu, organize edilmiş güçlü bir yapıya ve kendine özgü iletişim biçimlerine ve problem çözme yollarına sahip olan sürdürülebilir bir sosyal sistemdir.

Aile üyeleri arasındaki ilişki karmaşık ve yoğun bir yapıdadır. Ailenin temelinde genel olarak bir çift bulunur ve ailedeki ilişkileri, rolleri, kuralları, deneyimlere katılmayı ve ailenin bir bütün olarak anlamını etkileyen ve bunlardan etkilenen çocuklar gibi diğer bileşenleri de içermektedir (Zabriskie ve McCormick, 2003). Aile üyelerinin hem birbirleri için hem de içinde yaşadıkları toplum için üreme, ekonomik ve duygusal destek sağlama ya da çocukların sosyalleşmesine katkı sunma gibi işlevleri vardır (Tillman ve Nam, 2008). Ailedeki üyeler arasında yakın bir ilişki vardır, paylaşılan ortak bir tarih, dünya görüşü ve amaç duygusu mevcuttur. Böyle bir sistem üyelerin birbirlerine güçlü bağlarla bağlı olduğu ve sadakat

duygusunun bulunduğu bir aileyi ifade eder (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Aile yoğun ilişkilerin yaşandığı belirli işlevleri bulunan bir yapıdır.

Aile fiziksel ve psikolojik paylaşımların yapıldığı bir bağlamdan çok daha fazlasını ifade etmektedir. Böyle bir sistemde üyeler arasında dayanıklı, karşılıklı, çok kuşaklı duygusal bağlar mevcuttur. Aile etnik köken, ırk, dini yönelim, aile yaşam döngüsü evresi, üyelerin sağlığı, ailenin değer ve inanç sistemleri gibi pek çok unsurdan etkilenebilir. Bu faktörler tüm aile üyelerinin davranışlarını, aile sisteminin inançlarını, gelişimini etkileyebilir. 21. yüzyıla ait aile tanımına, yasal bir bağ ya da kan bağı bulunmaksızın hayatlarını bir akrabalık ilişkisi içinde birlikte geçirmeyi tercih eden bireylerin dahil edilmesi gerektiği de savunulmuştur (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Farklı şekillerde tanımlanan aile, farklı unsurlardan etkilenebilir ve üyelerini etkileme potansiyeline sahiptir.

### **2.1.1. Aile Doyumu**

Neugarten, Havinghurst ve Tobin'in (1961) ilk çalışmacılarından olduğu yaşam doyumu kavramı için Shin ve Johnson'ın (1978) tanımı pek çok çalışmaya kaynak niteliğindedir. Bu tanıma göre yaşam doyumu kişinin kendine özgü standartlara göre yaşam kalitesini değerlendirme sürecidir. Yaşam doyumu, kişinin sürdürdüğü yaşamı sevmesi ve ondan memnun olması anlamına gelir (Veenhoven, 1991). Yaşam doyumu kişinin kendi yaşamına ilişkin genel bir değerlendirmesidir (Pavot, Diener, Colvin ve Sandvik, 1991) ve öznel iyi oluş için merkezi bir yapıdır (Diener ve Diener, 1995). Pavot ve Diener'e göre (1993) yaşam doyumu bireyin yaşam kalitesinin temel göstergelerindedir. Bireylerin öznel iyi oluşlarının bilişsel boyutu olarak yaşam doyumu, kişinin yaşam kalitesine ilişkin özet bir değerlendirmesini ifade eder (Peterson, Park ve Seligman, 2005). Yaşam doyumu kişinin kendisi için uygun gördüğü standartlarla yaşamlarındaki olayları karşılaştırarak yaşamına ilişkin genel bir değerlendirme yapmasıyla ortaya çıkar (Pavot ve ark., 1991). Yukarıdakilerden yaşam doyumunun öznel değerlendirmeyi içeren bir kavram olduğu görülmektedir.

Pavot ve Diener'a göre (1993) yaşam doyumu yargılamaya ilişkin standartların kişiye göre değiştiği kişinin yaşamının bilinçli bilişsel bir yargısıdır. Bu tanıma benzer şekilde Zabriskie ve Ward (2013) aile doyumunu değerlendirme kriterlerinin kişiye bağlı olarak değiştiği, kişinin aile yaşamına ilişkin bilinçli bilişsel yargısı olarak tanımlamıştır. Onlara göre aile doyumu, genel aile doyumuna ilişkin öznel olarak yapılan bilişsel bir değerlendirme



sürecini ifade eder. Aile doyumuyla yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki vardır (Diener ve Diener, 1995). Aile doyumunu, yaşam doyumunu kavramından hareketle tanımlanmış bir kavramdır.

Aile doyumuna dair pek çok farklı tanım vardır. Aile yaşam doyumunu kişinin aile üyeleriyle sözel ve/veya fiziksel olan etkileşimlerinden aldığı doyumdur. Bir başka deyişle aile doyumunu bireyin aile ilişkilerinden aldığı doyumdur ve aile üyelerine göre farklılık gösterebilir. Aile doyumunu, kişinin ailesiyle ilgili olumlu etkileşimlerinin olumsuzlara göre daha fazla olmasıdır. Kişinin ailesiyle birlikte nasıl hissettiği onun aile doyumunun göstergesidir. Bunun temelinde kişinin genel ruh halinin çevreyle pek çok etkileşim sonucunda ortaya çıkması yatmaktadır. Aile bireylerinin dahil olduğu ve onlarla etkileşim içinde olan tüm olaylar aile doyumunu etkilemektedir (Baracca ve ark., 2000). Üyelerin ailelerinden aldığı destek düzeyi, aileyle ilgili sorunları çözme yolları, aileyle birlikte geçirilen zamanın niteliği, aile içindeki bağımsızlık düzeyinden aldıkları doyum aile doyumunu ifade eder (Caprara ve ark., 2005). Aile doyumunda üyelerin etkileşimlerinin niteliği önem taşır.

Aile doyumunu, bir aile üyesinin tüm aile üyeleri arasındaki ilişkilerdeki mutluluğuna, memnuniyetine ya da tatmin düzeyine ilişkin öznel değerlendirmesidir. Literatür incelendiğinde aile doyumunun kişinin kendisi ve eşi arasındaki ilişkiyi içeren evlilik doyumunu, kişinin kendisi ve çocuğu arasındaki ilişki içeren ebeveyn doyumunu ve kişinin kendisiyle ilgili olarak yaşadığı doyum olmak üzere üç boyutta değerlendirildiği görülmüştür (Rho, 1989). Bu doyumların tümü birbiriyle ilişkilidir ve aile doyumunu oluşturur. McCollum, Schumm ve Russell'a göre (1988) aile doyumunun evlilik ilişkisi, ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki, çocuklar arasındaki ilişki ve aile ilişkilerindeki genel memnuniyet olmak üzere dört alanda ele alınması gerekmektedir. Bu alanların her biriyle ilgili doyum aile doyumunu ifade eder.

Aile yaşam doyumunun aile içi ilişkilerdeki olumlu süreçlerden beslenebileceği söylenebilir. Carver ve Jones'a göre (1992) üyelerin birbirleriyle uyumu, ailede kendi görevlerini yerine getirmeleri ve ailedeki iletişim süreçlerinin sağlıklı olması aile doyumunun göstergesidir. Aile kişisel ve kişiler arası uyum tarafından şekillendirilmektedir. Krysan ve çalışma arkadaşları (1990) araştırmalarda güçlü ailelerin özelliklerinin tanımlandığını ve bu özelliklerin bazı ortak başlıklar altında toplanabileceğini ifade etmiştir. Onlara göre bu

özellikler ailedeki iletişim, cesaretlendirme, bağlılık, dini yönelim, sosyal bağlantılılık, adaptasyon, takdir etme, açık roller ve birlikte zaman geçirmedir.

Aile Güçleri Modeli (DeFrain ve Stinnett, 2002) aile güçlerini bağlılık, takdir etme ve yakınlık, pozitif iletişim, birlikte iyi zaman geçirme, manevi iyi oluş ve stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme olarak açıklamıştır. Modele göre bu bileşenler aileleri güçlendiren niteliklerdir. Aile Güçleri Modeli'ni geliştirenlerden DeFrain'e göre (1999) araştırmacılar geçmişten günümüze kadar birlikte iyi bir yaşam süren aileleri pek çok farklı şekilde tanımlamışlardır. Aileler güçlü, dengeli, duygusal olarak sağlıklı, mutlu, başarılı, ideal aile gibi pek çok farklı şekilde tanımlanmış ve nitelendirilmiştir. Tanımlamak için kullanılan kavramlar farklı olsa da temelde iyi işlev gösterdiklerine inanmaları ve birbirleriyle olan ilişkilerinden doyum almaları bahsedilen ailelerin en temel özelliğidir. Buradan hareketle aile doyumunu incelerken aile danışmanlığı kuramları da dahil olmak üzere farklı yaklaşımların ailelerin işlevselliği ve sağlığı açısından değerlendirmelerini ele almak yararlı görülmektedir.

Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'nde aile doyumunu açıklamak için ailedeki birlik, esneklik/değişime uyum ve iletişim faktörlerinden bahsedilmiştir. Aile birliği, esnekliği ve iletişimi boyutları aile işlevselliğini değerlendiren pek çok çalışma sonucunda ortaya çıkan özelliklerdir (Olson, 1999). Modelin ana hipotezi sağlıklı aile işlevi için ailedeki birlik ve esneklik düzeylerinin dengeli olmasıdır (Olson, 2011). Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'nde evlilik ve aile sistemi birlik (cohesion), esneklik/değişime uyum (adaptability) ve iletişim (communication) olmak üzere üç yönden oluşur. Model sağlıklı ailelerin, ailede yakınlık duygusu anlamına gelen birlik, değişen yaşam durumlarıyla değişme kabiliyeti olan esneklik ve ailenin yakınlık hissini ve problemleri başarılı şekilde ele almasını sağlayan kolaylaştırıcı boyut olan iletişim özelliklerine sahip olduğunu belirtir (Olson, 1989; Olson, Russell ve Sprenkle, 1983; Olson, Russell ve Sprenkle, 1989). Bahsedilen modelde aile doyumunun üç boyutta ele alındığı görülmektedir.

G. L. Bowen (1988) aile doyumunu tanımlamak için bir model sunmuş ve aile doyumunu ailenin sahip olduğu değerler üzerinden açıklamıştır. Model aile doyumunun aile yaşam dönemlerinin farklı safhalarında olan ailelerle çalışılmasını ve ailelerdeki ortak değerlerin araştırılmasını mümkün kılmaktadır. Bu modele göre aile yaşam doyumunu üyelerin birlikte aileleriyle ilişkili değerleri davranışlarıyla göstermelerine bağlı olarak değişmektedir. Aile üyeleri ailelerine özgü değerlerini davranışlarıyla gerçekleştirmediğinde ya da aile

yaşamıyla ilgili değerleri diğer üyelerinkiyle çatıştığında sorunlar oluşmaktadır. Bowen'e göre aile üyeleri ya da aileler farklı değerlere sahip olabileceği gibi benzer değerleri de sürdürebilirler. Aile üyeleri kişisel ya da dışsal faktörlerden dolayı aileyle ilgili benimsenen değerlere uygun olarak davranamayabilirler. Bu faktörler üyelerin aileyle ilgili değerlerinin uyumuna, kişinin kendisiyle ve diğerleriyle ilişki kurma becerisine ve aileyle ilgili faktörleri de içeren aile sistemiyle ilgili sorunlara bağlıdır. Sosyal değiş tokuş teorisini temel alan Bowen, aile üyelerinin karşılıklı değiş tokuşa dayanarak diğer üyelerle ilişkilerinde ailenin değerlerine uygun davranışlar sergilemelerinin aile doyumunu sağlayacağını belirtmiştir.

Bowen Aile Sistemleri Kuramı'na göre aile duygusal bir birimdir (Skowron ve Farrar, 2016). Benliğin farklılaşması Bowen Aile Sistemleri Kuramı'nın ana unsurlarından biridir. Bowen'e göre tüm problemler benliğin farklılaşması kavramıyla açıklanabilir. İnsanlar duygu ve düşüncelerinin farklılaşma (differentiation) ve iç içe geçme (fusion) derecelerine göre sınıflandırılabilir. İç içe geçmiş insanlar daha az esnek, daha az uyumlu ve duygusal olarak diğerlerine daha bağımlıdır. Farklılaşma düzeyi daha yüksek olanların duygu ve düşünceleri birbirinden daha ayrılmıştır. Bu insanlar stres dönemlerinde daha esnek, daha uyumlu ve diğerleriyle ilişkilerinde duygusal olarak daha bağımsızdırlar, stresli olaylarla daha iyi baş ederler (Bowen, 1976). Benliğin farklılaşması bireysel ve ailesel bağlamda değerlendirilebilir. Bireyin kök ailesinden farklılaşma derecesi kişinin diğerleriyle ilişkilerinde benliğin farklılaşmasında etkili olabilir (Murdock, 2013).

Bowen ailelerdeki işlevsel olan ve olmayan süreçleri değerlendirmiştir (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Benliğin farklılaşması ve kronik kaygı ailenin işlevsellik düzeyini belirlemek için önemlidir (Kerr ve Bowen, 1988). Bowen'e göre farklılaşma düzeyi evliliğin duygusal olarak iç içe geçme düzeyini belirlemektedir (Bowen, 1976). Eş seçiminde kişi eş olarak kendi farklılaşma derecesine benzer olan kişiyi seçer (Kerr ve Bowen, 1988). Evlilikte farklılaşma düzeyinin düşük olması duygusal iç içe geçmenin yüksek olması anlamına gelmektedir. Daha farklılaşmış eşlerin daha düşük düzeyde iç içe geçmiş olmaları beklenir. İç içe geçme, eşlerden birinde ya da her ikisinde kaygıya neden olabilir. Kaygı durumu yükseldiğinde bunun üstesinden gelmek için eşler arasında duygusal mesafe oluşabilir. Bunun dışında evlilikte farklılaşma düşük düzeyde olduğunda evlilik çatışması, eşlerin birinde psikolojik ya da fiziksel problemler ve sorunların çocuğa yansıtılması görülebilir (Bowen, 1976). Bireyler ilişkilerindeki yüksek düzeydeki kronik kaygıya uyum sağlamakta zorlanabilir ve kişinin bu kaygıya verdiği tepki kendi işlevselliğini ya da duygusal olarak

bağlantılı olduklarının işlevselliğini bozduğunda semptomlar oluşabilir. Semptomların oluşması hem yaşanan stres miktarına hem de bireyin ve ailenin strese uyum sağlama yeteneğine bağlıdır (Kerr ve Bowen, 1988). Ailede duygusal iç içe geçmenin yüksek olması çiftlerin ikisi için de doyum sağlayan bir denge oluşturmayı zorlaştırır (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Bu yaklaşımda benliğin farklılaşma düzeyinin aile işlevselliği için önemli olduğu görülür.

Yaşantısal Aile Terapisi'nin temsilcilerinden Satir'e göre sağlıklı ailelerin öz değeri düşüktür. Bu ailelerde iletişim doğrudan değildir, değişmeyen katı kurallar ve belirsizlikler mevcuttur. Sağlıklı olan ailelerde ise öz değerin yüksek, iletişimin açık, net, doğrudan ve belirgin, kuralların esnek, insancıl, değişebilir ve uygun, toplumla kurulan ilişkinin açık, umut vadeden bir ilişki olduğu söylenebilir (Satir, 2016). Sağlıklı ailelerde bireylerin ihtiyaçları karşılanmakta ve bireyler gelişebilmektedir (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Bu yaklaşımda sağlıklı bir aile için hem aile içi ilişkilerin hem de toplumla kurulan ilişkilerin dikkate alındığı görülür.

Minuchin'in öncülük ettiği (Gladding, 2015) Yapısal Aile Terapisi'nde birey bulunduğu sosyal bağlam içinde değerlendirilir. Minuchin'e göre aile yapısı üyelerin etkileşimlerini düzenler. Sosyal bir grup olan ailenin organizasyonu ve yapısındaki değişim üyelerin davranışsal ve içsel değişimlerini etkiler (Minuchin, 1974). Aileler bireylerden oluşan karmaşık sistemlerdir ve aile içindeki her birey aile sisteminin bir üyesidir. Ailede aile üyeleri, eşler, kardeşler gibi alt sistemler mevcuttur (Minuchin ve Fishman, 1981). Aile sistemi işlevini alt sistemler aracılığıyla yürütmektedir. Alt sistemlerin sınırlarını belirleyen belli kurallar vardır. Ailenin işlevselliği ailedeki sınırların açıklığına göre değerlendirilebilir. Ailenin işlevselliği için alt sistemler arasındaki sınırlar üyelerin etkileşim kurmalarını sağlayacak şekilde açık, belirgin ve iyi tanımlanmış olmalıdır. Ailedeki sınırlar belirsiz (diffuse) olduğunda aile üyeleri arasında yeterli uzaklık sağlanamaz ve içi içe geçmişlik (enmeshed) söz konusu olur. Ailedeki sınırlar katı (rigid) olduğunda üyeler arasında yeterli iletişim sağlanamaz ve üyelerin kopmuş (disengaged) olmasından söz edilebilir (Minuchin, 1974). Bu yaklaşımda aile işlevselliğinin ailedeki sınırlardan etkilenebileceğinin vurgulandığı görülür.

Aile sahip olduğu etkileşimsel örüntülerle devamlılığını sürdürür. Tekrarlanan etkileşimler ilişkilerin yürütülmesiyle ilgili belli kalıpların oluşmasını sağlar ve bu kalıplar ailedeki üyelerin davranışlarını düzenler (Minuchin, 1974). Yapısal Aile Terapisi'ne göre ailelerin sahip oldukları bazı etkileşimsel örüntüler problemlere sebep olabilir (Minuchin ve Fishman, 1981). Minuchin'e göre (1974) normal aile dönüşen, yeni durumlara uyum sağlayan ve kendini yeniden yapılandıran ailedir. Bu yaklaşıma göre normal aile devamlılığını sürdürmek için yeniden yapılanarak strese uyum sağlar.

Stratejik Aile Terapisi'ne göre iletişim eşler arasındaki ilişkiyi tanımlar (Goldenberg ve Goldenberg, 2008) ve iletişimde açıklık sağlıklı ailelerin özelliklerinden kabul edilir (Murdock, 2013). Stratejik yaklaşımın temsilcilerinden Haley, aile işlevselliği için güç ve kontrol kavramlarını odağına alarak ailelerde kontrol mücadelesine uygulamalarında yer verir (Goldenberg ve Goldenberg, 2008). Ona göre ailenin sürdürdüğü istikrar ve değişime açıklık arasında denge sağlaması işlevselliğin göstergelerindedir. İşlevsel olan ailede net bir hiyerarşik sistem bulunur. Bu sistem içinde ebeveynler hiyerarşi içinde ailenin yönetimini sağlar. Ebeveynler aileyle ilgili sorumluluklar alır. İşlevsel olan ailelerde kardeşler gibi ailede aynı kuşak düzeyinde olan bireyler arasındaki bağ farklı kuşaklarla olan bağdan daha güçlüdür (Klajs, 2016). Bu açıdan değerlendirildiğinde ailedeki açık hiyerarşi ve denge aile doyumunu etkileyen önemli bir faktördür.

### **2.1.2. Aile Doyumu Kavramının Tarihsel Gelişimi**

Aile doyumunu çalışmalarının başlangıcı yakın geçmişe dayanmaktadır (Baracca ve ark., 2000) ve aile doyumunu ilk kez 1970'li yıllarda (Andrews ve Withey, 1974; Campbell, Converse ve Rodgers, 1976) ölçülebilir olarak ele alınmıştır. Aile doyumuyla ilgili çalışmalarda evlilik ilişkisiyle aile doyumunu arasındaki ilişki araştırılmış eğitim, din ve cinsiyet gibi değişkenlerle aile doyumunun yordayıcıları incelenmiştir (Campbell ve ark., 1976). 1980'lerde aile doyumunu ölçmek için çeşitli yaklaşımlar sunulmuştur. Bunlardan biri Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'dir (Olson, Sprenkle ve Russell, 1979). Olson'a göre (2004) aile doyumunu aile üyelerinin hissettikleri mutluluk ve birbirlerini gerçekleştirme düzeyleridir. Bu modele göre geliştirilen ölçme aracında aile doyumunu aile işlevselliğinin göstergeleri olan ailedeki birlik, esneklik ve iletişim boyutlarıyla değerlendirilmektedir. Aile doyumunun evlilik ilişkisi, ebeveynlerle çocuk arasındaki ilişki, kardeşlerin ilişkisi ve ailenin genel olarak ilişkisinden alınan doyumla ele alındığı bir yaklaşım da mevcuttur (Schumm,

McCollum, Bugaighis, Jurich ve Bollman, 1986). Yetişkin bir bireyin içinde büyüdüğü aileyi ifade eden kök aileyle ilgili doyumun değerlendirildiği çalışmaların da (Carver ve Jones, 1992) aile doyumuna araştırmalarına katkı sağladığı görülmektedir. Kanseri hastaları gibi özel grupların da aile doyumunu değerlendirmek için çalışmalar yapılmıştır (Kristjanson, 1993). Aile doyumunun sıfatlar aracılığıyla değerlendirildiği ve bilişsel süreçlerden çok duygusal bileşenlerle tanımlanarak ev ortamı bağlamında ele alındığı da görülmektedir (Baracca ve ark., 2000). Zabriskie ve Ward (2013) aile doyumunu incelerken bireyin standartları ve beklentileriyle aile yaşam durumlarını karşılaştırmıştır. Aile doyumunun değerlendirilmesi günümüzde aileler üzerindeki olumsuz etkileri ya da bunlara aracılık edebilecek bireysel ya da ailesel faktörleri açığa çıkarmak ve nihai aile yaşam kalitesini desteklemek için bir çerçeve sunmakta önemlidir.

### **2.1.3. Aile Doyumuyla İlgili Yapılan Araştırmalar**

Yapılan çalışmalarda aile doyumunun pozitif değişkenlerle ilişkili olduğu görülmüştür. Aile yaşam doyumuna ailedeki iletişim, birlik (cohesion), işlevsellik gibi aileyle ilgili pozitif değişkenlerle ilişkilidir (Poff, Zabriskie ve Townsend, 2010). Evli bireylerin aile doyumlarının psikolojik iyi oluşlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu (Mills, Grasmick, Morgan ve Wenk, 1992), iş stresi gibi faktörlerin aile doyumuna negatif yönde etki ettiği (Ford, Heinen ve Langkamer, 2007), iş-aile arasındaki çatışmanın aile doyumunu üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu (Frye ve Breugh, 2004), bireylerin iş doyumunu ve aile doyumlarının pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Frone, Russell ve Cooper, 1994). Bir başka çalışmada (Agate, Zabriskie, Agate ve Poff, 2009) aileyle serbest zaman doyumunu ve aile yaşam doyumunun pozitif yönde ilişkili olduğu bulunurken, Zabriskie ve McCormick'in (2003) çalışmasında ebeveynler için aile serbest zaman etkinliklerine katılımın aile doyumunu yordadığı, diğer bir çalışmada ise (Kopelman, Greenhaus ve Connolly, 1983) aile doyumunun yaşam doyumuyla pozitif ilişkili olduğu görülmektedir.

Aile doyumuyla toplum yaşamından alınan doyumunun pozitif ilişkili olduğu, daha yüksek aile doyumuna sahip olanların daha yüksek toplum doyumuna sahip olduğu görülmüştür (Toth Jr, Brown ve Xu, 2002). Yapılan bir araştırmaya göre (Ubesekera ve Luo, 2008) bir ailenin işleyişini sürdürebilmesi için aile doyumunun sağlanması gerekmektedir. Aile doyumuyla ilişkili olan etmenler evlilikle de bağlantılıdır. Aşk evliliği (love marriage) tavsiye üzerine evlilik (proposal marriage) gibi evlilik modelleri de bu faktörlerin başında

gelmektedir. Aile doyumunu etkileyen faktörler arasında evlilik ilişkisi, ebeveynlikle ilgili rollerden alınan doyum, sağlıklı olmak gibi bireysel özellikler, aile ekonomisinden alınan doyum (Ji, Xu ve Rich, 2002), aile işlevselliği, aile yılmazlığı, aileyle geçirilen zaman (Rahim, Ishak, Shafie ve Shafiai, 2013) olduğu görülmüştür.

Ülkemizde aile doyumuyla ilgili yapılan çalışmaların görece az olduğu söylenebilir. Örneğin yapılan bir çalışmada aile yaşam doyumunu ile aileyle geçirilen serbest zaman faaliyetleri arasında pozitif bir ilişki olduğu ve aileyle geçirilen serbest zamanın ailenin yaşam doyumuna katkı sağladığı görülmüştür (Aslan, 2009). Farklı bir çalışmada ergenlerin pozitif ve negatif duygulanımlarının aile doyumlarını yordadığı ve negatif duygulanımın aile doyumunu için daha güçlü bir yordayıcı olduğu; ergenlerin olumlu duygulanımlarının aile doyumlarıyla pozitif, olumsuz duygulanımlarının ise negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Bakalim ve Taşdelen-Karçkay, 2015). Ermiş (2019), lise öğrencilerinin duygusal olarak özerk olmaları ve aile yaşam doyumları arasında negatif bir ilişki olduğunu, öğrencilerin güvenli bağlanma tarzlarıyla aile yaşam doyumları pozitif ilişkiliyken bağlanma tarzı kaçınan ile kaygılı-kararsız olduğunda negatif ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer bir çalışmada aile doyumuyla yaşam doyumunu ve işten alınan genel doyum pozitif ilişkiliyken, aile-iş ve iş-aile çatışmalarıyla ve işten ayrılma yönündeki niyetle negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Karakulak, 2019). Cavga'nın (2019) yaptığı çalışmada lise öğrencilerinin aile yaşam doyumları psikolojik dayanıklılıklarıyla pozitif, sosyal medya kullanım bozukluklarıyla negatif ilişkilidir. Farklı bir çalışmada anne ve babaların aile yaşam doyumlarıyla çocuklarının yaşam kalitesi arasında bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Aykaç, 2019). Ülkemizde aile doyumuyla ilgili yapılan çalışmaların sınırlı olduğu ve son yıllarda konuyla ilgili çalışmaların arttığı görülmektedir.

#### **2.1.4. Manevi İyi Oluş ve Aile Doyumu Arasındaki İlişki**

Maneviyat aile yaşamıyla iç içe geçmiş bir yapıdır ve aile dinamikleri, aile işlevi, ebeveynlik biçimleri gibi aile yaşamına olan etkilerinin incelenmesi uzun bir geçmişe sahip değildir (Walsh, 2012). Bu bakımdan maneviyatın aile bağlamında değerlendirilmesi önemli görülmektedir. Stinnett, DeFrain ve meslektaşları (DeFrain ve Stinnett, 2002) oluşturdukları *Aile Güçleri Modeli*'nde bahsettikleri aile güçleri arasında manevi iyi oluşa yer vermiştir. Aileler sahip oldukları umut, iyimserlik, doğayla ve insanlarla birlik içinde olma hissi gibi kavramları manevi kaynakları olarak görmektedirler. Bahsedilen aşkın değerler ya da daha

yüksek bir güçle olan bağlantı hissi aile üyelerinin kendileriyle ve birbirleriyle ilgili sahip oldukları hisleri olumlu yönde etkiler. Aile üyeleri yaşamın kendilerini aşan bir yönü olduğuna inandığında bu onları bireysel olarak güçlendireceği gibi ailelerin de güçlenmesine katkı sağlar (DeFraim ve Stinnett, 1988). Bu yaklaşımda manevi iyi oluşun aile doyumunu arttıran bir özellik olarak görüldüğü söylenebilir.

Maneviyat aile yılmazlığını destekleyen faktörlerden biridir (Black ve Lobo, 2008). *Walsh'in Aile Yılmazlığı Yaklaşımı*'nda (2003) ailenin işlevselliğini güçlendirmeye odaklanılır (Walsh, 2002), maneviyat aile yılmazlığının bir parçası olarak görülür ve aile işlevselliği için maneviyatın önemi vurgulanır (Walsh, 2003). Aile işlevselliğini ailenin değerleri, kaynakları, sınırları ve yaşadığı zorluklar bakımından değerlendiren Walsh'a göre (2016d) ailelerin zorlukların üstesinden gelmeleri ve üyelerin olumlu yönde gelişmeleri aile yaşamının geleceği için önem taşır (Walsh, 2016a). Walsh (2002; 2016d) aile yılmazlığı için dokuz anahtar süreç tanımlamış ve bunları aile işlevselliğinin üç boyutunda sınıflandırmıştır. Bu üç boyuttan biri olan ailedeki inanç sistemleri olumsuzlukları anlamlandırma, pozitif bakış açısı-umut, aşkınlık ve maneviyat olmak üzere üç anahtar süreçten oluşmaktadır. Walsh'a göre aşkınlık ve maneviyat aile inanç sistemlerinin içinde yer alan, aile yılmazlığının anahtar süreçlerden biridir.

## 2.2. Maneviyat

Maneviyat uzun süre bilimsel araştırmaların konusu olmamıştır ancak psikoloji alanında tutum, düşünce gibi somut olmayan kavramların bilimsel olarak araştırıldığı dikkate alındığında maneviyat da ölçülebilir olarak düşünülmeye başlanmıştır. 1960'lardan beri dindarlığı ölçmek için pek çok ölçek geliştirilmiş ve bu ölçme araçlarının pek çoğunun içeriğinde maneviyatın özellikleri yer almıştır. Maneviyatla ilgili yapılan çalışmalar 1980'lerden beri hızla artmaya başlamıştır. İnsan doğasına nüfuz eden bir kavram olarak tanımlanan ve psikoloji, sosyoloji, eğitim gibi pek çok disiplinde çalışılan maneviyat özellikle sağlık alanında önem kazanmış din ve iyi oluşla ilgili çalışmalarda öne çıkmıştır (Moberg, 2002, 2010; Underwood ve Teresi, 2002). Maneviyat yıllar geçtikçe bilimsel çalışmaların ele aldığı bir konu haline gelmiştir.

İnsanoğlu biyolojik, bilişsel, kişilerarası, duygusal ve manevi bir varlıktır (Ellison, 1983). "Manevi" kelimesi içsel kapasite, arayış eğilimi, artan bilgi ve sevgi, aşkınlığı



sürdürmek anlamına gelmektedir (Chandler, Holden ve Kolander, 1992). Kökenini Latin dilindeki ruh (spiritus) kelimesinden alan “maneviyat” aşkına ilişkin farkındalıktan kaynaklanan, kişinin kendisiyle, diğerleriyle, doğayla, yaşama ilişkin değerleriyle ilişkili olan bir varoluş şekli ve yaşam deneyimidir (Elkins ve ark., 1988). Diğer bir tanımda maneviyat kişinin kendisiyle, diğerleriyle, doğayla ya da daha üstün bir güçle bağlantılı olma hissiyle dünyada var olma şekli; yaşamda anlam duygusu ve kendini aşma halidir (Weathers ve ark., 2016). İnsan kendisiyle bağlantılı olma duygusuyla dünyaya gelir, başkalarıyla ilişki kurdukça diğerleriyle bağlantı kurar ve son olarak kendisinden daha üstün bir şeyle bağlantılı olma duygusuna sahip olur (Desai, Ng ve Bryant, 2002). Maneviyat kişinin kendisiyle ve diğerleriyle olan bağlantısını içerir.

Yapılan tanımların tümünde maneviyatın çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu, her birey için eşsiz olduğu ve dini inanışlardan bağımsız olduğu ifade edilmekte; aşkınlık, bağlantılılık ve yaşamda anlam bulma hissi bakımından değerlendirildiği görülmektedir (Weathers ve ark., 2016). Maneviyat kişinin yaşamda anlam ve amaç duygularını güçlendiren aşkınla olan ilişki anlamına gelir. Bu ilişki kişinin varlıklarla, kendisiyle, diğerleriyle ve daha yüksek bir güçle ilişkisini etkileyen özgeci bir sevgi duygusu oluşturarak kişide faydalı bir değişim yaratır (Elkins ve ark., 1988). Diğer bir tanıma göre maneviyat kişinin ait olma duygusu yaşaması, bütünlük ve bağlantılı olma halinde olması ve kendini sonsuz olan için açmasıdır (Shafranske ve Gorsuch, 1984). İnsanoğlu beden, zihin ve ruh olmak üzere üç boyuttan oluşur ve uyumu sürdürmek için deneyimlerini bu boyutlarla bütünleştirir. Manevi boyut dini içerebileceği gibi yaşamda anlam ve amaç duygularını da içerir (Georges ve Dungan, 1996). İnsanın gelişimi ve kendini gerçekleştirme için önemli olan maneviyat azaldığında umutsuzluk ve anlamsızlık hisleriyle kişinin ruh sağlığı için olumsuz bir etki oluşturabilir (Westgate, 1996). Diğer bir görüşe göre insanlar arasındaki deneyimlenen ve yorumlanan ilişkilerden meydana gelen maneviyat bir arayış süreci değil kişiyi çevreleyen bir süreçtir (May, 1982). İyi oluşun bir boyutu şeklinde ele alınabilen maneviyat içsel ve dışsal süreçlerin birleşmesi ve uyum içinde olması olarak da tanımlanmıştır (van Dierendonck, 2005). Maneviyat aşkınla, uyumla, yaşamın anlamı ve amacı ile bağlantılı olan bir kavramdır.

### **2.2.1. Maneviyat ve Din**

Dinden ayrı olarak değerlendirilebilen maneviyat kişinin eşsiz ve öznel deneyimleri olarak, din ise maneviyatın daha özel ve somut ifadesi olarak ele alınabilir. Din içinde

ritüelleri, ilkeleri, kutsalları, kuralları ve diğer pratikleri barındıran (Anderson ve Worthen, 1997) organize edilmiş inanç sistemlerini içeren sosyal bir yapıdır (Thoresen, 1999). Geçmişte yapılan çalışmalarda dine mensubiyeti, dini deneyimlerin sıklığını ya da bazı dini inançların kabulünü değerlendirmenin daha kolay olduğu düşünülmüş ve maneviyat belirsiz bir kavram olarak görülerek dinin içinde ele alınmıştır. Bununla birlikte din ve maneviyat birbirinden ayrı kavramlardır (Westgate, 1996). Öncelikle maneviyat dinden daha kapsayıcı ve geniş bir kavramdır. İçinde değerleri ve inançları barındırabilir. Dindarlık ise daha çok davranışlarla gözlemlenebilir ve maneviyata kıyasla daha dar bir çerçeve içinde yer alır (Chandler ve ark., 1992). Maneviyatın dine göre daha kapsamlı olduğu söylenebilir.

Din inançların ve ritüellerin bir ifadesidir, kurumsal bir yapıdadır ve ön görülen davranış çeşitliliği maneviyata göre daha azdır. Dini bir sosyal kimliğe sahip olmak kişisel olarak sahip olunan maneviyatla sağlanamayabilir (Ingersoll, 1994). Campbell ve Moyers'a göre (1988) din ahlaki değerleri, uygulamaları, bir topluluğa katılmayı, Tanrı'ya ya da daha yüksek bir güce olan inancı içeren organize edilmiş bir inanç sistemidir. Din sahip olduğu öğretileriyle hem bireylere hem de aile ilişkilerine rehberlik edebilir. Hill ve çalışma arkadaşları (2000) din ve maneviyat arasındaki ilişkiyi belirli kriterler oluşturarak açıklamışlardır. Onlara göre maneviyat ve din kutsal arayıştan ortaya çıkan his, düşünce, deneyim ve davranışlardır. Din aynı zamanda içinde kutsal arayışı kolaylaştıran kimlik, ait olma, anlam gibi kutsal olmayan hedefler için arayışları da içerebilir. Bunun yanında belirli insanlar tarafından onaylanan ritüeller gibi kutsal arayış için bazı yolları da içermektedir.

Maneviyat dini inançla dışsal olarak ifade edilebileceği gibi daha yüksek bir güce olan inançla içsel olarak da ifade edilebilir. Dini inanç dışsal kurum ya da pratiklerde görülürken maneviyat içsel bir tutum olarak dinden ayrılır (Rowold, 2011). Bazı görüşlerde maneviyat dinle aynı anlama gelir ve manevi yaşam sürmenin yanında kutsalla ilişkilendirilir (Solgi ve Safara, 2018). Maneviyat dini içerebileceği gibi din bağlamında gerçekleşmeyebilir (Cornish ve Wade, 2010). Moberg (1971) dini olan şeylerin manevi olmayabileceğini ifade etmiştir. Maneviyatın içinde dini barındırması kutsala olan inancı da barındırdığı anlamına gelir ancak insanlar kendilerini manevi olarak tanımlarken dini olarak tanımlamayabilir (Rumbold, 2003). Din daha yüksek bir güce olan inanç, değer ve adanma anlamına gelen maneviyattan ayrı olarak düşünülmelidir. Bazı kişilerin manevi bir yönü varken dini bir yönü olmayabilir. Bazı kişiler manevi ve dini yöne aynı anda sahip olabilir. Bu durumda daha yüksek bir güce dair inanç vardır ve bu durum sahip olunan dini inançla uyumludur. Kişinin dini inancı olabilir

ancak manevi bir yönü olmayabilir. Bu durumda bir dine mensubiyet vardır ve daha yüksek bir gücün varlığı kabul edilse de bu güce olan bağlılığa dair bir ifade ya da deneyim yoktur. Bazı kişiler de manevi ya da dini yönetime sahip olmayabilir (Worthington ve ark., 1996). Buradan hareketle kişinin manevi ve dini yönlerinin birbirinden ayrı olarak değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir.

Maneviyatla belirli bir dini inanç arasında ayırım yapmak önemlidir. Maneviyatın dini inançlarla birlikte algılanması onun terapide kullanılmasını engeller. Maneviyatı kişinin Tanrı'yla ilişkisi olarak değerlendirmek bu kavramı sınırlandırmaktadır. Böyle tanımlandığında maneviyat kişinin Tanrı'yla olan özel ilişkisini ifade eder ve terapi ortamında bu konuya değinilmemesi gerektiği düşünülür (Prest ve Keller, 1993). Yukarıdaki açıklamalarda maneviyatın terapide var olması için dini inançtan ayrı olarak değerlendirilmesinin gerekliliği vurgulanmaktadır.

### **2.2.2. Manevi İyi Oluş**

Sosyal bilimlerde, maneviyatın sağlığa etki etmesi dışında sağlığın bir parçası olarak görülmesi önerilmekte ve sağlığın yeni bir tanımına ihtiyaç duyulmaktadır (Larson, 1996). Sağlık ve iyilik hali arasında bir ilişki olduğu ve sağlıklı olmanın iyilik halinde devam eden yaşantılara sahip olmayla desteklenebileceği bilinmektedir (Doğan, 2006). Tanımlara bakıldığında Seligman'ın (2002) iyi oluşu, kişinin yaşamına ilişkin değerlendirmelerinin pozitif olması şeklinde tanımladığı görülür. Kısa süreli etkin iyi oluş ise mutluluk olarak tanımlanmıştır (Ryff, 1989). Sağlıklı olmanın içinde yer alan iyi oluş yaşama dair olumlu değerlendirmelerle oluşur.

Maneviyat ve iyi oluş kavramları bilimsel araştırmalar için ölçülmesi ve kavramsallaştırılması mümkün olmayacak kadar öznel anlamlar taşıdığı için çalışılmayacağı düşünülmüştür ancak zekâ, tutumlar, değerler gibi manevi iyi oluş da ölçülebilir bir kavram olarak değerlendirilebilir. Manevi iyilik, kişinin evrendeki yerini algılamak ve aşarken özünde olan ve sürekli devam eden yaşamda anlam ve amaç bulma sürecidir. Manevi sağlık; diğerleri, doğa, evren ve daha yüksek bir güçle paylaşılan bağlantıyı, kişinin değerlerinin ve inanç sistemlerinin gelişimini ifade eder (Roscoe, 2009). Manevi sağlık kişinin maneviyata olan açıklığını ifade eder. Bu durum maneviyatın yaşamın diğer boyutlarıyla bütünleşmesini sağlar. Böylece kişinin gelişme ve kendini gerçekleştirme potansiyeli en üst düzeye ulaşır (Westgate, 1996). Maneviyat yaşamdaki deneyimlerde ortaya çıkan sağlıkla ve iyilik haliyle

ilişkili bir kavramdır.

Alanyazına bakıldığında manevi sağlığın çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu görölr. Genel olarak bu boyutlar yaşamda anlam, içsel değerler, aşkınlık ve manevi topluluklardır. Manevi olarak iyi olan kişi yaşamda anlam ve amaç bulan, yaşamına ve kararlarına rehberlik eden bir içsel değerler sistemine sahip olan, yaşamın kutsallığını ve gizemini aşkınlık bakış açısıyla görebilen ve bunlara hayranlık duyan kişidir. Bu kişi aynı zamanda belirli uygulamaları ve pratikleri gerçekleştirdiği ve ortak değerleri paylaştığı manevi bir toplulukta kendisine destek bulur (Westgate, 1996). Manevi sağlığın bir ifadesi olan manevi iyi oluş kişinin varoluşsal durumuyla, kendisiyle ya da Tanrı'yla ilişkisinin kalitesini güçlendirebilen dinamik bir kavramdır. Manevi iyi oluş manevi sağlığın bir ifadesidir ve kişinin bütünlüğünü besleyen Tanrı'yla, kendisiyle, çevreyle ve toplumla ilişki içinde olan bir yaşam sürmesidir (Ellison, 1983). Manevi iyi oluşu yüksek olan kişi içsel ve dışsal kaynaklar arasında uyum arayışında olur (Opatz, 1986). Manevi sağlık var olma halinin dinamik bir ifadesidir. Manevi iyilik hali insanın var oluş amacını ve anlamını araması, her şeyi sorgulaması ve açıklaması ya da anlaşılması zor olan kavramların anlaşılması olarak tanımlanmaktadır (Fisher, 2011). Manevi sağlığın göstergesi olan manevi iyi oluş kişinin kendisiyle ve çevresiyle olan ilişkilerini içermektedir.

Hettler (1976) iyilik halinin bilişsel, duygusal, fiziksel, sosyal, mesleki ve manevi olmak üzere altı boyuttan oluştuğunu ifade etmiştir. Manevi boyut kişinin varoluşundaki anlam ve amaç arayışı olarak ele alınmakta ve doğada meydana gelen olaylara ilişkin takdir ve hayranlık hissini barındırmaktadır. Manevi boyut kişinin yaşamındaki zorluklarla içsel süreçleri ve duyguları arasında barışçıl bir yola sahip olmasını sağlar, yaşam yolcuğundaki keşfiyle olumlu ve olumsuz duygularını içerir. Kişinin yaşam yolculuğundaki deneyimleri onun değer sisteminin oluşmasını etkiler ve varoluşuna anlam katar. Davranışlarımızla inanç ve değerlerimiz arasındaki tutarlılık bir dünya görüşüne sahip olmayı sağlar. Bu sayede kişi manevi olarak iyi hale gelir. Manevi iyilik, kişinin yaşamın anlamını kendi için oluşturması ve diğerlerinin inançlarına ilişkin hoşgörüye sahip olması; kendi değerleri ve inançlarıyla tutarlı şekilde yaşaması anlamına gelir (Hettler, 1976). Bu yaklaşımda manevi iyilik halinin, kişinin değerleriyle tutarlı bir yaşam sürmesini ifade ettiği görölr.

Kolander ve Chandler (1990) manevi sağlığın, iyilik halinin altı boyutundan (Hettler, 1976) biri olmayacağını çünkü manevi sağlığın iyilik halinin bir parçasından daha fazlası

olduğunu ifade etmiştir. Maneviyatın bir şemsiye görevinde olduğunu, manevi sağlığın iyilik halinin bir parçası değil diğer beş boyut için bir kaynak oluşturduğunu ve kişinin bir parçası değil kendisi olduğunu belirtmiştir. Onlara göre, kişiler kendilerini diğerlerinden ayrı olarak tanımlamak zorunda olduğunda yabancılaşma hissi oluşur maneviyatsa insanları bir araya getirir ve insanların birliğini ve benzerliğini tanımlar, insanları varoluşlarının merkezine götürür. Maneviyat daha yüksek olduğunda çevre daha az önemli hale gelir ve kişi zihni, bedeni ve ruhu arasındaki dengeyi fark etmesinin ardından iyilik halinin diğer boyutlarında bir uyum halini hissetmeye başlar. Manevi sağlık yapılarına anlam katma gibi yönleriyle iyilik halinin diğer beş boyutunun içsel odağını oluşturur. Kişinin yaptığı işlerde denge ve uyum bulmasını ve potansiyelini gerçekleştirme isteğini sağlar (Chandler ve ark., 1992; Kolander ve Chandler, 1990). Manevi boyut kişinin fiziksel durumundan his, düşünce ve ilişkilerinden hem etkilenmekte hem de onları etkilemektedir. İnsan anlam ve amaç arayışı içindedir. Kişi manevi olarak sağlıklıysa psikolojik olarak sağlıklı olmanın yanında amaç duygusuna ve kendini gerçekleştirme hissine sahip olur (Frankl, 1985). Buradan manevi sağlığın iyilik hallerinin odağını oluşturduğu, kişiye sağladığı anlam ve amaç duygularıyla psikolojik iyi oluşu desteklediği görülür.

Manevi iyi oluş kavramı ilk kez 1971 yılında yaşlılar üzerine yapılan Beyaz Saray Konferansı'nda kullanılmış ve yaşlı bireyler için bir ihtiyaç olarak değerlendirilmiştir (Committee on Legal Services for the Elderly and Their Estates, 1972). Yapılan en eski tanımlardan birine göre (NICA, 1975) manevi iyi oluş kişinin bütünlüğe ulaşmasını sağlayan Tanrı'yla, kendisiyle, toplumla ve çevreyle ilişki içinde olduğu bir yaşam sürmesidir. Manevi iyi oluş manevi sağlığın bir ifadesidir ve kişinin Tanrı'yla ya da kendisiyle olan ilişkisinin kalitesine katkı sağlar. Manevi iyi oluşun düzeyi sürekli değişebilir ve güçlendirilebilir (Ellison, 1983). Manevi iyi oluşun geliştirilebilir olması onun dinamik bir yapıya sahip olduğunu gösterir.

Ellison (1983) ise manevi iyi oluşu varoluşsal ve dini iyi oluş olmak üzere iki kategoriye ayırmıştır. Varoluşsal iyi oluş, kişinin yaşamındaki ve diğerleriyle olan ilişkilerindeki iyi oluşudur. Dini iyi oluş ise kişinin Tanrı'yla olan ilişkisinin iyiliğinin düzeyine göre belirlenir. İki iyi oluş hali birleştiğinde manevi iyi oluşu oluşturur. Ingersoll (1994) manevi iyilik halini önce yedi boyuta ayırmış daha sonra konuyla ilgili literatürü gözden geçirmiş ve bunun sonucunda manevi iyiliğin on boyuttan oluştuğunu ifade etmiştir (Ingersoll, 1998). Bunlardan [1] mutlak ya da ilahi anlayış kavramı; kişinin kutsallık imajı ya da deneyimini içerir, [2]

anlam; kişinin hayatı yaşamaya değer olarak görmesidir. [3] Bağlantılılık; diğer insanlarla, Tanrı'yla, kutsal sayılanlarla ya da diğer unsurlarla ilgilidir. [4] Gizem/bilinmeyen boyutu kişinin belirsizliği nasıl ele aldığıyla ilgilidir ve kişinin merak ve saygı duygularına ilişkin kapasitesidir. [5] Özgürlük duygusu, kişinin içsel ve dışsal baskılardan özgürlük duygusuna ulaşması, dünyayı güvenli bir yer olarak deneyimleme kapasitesidir. [6] Deneyim-ritüel-pratik boyutu manevi ritüelleri ve deneyimleri içerir. Sağlıklı ritüeller enerjinin bir aktiviteye dönüşmesini sağlar. [7] Affedicilik boyutu kişinin affetmeye ve affedilmeye ilişkin tutumunu içerir. [8] Umut, kişinin yaşamdaki acıların bir anlamının olduğunu ve sonsuza kadar sürmeyeceğini düşünmesi, dünyayı güvenli bulmasıdır. [9] Bilgi-öğrenme boyutu manevi iyi oluşa sahip kişinin kendisiyle ve kendisi dışındakilerle ilgili bilgisini arttırma isteğidir. Manevi olarak iyi olan kişi hayatı ilginç bulur. Bu boyut diğer boyutlardan daha evrenseldir. [10] Mevcuda odaklanma boyutu, kişinin yaşanan anın farkına varma isteği ve kabiliyetidir. Manevi iyi oluş gerçekte uyumlu olmayı sağlar ve kişi ancak mevcut olana katılarak gerçek olanı deneyimleyebilir (Ingersoll, 1998). Yukarıdakilerden hareketle manevi iyi oluşun çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu söylenebilir.

### **2.2.3. Maneviyat, Manevi İyi Oluş ve Psikoloji**

Maneviyat psikoloji alanında incelendiğinde William James'in (1961) üniversite öğrencilerine verdiği dersler önemli görülmektedir. James 1901-1902 yıllarında üniversitedeki derslerinde ve ilk baskısı 1902 yılında yapılan kitabında maneviyata yer vermiş ve manevi deneyimleri olan insanları psikoloji bağlamında değerlendirmeye çalışmıştır. Tarihsel süreç sırasıyla takip edildiğinde psikoloji alanında maneviyata yer veren diğer kuramcının Jung olduğu görülmektedir. Analitik terapi yaklaşımının kurucusu olan Jung'ın psikoloji ve maneviyat konularına katkıları göz ardı edilemeyecek kadar çoktur (Eliason, Hanley ve Leventis, 2001). Jung'a göre (1933) maneviyat yaşadığımız modern çağda üzerinde durulması gereken bir konudur. Jung çalışmalarını insan psişesindeki maneviyatı keşfetmek üzerine kurmuştur. Ona göre maneviyat kişi ile bütünleşmiştir ve kişinin manevi dürtüleri bir nevrozun habercisi olabileceği için ihmal edilmemesi gerekir (Mack, 1994). Jung'a göre (1964) insan manevi yönü olan bir varlıktır. Benlik maneviyatı da içeren merkezi bir yapıdadır ve her bireyin psişesindeki Tanrı imajıdır. Bu nedenle psikolojik ve manevi sağlık kişinin bilinç ve bilinç dışı süreçleriyle ilgilidir ve onlara bağlıdır. Jung'a göre maneviyat insanda var olan bir güçtür ve insan bu gücü kullanarak daha iyi hale gelebilir (Jung, 1964). Jung'ın mit, metafor, arketip ve ritüel kavramları psikolojik danışma ortamında

manevi gelişim ve psikik/ruhsal iyileşme için bir fırsat sağlamıştır (Eliason ve ark., 2001). Jung'ın (1964) yaklaşımında yer verdiği arketip kavramının ve rüyaların yorumlarına verdiği önemin mistik bir yön taşıdığı söylenebilir.

Maslow 1950'li yıllarda yaptığı çalışmalarda (Shultz ve Shultz, 2011) manevi gelişim, değer gelişimi ve ahlaki gelişimden bahsetmiştir. Maslow nevrozların manevi problemler, anlamı, cesareti ve umudu kaybetmek, yaşam amaçları hakkındaki karmaşalar, gelecek hakkında ümitsizleşmek gibi durumlardan kaynaklandığını ifade eder. Ona göre insan bir ihtiyaçlar hiyerarşisidir. Bu hiyerarşi temelinde biyolojik ihtiyaçları barındırırken en üstünde manevi ihtiyaçları barındırır. Temel ihtiyaçların kaybı nevrozları ve psikozları doğurur. Psikolojik sağlık, manevi huzura ve sosyal uyuma doğru hareket etmekle sağlanır. Maslow ihtiyaçlar hiyerarşinin en üst basamağında her insanın kendini gerçekleştirme motivasyonu içinde olduğundan bahseder (Maslow, 1970). En üst insan idealini barındırması bakımından ihtiyaçlar hiyerarşisi manevi bir boyutu içermektedir. Ona göre manevi yaşam insan varlığının bir parçasıdır (Maslow, 1993). Maslow (1993) ve Rogers (1961) kendini gerçekleştirme kavramından ve potansiyelinden bahsetmişlerdir ve bu kavram içinde manevi iyilik halini bulundurmaktadır. Rogers danışanların kendini gerçekleştirme ve kendilik kavramları arasında uyum bulmalarına yardımcı olur ve bu yolla temelde danışanlarını manevi olarak desteklemiş olur (Benjamin ve Looby, 1998). İnsancıl yaklaşımı benimseyen Rogers kişi ve evren arasındaki ilişkiyle, kendini gerçekleştirme kavramının manevi bir yön içermesiyle ve terapi yaklaşımlarında kişinin kendisi ve çevresindekilerle uyumunu desteklemesiyle, danışanlarının kendi değerlerine güvendikçe bir dönüşüm yaşamaları düşüncesiyle maneviyata değinmiş olur (Fuller, 1982; Rogers 1961). Psikolojideki gelişimsel kuramlarda ise maneviyat insanın içsel yönü olarak değerlendirilmiş ve gelişimsel bir süreç olarak ele alınmıştır (Conn ve Conn, 1990). Çeşitli psikoloji kuramlarının, çalışmalarında maneviyata değindiği görülmektedir.

Varoluşsal yaklaşımı benimseyen iki önemli kuramcı Frankl ve May görüşlerinde maneviyata yer vermişlerdir (Eliason ve ark., 2001). May (1975) psikoterapide kişinin mitlerle ve sembollerle olan bağını kaybettiği konusunda çalışmanın gerekliliği üzerinde durmuştur. May, narsisizmden söz ederken maneviyata değinmiş ve çağımızda narsisizmin yaygınlaşmasını manevi zayıflıkların artmasına bağlamıştır. May, yaşamda anlam kavramı üzerinde durmuş ve kişinin anlamı oluşturmasını önemli bulmuştur (Eliason ve ark., 2001). 20. yüzyılın önde gelen psikiyatrlarından Frankl'ın anlam arayışı onun maneviyatla ilgili

kişisel farkındalığını varoluşsal teoriye uygulamasını sağlamıştır (Eliason ve ark., 2001). Kurucusu olduğu logoterapide insanın anlamı bulmasına odaklanmış ve anlamı gerçekleştirmesini desteklemiştir ve logoterapiyi anlam merkezli terapi olarak tanımlamıştır. Logoterapide kişi yaşamının anlamına doğru yönlendirilir. Böylece kişinin sorunlarının üstesinden gelmesine katkı sağlanır. Logoterapide yaşamda anlam bulma çabası kişinin temel motivasyonudur (Frankl, 1985). Frankl'ın düşüncesinde insan olmanın temelinde yaşamdaki anlam ve amaç arayışı vardır ve kişi bu anlamı keşfetme yolundadır (Corey, 2015). Frankl kişinin sahip olduğu içsel değerlerin maneviyata dayandığından, kişinin manevi olarak özgür olmasının yaşamını anlamlı ve amaçlı kılacağından bahsetmiştir (Frankl, 1985). Varoluşsal yaklaşımın yukarıda bahsedilen temsilcileri uygulamalarında maneviyatı önemli bir konu olarak görmektedir.

Manevi iyi oluş psikoloji alanına farklı yaklaşımlar tarafından farklı şekillerde dahil edilmiştir. Adler, bireysel psikoloji teorisine Tanrı fikrini dahil etmiş ve Tanrı'nın insanlar için önemli olduğunu vurgulamıştır. Adler'in insanın ben ötesi yönü konusundaki vurgusu dinlerle ve maneviyatla ilişkilendirilebilir. Bu ilişki maneviyatta ve dinlerde de fiziksel sınırları aşan deneyimlerin varlığıyla kurulabilir. Adler'e göre insanın kişilerarası bağlamda temel motivasyonu sosyal ilgidir. Adler, insanın ve toplumun mükemmellik için geliştiğini ve değiştiğini belirtmiştir. Sosyal ilgi kavramıyla da kişinin ait olma, diğerlerinin yanında yer alma ve toplumun bir parçası olma motivasyonlarından bahsetmiştir. Diğerlerinin yanında olmak ve toplumun parçası olmak, içinde manevi bir yönü barındırır. Bireysel psikoloji yaklaşımının, aşağılık kompleksi ve üstünlük çabası kavramları da manevi ve dini konularla örtüşebilir. Adler'in yaklaşımında, herkes ve her şey birbiriyle bağlantılı olarak görülmektedir (Polanski, 2002). Bireysel psikoloji manevi konulara açık ve iyimser bir yaklaşım sunar. Adler'e göre psikolojik sorunlar yaşam görevlerini yerine getirmekten kaçınmak içindir (Johansen, 2005). Mosak ve Dreikurs (1967) Adler'in yaşam görevlerinden manevi görevlerin de çıkarılabileceğini savunmuşlardır. Onlara göre insanoğlu daima aşkın güçlerle ilişki içinde olmuştur. Her birey evrenle ilişki kurma görevindedir. Dolayısıyla yaşam için anlam bulma ihtiyacından ve manevi katılım yoluyla insan varlığının önemini gerçekleştirme ihtiyacından söz edilebilmektedir.

Adler'in yaklaşımına dayanarak Sweeney ve Witmer (1991) İyilik Hali Çemberi Modeli'ni oluşturmuşlardır. Beş yaşam görevinden oluşan çemberin tamamı iyilik hali anlamına gelmektedir. Maneviyat da bu yaşam görevlerinden biridir ve çemberin merkezinde



öz düzenlemeyle birlikte yer alır. Yaşam görevlerinden biri olarak maneviyat içsel bir süreçtir ve yaşamın amacını bulmasında kişiye enerji verir. İyilik Hali Çemberi Modeli'nden yola çıkarak daha sonra oluşturulan Bölünemez Ben Modeli'nde ise iyi oluş beş boyuttan oluşur ve maneviyata boyutlardan biri olan temel benin içinde yer verilir (Hattie, Myers ve Sweeney, 2004; Myers ve Sweeney, 2004). Maneviyatın yer aldığı bu modeller danışanın iyilik haline destek sağlaması bakımından önemli görülür (Myers ve Sweeney, 2007). İyi oluşu açıklamak için Adleryan yaklaşımı temel alarak oluşturulan modellere maneviyatın dahil edildiği görülmektedir.

Bu araştırmada maneviyatla aile doyumunu arasındaki ilişkiyi açıklamak için Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'ndan ve Aile Güçleri Modeli'nden yararlanılmıştır.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı, ailelerin olumsuz yaşam olaylarının üstesinden daha da güçlenerek gelmelerini sağlayan anahtar süreçleri tanımlamayı ve aileleri bu yönlerden destekleyerek yılmazlıklarını arttırmayı amaçlar (Walsh, 1996). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı zorluklarla karşılaşan ailelerdeki güçlü yönlere odaklanmaktadır. Aile üyeleri yılmazlık konusunda kendi değerlerine, inançlarına, yaşadıkları zorluklara ya da amaçlarına bağlı olarak yılmazlığı farklı şekillerde kazanabilirler (Walsh, 2016d). Walsh (1998a, 2016d), Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nın temellerini açıklarken aile işlevselliği için maneviyatın öneminden bahsetmiş ve yılmazlığın anahtar süreçlerinde maneviyata yer vermiştir (Walsh, 2003). Walsh (2016c, 2016d) Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nın temellerini üç ana başlıkta toplamıştır. Bunlar inanç sistemleri, yönetim şekilleri ve iletişim süreçleridir. Ailedeki inanç sistemleri zorlukları anlamlandırma, pozitif bakış açısı-umut, aşkınlık ve maneviyat olmak üzere üç alt başlıktan oluşur (Walsh, 2002). Temellerini manevi inançlardan ve kültürel mirastan alan aşkın inanç ve deneyimler kuşaklararası bir bağlantı kurulmasını sağlamasıyla birlikte, anlam ve amaç bulmaya, stresli durumlarda ve tehdit algısı oluşturabilecek beklenmeyen yaşam olaylarında daha güvende hissetmeye ve kişilerin müdahale edemeyeceği durumları kabul etmelerine katkı sağlar. Maneviyat anlam, bütünlük ve bağlantı duygularını içeren içselleştirilmiş inançlara yapılan yatırımı içerir. Maneviyat benimsenen değerleri; üstün bir güce olan inancı; toplum, doğa ya da aileyle birliktelik duygusunu içerebilir. Maneviyat ilişkiseldir ve kişinin hem içsel olarak kendisiyle kurduğu hem de dış dünyadaki her şeyle kurduğu bağlantıyı içerir. Ailelerin kriz durumlarının üstesinden gelmeleri için benimsedikleri manevi kaynaklarını kullanmaları yılmazlıklarını artırır (Walsh, 2016d).

Stinnett, DeFrain ve meslektaşları (DeFrain ve Stinnett, 2002; Stinnett ve DeFrain, 1985; akt. DeFrain, 1999) tarafından önerilen Aile Güçleri Modeli ailenin güçleri olarak bağlılık, takdir etme ve yakınlık, pozitif iletişim, birlikte iyi zaman geçirme, manevi iyi oluş, stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme olmak üzere altı nitelikten bahseder. Birlikte iyi bir yaşam süren aileler araştırmacılar tarafından farklı pozitif niteliklerle tanımlansalar da bahsedilen ailelerin ortak özellikleri birlikte iyi işlev gösterdiklerine ve birbirleriyle olan ilişkilerinden doyum aldıklarına dair inançlarıdır (DeFrain ve Stinnett, 2002). Aile Güçleri Modeli'nde (DeFrain, 1999) manevi iyi oluş kişilerin birbirleriyle ya da onlar için kutsal olanla bağlantısını içeren bir kavramdır ve ailelerin güçleri arasında yer alır. Bazı aileler için bu güç manevi iyi oluş olarak bazıları için dini inanç olarak açıklanabilir. Bazıları maneviyatı yaşamlarında umut, barış, iyimserlik gibi pozitif değerlerle tanımlar. Bazı aileler dünya ve tüm varlıklarla birlik içinde hissederken bazıları birbirlerine olan sevgilerinin kutsallığından bahsederek dini bir yaklaşımı benimser. Modele göre manevi iyi oluş temelde kişilerin birbirleriyle ve onlar için kutsal olanla bağlantısı ile ilgilidir.

Maneviyatın ailelerin bazıları için dini içerirken bazı aileler için sahip oldukları değerlerle ifade edildiği görülür. Üç binden fazla aileyle yapılan otuzdan fazla çalışma sonucunda manevi iyi oluşun bireylerde merhameti, sevgiyi ve paylaşma duygusunu teşvik ettiği ve ailede birliğin güçlenmesine katkı sağladığı desteklenmiştir (Stinnett ve DeFrain, 1989). Manevi iyi oluş olumsuzlukların üstesinden gelmeyi sağlayan bir güçtür (DeFrain ve Asay, 2007b). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda ve Aile Güçleri Modeli'nde manevi iyi oluşun ailelerin işlevselliği için önemli olduğu görülür. Her iki yaklaşımda da manevi iyi oluş ailedeki doyum sağlayan ilişkilerin oluşması için önemli bir kaynak olarak görülmektedir. Manevi iyi oluşla aile doyumunu arasındaki ilişki ve manevi iyi oluşun aile doyumunu için önemli bir faktör olduğu kuramsal yaklaşımların açıklamalarıyla da desteklenmektedir.

#### **2.2.4. Maneviyat ve Aile**

Maneviyat aile yaşamıyla iç içe geçmiştir ve aile dinamikleri, aile işlevi, ebeveynlik biçimleri gibi aile yaşamına olan etkilerinin incelenmesi uzun bir geçmişe sahip değildir (Walsh, 2012). Literatür incelendiğinde maneviyatın aile yaşamında evlilik, ebeveynlik ilişkisi ve aile içi ilişkiler bağlamında değerlendirildiği görülmektedir. Maneviyat evlilik

ilişkisi açısından değerlendirildiğinde, çiftlerin maneviyatlarının çift olarak baş etme yollarıyla pozitif ilişkili olduğu ve maneviyatın çiftler için koruyucu bir nitelik taşıdığı görülmüştür (Austin ve Falconier, 2012). Çiftlerin evliliği kutsal görmek gibi evliliğe attıkları manevi anlamlar affedicilik gibi olumlu duygularını etkilemekte ayrıca çatışmanın en aza indirilmesi ve çatışmayı etkili şekilde çözmek için sergilenen davranışları ve baş etme stratejilerini de etkileyerek evliliğe katkı sağlamaktadır (Mahoney ve ark., 1999). Manevi ritüeller çift ilişkisinin bir parçası haline geldiğinde ve bir anlam ifade ettiğinde evlilikteki iyi oluşa ve evlilikten alınan doyuma olumlu etki etmektedir (Fiese ve Tomcho, 2001). Evli bireylerin manevi yönelimleri, evlilik doyumlarını ve yaşam doyumlarını olumlu şekilde etkilemektedir. Manevi yönelimin evlilik doyumunu ve yaşam doyumuna katkısında eşlerin duyarlılık ve fedakârlık duyguları da olumlu olarak rol oynamaktadır (Sayın, Demir ve Ekşi, 2019). Yapılan nitel çalışmada evli çiftler evliliklerinin sürdürülmesinde özerklikleri ve yakınlıkları arasındaki dengeyi kurmanın, iletişim ve bağlılığın, uyum algılarının ve dini yönelimin önemli olduğunu belirtmişlerdir. Çiftler yakınlıklarını tanımlarken ilişkinin manevi yönlerinin önemli olduğunu ifade etmişlerdir. Dini yönelim kısmında, inançlarından manevi bir destek aldıkları, zorluklarla karşılaştıklarında manevi destekle evlilikteki bağlarının arttığı görülmüştür (Robinson ve Blanton, 1993). Nitel bir çalışmada din ve maneviyatın evlilikteki sorunların çözümünde olumlu bir rolünün olduğu belirlenmiştir (Yapıcı, 2018). Ayrıca eşlerin iletişimde açıklık gibi insan ilişkilerini içeren bağlılıklarının maneviyatlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür (Nelson, Kirk, Ane ve Serres, 2011). Buradan hareketle maneviyatın çiftler üzerindeki olumlu etkilerinin evlilik ilişkisi için önemli olduğu görülmektedir.

Maneviyat ebeveynlik bağlamında değerlendirildiğinde öncelikle maneviyatın insan gelişimindeki yerini açıklamak gerekmektedir. Kişinin anlam ve amaç bulma konusundaki arayışlarını teşvik eden manevi gelişim içsel bir süreçtir ve kişinin daha üstün bir şeye ulaşmak için kendini aşma potansiyelini içerir. Maneviyatın kişinin içsel bir eğilimi olduğu yönündeki görüş, pek çok ülkeden insanların yaşamın anlamı (Benson, Roehlkepartain ve Rude, 2003) hakkında bazen ya da sık sık düşündükleri bulgusuyla da (Campbell ve Curtis, 1996) desteklenmektedir. Kişinin sahip olduğu bu eğilimin desteklenmesi ya da engellenmesi için sosyal bağlamı önemlidir ve bu bağlamlardan birisi de ailedir (Benson ve ark., 2003). Gelişimsel bir yönü olan maneviyat için aile önemli bir ortamdır.

Çocukla bakım veren arasındaki ilişkiyle şekillenmeye başlayan inançlar ebeveynlerin çocuk yetiştirme sürecinde maneviyatı nasıl ele alacakları konusunu ortaya çıkarır. Çocuğun

olgunlaşması manevi konularla ilgili sorgulamalarını da beraberinde getirir (Walsh, 2012). Ergenler maneviyatla ilgili sorgulamalara cevap bulmaya daha fazla zaman ayırırlar. Ergenlikteki bilişsel gelişmeyle birlikte sahip oldukları manevi bilgiler hakkında eleştirel bir bakış açısına sahip olurlar (Good ve Willoughby, 2008). Maneviyatla ilgili artan sorgulamalar maneviyatı aile için konuşulması gereken ve gerekirse yeni kararlar alınması gereken bir konu haline getirir. Ebeveynler farklı inanç kimliğine ve pratiklerine sahip olduğunda bu durum çocuk yetiştirme konusunda aile içinde karmaşaya ve bu konularla ilgili alınan kararlarda çatışmaya sebep olabilir. Çocuk yetiştirmede, bazı çiftler tek bir inanca bağlı olarak hareket ederken diğerleri inanç yaklaşımlarını birleştirerek bir yol izleyebilir, bazıları da çocukların geliştikçe manevi inançlarını seçmelerine izin verme yönünde hareket edebilir (Walsh, 2012). Maneviyat çocuk yetiştirme konusunda yapılacak olan tercihlerde karar vermeyi gerektiren önemli bir aşamayı oluşturur.

Maneviyatla ilgili düşüncelerin ifade edilmesi çocuklar ve anne babaları arasındaki ilişkinin kalitesini arttırmaktadır. Aile üyeleri ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiyi kutsal olarak gördüklerinde ailelerinde bazı manevi ritüelleri gerçekleştiriyor ya da maneviyatın aileleri üzerindeki etkileri hakkında konuşuyor olabilirler. Ailede hayatın getirdiği zorluklar ve sorgulamalar üzerine açık şekilde iletişim kurarak konuşmak, ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiyi daha kutsal hale getirmektedir. Aile ilişkilerine kutsal bir değer atfeden aileler aile yaşam döngüsünde ilerlerken meydana gelebilecek zorluklar karşısında daha güçlü bir birim olurlar ve bu durum ailenin işlevini sürdürmesine katkı sağlar. Manevi inanç ve değerlerle ilgili yaşanan zorlukların açık şekilde konuşulması ailenin ihtiyaç duyduğu farklı konuları da konuşması için teşvik edici olur ve ailede birlik duygusunun oluşmasını sağlar. Aile üyeleri manevi konular hakkında farklı düşüncelere ve inançlara sahip olsalar da bu konuların açık şekilde ifade edilmesi ailenin birliği için gösterilen çabaların ve ilişkilerdeki doyumun artmasını sağlar (Brelsford, 2013). Ailedeki üyelerin manevi konulardaki düşüncelerini aile ortamında açıklıkla ifade edebilmesi aile ilişkilerine olumlu şekilde yansır.

Manevi ve dini inanç ve değerlerini daha çok ifade eden ve tartışan baba ve çocukları daha yüksek ilişki doyumuna sahiptir ve daha açık şekilde iletişim kurmaktadır ayrıca içsel olarak sahip oldukları manevi ve dini yönler daha yüksektir (Brelsford, 2010). Ayrıca anne ve ergenlik dönemindeki çocukları arasındaki manevi konular açık şekilde konuşulduğunda aralarındaki ilişkiden aldıkları doyumun, çatışma çözme yollarında iş birliğinin kullanımının arttığı, işlevsiz iletişim kalıplarının kullanımının azaldığı, daha az sözel saldırının olduğu ve

anneleriyle ergenler arasındaki yapıcı tartışmaların arttığı görülmüştür. Manevi düşünce ve hisleri ifade etmek anne ve ergen arasındaki ilişki kalitesinin ve ilişkide daha iyi işlevin göstergesi olmuştur. Manevi inançların kişiler arasındaki ifadesi bireylerin güven duygularını da güçlendirmektedir (Brelsford ve Mahoney, 2008). Ebeveynler ve çocukları arasında maneviyatın konuşulabilir bir konu olması onların ilişkisine katkı sağlar.

Yetişkinlikte ve sonraki yaşamda genç yetişkinler yaşam tarzlarında kök ailelerinden daha farklı ya da onların tam tersi bir inancı benimseyebilir. Bu durum kök aileden bu konuda farklılaşma ya da dini ve geleneksel yapılardan uzak durma isteğinden kaynaklanabilir. Bazen bu durum ebeveynler tarafından reddedilme olarak algılanabilir. Bazı genç yetişkinler çinse bu uzaklaşma durumu kök ailedeki katı ve baskıcı tutumlardan kaynaklanıyor olabilir ve bu konu araştırılmaya ihtiyaç duymaktadır (Walsh, 2012). Yetişkinlik döneminde bireyin maneviyata yaklaşımı kök ailesiyle olan ilişkisiyle ilgili olabilir.

Maneviyat aile ilişkilerinde değerlendirildiğinde içsel bir süreç olarak bireysel bir konu olduğu kadar toplumsal bir yöne de sahiptir. Aileler kendi anlamlarını yaratan toplumsal birimler olarak kendi maneviyatlarına sahiptir. Ailedeki etkileşimler sırasında manevi sorgulamalar da ortaya çıkmaktadır (Anderson, 2009). Maneviyat bireylere destek sağladığı gibi çift ve ailelere de destek sağlayabilir (Wolf ve Stevens, 2001). Ailelerin değişen yapılarıyla birlikte daha fazla bütünlük, anlam ve bağlantılılık arayışı içine girdikleri görülmektedir. Walsh'a göre maneviyat bireylerin ve ailelerin güçlü bir boyutudur ve manevi inançlar ve ritüeller yıllardır aileleri besleyen ve birbirine bağlayan bir görev üstlenmiştir (Walsh, 2012). Maneviyat ailelerin zorluklarla baş etmesinde sahip oldukları kaynaklardır. Aynı zamanda yapılan pek çok çalışmada maneviyatın iyi oluşu ve doyumunu arttırdığı da bulunmuştur. Yapılan araştırmalara göre maneviyatın aileler için olumlu etkileri olduğu ve aileleri güçlendirdiği söylenebilir (Wiggins, 2012). Yukarıdakilerden maneviyatın aile ilişkilerinin güçlenmesinde etkili olduğu görülür.

Manevi inanç ve değerler ailelerin dünyaya bakış açısını etkileyerek aile ilişkileri üzerinde etkili olabilir (Hoogestraat ve Trammel, 2003). Ailelerin güçlerinden olan manevi inançlar içinde ortak aşkın değerleri barındırır. Ailenin sahip olduğu aşkın inançlar yaşadıkları zorluklara ilişkin kabulü kolaylaştırır ve ailelerin bakış açısını genişleterek (Walsh, 2012) daha umutlu olmalarını sağlar (Walsh, 1998a). Ailenin sahip olduğu manevi değerler onlar için bir anlam taşıdığında ailede birlik duygusunun oluşmasını sağlar (Walsh, 2012).

Maneviyat yaşanan kayıplar karşısında ailelerin uyumlarını kolaylaştırarak (Walsh, 2011) ve anlam duygusuyla yaşamlarını sürdürmelerini sağlayarak aileleri destekler (Walsh, 2009). Maneviyat ailede dua etmek, ritüelleri yerine getirmek, doğayla bağlantı kurmak, sanatla ilgilenerek yaratıcı ürünler ortaya koymak (Walsh, 2012) ya da gönüllülük kapsamındaki aktivitelere katılmak gibi farklı şekillerde ifade edilebilir (Perry ve Rolland, 2009). Ailedeki üyelerin bir amaç için birlikte çaba göstermesi üyelerin arasındaki bağı arttırabilir (Walsh, 2012). Aile sistem yaklaşımından bakıldığında maneviyat ve aile arasında karşılıklı bir ilişki olduğu görülür. Anlamli manevi inançlar ve uygulamalar aileleri güçlendirebilir ancak katı manevi deneyimler aile üyeleri ve onların ilişkileri için zarar verici olabilir (Walsh, 2009). Maneviyatın ve manevi inançların aile üyelerinin ilişkileri üzerindeki olumlu ya da olumsuz etkilerinin açığa çıkarılması için ek araştırmaların yapılması gerekmektedir (Walsh, 2012). Maneviyat aileler için çeşitli anlamlar taşıyarak farklı şekillerde ifade edilir. Maneviyatın aile etkileşimlerine etkisinin açığa çıkarılması için aile eğitimi ve danışmanlığı alanında maneviyatla ilgili yapılan çalışmaların artmasının gerekli olduğu görülmektedir.

## **2.2.5. Maneviyat ve Manevi İyi Oluşla İlgili Yapılan Araştırmalar**

### **2.2.5.1. Maneviyat ve sağlık**

Alanyazın incelendiğinde maneviyatın ve manevi iyi oluşun çeşitli hastalıklara sahip olan bireylerle çalışıldığı görülmektedir. Maneviyat, kişinin yaşamı boyunca sağlık sürecini etkiler ve hastalıkla yüzleşmekte kişinin psikolojik dayanıklılığını arttırabilir. Maneviyat hastalık aktivitesi sonrası dahi mutluluk ve olumlu sağlık algılamalarıyla ilişkilendirilmektedir (Bartlett, Piedmont, Bilderback, Matsumoto ve Bathon, 2003). Kanser hastalarıyla yapılan çalışmada manevi iyi oluşun ve umudun yaşam doyumunu ve psikolojik uyumu etkilediği görülmüştür (Jafari ve ark., 2010). Hipertansiyon hastalarının ilaç tedavisine uyumlarıyla manevi iyi oluşları arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Hastaların manevi iyi oluşları arttıkça ilaca bağılılıkları da artmıştır (Aşiret ve Okatan, 2019). İleri evre kanser hastalarıyla yapılan çalışmada manevi iyi oluşla ölme isteği, umutsuzluk ve intihar düşüncesi arasında negatif bir ilişki olduğu; manevi iyi oluşun sayılan değişkenler için yordayıcı olduğu bulunmuştur (McClain, Rosenfeld ve Breitbart, 2003). Hasta olan bireylerin maneviyatlarının sağlıklarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu söylenebilir.

Omurilik hastalarıyla yapılan çalışmada hastaların yarısından fazlası manevi baş etme yollarını kullandıklarını belirtmiştir. Aynı zamanda hastaların yaşları arttıkça dinin

hayatlarında daha önemli hale geldiği ve manevi baş etme yollarını kullanmalarının da arttığı görülmüştür (Chlan, Zebracki ve Vogel, 2011). Omurilik felci geçirmiş bireylerle yapılan nitel bir çalışmada bazı bireylerin bu durumla baş etmek için din ve maneviyattan yararlandıkları belirlenmiştir. Bireylerin yaşadıkları bu travmatik olayın dini ve manevi yönden gelişmelerini sağladığı görülmüştür (Şimşir, Boynueğri ve Dilmaç, 2017). Travmatik bir olay yaşayan bireylerle yapılan çalışmada bireylerin travma sonrasındaki olumlu değişimlerini içeren travma sonrası büyümelerinde spiritüel iyi oluşlarının etkili olduğu ve onların travma sonrasında gelişimlerine katkı sağladığı görülmüştür (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019). HIV/AIDS hastalarının büyük kısmı bir dini tercihe sahip olduğunu, çoğu maneviyatın onlar için önemli olduğunu ve hastalıkla mücadelede olumlu dini baş etme yollarını kullandıklarını belirtmiştir (Cotton ve ark., 2006). Maneviyatın hastalıklarla baş etmek için kullanılan bir kaynak olduğu söylenebilir.

İyimserliği, yaşam doyumu, benlik saygısı daha yüksek ve alkol tüketimi daha az olan hastaların manevi ve dini yönlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Cotton, Zebracki, Rosenthal, Tsevat ve Drotar, 2006). Bir çalışmada üniversite öğrencilerinin iyilik halleri maneviyat yönünden incelenmiştir. Her gün fiziksel egzersiz yapmak, alkol kullanım sıklığının azalması, geleceğe ilişkin olumlu düşüncelere sahip olmak, dindarlığın artması öğrencilerin iyilik halinin maneviyat boyutuyla pozitif ilişkili bulunmuş ve maneviyat boyutunun artmasında etkili görülmüştür (Doğan, 2006). İçsel maneviyatın psikolojik stresi azalttığı bulunmuş (Kuo, Arnold ve Rodriguez-Rubio, 2014), beslenme, egzersiz yapma, stresi yönetme ve sigara içmemeyi içeren sağlıklı arttırıcı davranışların manevi sağlıkla pozitif ilişkili olduğu görülmüştür (Waite, Hawks ve Gast, 1999).

Yapılan bir çalışmada manevi zekanın hamile kadınların psikolojik iyi oluşlarıyla psikolojik uyumları arasındaki ilişkide düzenleyici rolü olduğu belirlenerek hamile kadınların manevi zekalarının güçlendirilmesinin öneminden bahsedilmiştir (Wojujutari, Alabi, Emmanuel ve Olugbenga, 2018). Kalp damar rahatsızlığı olan hastalarla yapılan çalışmada umudun manevi iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğu, umut ve manevi iyi oluşun birbirini yordadığı görülmüştür (Yaghoobzadeh, Soleimani, Allen, Chan ve Herth, 2018). Kronik hastalarla yapılan çalışmada, varoluşsal ve dini manevi iyi oluşa sahip olan gruplarla karşılaştırıldığında manevi olmayan grubun daha düşük yaşam kalitesine ve yaşam doyumuna sahip olduğu ve sağlık durumlarında olumlu ve olumsuz değişimlerin daha çok yaşandığı görülmüştür (Riley ve ark., 1998). Yapılan bir başka çalışmada omurilik hastalarında

maneviyatın arttıkça yaşam doyumunun da arttığı bulunmuştur (Brillhart, 2005). Buradan hareketle maneviyatın hasta bireylerin yaşam doyumuna katkı sağladığı ve sağlıkla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılabılır. Literatüre bakıldığında maneviyatın ve manevi iyi oluşun yaşam doyumunu, iş doyumunu ve evlilik doyumuna etkisiyle ilgili çalışmaların da mevcut olduğu görülmektedir.

### **2.2.5.2. Maneviyat ve yaşam doyumunu**

Manevi iyi oluş ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok araştırma vardır. Çocuk sahibi olamayan kadınlarla yapılan çalışmada manevi iyi oluşun yaşam doyumla ilişkili olduğu, kadınların manevi iyi oluşlarının arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı görülmüştür (Etemadifar, Hosseiny, Ziraki, Omrani ve Alijanpoor, 2016). Kişilerin maneviyatı arttıkça yaşamdan aldıkları doyum artmakta ve kendilerini sağlıklı algılamaları da bu durumda pozitif yönde aracı rol oynamaktadır (Zullig, Ward ve Horn, 2006). Dinin yaşam doyumunu üzerinde olumlu etkisi olduğu, bunun da dinin sağladığı sosyal ağlar sayesinde olduğu bulunmuştur (Lim ve Putnam, 2010). Düşük gelirli, iş arayan insanlarla yapılan çalışmada maneviyatın öz yeterlik üzerinde pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (Hong, Hodge ve Choi, 2015). Çocuklarla yapılan nitel çalışmada çocukların minnet duyguları incelenmiş ve çocukların minnettarlıklarının maneviyatlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Göcen, 2016). Yaşlı bireylerde bütünlük duygusuyla günlük yeterlilik, benlik saygısı, yaşam doyumunu ve sağlık doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur (Wiesmann ve Hannich, 2013). Üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının, spiritüel iyi oluşlarının aşkınlık ve doğa ile uyum alt boyutlarıyla pozitif ve anomi alt boyutuyla negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Uğurluoğlu, Erdem ve Kıyıcı, 2019). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada bireylerin manevi zekaları ile affetme esneklikleri, iç yönelimli dindarlıkları ve öznel iyi oluşları arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda manevi zekanın bireylerin iç yönelimli dindarlıkları, affetme esnekliği becerileri ve öznel iyi oluşları üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur (Karakaş, 2017). Çalışmalar sonucunda maneviyatın bireylerdeki minnettarlık, benlik saygısı, öz yeterlilik, affedicilik, öznel iyi oluş gibi pozitif kavramlarla ilişkili olduğu görülür.

Üniversite öğrencilerinde değerlerin yaşamda anlamı yordadığı görülmüştür. Değerlerin alt boyutlarından biri olan maneviyatın, yaşamın anlamının alt boyutlarından mevcut yaşam anlamıyla pozitif, aranan yaşam anlamıyla negatif ilişkili olduğu, maneviyatın



yaşamın mevcut anlamını yordadığı görülmüştür (Baş ve Hamarta, 2015). Yapılan bir çalışmada katılımcıların manevi iyi oluş ve yaşamda anlam duygularının psikolojik dayanıklılıklarını pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Katılımcıların manevi iyi oluşlarıyla, yaşamda anlam ve psikolojik dayanıklılıklarının pozitif ilişkili olduğu; manevi iyi oluşun ve yaşamda anlamın arttıkça psikolojik dayanıklılığın da arttığı bulunmuştur (Ekşi, Boyalı ve Ümmet, 2019). Bu çalışmalarda maneviyatın yaşamda anlam duygusuyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülür.

Bireylerin manevi sağlıklarının yaşam kaliteleri ve ruh sağlıkları üzerinde doğrudan etkili olduğu ayrıca duygu düzenleme aracılığıyla dolaylı bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda manevi sağlığın tükenmişliğin negatif yönde yordayıcısı olduğu ve bu etkide duygu düzenlemenin de rolü olduğu bulunmuştur (Akbari ve Hossaini, 2018). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada öğrencilerin özgünlüklerinin mutluluklarıyla ve maneviyatlarıyla pozitif ilişkili olduğu, maneviyatlarının arttıkça mutluluklarının arttığı görülmüştür. Özgünlükle mutluluğun ilişkisinde maneviyatın aracı rolünün olduğu belirlenmiştir (Aydoğan, Özbay ve Büyüköztürk, 2017). Üniversite öğrencilerinin maneviyatlarının arttıkça yaşam kalitelerinin arttığı (Lau, Hui, Lam, Lau ve Cheung, 2014), maneviyatın yaşamdan alınan doyum üzerinde pozitif bir etkisi olduğu (Wnuk ve Marcinkowski, 2014), üstün zekalı yetişkinlerin maneviyatlarının yaşam doyumlarını etkilediği (Perrone ve ark., 2006), manevi iyi oluşun kendine yabancılaşmayla negatif ilişkiliyken yaşam doyumuyla pozitif ilişkili olduğu (Vahedi ve Nazari, 2011) yapılan çalışmalarla görülmektedir. Buradan hareketle maneviyatın yaşam doyumuyla pozitif bir ilişki içinde olduğu söylenebilir.

### **2.2.5.3. Maneviyat ve iş doyumunu**

Maneviyatın pek çok günlük yaşam olayı için koruyucu nitelikte olduğu görülür. Manevi iyi oluşla iş doyumunu konu alan çalışmalarda iki değişken arasında pozitif bir ilişki olduğu bilinmektedir. Manevi deneyimler sonucu elde edilen maneviyat, iş stresi gibi olumsuz duygulara karşı da korucu bir faktördür, manevi iyi oluş arttıkça yaşanan olumsuz durumlara rağmen iş doyumunun arttığı görülmüştür (Tejeda, 2015). Manevi iyi oluşun genel iş doyumuyla pozitif ilişkili olduğu (Robert, Young ve Kelly, 2006), iş doyumuna doğrudan etkisinin yanında, kişilerin manevi yönlerini iş süreciyle ve kendini gerçekleştirmeyle birleştirdiklerinde iş doyumlarının arttığı (Clark ve ark., 2007) ayrıca kişinin çalışma

şartlarındaki manevi iyi oluşunu gösteren iş yeri maneviyatının iş doyumunu üzerinde pozitif yönde etkisinin olduğu görülmüştür (Altaf ve Awan, 2011). Yapılan çalışmalardan maneviyatın işten alınan doyumunu olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılabilir.

#### **2.2.5.4. Maneviyat ve evlilik doyumunu**

Alanyazın incelendiğinde maneviyatın evlilikle ilgili konularla çalışıldığı görülmektedir. Dinin evlilikle ilişkisini inceleyen pek çok çalışma yapılmıştır ve dindar olmanın boşanma, bağlılık gibi konularla ilişkili olduğu görülmüştür (Sullivan, 2001). Dinin ve maneviyatın evlilik kalitesiyle olan ilişkisiyle ilgili yapılan çalışmalar mevcuttur (Fincham ve Beach, 2010). Yapılan bir çalışmada evlilik bağlılığının bir boyutunun evliliğin sosyal ve dinsel bir kurum olduğuna yönelik inanışa sahip olmak olduğu (Adams ve Johnes, 1997), farklı dinlere mensup çiftlerin evlilik ilişkilerine, evlilik pratiklerine ve inanışlarına Tanrı'yla olan ilişkilerini dahil ettikleri görülmüştür (Goodman ve Dollahite, 2006). Çiftlerin maneviyatlarının evlilik ilişkileriyle pozitif ilişkili olduğu görülmüş, çiftlerden erkeğin eşinden daha yüksek düzeyde maneviyata sahip olması çiftin evlilik doyumunun yüksek olmasıyla ilişkiliyken, kadının maneviyatının eşinden daha yüksek olmasının evlilik doyumunun düşük olmasıyla ilişkili olduğu görülmüştür (Giblin, 1997). Bir çalışmada evli bireylerin manevi yakınlık hislerinin duygusal yakınlık hisleriyle ilişkili olduğu ve bu sayede evlilik doyumlarına katkı sağladığı görülmektedir. Aynı çalışmada manevi yakınlığın duygusal yakınlıkla ve evlilik doyumuyla pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (Hatch, James ve Schumm, 1986). Evlilik öncesi ilişki uyumunun ve yaşam doyumunun evlilik uyumunu yordadığı (Stanley, Ragan, Rhoades ve Markman, 2012), manevi iyi oluşun evlilik uyumuyla pozitif ilişkili olduğu (Roth, 1988) yapılan çalışmalarla görülmüştür. Buradan hareketle maneviyat evliliği etkileyen ve evlilikten alınan doyuma katkı sağlayan bir faktör olarak değerlendirilebilir.

Yapılan bir çalışmada evli bireylerin maneviyatlarının arttıkça yaşam doyumlarının arttığı, evlilik doyumunun yaşam doyumuna etkisinde maneviyatın pozitif yönde kısmi aracılık rolü olduğu görülmüştür (Kasapoğlu ve Yabanigül, 2017). Diğer çalışmada evli bireylerin manevi iyi oluşları ve evliliklerinden aldıkları doyum arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşamamış, bireylerin manevi iyi oluşlarının evlilik doyumunun boyutlarından olan eşin ailesiyle iletişimleriyle ve ebeveynlik anlayışlarıyla pozitif ilişkili olduğu (Şirin, 2019) bulunmuştur. Evlilik doyumunu ve uyumu ile ilgili yapılan pek çok çalışmada yüksek

maneviyat ve din, yüksek evlilik doyumu ve uyumu ile ilişkili bulunmuştur (Giblin, 1996). Yapılan nitel bir araştırmada evlilik ilişkisindeki problemlerin engellenmesi ve çözümünde dindarlığın ve maneviyatın olumlu rolünden bahsedilmektedir (Yapıcı, 2018). Evli bireylerin manevi yönelimlerinin yaşam doyumlarına ve evlilik doyumlarına etkisinde fedakarlık ve duyarlılık duygularının aracılık etkisinin olduğu görülmüştür (Sayın ve ark., 2019). Farklı bir çalışmada yılmazlığın ve iletişim becerilerinin çiftlerin evlilik doyumları üzerinde etkili olduğu bulunmuştur (Buluş ve Bağcı, 2016). Çalışmaların sonucunda maneviyat ve evlilik doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülür.

### **2.2.5.5. Maneviyat ve aile doyumu**

Literatürde maneviyat ve manevi iyi oluşun aile doyumuyla olan ilişkisi oldukça az çalışılan bir konudur. Yapılan bir çalışmada (Andrews, 1999) katılımcıların aile yaşam doyumları, eş doyumları ve manevi yaşam doyumları pozitif ilişki bulunmuştur. Eş ilişkileri; çocuk ve evlilik, iletişim, çatışma çözme, evlilik doyumu, kişisel konular ve cinsel ilişki dinamikleri bakımından manevi yaşam doyumuyla ilişkili bulunmuştur. Bu dinamikler aynı zamanda aile yaşam doyumuyla da pozitif ilişkilidir.

Bir çalışmada manevi iyi oluşun iletişim, pozitif etkileşimler, birlikte zaman geçirme gibi faktörleri içeren ailedeki güçleri ve stresörlerin azlığı, sosyal destek gibi faktörleri içeren ailedeki koruyucu faktörleri pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Maneviyat ayrıca ailedeki koruyucu faktörler üzerindeki olumlu etkisi yoluyla da ailedeki güçleri arttırmaktadır (Ghaffari ve ark., 2013). Orta yaştaki Afro Amerikan kadınlarla yapılan çalışmada literatüre benzer sonuçlar elde edilmiş, maneviyat arttıkça aile yaşam doyumu artmıştır ve kadınlar dindarıktan daha çok manevi yönlerini ifade etmişlerdir (Starks ve Hughey, 2003). Üstün zekalı yetişkinlerle yapılan çalışmada kişiler maneviyatlarının çalışmalarını, evliliklerini, ebeveynlik rollerini etkilediğini belirtmiş, ortak dini inançlarının romantik ilişkilerindeki bağlarını güçlendirdiğini ifade etmişlerdir (Perrone ve ark., 2006). Farklı bir çalışmada maneviyatın ailelerin genel aile kalitelerini arttırdığı (Poston ve Turnbull, 2004) görülmektedir.

Bir araştırmada yaşlı çiftler maneviyatın ailelerinin daha sağlıklı olmasını sağladığını belirtmişlerdir. Çiftlere göre maneviyat ailedeki duygusal iyi oluşu, sağlıklı davranışları, sağlıklı deneyimleri ve bağlılığı güçlendirmektedir. Maneviyat onlar için ailedeki bağlılığı, birliği ve zorluklarla başa çıkmayı ifade etmektedir. Maneviyatın ailedeki bağlılıkla ilişkisi

çocuklara model olma, manevi gelişim için birbirlerine olan bağlılık gibi içeriklere sahiptir. Maneviyatın ailedeki birlikle ilişkisi, manevi ve dini rutinlere sahip olmayı ve ailede geçirilen kaliteli zamanı güçlendirmesi gibi içeriklere sahiptir. Maneviyatın ailedeki başa çıkmayla ilişkisi sağlık ve hastalık durumlarına ilişkin inanç sistemleri, dini başa çıkma mekanizmaları ve sosyal destek gibi içeriklerle ilişkilidir. Yani çiftler aile sağlığı için maneviyatı önemli bir kaynak olarak görmektedir (Kim ve ark., 2016). Buradan maneviyatın ileri yaştaki bireyler için aile ilişkilerini güçlendiren bir kaynak olduğu söylenebilir.

Parkinson hastalarının ve ailelerinin hastalığı tanımlamalarında ve yönetmelerinde maneviyatın ilişkisi araştırılmıştır. Parkinson hastaları ve aileleri hastalığın sonuçlarını yönetmekte ve onun üstesinden gelmekte Tanrı'nın yardımıyla ilgili inançtan, yaşamla ilgili anlam ve amaç duygusundan, dua aracılığıyla Tanrı'yla bağlantı kurmaktan, aile ve arkadaş desteğinden ve şu anki durumları için minnet duymaktan, hastalığın geleceğiyle ilgili umuttan etkilendiklerini belirtmişlerdir. Maneviyat bahsedilen yollar aracılığıyla Parkinson hastalarını ve ailelerini pozitif yönde etkilemektedir (Bingham ve Habermann, 2006). Buradan hareketle maneviyatın hasta bireylerin ve ailelerinin üzerinde çeşitli yollarda olumlu etki sağladığı görülür.

Çocuğunun otizmi olan ailelerle yapılan bir çalışmada ailelerin yılmazlık faktörlerinin birisinin manevi deneyimler ve inançlar olduğu görülmüştür. Bu aile üyelerinden bazıları bu durumla ilgili anlam yaratma yoluna giderken bazıları bu durumu Tanrı'yla ilişkilendirmiş bazıları da manevi kazanımları dikkate almıştır. Genel olarak aile üyeleri durumla ilgili manevi farkındalık ya da güç deneyimlemiştir (Bayat, 2007). Bir çalışmada katılımcıların zor zamanlarda maneviyatı farklı yollarla ailedeki koruyucu ve iyileştirici kaynaklar olarak gördükleri ve maneviyatın yılmazlığa katkı sağlayan önemli bir baş etme mekanizması olduğu görülmüştür. Yılmazlık faktörlerinden biri olarak gördükleri maneviyatın, baş etme kaynaklarından olduğu ve kriz durumlarının ardından uyum sağlamayı kolaylaştırdığı görülmüştür. Maneviyatın baş etmeyle ilişkisi, ailenin ve ailedeki sevginin Tanrı'nın hediyesi olarak görülmesi, Tanrı'nın zorluklarla karşılaşıldığında rehber olarak görülmesi, Tanrı'nın yaşam üzerindeki belirleyici rolü, zor zamanlarda Tanrı'yla dua aracılığıyla iletişim kurulabilmesi ve inanç kategorilerinde görülmektedir (Greeff ve Loubser, 2008). Yaşlı bireylerde dinin ve maneviyatın yılmazlık için önemli olduğu (Reis ve Menezes, 2017) ailedeki diğer üyelerle paylaşılan inançların yararı gibi yollarla eş ölümünden sonra aile uyumuna katkı sağladığı (Greeff ve Joubert, 2007) da araştırma bulguları arasındadır.

Ülkemizde engeli olan çocuğa sahip ailelerle yapılan nitel araştırmada, maneviyatın aile yılmazlığını güçlendiren önemli faktörlerden biri olduğu bulunmuştur. Baş etmede maneviyatın kullanımının kabullenme; durumu manevi olarak anlamlandırma ve Allah'a güvenme/dayanma boyutlarında olduğu görülmektedir (Özbay ve Aydoğan, 2013). Engeli olan çocuğa sahip ebeveynlerin maneviyatı durumu kabul etmek için ve çocuklarını yetiştirme sürecinde baş etme kaynakları olarak kullandıkları görülmektedir (Hatun, Yavuz- Birben, İnce ve Kalkan-Yeni, 2016). Yapılan araştırmalardan hareketle maneviyatın ailelerde zorluklarla baş etmeye ve uyum sağlamaya olumlu etkisinin olduğu söylenebilir.

### **2.3. Aile Desteği**

Aile desteğini açıklamak için öncelikle sosyal destek ve algılanan sosyal destek kavramlarını açıklamanın gerekli olduğu görülmüştür. Sosyal destek kuramsal temellerini Lewin'in Alan Kuramı'ndan ve davranışı tanımlamasından almaktadır. Lewin davranışın psikolojik çevrede gerçekleşen değişme olduğunu ifade eder. Kişinin davranışları üzerinde etkili olan psikolojik çevre sosyal desteği de içermektedir (Yıldırım, 1997). 1970'lerden beri zorluklarla baş etmede bir kaynak olarak görülen (Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley, 1988) sosyal destek, Cassel'e göre (1974) stresli durumlara karşı koruyucu bir faktördür. Cassel (1976) bireyin davranışlarının sonucunda yeterli geri bildirim almamasının stresli olayların bir özelliği olduğunu vurgular. Ona göre bireylerin uygun geri bildirim almamasıyla yeterli sosyal desteğe sahip olmaması bağlantılı konulardır. Cobb (1976) sosyal desteği kişinin önemsendiğine, sevildiğine, saygı duyulduğuna, değer verildiğine dair bir iletişim ağına ait olmaya inancını sağlayan bilgi olarak tanımlar. House'a göre (1987) sosyal destek sosyal ilişkilerin işlevsel yönünü ifade eder. Sosyal destekte bireyin ihtiyaç duyduğunda ulaşabildiği kişilerin varlığı ve sosyal destekten memnuniyet düzeyi önem taşımaktadır (Sarason, Levine, Basham ve Sarason, 1983). Sosyal destek kişiye çevre tarafından sağlanan yararlı ilişkileri içerir.

Pek çok tanıma sahip olan sosyal destek temelde bireyler arasındaki ilişki alışverişine dayanır (Zimet ve ark., 1988). Sosyal destek maddi, duygusal, bilgi desteği ya da bireyin stresli durumların üstesinden gelebilmesini kolaylaştıracak şekilde verilen destektir. Aile, eş ya da sosyal çevredekiler bireylerin sosyal destek aldığı kişiler olabilir (Yıldırım, 2004). Sosyal destek kişinin aile, arkadaş, komşu, önemli görülen diğer insanlar gibi diğer sosyal destek sistemlerinden sağladığı sevilme, bilgilendirilme, maddi destek gibi yardımların

tümüdür (Oktan, 2005). Sosyal desteğin çevreden edinilen sosyal ve psikolojik destek olarak da tanımlandığı görülmektedir (Yıldırım, 1997). Sosyal destek teorisi sosyal desteğin iyi oluş üzerinde olumlu etkisi olduğunu ve stresli durumlar için koruyucu bir faktör olduğunu savunmaktadır (Armstrong, Birnie-Lefkovitch ve Ungar, 2005). Sosyal destek çeşitli tanımlamaları olan bir kavramdır.

Sosyal destekle ilgili farklı araştırmacılar tarafından yapılan çeşitli açıklamalar bulunmaktadır. Cohen ve Wills'in (1985) sosyal desteğin türlerini saygı desteği, bilgisel destek, sosyal arkadaşlık desteği ve araçsal destek olmak üzere dört şekilde tanımladıkları görülmektedir. Saygı desteği, duygusal destek olarak da tanımlanabilir. Kişinin tüm yönleriyle birlikte kabul edilmesi ve kişiye değer verilmesiyle benlik saygısının güçlenmesini sağlayan destek türüdür. Bilgisel destek kişinin sorunları tanımlaması, anlaması ve başa çıkması için sunulan destektir. Sosyal arkadaşlık desteği, diğerleriyle yapılan boş zaman aktivitelerini içermektedir. Boş vakitlerde diğerleriyle geçirilen ve yapılan eğlenceli faaliyetler diğerleriyle temas ve yakınlık ihtiyaçlarını karşılayarak, kişiyi sorundan uzaklaştırarak ya da pozitif duygulanımı mümkün kılarak stresin azalmasına katkı sağlayabilir. Araçsal destek, materyal desteği ya da somut destek olarak da adlandırılır. Bu destek türü parasal yardım, materyal yardımı ya da ihtiyaç halinde gereken hizmetlerin sunulmasıyla gerçekleştirilir. Bu destek araçsal sorunların çözümüne katkısıyla ya da rahatlama ve eğlence için ayrılan zamanın artmasına katkısıyla stresin azalmasını sağlayabilir.

Richman, Rosenfeld ve Hardy (1993) sosyal destek türlerini dinleme, duygusal destek, duygusal meydan okuma, gerçeği doğrulama, görev takdiri, göreve meydan okuma, somut yardım ve kişisel yardım olmak üzere tanımlamışlardır. Dinleme desteği kişiyi yargılamadan ve ona öğüt vermeden dinleme yoluyla sunulur. Duygusal destek kişiye gösterilen ilgi ve rahatlık hissiyle kişinin yanında olarak sunulur. Duygusal meydan okuma desteği kişinin kendi duygularını ve tutumlarını değerlendirmesi için sunulur. Gerçekliği doğrulama desteği, kişinin dünyaya bakışını doğrulaması için ona benzer bir bakış açısıyla sunulan destektir. Görev takdiri desteği, kişinin görev için çabalarının kabulü ve yaptığı iş için takdir edilmesiyle sunulur. Göreve meydan okuma desteği, kişinin görevle ilgili motivasyonunun artmasını, daha yaratıcı olmasını ve sürece dahil olmasını sağlamak için göreve ilişkin düşünceleri ve davranışlarına meydan okunmasıyla sunulur. Somut yardım desteği, kişiye parasal yardımla ya da ürün veya hediye yoluyla sunulur. Kişisel yardım desteği, kişiye işlerinin tamamlanmasına yardım etme yoluyla sunulur.

Sosyal destek ve baş etme arasındaki ilişki bazı araştırmacılar tarafından çalışılan bir konu olmuştur. Cohen ve McKay (1984) stresli durumlarla baş etmek için gerekenler ve sosyal destekle sağlanan baş etme kaynaklarının ilişkisinin önemli olduğunu belirtir. Bu ilişki kaynakların kişiyi stresli olayların olumsuz sonuçlarından koruyucu etkisi için belirleyicidir. Stresörler ve stresli yaşantılarla baş etmek için ihtiyaç duyulan sosyal destek türleri somut destek, değerlendirme desteği, benlik saygısı desteği, ait olma desteği ve bunların çeşitli birleşimlerinden oluşur. Stresli durumlarla baş etmek için uygun olan destek biçimleri, tampon etkisiyle kişiyi stresörlerin potansiyel zararlarından koruyucu olur. Sosyal destek mekanizmalarının tampon etkisi oluşturabilmesi için bu mekanizmalara uygun stresörler ve onlara uygun sosyal destekler vardır. Somut destek mekanizmasında, gelir kaybı gibi stresörlerde destek kaynağı, kişinin bu duruma uygun gördüğü herhangi bir kaynaktır. Değerlendirme desteği mekanizmasında, psikolojik stresörlerde kişinin destek kaynağı, çevresinde benzer sorunları yaşamış kişilerdir. Benlik saygısı desteği mekanizmasında, kişinin başarısızlıklarının kendisine bağlı olduğu gibi sonuçlar oluşturan stresörlerde destek kaynağı, kişi hakkında olumlu karşılaştırma sunan kişilerdir. Ait olma desteği mekanizmasında, yakın bir ilişkinin sonlanması stresörlerinde destek kaynağı, yakınlık imkânı sunan insanlardır.

Sosyal destek diğer bir görüşe göre (Tardy, 1985) yön, eğilim, tanım/değerlendirme, içerik ve sosyal ağ olmak üzere beş boyuttan oluşur. Sosyal desteğin alınması (received) ve verilmesi (provided) onun yön olarak değerlendirilmesini oluşturur. Sosyal desteğin ulaşılabilirliği (available) ve alınması (enacted) eğilim olarak değerlendirilmesini oluşturur. Sosyal desteğin tanımı ve değerlendirilmesi kavramın bir yönünü oluşturur. Sosyal desteğin içeriği bilgisel, araçsal, duygusal ve değerlendirme desteğinden oluşmaktadır. Sosyal destek ağları aile, komşular, yakın arkadaşlar gibi ağlardan oluşarak sosyal desteğin bir yönünü oluşturmaktadır.

Sosyal desteğin farklı kategorilere ayrıldığı çalışmalar da mevcuttur. Barrera ve Ainley (1983) sosyal desteğin materyal yardım, davranışsal yardım, yakın etkileşim, rehberlik, geri bildirim ve olumlu sosyal etkileşim olmak üzere altı şekilde sınıflandırılabileceğini ifade etmişlerdir. Materyal yardım, para gibi somut araçlarla sağlanmaktadır. Davranışsal yardım, mevcut işlerin fiziksel olarak paylaşımıyla sunulmaktadır. Yakın etkileşimde destek dinleme, ilgili olma, anlama gibi etkileşimlerle sunulmaktadır. Rehberlikle destek kişiye verilen bilgi, yönerge ve tavsiyelerle sunulmaktadır. Geri bildirimle destek kişiye davranış, düşünce ve

hisleri sonucunda verilen geri bildirimlerle sağlanmaktadır. Sosyal desteğin son kategorisi olan pozitif sosyal etkileşim, eğlenceli ve rahatlatıcı sosyal aktivitelerle sağlanmaktadır.

Sosyal destek ve iyi oluş arasındaki ilişkinin açıklandığı bazı araştırmalar mevcuttur. Cohen ve Wills (1985) sosyal destekle iyi oluş arasındaki olumlu ilişkiyi açıklamak için temel etki modeli (main-effect model) ve tampon etkisi modeli (buffering model) olmak üzere iki model tanımlamışlardır. Sunulan modeller, sosyal desteğin iyi oluşu olumlu yönde iki farklı süreçte etkileyebileceğini ifade eder. Temel etki modeli, bu ilişkiyi sosyal desteğin yarar sağlayıcı genel etkisiyle açıklar. Sosyal destek kişi üzerinde stres düzeyinden bağımsız olarak olumlu bir etkiye sahiptir. Temel etki modelinde kişinin sosyal ağlara dahil olma derecesi önemlidir. Sosyal ağlar sağladığı olumlu deneyimler gibi yollarla kişi üzerinde genel yararlı bir etki oluşturabilir. Bu etki yaşam olaylarına ilişkin öngörü ve istikrar algılarının oluşması gibi yollarla kişinin iyi oluşuna olumlu etki edebilir. Burada kişinin sosyal ağlara sahip olmamasının onun üzerinde olumsuz bir etki oluşturacağı ileri sürülmektedir. Tampon etkisi modeline göre, sosyal destek kişileri stresli olayların oluşturabileceği potansiyel olumsuz etkilerden korur. Bu modele göre, kişilerin stresli durumlarda sosyal kaynakların ulaşılabilirliğine ilişkin algıya sahip olmaları önemlidir. Stresli durumlar karşısında sosyal destek, soruna verilen önemin azalmasını sağlayarak ya da sorunun çözümünü kolaylaştırarak stresin kişi üzerindeki olumsuz etkilerinin azalmasını sağlar.

Sosyal desteğin farklı araştırmacılar tarafından çeşitli şekillerde tanımlandığı görülür. Thoits (1995) sosyal desteği aile, arkadaşlar gibi önemli kişiler tarafından gerçekleştirilen işlevler olarak tanımlar. Ona göre sosyal desteğin yapısal ve işlevsel yönleri bulunmaktadır. Sosyal desteğin işlevsel yönleri araçsal, duygusal ve bilgisel olarak sunulan desteklerdir (Thoits, 1986). Sosyal desteğin işlevsel özellikleri, bahsedilen işlevlerin algılanan yeterliliği ve miktarı bakımından değerlendirilebilir (Thoits, 1982). Bu destekler alınan ve algılanan sosyal destek olmak üzere iki şekilde değerlendirilir (Thoits, 1995). Alınan sosyal destek kişinin gerçekte aldığı desteği temsil ederken algılanan sosyal destek kişinin desteğin gerekli olabileceği durumlarla ilgili değerlendirmesini içerir. Alınan sosyal destek gerçek destekleyici davranışlardan oluşurken algılanan sosyal destek, desteğin ulaşılabilirliğine ilişkin algıdır. Stresli durumlara uyum sağlarken algılanan sosyal desteğin alınan sosyal destekten daha önemli olduğu görülmüştür (Wethington ve Kessler, 1986). Sosyal desteğin yapısal özellikleri kişinin sosyal destek ağlarının sayısı, bu ağlarla olan ilişkilerinin sıklığı, yoğunluğu gibi özelliklerle değerlendirilir (Thoits, 1995). Sosyal desteğin miktarı, yapısı, eş



gibi sosyal destek kaynakları ve duygusal destek gibi sosyal destek türleri sosyal desteğin bireye ulaşmasında etkili olan faktörlerdir (Thoits, 1982). Sosyal desteğin işlevsel ve yapısal bazı özelliklere sahip olduğu görülmektedir.

Sosyal desteği iki boyutta değerlendiren araştırmalar da mevcuttur. Lakey ve Cohen (2000) sosyal desteğin iki boyutunu algılanan ve alınan destek olmak üzere tanımlamışlardır. Alınan destek belirli bir zamanda stresli olaylar karşısında diğerlerinin sağladığı gerçek yardımın sıklığını ifade eder. Alınan destekte destekleyici davranışların miktarı önem taşır. Algılanan sosyal destek, desteğin ulaşılabilir olduğuna dair inançları ifade eder. Wills ve Shinar'a göre (2000), algılanan sosyal destek ihtiyaç duyulduğunda ulaşılabilir olduğu algılanan destekleyici işlevler, alınan destek ise son zamanlarda sağlanan destekleyici işlevlerdir.

Algılanan sosyal destek kişinin zorluklarla başa çıkma yeteneğine ilişkin değerlendirmelerinin daha olumlu olmasıyla ilişkilidir (Mackinnon, 2012). Farklı bir tanıma göre algılanan sosyal destek diğerleriyle güvenilir bağların varlığına ilişkin bilişsel bir değerlendirmedir (Barrera, 1986). Algılanan sosyal destek bireyin destek kaynağına ilişkin öznel değerlendirmesidir. Bu değerlendirme destekleyici etkileşimlerin yorumlanmasına ve kişinin onlara yüklediği anlama göre değişebilir. Alınan sosyal destek ise kişilerden belirli bir zamanda alınan gerçek destek miktarını ifade eder (Kef, 1997). Buradan hareketle algılanan sosyal desteğin öznel bir yönü olduğu ve kişinin değerlendirmelerine bağlı olduğu söylenebilir.

Algılanan sosyal destek ihtiyaç duyulması halinde sosyal destek kaynaklarının var olmasına dayanır ve öznel bir yapıdadır (Gülaçtı, 2010). Desteğin yeterliliğine ilişkin kişinin sahip olduğu izlenimlerdir (Eker, Akar ve Yıldız, 2001) ve hem çevresel hem de kişisel özelliklerden etkilenmektedir. Algılanan sosyal destekte, çevredeki destekleyici davranışların önemiyle birlikte kişinin bahsedilen davranışlara ilişkin öznel değerlendirmeleri de önemlidir (Cohen, McGowan, Fooskas ve Rose, 1984). Stokes (1985) algılanan destekte bireysel farklılıkların söz konusu olabileceğini ve desteğe ilişkin algı düzeyinin kişiye göre değişebileceğini ifade eder.

Çalışmalarının kuramsal temellerini Cohen ve McKay'in (1984) yaklaşımından alan Cohen ve Hoberman'a göre (1983) sosyal desteğin algılanan ulaşılabilirliği somut destek, değerlendirme desteği, benlik saygısı desteği ve ait olma desteği olmak üzere dört sosyal

işlevle ölçülebilir. Algılanan sosyal destek tüm bu alanlardaki sosyal desteklerin algılanan ulaşılabilirliğidir. Somut destek, parasal yardım gibi bir materyal yardımının algılanan ulaşılabilirliğini, değerlendirme desteği kişinin sorunlarından bahsedebileceği birinin algılanan ulaşılabilirliğini, benlik saygısı desteği pozitif geri bildirimleriyle kişinin benlik saygısını destekleyecek kişilerin algılanan ulaşılabilirliğini, ait olma desteği kişinin bir şeyler yapabileceği insanın algılanan ulaşılabilirliğini ifade etmektedir.

Heller, Swindle ve Dusenbury (1986) saygıyı güçlendirici değerlendirmelerin ve stresle ilişkili kişiler arası etkileşimlerin sosyal desteğin iki temel bileşeni olduğunu belirtir. Onlara göre her sosyal etkinlik sosyal destek anlamına gelmez. Desteği alan kişi, sosyal etkinliği saygıyı arttırıcı olarak algılıyorsa ya da sosyal etkinlik stresli durumlarda yardım sağlıyorsa sosyal desteği içermektedir. Sosyal bağların psikolojik etkileri bulunmaktadır ve sosyal etkinliğin algılanma ve yorumlanma şekli onun sağlığı koruyucu rolü üzerinde belirleyicidir. Sosyal etkileşimlerin olumlu ya da olumsuzluğu, destek alan kişinin onun nasıl algıladığına ve yorumladığına bağlıdır. Bu nedenle sosyal destekte bireysel ve çevresel unsurlar birlikte ele alınmalıdır. Sosyal desteğin baş etme becerilerine etkisi de desteğin değerlendirilmesine bağlıdır. Diğerlerinin, kişinin benlik saygısını ya da iyi oluşunu destekleyen davranışları kişi sadece stresli olaylarla baş etmeye çalıştığında değil aynı zamanda önemli olan kişilerle ilişkilerindeki rollerine ve kendisine bağlı olarak da gerçekleşebilir. Kişinin bir arkadaşlık ya da sosyalleşme sonucunda algıladığı destek stresli bir durumdaki yardım alma süreciyle oluşandan daha fazla olabilir. Buradan sosyal desteğin niteliğinin bireylerin algılarına bağlı olarak değişebileceği görülmektedir.

Algılanan sosyal destek, ağların birey üzerindeki etkisine dikkat çeker (Procidano ve Heller, 1983). Sosyal ağ yaklaşımı sosyal çevreyi vurgulayarak, tanımlanmış bir sosyal çevrenin destekleyici kapasitesinin değerlendirilmesini sağlar. Sosyal ağlar yapısal, etkileşimsel, niteliksel ve işlevsel olmak üzere dört boyuttan oluşur. Sosyal ağların bu dört boyutunun bilinmesi stresli durumlarda ağın sosyal ve psikolojik olarak ne kadar işlevsel olduğunun anlaşılmasını sağlar. Yapısal boyut büyüklük, yoğunluk gibi ağın sosyal yapı özelliklerini tanımlarken etkileşimsel boyutta ağdaki bileşenler arasındaki ilişkiler tanımlanır. Niteliksel boyut duygusal bağlar, algılanan destek gibi özellikleri içerir ve bu boyutta kişinin ilişkinin niteliğiyle ilgili algısı önemlidir. İşlevsel boyut geri bildirim gibi kişinin diğeri için işlev sunduğu bağlantıları tanımlar (Marsella ve Snyder, 1981). Yani algılanan sosyal destek değerlendirilirken sosyal ağın özelliklerini göz önüne almanın önemli olduğu görülür.

Kişinin değerlendirmelerinden kaynaklanan destek arayışları, kişi üstesinden gelmek için bilgiye ya da yardıma ihtiyaç duyduğu bir tehditle karşılaştığında ve sahip olduğu destek ağında yardımın ulaşılabilir olduğunu algıladığında meydana gelir. Destek algısı çevredeki destekleyici yapıların ulaşılabilirliğine bağlıdır ancak algılanan destekle sosyal ağların sağladığı destek birbirinden farklıdır. Algılanan sosyal destek uzun süredir var olan kişisel özelliklerden ya da kişinin sahip olduğu geçici değişimlerden etkilenebilir. Bu faktörler desteğin ulaşılabilirliğine ya da sağlanıp sağlanmadığına ilişkin algıları etkileyebilir (Procidano ve Heller, 1983). Yani algılanan sosyal destek kişiye bağlı olan faktörlerden ve kişinin sahip olduğu özelliklerden etkilenebilir.

Aileden algılanan sosyal destek bireyin destek, bilgi ve geri bildirim ihtiyacının ailesi tarafından karşılanma düzeyine ilişkin algısıdır (Procidano ve Heller, 1983). Literatür gözden geçirildiğinde aile yılmazlığını destekleyen faktörlerin arasında destek ağlarının olduğu görülmektedir (Black ve Lobo, 2008). Sağlıklı ailelerde eşler birbirlerini destekleyici etkileşimlerde bulunmaktadır. Eşlerin birbirlerine verdikleri destek ailenin gelişmesine katkıda bulunur (Yıldırım, 2004). Gladding (2015) sağlıklı ailelerin özellikleri arasında ailenin destekleyici ve cesaretlendirici olmasına yer vermiş, aile desteğinin ailenin sağlığı için etkili olduğunu belirtmiştir. Zorlukların üstesinden gelmek için sosyal destek kaynaklarına sahip olmak önemlidir ve aile de önemli bir sosyal destek kaynağıdır. Aileden alınan destek zorlukların üstesinden gelmek için önemli bir kaynaktır (Walsh, 1996). Yani aile üyelerinin birbirlerini destekleyici davranışlarının aile ilişkileri için yararlı görülmektedir.

### **2.3.1. Aile Desteğiyle İlgili Yapılan Araştırmalar**

Sosyal destek aile iyi oluşu için çeşitli zorluklara karşı koruyucu bir görev üstlenen (Armstrong ve ark., 2005) ve yaşam doyumunu etkileyen önemli bir faktördür. Yaşam doyumunu kişinin ailesiyle ilişkilerinden aldığı doyumla pozitif ilişkilidir (Kasprzak, 2010). Sosyal desteğin yaşam kalitesiyle olumlu yönde ilişkili olduğu (Friedland, Renwick ve McColl, 1996), aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek düzeyinin üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığı bulunmuştur (Mahanta ve Aggraval, 2013). Ergenlerde algılanan aile desteğinin yaşam doyumuyla pozitif ilişkili olduğu ve yaşam doyumunu yordadığı görülmüştür (Edwards ve Lopez, 2006). Evli bireylerle yapılan çalışmalarda daha çok eş desteğinin araştırıldığı (Çağ ve Yıldırım, 2013; Kabasakal ve Soylu, 2016; Parasuraman, Greenhaus ve Granrose, 1992; Vural Batık, 2019; Wan, Jaccard ve

Ramey, 1996) görülmektedir.

İleri yaş yetişkinlerin ailelerinden aldıkları desteğin arttıkça yaşam doyumlarının arttığı görülmüştür (Yeung ve Fung, 2007). Yapılan farklı çalışmalarda aileden alınan desteğin aile birliğini ve evlilik kalitesini epilepsi hastalığına sahip olanlar ve olmayanlarda yordadığı bulunmuştur (Wang ve ark., 2015). Algılanan sosyal desteğin iyi oluşu açıklamaya katkı sağladığı, arkadaştan ve özel birisinden algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluşu yordamadığı ancak aileden algılanan sosyal desteğin öznel iyi oluşu pozitif yönde açıkladığı görülmüştür (Gülaçtı, 2010). Çalışmalardan aile desteğinin yaşam doyumunu ve öznel iyi oluş gibi pozitif değişkenlere katkı sağladığı görülmektedir.

Hemodiyaliz hastalarıyla yapılan çalışmada aile desteğinin hastaların hayatta kalmaları ile pozitif şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Çalışmada, aile desteği düşük olan hastalar için tahmin edilen ölüm oranları, yüksek aile desteği alan hastalardan üç kat daha fazladır (Christensen, Wiebe, Smith ve Turner, 1994). Erkek hastalarla yapılan çalışmada algılanan aile desteği ile kişinin kendisine yönelik algıladığı sağlık durumunun pozitif şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Algılanan aile desteği ve algılanan sağlık durumunun psikolojik semptomlar ve bazı psikolojik bozukluklarla negatif yönde ilişkili olduğu, algılanan aile desteğinin arttıkça psikolojik semptomların azaldığı bulunmuştur (Cano ve ark., 2003). Ülkemizde kanser hastalarıyla yapılan bir çalışmada, hastaların algılanan aile destekleri arttıkça umutsuzlukları azalmış yani aile desteğiyle umutsuzluk düzeylerinin negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Tan ve Karabulutlu, 2005). Düşük düzeyde aile desteğine sahip olan ileri yaştaki kadınların yüksek düzeydekilerle karşılaştırıldığında daha düşük psikolojik iyi oluşa sahip olduğu görülmüştür (Thompson ve Heller, 1990). Depresyonun ardından iyileşmiş kişiler ailelerinden ve arkadaşlarından algıladıkları duygusal desteğin daha fazla olduğunu ifade etmişlerdir (Nasser ve Overholser, 2005). Zihinsel yetersizliği olan çocukların anneleriyle yapılan çalışmada aile desteğinin arttıkça ebeveynlik stresinin azaldığı bulunmuştur (Hassal, Rose ve McDonald, 2005). Yapılan çalışmalar kişilerin ailelerinden aldıkları desteğin sağlıklarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada aile desteğinin hem depresif sendromları hem de intihar düşüncesini yordadığı görülmüştür. İntihar riskinin belirleyicileri olan depresif belirtilerle ve intihar düşüncesiyle yalnızlık pozitif ilişkiliyken aile desteğinin negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Chang ve ark., 2017). Diğer bir çalışmada ergenlerin algıladıkları aile

desteğinin benlik saygıları ve dindarlıklarıyla pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (James, Thames, Bhalla ve Cornwell, 2003). Aile desteği, aile çatışması ve ergenlerin depresif sendromları ergenlerde ve onların annelerinde incelenmiştir. Daha az destekleyici ve daha çatışmacı ailelerdeki ergenlerin daha fazla depresif belirti gösterdiği bulunmuştur (Sheeber, Hops, Alpert, Davis ve Andrews, 1997). Ergenlerin ailelerindeki uyum ve ailelerinden aldıkları sosyal destek depresyon düzeyleriyle negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Ergenlerin depresif semptomlarının en etkili yordayıcıları arasında ailelerindeki uyuma ilişkin memnuniyet düzeyleri olduğu görülmüştür (Cumsille ve Epstein, 1994). Aile desteğinin arttıkça depresif belirtilerin azalması araştırmalarda ulaşılan sonuçlar arasındadır.

Yapılan çalışmalarda algılanan eş desteğinin evlilik doyumunu pozitif yönde yordadığı (Çağ ve Yıldırım, 2013), eşlerden alınan desteğin bireylerin yaşam doyumlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Evli olan annelerin ailelerinden aldıkları destek düzeyinin yaşam doyumları üzerinde diğer desteklere göre daha güçlü etkiye sahip olduğu (Wan ve ark., 1996), eş desteğinin aile doyumuyla pozitif ilişkili olduğu (Parasuraman ve ark., 1992) bulunmuştur. Cheng ve Chan'ın (2006) yaptıkları çalışmada sosyal ilişkilerin yaşam doyumunda belirleyici bir rolü olduğu ve aile ilişkilerinin yaşam doyumunu yordadığı; diğer bir çalışmada (Shen ve Yeatts, 2013) aile desteğinin gelecekteki ulaşılabilirliğine ilişkin algının yaşam doyumunun yordayıcılarından olduğu görülmüştür. Farklı bir çalışmada (Aydoğan ve Özbay, 2015) çiftlerin ilişki problemi yaşadıklarında eş, aile, arkadaşlar, diğer insanlar ve uzman yardımı konusunda destek aldıkları ve sunulan sosyal hizmetlerden faydalandıkları görülmüştür.

Ülkemizde yapılan bir çalışmada yetişkinlerin olumlu dini başa çıkma yollarının ve psikolojik dayanıklılıklarının yaşam doyumlarını olumlu şekilde etkilediği görülmüştür. Olumlu dini başa çıkmanın arttıkça psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumunun da arttığı görülmüştür. Katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarının bir boyutu olan aile desteği/uyumuyla olumlu dini başa çıkmalarının pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (Batan ve Ayten, 2015). Yapılan bir çalışmada dindarlık, maneviyat ve psikolojik uyum arasındaki ilişkide iyimserliğin ve sosyal desteğin aracı rolü incelenmiştir. İçsel dindarlığın ve maneviyatın alt boyutu ile psikolojik stres arasında negatif ilişki olduğu ve buna sosyal desteğin aracılık ettiği görülmüştür. İçsel dindarlıkla yaşam doyumunu arasında pozitif ilişki olduğu ve buna sosyal desteğin aracılık ettiği çalışmadaki diğer bir bulgudur (Salsman, Brown, Brechting ve Carlson, 2005). Farklı bir çalışmada stresin bazı boyutlarıyla, sosyal destek ve maneviyatın bazı boyutlarının negatif ilişkili olduğu; sosyal desteğin bazı

boyutlarıyla maneviyatın bazı boyutlarının pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (Calicchia ve Graham, 2006). İleri yaşlı göçmenlerle yapılan çalışmada sosyal desteğin ve günlük manevi deneyimlerin depresyonla negatif şekilde ilişkili olduğu, günlük manevi deneyimlerin depresyon üzerinde etkili olduğu ve bu etkiye sosyal desteğin aracılık ettiği görülmüştür. Günlük manevi deneyimlerin depresyonu hem doğrudan hem de sosyal destek yoluyla dolaylı olarak etkilediği belirlenmiştir (Park ve Roh, 2013). Buradan maneviyatın farklı değişkenleri açıklamasında sosyal desteğin rolünün olduğu görülmektedir.

Bu çalışmada aile desteği Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'yla ve Aile Güçleri Modeli'yle ele alınır. Aile Güçleri Modeli'ndeki güçlü aile özellikleri arasında yer alan stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme boyutunda (DeFrain, 1999) aile üyeleri zorlukların üstesinden başarılı şekilde gelmek için birlikte çalışırlar (DeFrain ve Stinnett, 2002), güçlü aileler kriz durumları için bir araya gelir ve olayın yükü birlikte hafifletilmeye çalışılır (Stinnett ve DeFrain, 1989). Aile Güçleri Modeli'nin bu bakımdan aile desteğiyle bağlantılı olduğu görülmektedir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'na göre yılmazlık her ailede potansiyel olarak bulunur ve aileler bu yılmazlığı farklı şekillerde gerçekleştirirler (Walsh, 1996). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda aile yılmazlığı için önemli olan yönetim şekilleri boyutunun anahtar süreçlerden birisi de bağlantılılık (connectedness) durumudur. Ailelerin birlikte iyi zaman geçirmeleri, ev içinde ve dışında paylaşımda bulunmaları, dengeli bir yakınlık kurmaları, karşılıklı destek sağlamaları ve birbirlerinin farklılıklarına saygılı olmaları onların bağlantılılıklarının yüksek olduğunun göstergelerindedir. Aile yılmazlığı yaklaşımı ailelerin stresli yaşam olaylarının üstesinden geleceklerine dair inançtan bahsederken, üyelerin iş birliği içinde olmalarını ve karşılıklı destek sağlamalarını aile işlevselliği ve yılmazlığı için önemli görür (Walsh, 2016d). Bu yaklaşımda aile desteğinin ailelerde yılmazlık ve işlevsellik için önemli süreçlerden biri olduğu görülür.

Zorlukların üstesinden gelmek için sosyal destek kaynaklarına sahip olmak önemlidir. Aileden alınan destek zorlukların üstesinden gelmek için önemli bir kaynaktır. Aile yılmazlığı yaklaşımı aile üyeleri arasındaki iş birliğini teşvik eder. Böylece ailelerin yeteneklerini yenilemeleri, karşılıklı desteğe sahip olmaları ve ortak bir güven oluşturmaları sağlanır. Üyeler arasındaki karşılıklı desteğin ve iş birliğinin artması üyelerin zorluklarla etkili şekilde baş etmeleri ve güçlerini arttırmaları için önemlidir (Walsh, 1996). Yılmazlık her ailede

esnek yapı, karşılıklı destek, paylaşılan liderlik ve iş birliği yoluyla güçlendirilebilir (Walsh, 2002). Aile üyelerinin birbirlerini destekleyici ilişkiler içinde olmaları aileyi güçlendiren unsurlar arasındadır.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'ndaki karşılıklı destek ve iş birliği özelliklerini içeren bağlantılılık anahtar süreci yönetim şekilleri boyutunda yer alırken aşkınlık ve maneviyat anahtar süreci inanç sistemleri boyutunda yer almaktadır. Bu yaklaşıma göre aile yılmazlığını güçlendiren anahtar süreçler karşılıklı etkileşim halindedir (Walsh, 2016d). Buradan aşkınlık ve maneviyatla ailedeki iş birliği ve karşılıklı destek arasında bir etkileşim olabileceği düşünülebilir. Manevi iyi oluşun aile desteğiyle ilişkisinin kuramsal açıklamalar tarafından desteklendiği görülmektedir.

## **2.4. Aile Bütünlük Duygusu**

Antonovsky (1996) meslektaşlarının stresle ilgili çalışmalarının patojenler üzerine olduğunu görmüş ve kendisi de önceden benzer olan yönelimini sağlık üzerine eğilerek değiştirmiştir. Antonovsky sağlığın kökenini araştıran bir model ortaya koymuştur ve buna salutojenik ismini vermiştir (Kelner, 1988). İnsanları sağlıklı yapan ya da hastalık ve sağlık çizgisinde sağlığa doğru yönlendiren şeyin ne olduğu arayışlarıyla ilgili düşünce biçimini yansıtan kelime olarak salutojenik kavramını oluşturmuştur (Antonovsky, 1996). Salutojenik model başarılı şekilde baş etmeyi açıklar ve salutojenik yönelim araştırmaların odağını hastalıktan sağlığa çeker. Bütünlük duygusu, modelin ana kavramını oluşturur ve stresi yönetmeyi ve sağlığı sürdürmeyi açıklar (Kelner, 1988). Bu modelde temelde bireyleri sağlıklı olmaya yönlendirenlerin incelenmesi üzerinde durulmuştur.

Antonovsky (1996) insanları hastalık ve sağlık çizgisinde sağlıklı olmaya doğru hareket ettiren şeyin ne olduğuna ilk önce genelleştirilmiş direnç kaynakları olarak cevap vermiştir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Genelleştirilmiş direnç kaynakları kişinin yaşadığı gerilimden kurtulmasını ve böylece stresli durumlarla başa çıkmasını sağlayan kaynaklardır (Bağ, 2017). Bunlar insanın doğal stresörleriyle etkili şekilde baş etmesini kolaylaştıran kişisel, grupsal ya da durumsal özelliklerdir. Genelleştirilmiş direnç kaynaklarına para, sosyal destek, dini inanç örnek verilebilir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bu özelliklerin neden işe yaradığını sorgulayarak kaynakların ortak yönleri üzerinde düşünen Antonovsky (1993) bunun cevabını dünyaya anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı olarak genelleştirilmiş bir

yönelim olarak nitelendirdiği bütünlük duygusu (Antonovsky, 1990) olarak vermiştir. Genelleştirilmiş direnç kaynakları bütünlük duygusunun gelişimini mümkün kılar (Lindström ve Eriksson, 2011). Ona göre genelleştirilmiş direnç kaynakları, dünyayı stresörlerle etkili şekilde baş etmeyi kolaylaştıracak şekilde görmeyi yani bütünlük duygusunu sağlayacak yaşam deneyimlerini sağlamaktadır (Antonovsky, 1993). Antonovsky stresli durumlarda insanların kullandıkları kaynakları, stresle nasıl baş ettiklerini ve sağlıklı kalmayı nasıl başardıklarını incelemiş ve bunların cevabının bütünlük duygusu olduğunu belirtmiştir (Kelner, 1988). Burada bütünlük duygusu sağlıklı olmanın temelindeki faktör olarak açıklanmaktadır.

Bu modelde bireylerin stresli durumların ve zorlukların üstesinden gelerek sağlıklı olarak yaşama potansiyellerine dikkat çekilmiş, bireylerin zorlu yaşam olaylarının üstesinden gelmelerinde ve sağlık halini sürdürmelerinde hangi faktörlerin etkili olabileceği açıklanmıştır. Modelde bireylerin stresli durumlara uyum sağlamaları üzerinde durulmuş ve bazı bireylerin bütünlük duygusuna sahip olmalarıyla yaşanan olumsuz durumlara gösterdiği uyum tepkilerine odaklanılmıştır. Antonovsky hastalık yerine sağlık üzerinde durmuş, bireylerdeki bütünlük duygusundan bahsetmiş ve sağlığın kökeninin bütünlük duygusu olduğunu savunmuştur (Antonovsky, 1979, 1987; akt. Çeçen, 2007, 2008). Salutojenik model yılmazlığı, fiziksel ve ruhsal sağlığı, yaşam kalitesini ve iyi oluşu geliştiren sağlığı destekleyici bir kaynaktır (Eriksson ve Lindström, 2006). Modelde sağlık ve hastalık bir doğrunun iki ucunda yer alır ve birey bu doğru üzerinde hareket eder. Antonovsky, stres karşısında insanların sağlığa doğru ilerlemelerinin nasıl olduğunu araştıran salutojenik sorunun (Antonovsky, 1996) cevabının bütünlük duygusu olduğunu ileri sürmüştür (Antonovsky ve Sourani, 1988). Modelde bütünlük duygusu zorluklar karşısında uyum sağlamayı kolaylaştırıcı bir rol üstlenmektedir.

Bütünlük duygusu kişinin dünyayı anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı olarak görmesidir. Anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık bileşenleri birbirinden ayrı olarak düşünülemez (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bilişsel, davranışsal ve motivasyonel bileşenlerden oluşan bütünlük duygusu zorlukların anlaşılabilmesine dair inanç anlamına gelen anlaşılabilirlik; baş etmek için gereken kaynakların ulaşılabilir olduğuna dair inanç anlamına gelen yönetilebilirlik, zorluklarla baş etmek için motive olma isteği olan anlamlılık olmak üzere üç bileşenli bir yapıdır (Antonovsky, 1996). Anlaşılabilirlik uyaranların birey için uygunluğu, tahmin edilebilirliği, açıklanabilirliği ve yapılandırılmış olarak



algılanmasıyla ilgilidir (Çeçen, 2008). Anlaşılabilirlik, zorlayıcı uyaranların anlamlı olarak yorumlanma düzeyiyle ve uyaranla ilgili sürekli, açık ve yapılandırılmış bilgi düzenlemesinin yapılma düzeyiyle ilgilidir. Yönetilebilirlik, bireyin kaynakların kullanmak için ulaşılabilir olduğuna ilişkin farkındalığının derecesidir. Anlamlılık, en temel motive edici bileşendir ve yaşamın duygusal olarak ne kadar anlamlı olduğuyula ilgilidir. Bireyin zorlukları enerji harcayacağı kadar önemli ve anlamlı görme derecesidir (Antonovsky, 1979; akt. Wickens ve Greeff, 2005). Anlamlılık kişinin durumu anlamlandırarak baş etmeye odaklanmasıyla ilgiliyken yönetilebilirlik, kişinin yaşadığı durumla baş etmek için içsel ve dışsal kaynakların mevcudiyetini hissetmesidir (Bağ, 2017). Modelde üç boyutlu bir yapı olarak tanımlanan bütünlük duygusunda dünyaya ilişkin bir bakış açısı söz konusudur.

Bütünlük duygusu bireyin sağlığını güçlendirici ve iyileştirici bir role sahiptir. Bütünlük duygu yüksek olan birey sorunları kabul eder ve daha uyum sağlayıcı şekilde davranır (Kelner, 1988). Bütünlük, yaşanan duruma ilişkin kabule ve anlayışa sahip olmayı içerir (Lavee, McCubbin ve Patterson, 1985). Dünyanın düzenlenebilir olarak algılanması, stres yapııcıların ortaya çıkardığı sorunların doğasını anlamayı kolaylaştırır. Bu sorunların yönetilebilir olmasına ilişkin algı, kişinin kullanabileceği potansiyel kaynakları araştırmasını sağlar. Hayatı anlamlı olarak görmeye ilişkin eğilim ise bireyin problemlerle yüzleşmesi için bir motivasyon oluşturur. Bütünlük duygusu uygun görülen baş etme davranışlarını seçmeye yönelik esnekliktir ancak bir baş etme yöntemi olarak görülmemelidir. Kişinin bütünlük duygusunun yüksek olması, yaşadığı strese uygun olan potansiyel kaynaklarını kullanabilmesi ve böylece sağlığını arttırması için motivasyonel ve bilişsel süreçlerin varlığı anlamına gelir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Buradan hareketle bütünlük duygusunun zorluklarla baş etmeyi kolaylaştırdığı söylenebilir.

Antonovsky bütünlük duygusu kavramıyla yaşama ve dünyaya olan yönelimi tanımlar (Stankūnas, Kalėdienė ve Starkuvienė, 2009). Bütünlük duygusu evrensel bir yönelimi ifade eder ve belirli bir alanla sınırlandırılmaz. Bu bakımdan belirli bir yapısı, gücü ve görev paylaşımı olan ailelerin içinde buldukları atmosferden bahsederken onların dünyaya nasıl bir yönelimle baktıklarını anlamak önemlidir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bütünlük duygusu stresi yönetmeyi, içsel ve dışsal kaynakları tanımlayıp kullanmayı mümkün kılan, bulduğu çözümlerle etkili şekilde baş etmeyi destekleyen ve stresin sağlığı destekleyici hale gelmesini sağlayan bir kaynaktır (Eriksson ve Lindström, 2006). Diğer bir deyişle bütünlük duygusu hayata dair sahip olunan yönelimle zorluklarla baş etmeyi kolaylaştırır.

Antonovsky bireysel bütünlük duygusunun aile düzeyine dönüştürülebileceğini savunmuştur. Aile bütünlük duygusunda, bireyin dünyaya ilişkin bütünlük duygusuna sahip olması yerine ailesine ilişkin bütünlük duygusuna sahip olması araştırılır. Yani bütünlük duygusundaki dünyanın yerini aile alır. Aile bütünlük duygusu, ailedeki üyelerin aileyi anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı görmelerine ilişkin algıdır. Aile bütünlük duygusunda aile yaşamının bütünlüğüne ilişkin algı ölçülmektedir. Aile bütünlük duygusu ifadesinde kullanılan aile kavramı, aile üyeleri arasındaki ve aile üyeleri ile aile dışı birimler arasındaki etkileşimin yarattığı uyaranları kapsamaktadır. Bu bakımdan bütünlük duygusu kadar geniş bir kavram değildir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Yani aile bütünlük duygusunda, bütünlük duygusundaki dünyaya ilişkin yönelimin yerini aileye ilişkin yönelim alır.

Aile bütünlüğü farklı çalışmalarda da kullanılmış bir kavramdır. McCubbin ve McCubbin (1988) yılmaz aile tiplerini incelemiş ve aile uyumu ve adaptasyonu bağlamında aile türlerinden biri olarak yenileyici aile (regenerative family) tipini tanımlamışlardır. Bu aile tipinin oluşması için aile bütünlüğünün ve aile dayanıklılığının yüksek düzeyde olması gerekmektedir. Aile bütünlüğü, aile stres zamanlarını yönetirken saygıya, güvene, kabule, sadakate, sevgiye ve paylaşılan değerlere sahip oldukça işlevsel hale gelir. Yenileyici aileler saygıyı, güveni ve duygusal istikrarı destekleyerek zorluklarla baş ederler. Yüksek dayanıklılığa ve bütünlüğe sahip olan bu aile tipi sahip olduğu inançla, stresli durumları ve zorlukları kabul ederek ve sorunun çözümü için birlikte çabalayarak zorluklarla başa çıkar. Yaşamda anlam ve amaç duygusuna sahip olan bu aileler olayları kontrol edebileceklerini hissederler. Aynı zamanda sorunların çözümü için diğerlerini de teşvik ederek aktif olma özelliğine sahiptirler (McCubbin ve McCubbin, 1988). Burada aile bütünlüğünün, yılmaz aile özellikleri tanımlanırken kullanılan bir aile niteliği olduğu görülmektedir.

McCubbin ve Patterson'ın (1983) stres durumlarından sonra aile adaptasyonu için geliştirdikleri modelde aile bütünlüğü, kriz durumlarından sonra ailenin adaptasyonu etkileyen ana faktörlerden birini oluşturur (Lavee ve ark., 1985). Aile bütünlük duygusu temelini yaşam durumlarının iki boyutu olan kontrol ve güven arasında denge sağlama yeteneğinden alır. Aileler bazı yaşam olaylarını ve onların sonuçlarını etkileyerek onlar üzerinde kontrole sahiptir ancak bazı durumlarda yaşam olayları üzerinde doğrudan kontrole sahip değildirler ve durumu kontrol etmek için diğer faktörlere güvenmeleri gerekir. Bahsedilen faktörler farklı kişilere, kurumlara, daha yüksek bir güce, Tanrı'ya ya da manevi

inançlara olan güveni içerebilir. Bütünlük, ailenin yaşam durumları üzerinde kontrole sahip olmak ya da diğer kaynaklara güvenmek arasında denge sağlamasıyla oluşur (McCubbin ve Patterson, 1983). Burada aile bütünlüğünün kontrol ve güven arasındaki dengeye bağlı olduğu anlaşılmaktadır.

Ailelerin stresli durumlara uyum sağlamaları için içsel kaynaklara ve baş etme davranışlarına sahip olmaları önem taşır (McCubbin, 1979). Kriz durumları stresli yaşantıları ve ailenin kaynaklarını içerir ve bütünlük duygusu krizlere verilen anlamı etkiler. Bütünlüğün ailedeki kriz ve adapte olma arasında etkili bir rolü vardır. Bütünlük ailenin stresten sonra uyumunu kolaylaştırır. Yani aile bütünlük duygusuyla aile adaptasyonu arasında pozitif bir ilişki vardır (Lavee ve ark., 1985). Antonovsky'ye göre bütünlük duygusu yılmazlığın önemli bir unsurdur (Hansson ve Cederblad, 2004). Aile bütünlük duygusu zorluklarla başa çıkmada bireyler için bir kaynak oluşturur (Hsiao, Lu ve Tsai, 2018). Buradan hareketle aile bütünlük duygusunun aileler için zorluklar karşısında güçlü bir yön olarak görüldüğü söylenebilir.

Aile bütünlüğü, aile adaptasyonu için önemli bir kaynaktır (McCubbin ve Patterson, 1983). Aile bütünlük duygusunun yüksek olmasıyla ailelerin krizden sonra daha iyi adapte oldukları ve daha kolay yeniden organize oldukları görülmüştür. Eşlerin aile bütünlük duygularının hem bireysel hem de çift olarak değerlendirildiğinde aile yaşamından aldıkları doyumla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bireylerin aile bütünlük duygularının yaşam doyumlarıyla pozitif ilişkili olduğu ve yaşam doyumlarını yordadığı (Çeçen, 2008) bulunmuştur. Wickens ve Greeff'in (2005) yaptıkları çalışmada bütünlük duygusu ve aile bütünlük duygusu arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Aileye ilişkin bütünlük duygusunun aile yaşamından alınan doyumunu açıkladığı ve aile sisteminin devamlılığını sürdürmesinde olumlu bir etkisinin olduğu söylenebilir.

#### **2.4.1. Aile Bütünlük Duygusuyla İlgili Yapılan Araştırmalar**

Literatürde bütünlük duygusuyla kıyaslandığında aile bütünlük duygusuyla ilgili yapılan çalışmaların daha az olduğu görülmektedir. Yapılan bir çalışmada bireysel bütünlük duygusu ve aile bütünlük duygusunun üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile pozitif ilişkili olduğu, bireysel bütünlük duygusunun ve aile bütünlük duygusunun yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür (Çeçen, 2008). Orta yaş yetişkinlerde bütünlük duygusunun arttıkça yaşam doyumunun arttığı ve bu artışta manevi iyi oluşun da aracı rolü olduğu ancak sosyal desteğin anlamlı düzeyde aracılık etkisinin olmadığı

görülmüştür (Cowlshaw, Niele, Teshuva, Browning ve Kendig, 2013), Öznel iyi oluşun yordayıcılarının araştırıldığı çalışmada sosyal destek, bütünlük duygusu ve maneviyatın öznel iyi oluşu yordadığı (von Humboldt, Leal ve Pimenta, 2015) görülmüştür. Kronik hastalığı olan bireylerle yapılan çalışmada hastaların maneviyatlarının yüksek olmasının ve bütünlük duygularının, yaşadıkları stresle ters yönde ilişkili olduğu ve bunların yaşam kaliteleriyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Delgado, 2007). Akciğer kanseri olan hastalarla yapılan çalışmada bütünlük duygusunun psikolojik iyi oluşu yordadığı, maneviyatın da umut ile birlikte psikolojik iyi oluşu yordadığı görülmüştür (Gibson ve Parker, 2003). Kalp ve kanser hastalarıyla yapılan çalışmada hastaların bütünlük duygularının normale göre daha düşük olduğu görülmüştür (Bruscia, Shultis, Dennery ve Dileo, 2008). Buradan hareketle sağlık ile bütünlük duygusu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir.

Yapılan farklı pek çok çalışmada da bütünlük duygusunun sağlıkla ilişkili olduğu görülmüştür (Hansson ve Cederblad, 2004). Örneğin hamilelikte aile bütünlük duygusunun sosyal destek ve yaşam kalitesiyle pozitif ilişkili olduğu, stres ve depresif sendromlarla ise negatif ilişkili olduğu, stresin yaşam kalitesinin zihinsel sağlık boyutuna etkisinde bütünlük duygusunun aracı rolü olduğu bulunmuştur. Aile bütünlük duygusunun hamile olan kadınların anneliğe geçişe uyumlarına ve iyi oluşlarına katkı sağladığı görülmüştür (Ngai ve Ngu, 2013). Bütünlük duygusunun iyi oluşun önemli yordayıcılarından biri olduğu (Rohani, Khanjari, Abedi, Oskouie ve Langius-Eklöf, 2010), boşanmış ve evli annelerle yapılan çalışmada bütünlük duygusunun annelerin iyi oluşlarını yordadığı (Cohen ve Dekel, 2000) görülmüştür. Meta analiz çalışmasında kanser hastalarında bütünlük duygusunun stresle negatif ilişkili olduğu (Winger, Adams ve Mosher, 2016), bütünlük duygusu ile kaygı, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu arasında negatif, yaşam doyumu arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Tagay, Erim, Brähler ve Senf, 2006). Kanser hastaları ve eşleriyle yapılan çalışmada kanser hastalarında maneviyatın ve aile güçlerinin stres üzerinde bütünlük duygusu aracılığıyla dolaylı etkiye sahip olduğu, eşlerde ise bütünlük duygusunun sadece aile güçleri ile stres arasındaki ilişkide aracılık rolü olduğu görülmüştür (Mullen, Smith ve Hill, 1994). Buradan hareketle bütünlük duygusunun olumlu değişkenlerle pozitif ilişki içindeyken olumsuz değişkenlerle negatif şekilde ilişkili olduğu söylenebilir.

İşini kaybetmiş yetişkinlerde psikolojik sağlık düzeyleri daha düşük olan bireylerin bütünlük duygularının da daha düşük olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlıkları açısından olumsuz özellikler ifade edenler olumlu özellikler ifade edenlere göre daha düşük bütünlük

duygusuna sahiptir. Bu sonuçlar yüksek bütünlük duygusuna sahip olmanın stresli durumları yönetmeyi kolaylaştırarak psikolojik sağlığı sürdürmeye destek olduğunu gösterir (Stankūnas ve ark., 2009). Yılmazlık, bütünlük duygusu, yaşamda amaç ve öz aşkınlık arasında pozitif ilişki olduğu da araştırma bulguları arasındadır (Nygren ve ark., 2005) Çiftlerle yapılan çalışmada (Antonovsky ve Sourani, 1988) eşlerin hem tek hem de birlikte değerlendirilen aile bütünlük duyguları aile yaşamının farklı yönleriyle ilgili aldıkları doyumla ilişkili bulunmuştur. Eşlerin güçlü aile bütünlük duygusuna sahip oldukları ailelerde, kriz durumlarından sonra yeniden organize olmayla, iyi adaptasyon sağlamayla, içsel uyumla ve dışsal çevreye uyum sağlamayla ölçülen aile doyumunun arttığı bulunmuştur. Buradan hareketle özellikle eşlerin paylaştığı bütünlük duygusunun artmasının stresli durumlarla ilgili sorunları çözmek için bir algı, davranış ve motivasyon sağladığı görülmektedir. Ülkemizde bireylerin yaşam doyumlarının yordayıcıları olarak bütünlük duyguları, aile bütünlük duyguları ve benlik saygıları incelenmiştir. Çalışmada bireylerin bütünlük duyguları, aile bütünlük duyguları ve benlik saygılarıyla yaşam doyumları arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuş ve yaşam doyumlarını yordayan ilk iki değişkenin bireysel ve aile bütünlük duygusu olduğu görülmüştür (Çeçen, 2008). Aile bütünlük duygusunun hem aile yaşamıyla ilgili değişkenler üzerinde hem de farklı pozitif değişkenler üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Walsh'ın (1998a) Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda, aile yılmazlığının boyutlarından biri olan aile inanç sistemlerinin anahtar süreçlerinde zorlukları anlamlandırma süreci yer almaktadır. Bu süreç içinde bütünlük duygusuna sahip olarak kriz durumlarını anlamlı, anlaşılabilir ve yönetilebilir görmeyi barındırır (Walsh, 2002). Ailelerin bütünlük duygularının güçlendirilmesi onların zorluklar karşısında uyumlarını kolaylaştırır (Walsh, 1998a) ve ailelerin yılmazlıklarını artırır (Walsh, 2016a). Walsh (2002) aile yılmazlığı için bütünlük duygusuna ve maneviyata önem verir. Walsh (2016d) maneviyatın, stresli yaşam olayları karşısında daha güvende hissetmeye ve kişilerin müdahale edemeyeceği durumları kabul etmelerine katkı sağladığını ifade eder. Ona göre ailelerin kriz durumlarının üstesinden gelmeleri için benimsedikleri manevi kaynaklarını kullanmaları yılmazlıklarını artırır. Maneviyatla ilgili bu açıklamalarla birlikte maneviyatın yaşamda anlam bulmaya katkı sağladığı (Walsh, 2016d) ve aile bütünlük duygusunun aile yaşamını anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı bulma alt boyutlarından oluştuğu (Antonovsky ve Sourani, 1988) düşünüldüğünde iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olabileceği düşünülebilir.

Antonovsky (1996) insanları hastalık ve sağlık çizgisinde sağlıklı olmaya y6nlendirenler fakt6rleri aıkladken, genelleştirilmiş direnç kaynaklarının 6neminden bahsetmiştir (Bağ, 2017). Bunlar bireylerin stres6rlerle etkili şekilde başa çıkmasını sağlayan 6zelliklerdir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Genelleştirilmiş direnç kaynakları, bireyler için b6t6nl6k duygusunu oluşturacak deneyimler sağlamaktadır (Antonovsky, 1993). Genelleştirilmiş direnç kaynaklarına maddi kaynaklar ya da dini inanç 6rnek verilebilir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Buradan hareketle manevi iyi oluşun b6t6nl6k duygusunun oluşumunu destekleyen etkili bir direnç kaynağı olabileceği d6ř6n6lebilir.

B6t6nl6k duygusu direkt bir baş etme y6ntemi değildir ancak stres6rlerle etkili şekilde baş etmek için çok 6nemlidir (Antonovsky, 1993). Aile b6t6nl6k duygusu durumları kontrol etmede etkili bir fakt6rd6r (McCubbin ve Patterson, 1983). Bu bakımdan aile b6t6nl6đ6n6n Aile G6leri Modeli'ndeki g6l6 aile 6zellikleri arasında sayılan stresi ve krizi başarılı şekilde y6netme boyutuyla (DeFrain, 1999) bağlantılı olarak ailelerin g6lenmesini destekleyen etkili bir kaynak olabileceği d6ř6n6lebilir.

## **2.5. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı**

1970'li yıllarda bazı insanların zorluklarla daha iyi m6cadele edip sağlıklı olma halini s6rd6r6rken diğerlerinin benzer durumlar karşısında bunu yapamamalarının nedeni sorgulandığında yılmazlık (resilience) kavramı ortaya çıkmıştır. Bilim hastalıklar, eksiklikler ve problemler gibi olumsuzluklara odaklanırken çizilen bu yeni bakış açısıyla işlevsellik ve sağlık 6zerinde durulması sağlanmıştır (Patterson, 2002). Bireylerde doğuştan var olan bir 6zellik olarak g6r6len (Walsh, 2016d) yılmazlık zorluklardan g6lenerek ve kaynaklarını arttırarak toparlanma (rebound) (Walsh, 1998b), kriz durumları ve g6l6klere karşı koyma kabiliyeti olarak tanımlanabilir (Walsh, 1996). Sağlıklı olma halini odağına alan yılmazlık zorlukların 6stesinden g6lenerek gelmeyi ifade eder.

Bireylerin ve ailelerin zorlu yaşam olayları karşısında kullandıkları kaynaklar değişmektedir. Kaynakları daha fazla olan bireylerin de zorlukların 6stesinden daha kolay geleceği d6ř6n6lebilir (Walsh, 2016d). Olumsuz yaşantılar bireylerin daha 6nce keşfedemedikleri kaynakların açığa çıkmasını sağlayarak gelişim ve değişim sağlayabilir. Yılmaz bireyler zor durumlara tahamm6l edip bu zorluklardan g6lenerek çıkmakta ve zorlukların 6stesinden gelmek için g6sterdikleri çabayla gelişimlerine katkı sağlamaktadır

(Walsh, 1998b). Bireyler yılmazlık kazanma potansiyeline sahiptir. Yılmazlık zorlukları deneyimleyerek, keşfedilen ve oluşturulan güçlerle arttırılabilir (Walsh, 2016d). Zorlu durumlarla karşı karşıya kalan bireyin yılmazlığı, kendisindeki güçleri keşfetmesi ve oluşturmasıyla, diğerlerine destek vermesi ve onlardan destek almasıyla güçlenebilir. Kendisini de yılmaz bir birey olarak tanımlayan Walsh kendi hayatında karşılaştığı zorlukların onun yılmazlığını güçlendirdiğini belirtmiştir (Walsh, 2016d). Yılmazlık geliştirilebilir bir potansiyele sahiptir.

Genelde bireysel olarak düşünülen yılmazlık kavramında aileler göz ardı edilmektedir (Walsh, 1996). Aile yılmazlığı kavramı yılmazlığın bir birim olarak aileye uygulanmasıyla ortaya çıkar ve ilişkisel yılmazlığı güçlendiren süreçleri içerir. Walsh yılmazlık konusunda etkileşimsel süreçlere odaklanır. Zorluklar aile işlevini ve ilişkilerini zayıflatır ya da aile uyum sağlayarak ve birlikte hareket ederek güçlenir. Aile yılmazlığı aile üyelerinin zorlukların üstesinden gelerek gelişmeleridir (Black ve Lobo, 2008; Walsh, 1998a). Yani yılmazlık hem zorluklara uyum sağlamayı hem de zorlukların ardından gelişmeyi içerir.

Aile kurumunun olumsuz etkilere maruz kaldığı düşünülen günümüzde, toplumda önemli bir yere sahip olan aileleri güçlendiren ve destekleyen müdahale, önleme ve araştırma çalışmaları için yılmazlık kavramı bir çerçeve sunar. Bazı aileler kriz durumlarından büyük zarar görürken bazıları bu durumların üstesinden gelerek gelişim gösterir. Walsh, bu yaklaşımla ailelerin zorlukların üstesinden gelerek devamlılıklarını sürdürmeleri için etkili olabilecek özellikleri ve temel süreçleri tanımlamayı ve güçlendirmeyi amaçlar. Aile işlevselliği anlayışını genişleten aile yılmazlığı inançlar, birlik, bütünlük, güven gibi duyguları beslemesiyle sorunlarla baş etmede önemli rol oynayarak stresli durumların üstesinden gelinmesini sağlar (Walsh, 1996). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı tüm ailelere uygun tek bir sağlıklı aile modeli sunulmasa da ailelerin zorluklar karşısında iyileşerek büyüebilme potansiyeline sahip olduğunu savunur (Walsh, 2002). Aile yılmazlığı ailenin işlevsel olduğunun göstergelerindedir. Yılmazlığı yüksek olan aileler stresli durumlarda kendi kaynaklarını ve potansiyellerini kullanırlar (Walsh, 1998a). Aile yılmazlığı, aile sisteminin varlığını işlevsel şekilde sürdürebilmesi için önemlidir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı tüm ailelerin zorluklardan bir güç, gelişme ve yılmazlık kazanma potansiyeli olduğunu ileri sürer. Bireylerin yılmazlıklarını güçlendirmede ailelerin önemli bir rolü vardır ve buna rağmen ailelere gereken önem verilmemektedir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı bu boşluğu doldurması açısından önemli görülmektedir (Walsh, 2016d). Aile yılmazlığı, ilişkisel yılmazlığı güçlendiren süreçleri içerir. İlişkisel yılmazlık güçlendiğinde birim olarak aile yılmazlığı da güçlenmektedir. Aile yılmazlığı desteklenirken ailenin bir bütün olarak güçlendirilmesinin yanında ailedeki üyelerin de yılmazlıklarını güçlendirmeleri sağlanır. Walsh Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda ailelerin ve bireylerin güçlenmesini sağlayan etkileşimsel süreçlere odaklanır (Walsh, 1996). Yani aile yılmazlığı yaklaşımı zorlukların ardından büyümek için kişisel ve ilişkisel potansiyellere dikkat çeker (Walsh, 2002). Walsh aile yılmazlığı için aile içindeki etkileşimsel süreçlere ve üyeler arasındaki ilişkinin niteliğine önem verir.

Aile üyelerinin, üyeler arasındaki ilişkilerin ve bir birim olarak ailenin olumsuz yaşam olaylarından etkilenmesine aile süreçleri aracılık etmektedir (Walsh, 2016d). Aileyi bir sistem olarak gören ve ailedeki güçleri temel alan Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı onları amaçlarına ulaştırmak için ilişkisel kaynakları, destekleri ve olasılıkları kullanarak ailenin daha güçlü bir birim olmasına yardım eder (Walsh, 1998b). Aile sistemleri yaklaşımıyla, bireysel yılmazlık kavramı aile içindeki ilişkilere yoğunlaşarak genişletilmiş olur (Walsh, 2016c). Aile yılmazlığında aile bir sistem olarak ele alınır ve aileyi bütün olarak güçlendirmek önemlidir. Aile sistemleri yaklaşımı, ailelerin karşılaştıkları zorluklar karşısındaki tepkilerinin ve zorlukları yönetme biçimlerinin, zorlukların üstesinden gelmelerini kolaylaştıran süreçlerin, olumsuz yaşantılar sonrasındaki stresin yönetilmesinin ve yeni duruma nasıl uyum sağlandığının anlaşılmasını sağlar (Walsh, 1996). Aile sistem olarak ele alındığında yılmazlık üyeler arasındaki etkileşimlerle değerlendirilebilir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı ekolojik ve gelişimsel kuramlara dayanmaktadır. Yılmazlık ekolojik ve gelişimsel yaklaşımla ele alındığında ailelerin yılmazlığında etkili olan süreçlerin sosyal bağlamda ve gelişimsel olarak neler olduğunun anlaşılması kolaylaşır. Yılmazlık yaklaşımı ailelerin farklılıklarına, ailelerde zamanla meydana gelen değişimlere ve tutarlılıklara ilişkin hassasiyeti barındırır. İçinde bulunulan ya da dahil olunmayan ekolojik alanlar ve kültürel alanlar çoklu ekolojik alanları, bunlar da ekolojik bağlamları oluşturur. Her aile içinde bulunduğu kültüre göre farklılık gösterebilen karmaşık bir ekolojik yapıya sahiptir (Falicov, 1995; Walsh, 1996). Buradan ailelerin yılmazlıkla ilişkili süreçlerinin içinde buldukları bağlamdan ayrı olarak değerlendirilemeyeceği anlaşılmaktadır.



Aileler göz önüne alındığında ekolojik bağlam, ailelerin yaşadıkları bağlamı ve bu bağlamda yaşamlarını nasıl sürdürdüklerini ve çevrelerine nasıl uyum sağladıklarını ifade eder (Falicov, 1995). Ekolojik yaklaşım temelinde aileyle ilgili değerlendirmede bulunurken sadece aile içinde yaşananları incelemek yerine aileyi daha büyük bir bağlam içinde ele almak gerekir. Burada aile süreçlerine etkide bulunabilecek dış etkenler de söz konusudur (Robbins, Mayorga ve Szapocznik, 2003). Aile etkileşimlerinin ailenin içsel ve dışsal bağamlarıyla birlikte değerlendirilmesi gerekmektedir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı bireysel yılmazlığın ötesinde ailedeki ilişkisel yılmazlığa odaklanır ve ilişkisel yılmazlığın yaşam döngüsü dönemleriyle nasıl değiştiğini dikkate alan gelişimsel bir bakış açısına sahiptir. Her ailenin kendine özgü olan zorlukları, aile yaşam döngüsü içinde gerçekleşmesi beklenen zorluklar olabileceği gibi beklenmeyen zorluklar da olabilir (Walsh, 1996). İçinde bulunulan zorluğun aile üzerindeki etkisi içinde bulunulan koşullara, bireysel ve aile yaşam döngülerine göre zaman içinde değişir. Aileler ekonomik problemler ya da taşınma gibi çeşitli zorluklar yaşayabilirler ve bunlara verdikleri tepkilerle bunların üstesinden gelmeleri zamanla farklılaşır. Bu nedenle ailelerin kriz durumlarında kullandıkları anahtar süreçlerin yararlılığı, yaşananların seyrine ve içinde bulunulan koşullara bağlı olarak zaman içinde değişebilir (Walsh, 2016c). Ailelerin karşılaşılabilecek zorluklar ve bunlara verdikleri tepkiler ailenin gelişimsel sürecine bağlı olarak farklılık gösterebilir.

Yılmazlığın zaman içinde değişen yapısını anlayabilmek için aile yaşam döngülerini anlamak önemlidir (Walsh, 2016d). Aile yaşam döngüleri gelişimsel bir seyir izler ve aile içinde bulunduğu gelişim dönemine göre bazı görevler üstlenir. Ailenin belli zorluklar ve değişimleri beraberinde getiren aile yaşam döngüsü dönemlerine ve bu güçlüklerin üstesinden gelip yeni duruma uyum sağlaması gerekmektedir. Eşsiz bir birim olarak her ailenin içinde bulunduğu sosyokültürel yapı göz önüne alınarak tüm aileler için bu dönemlerin zorunlu olması ve tüm ailelerin bu dönemleri sırasıyla yaşamaları beklenemez (Gladding, 2015). Aile yaşam döngüsü bekâr genç yetişkinlerin evden ayrılmasından geç yaşam döneminin zorluklarına kadar uzanan altı safhada ele alınabilir (Carter ve McGoldrick, 1999). Aileler gelecekleriyle ilgili belirsizlikler ya da tahmin edilemeyen zorluklar yaşayabilir (Walsh, 2016c), beklendik ya da beklenmedik zorluklarla karşılaşabilirler. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı, aile yaşam döngüsü boyunca meydana gelen kritik olaylara ve büyük geçişlere sağlanan uyuma odaklanır (Walsh, 2016a). Aile yaşam döngüsü evreleri içinde potansiyel

zorlukları barındırabilir ve bu zorluklar ailenin gelişimsel sürecinde ortaya çıkabilir.

Sonuç olarak Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı ailelerin farklı kaynaklara, zorluklara, sınırlılıklara ve ihtiyaçlara sahip olmasını göz önüne alarak işlevselliğini sürdürebilmeleri için farklı süreçlerin işleyeceğini bunun da ailenin içinde bulunduğu bağlama ve gelişimsel zorluklara bağlı olarak değişebileceğini savunur (Walsh, 1996). Aile yılmazlığı yaklaşımı ailenin zorlukların üstesinden gelebilmesi ve kriz durumlarıyla baş edebilmesi için ailenin kaynaklarını ve potansiyellerini güçlendirmek amacıyla bir harita ve uygulama ilkeleri sunar (Walsh, 2016d). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda ailelerin zorlukların üstesinden gelmelerini sağlayan anahtar süreçler açıklanır (Walsh, 1996). Bu yaklaşımda sunulan anahtar süreçler, üyelerin aile içinde ve sosyal çevreyle etkileşim halinde olabilecekleri güçleri ve kaynakları içeren karşılıklı etkileşimsel dinamik süreçlerdir. Bu anahtar süreçler içinde yaşanan kültüre ya da ailelerin özelliklerine göre farklı şekillerde ifade edilebilir ya da yaşanan durumlara bağlı olarak bazıları daha kullanışlı olurken bazıları yararlı olmayabilir (Walsh, 2016c). Yani tanımlanan süreçlerin faydası ailelere ya da içinde bulunulan koşullara göre değişebilir.

Walsh (2002, 2016c, 2016d) aile işlevselliği için toplamda dokuz anahtar süreç tanımlar ve bu süreçlere üç boyut altında yer verir. Bahsedilen süreçler dinamik bir yapıya sahiptir, aile yılmazlığını arttırmak için ailelerin değerlendirebileceği ve kazanabileceği güçleri ve kaynakları içerir. Aile yılmazlığı yaklaşımının aile işlevselliği için tanımladığı üç boyut inanç sistemleri, yönetim şekilleri ve iletişim süreçleridir. Bu üç boyut birbiriyle karşılıklı olarak etkileşim halindedir. Ailedeki inanç sistemleri olumsuzlukları anlamlandırma, pozitif bakış açısı-umut, aşkınlık ve maneviyat olmak üzere üç alt başlıktan oluşmaktadır. Yönetim şekilleri uyum sağlamak için esneklik, bağlantılılık (connectedness), sosyal ve ekonomik kaynakların yeterliliğini içeren üç alt başlığa ayrılmaktadır. İletişim süreçleri bilgi alışverişinde açıklık, açık duygusal paylaşımlar, problem çözmede iş birliği olmak üzere üç başlık altında toplanmaktadır. Bunların tümü aile yılmazlığı için anahtar süreçleri oluşturur.

Ailedeki inanç sistemleri kategorisinde bulunan [1] zorlukları anlamlandırma yılmazlığa ilişkisel bakış açısını; bütünlük duygusuna sahip olarak kriz durumlarını anlamlı, anlaşılabilir ve yönetilebilir görmeyi; durumları değerlendirmek için sahip olunan inançları; zorlukları normalleştirebilmeyi içermektedir. [2] Pozitif bakış açısı kategorisi zorlukları

aşmak için iyimserliği, umudu ve güveni; sorunların çözümüne dair azmi; güçleri kullanmak için cesareti; geri döndürülemez durumları kabul etmeyi ya da bunlara ilişkin tahammülü arttırmayı içermektedir. [3] Aşkınlık ve maneviyat değerleri ve amaçları; inancı, düşünsel uygulamaları, topluluklara katılmayı, doğayla bağlantı kurmayı ve ritüelleri içeren maneviyatı; yaratıcılığı beraberinde getiren ilhama sahip olmayı; zorluklardan öğrenerek dönüşmeyi içermektedir. Yönetim şekilleri kategorisinde bulunan [4] esneklik; zorluklara uyum sağlayacak şekilde değişebilmeyi, yeniden organize olarak devamlılığı, değişim durumlarında istikrarla yeniden denge sağlamayı, karşılıklı saygıyı, koruma ve rehberlik için güçlü bir liderliği içermektedir. [5] Bağlantılılık karşılıklı desteği, takım çalışmasını ve bağlılığı, bireysel ihtiyaçlara ve farklılıklara saygı duymayı, yeniden bağlantı kurma çabasıyla sorunları iyileştirmeyi içermektedir. [6] Sosyal ve ekonomik kaynaklar maddi güvenliği sağlamayı; akraba, sosyal çevre gibi destek kaynaklarını genişletmeyi; kurumsal ve yapısal olarak alınabilecek destekleri; toplumsal ağlar oluşturmayı içermektedir (Walsh, 2002, 2016c, 2016d). İletişim süreçlerinin [7] açıklık kategorisi; iletişimdeki alınan ve verilen mesajların açık olmasını yani sözlerle davranışların çelişmemesini, iletişimdeki bilgilerin belirsizlik yerine net olmasını içermektedir. [8] Duygusal ifadelerin açık olması, olumlu ve olumsuz tüm hislerin paylaşımını içermektedir. [9] İş birliğiyle problem çözme kategorisi; yaratıcı beyin fırtınası yapmayı, ortak kararlar almayı, çatışmaları çözmeyi, hedeflerle ilgili somut adımlar atmayı, başarmayı ve başarısızlıktan da yararlanmayı, olası zorluklarla ilgili hazırlıklı olmayı içermektedir (Walsh, 2002, 2016c). Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı yukarıdaki üç boyutu ve onların içinde yer alan dokuz anahtar süreci içerir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda ailelerin yaşadıkları zorlukları çözmelerinin yanında onları gelecekteki zor durumlar için daha güçlü hale getirmek önemlidir. Yılmazlık için anahtar süreçleri güçlendirilen aileler, gelecekteki zorlukların üstesinden gelmek için daha hazır hale gelirler. Aile yılmazlığının güçlendirilmesi aileyi görebileceği zararlardan korumak için önlem almayı sağlar. Aile sağlığı üzerine aile sistemi yaklaşımıyla yapılacak çalışmalarla aile yılmazlığının anahtar süreçleri, her ailede farklı şekillerde ortaya çıkan ailenin yapısına, değerlerine, kaynaklarına ve zorluklarına göre güçlendirilerek arttırılabilir ve aileler daha sağlıklı hale gelebilir. Bahsedilen dinamik aile süreçleri, strese karşı güç oluşturarak ve pozitif uyum için kaynakları harekete geçirerek yılmazlığı arttırır. Bütün bireyler ve ailelerde yılmazlığı güçlendirmek için mevcut bir potansiyel vardır. Bu potansiyel bahsedilen anahtar süreçlerin güçlendirilmesiyle ve var olan kaynakların kullanılmasıyla

arttırılabilir (Walsh, 2016d). Aileleri aile yılmazlığı yoluyla güçlendirmek, ailelerin daha işlevsel hale gelerek devamlılıklarını sürdürmeleri için önemlidir. Bahsedilen süreçlerin güçlendirilmesi ailelerin işlevselliklerini arttırarak ailede doyum alınan ilişkilerin yaşanmasını sağlayabilir.

### **2.5.1. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda Maneviyatın Önemi**

Aile yılmazlığı üzerine önemli çalışmalar yapan Walsh'a göre inançlar ve maneviyat yılmazlığın ana unsurlarıdır. Walsh maneviyatın güçlü ailelerin özelliklerinden olduğunu ifade etmiştir (Walsh, 1998a). Aile inanç sistemleri aile yılmazlığının boyutlarından biridir, aile işlevselliğinin ve yılmazlığının merkezinde yer alır. Ailelerin sorunlarla ilgili düşünceleri ve problemlere bakış açıları sorunların üstesinden gelmelerinde önemlidir. İnançlar deneyimleri anlamlandırmayı sağlar. Burada bahsedilen inanç sistemleri değerler, tutumlar, varsayımlar, duygular, kararlar ve davranışlar üzerinde etkilidir. Bu inançların tercih edilmesi ya da kabul edilmesi içinde bulunulan kültüre göre değişebilmekte ve bazı inançlar duruma bağlı olarak daha yararlı olabilmektedir. Aile inanç sistemleri bütünlüğü sağlar ve kriz durumlarını organize etmeyi kolaylaştırır. Ayrıca aile yaşam döngüsüyle birlikte ve nesiller boyunca paylaşılan inançlar gelişip değişmektedir. İnançlar kişilerin birbirlerini anlamaları için ve zorlukları ele almak için kolaylaştırıcı ve yeni bir bakış açısı sunar. İşlevselliğin yüksek olduğu ailelerde uyumlu inançların varlığı söz konusudur. Bu aileler aynı zamanda farklı bakış açılarına ve yaklaşımlara da açık ve saygılıdırlar. Ailede paylaşılan inançların tümünün ortak ya da uyumlu olması beklenemez. Bu ortaklık farklı yaşantıların olması, mizaç özellikleri, ailedeki roller ve var olan ilişki yapısı gibi nedenlerden dolayı mümkün değildir. Ancak ailedeki baskın olan inançlar ailenin sorunlarla baş edebilmesinde etkilidir (Walsh, 2016d). Zorluklarla mücadele etmede ailedeki inanç sistemlerinin önemli bir rolü olduğu söylenebilir.

Aile normları, ailedeki etkileşimi ve aile yaşamını düzenleyen kurallar ve kalıplar yoluyla ifade edilmektedir. Bu açık ve örtük kurallar ailedeki ilişkileri, rolleri, davranışları ve bunların sonuçlarını düzenler. Ailedeki paylaşılan inançlar aile normlarının şekillendirilmesini sağlar. İnançların sosyokültürel temelinin güçlü olması o inançlar üzerine düşünmeyi ve onlarla ilgili eleştirel bir yaklaşımı zorlaştırır. Aile yılmazlığı için önemli inançlar üç başlık altında sınıflandırılabilir. Bunlar olumsuzlukları anlamlandırma, pozitif bakış açısı ve zorluklar karşısında ortaya çıkan aşkınlık ve maneviyattır. Bunlar yılmazlığın

bir boyutunu oluşturan inanç sistemlerinin sınıflandığı üç anahtar süreçtir (Walsh, 2016d). İnanç sistemleri, içinde maneviyatı barındırmaktadır.

Olumsuzlukları anlamlandırma, zorlukların üstesinden gelmeyi ve zorluklarla baş etmeyi kolaylaştırır. Stresli durumlarla ilgili normalizasyon yapılması zorlukların daha anlaşılabilir olmasını sağlar (Walsh, 2016d). Bunların yanında bütünlük duygusu sorunların anlaşılabilir, anlamlı ve yönetilebilir görülmesinin yanında (Walsh, 2007) zorlukların üstesinden gelmek için yollar seçilmesinde esnekliği sağlar (Walsh, 2016d). Pozitif bakış açısı umudu, iyimserliği, zorlukların üstesinden gelmeye olan güveni, değiştirilemeyecek olan durumları kabulü, güçlerin kullanımı için cesaretlendirmeyi, güçlere ve potansiyele odaklanmayı içerir (Walsh, 2016c). Yılmazlık olumsuzluklardaki fırsatlara odaklanmayı sağlar. Umudun, olumsuzluklar karşısında iyileşme için büyük bir önemi vardır. Umut sağladığı enerjiyle hayaller ve yaşamla ilgili yenilikler yapmak için yatırım sağlar (Walsh, 2007). Yaşanan olumsuzluklar karşısında pozitif bakış açısına olmak iyimserlik ve umutla birlikte bu olumsuzluklarla baş etmeyi ve fırsatları fark etmeyi sağlar.

Aşkınlık ve maneviyat değerleri, amacı, maneviyatı, yaratıcılığı da içeren ilhamı, olumsuzluklardan öğrenmeyi, pozitif gelişme anlamına gelen dönüşümü içerir. Aşkınlık ve maneviyatta, aşkın inançlar kişinin kendisi ve çevresindekilerin ötesinde bir anlam, amaç ve bağlantı duygusu; geçmiş ve gelecek arasında ve kuşaklar boyu bir süreklilik duygusu sağlar. Kontrol edilemeyen durumların kabulünü kolaylaştırdığı gibi duruma ilişkin tehdit algısının azalmasını sağlar. Aşkın inançlar temelini manevi inançlar ve kültürel aktarımdan almaktadır. Bu inançların ifadesi benimsenen insancıl değerler ya da dünya görüşü gibi farklı şekillerde ifade edilebilir (Walsh, 2016d). Yani aşkınlık ve maneviyatın ifadesi ailelere göre farklılık gösterebilir.

Walsh maneviyat konusu ele alınırken öncelikle maneviyat ve din kavramlarının tanımlanmasının gerekli olduğunu düşünür. Din kurumsallaşmış ahlaki değerleri ve Tanrı inancını içeren organize edilmiş inançlar sistemidir (Walsh, 1998a). Her dine özgü öğretiler, gelenekler, uygulamalar ve dine mensup insanlar bulunur (Walsh, 2012). Kendilerini dindar olarak tanımlamayanlar ya da herhangi bir dine mensubiyeti olmayanlar da manevi bir yaşam sürebilir. Maneviyat dinden daha geniş bir kavramdır. Din unsuru olmaksızın maneviyat kişisel inançlara ve insani değerlere verilen önemle açıklanabilir (Walsh, 2012). Walsh'a göre maneviyat dini unsurları içerebileceği gibi içermeyebilir ve her iki durumda da çeşitli yollarla

ifade edilir.

Maneviyat anlam, bütünlük ve diğerleriyle bağlantı duygularını oluşturan içselleştirilmiş inançlara yatırımı içermektedir. Maneviyat benimsenen değerleri; üstün bir güce olan inancı; toplum, doğa ya da evrenle birlikteliğe olan inancı içerebilir. Maneviyat ilişkiseldir ve hem içsel olarak kişinin kendisiyle kurduğu hem de dış dünyadaki her şeyle kurduğu bağlantıyı içermektedir. Ailelerin kriz durumlarının üstesinden gelmeleri için benimsedikleri manevi kaynaklarını kullanmaları yılmazlıklarını artırır (Walsh, 2016d). Maneviyat anlam duygusu sağladığı gibi içsel olarak bütünlük hissi ve diğerleriyle ilişki içinde olmayı içerir ve kişinin farkındalığını artırır (Walsh, 1998a). Maneviyat ilişkisel bir yapıdadır ve çift ilişkilerinde aile bağları maneviyatın ifade edilmesinin en kolay görülebileceği yerdir. Zorlukların üstesinden gelmek için sahip olunan manevi kaynaklar her ailenin değerlerine göre değişmektedir. Değişen kültür ve toplum yapıları maneviyatın hem toplumda hem de aile içinde farklı karmaşık ifade biçimlerinin ortaya çıkmasına sebep olmuştur (Walsh, 2012). Ailelerdeki yılmazlığın anahtar süreçlerinden biri olan maneviyat kişinin kendisiyle ve diğerleriyle bağlantısını içerir. Farklı şekillerde ortaya çıkarak aileler için zorluklar karşısında bir güç kaynağı olarak kullanılabilir.

Walsh'a göre maneviyat bireylerin ve ailelerin güçlü bir boyutudur. Manevi inançlar ve ritüeller yıllardır aileleri besleyen ve birbirine bağlayan bir görev üstlenmiştir. Walsh aile yaşamında manevi inançları açıklarken ilk olarak ailedeki paylaşılan aşkın değerlerden bahsetmiştir. Ailede ortak aşkın değerlerin olması karşılaşılan olumsuz durumların ve yaşanan kayıpların kabulünü kolaylaştırır. Ortak aşkın inançlara sahip olan aile üyeleri yaşadıkları acılara, belirsizliklere ve sorunlara daha geniş bir perspektiften bakarak umut ve bağlılık duygusuyla onları anlamlı kılarlar (Walsh, 2012). Aşkın inançlar üstesinden gelinemeyecek durumların kabulünü sağlayabileceği gibi kişinin stresli durumlarda yaşamını daha kolay sürdürmesini sağlar. Aileler kendilerini aşan inanç ve değer sistemlerine ihtiyaç duyarlar. Bu aşkın değerler ailelerin olaylara daha umutlu bakmalarına ve hayatta anlam bulmalarına yardımcı olur (Walsh, 1998a). Maneviyat beraberinde getirdiği kabul, anlam, umut gibi duygularla aile ilişkilerini güçlendiren bir niteliğe sahiptir.

Walsh, ikinci olarak aile yaşam döngüsü boyunca maneviyatın dinamik doğasından bahsetmiştir. Bu bağlamda çift ilişkilerine, ebeveyn çocuk ilişkilerine, yetişkinlikte ve sonraki yaşamda aile ilişkilerine, ölüm ve kayba, ailenin devamlılığına ve değişimine

değirmiştir. Doğumdan ölüme kadar tüm manevi olaylar ailenin merkezinde yer alır. Manevi konular ailelerin geçiş dönemlerinde ve aile yaşam döngüsünde, ailedeki kritik dönemlerde ortaya çıkar. Walsh aile sistemleri yaklaşımından bakıldığında aile ve maneviyat arasında karşılıklı bir etkileşimin olduğunu söyler. Anlamlı manevi inançlar ve uygulamalar aile üyelerinin arasındaki birliği ve bir birim olarak aileyi güçlendirir. Bunun yanında katı manevi inanç ya da uygulamalar aile üyelerine, üyelerin ilişkilerine ve bütün olarak aileye zarar verebileceği gibi üyelerin ailelerinden uzaklaşmasına neden olabilir (Walsh, 2012). Maneviyatın ailelerin sahip olduğu gelişimsel döngülerde ve geçiş süreçlerinde ortaya çıktığı görülmektedir.

Bir sistem olarak aile, yaşamın sonlarındaki dönemlerinde özellikle adaptasyonla ilgili çeşitli zorluklarla karşılaşabilir. Bu zorluklar emeklilik, sevilen kişinin kaybıyla baş edebilme ve hayata yeniden uyum sağlama, yaş almayla birlikte ortaya çıkan hastalıklar, aile desteğine daha çok ihtiyaç duyma gibi zorluklardır. Bu zorluklar aynı zamanda gelişmenin ve kişisel dönüşümün de öncüsü olabilir. Yetişkinler ve orta yaştaki aile üyeleri sevdiklerinin ölümleriyle ve kendi hassasiyetleriyle yüzleşmektedir (Walsh, 2011). Manevi inançlar ölüm ve sevilen kişinin kaybedilmesi durumunda bireylere ve ailelere destek sağlar. İnançlarla ilgili uygulamalar ölen kişinin kaybının üstesinden gelmek için bir güç kaynağı niteliğindedir ve bu duruma anlam katar. Diğer aile üyelerinin yaşamlarına devam edebilmeleri ve yas sürecini tamamlamaları için destek sunar (Walsh, 2009). Maneviyat özellikle üyelerin ileri yaşlarda olduğu ailelerle ilgili karşılaşılan zorlukların üstesinden gelmek için bir destek kaynağıdır.

Walsh aile yaşamındaki manevi kaynaklar arasında düşünmeye ilişkin uygulamalara, duaya, meditasyona ve paylaşılan ritüellere yer vermiştir. Pek çok insan ailesinin sağlığı ve mutluluğu, yaşamın zorluklarının üstesinden gelmek gibi yardıma ihtiyaç duydukları konularda dua etmektedir. Dua etmek ve meditasyon pek çok ailede çeşitli fonksiyonlara hizmet eder. Derin düşünmeye ilişkin uygulamalar huzur, barış, bütünlük, umut gibi hislerin oluşmasını sağlar. İnanç topluluklarına katılmak da ailelerin manevi kaynakları arasında sayılabilir (Walsh, 2012). Doğa ve çevreyle uyum içinde yaşamak maneviyatı güçlendirebilir. Doğayla geçirilen vakit bireyleri kendilerinin ötesine taşır ve evrenle birlik içinde olma duygusu sağlar. Canlılarla ve doğayla iç içe olarak kurulan bağlantı kişinin manevi yönünü beslemektedir (Walsh, 2016d). Ailelerde manevi kaynakların farklı ritüellerle ve çevreyle kurulan bağlantıyla ifade edildiği görülmektedir.

Sanatsal ifadeler ya da bunlara ilişkin takdir duygusu maneviyatın gelişmesi için etkilidir. Resim, edebiyat gibi yaratıcı sanat dalları da manevi bir kaynak olarak görülebilir. Kendi hayatında müziğin manevi bir kaynak olduğunu belirten Walsh, dini unsurları içerse de içermese de müziğin zorlukların beraberinde getirdiği olumsuz duyguları hafifletmede etkili olduğunu belirtmiştir (Walsh, 2016d). İnsanlar çeşitli yaratıcı sanatsal faaliyetler yoluyla manevi değerlerini ifade etme imkânı bulabilmektedir (Walsh, 2012). Walsh sanatla kurulan ilişkiyi de manevi bir kaynak olarak görmüştür.

İnsanlar yararına gönüllülük çalışmalarına katılmak gibi toplumsal hizmet faaliyetleri manevi bir ifade biçimi olabilir. Bu faaliyetlerin diğerlerine sunmayı amaçladığı yararlar, ahlaki bir yön barındırır ve diğerlerinin yararına yapılanlar maneviyatın da ifadesi sayılabilen ahlaki değerler aracılığıyla yürütülür. Aynı zamanda bu faaliyetler kişilerin anlam bulmaları ve maneviyatlarını ifade etme biçimleri olabilir (Perry ve Rolland, 2009). Aile üyeleri ortak bir amaç için çaba gösterdiğinde bu durum ailenin bağlarını güçlendirir ve üyeler arasındaki ilişkilerin yakınlığını artırır. Eş, aile üyeleri ve arkadaşlarla kurulan yakın bağlar da manevi iyi oluşu besler. Maneviyat yaşamın ve ilişkilerin aşkın boyutunun görülmesini sağlar ve diğerleriyle kurulan ilişkileri daha samimi hale getirir (Walsh, 2012). Diğer insanlarla kurulan bağlar ve diğerleri yararına yapılan aktiviteler aileye yarar sağlayan manevi kaynaklar arasındadır.

## **2.6. Aile Güçleri Modeli**

Aile kişinin sosyalleşmeye başladığı, hayatta kalmayı ve gelişmeyi öğrendiği en yakın sosyal çevredir. Aile yaşamı bireylerin doyum alarak yetiştikleri ve zorlukların üstesinden geldikleri bir ortam sunabilirken kuşaktan kuşağa aktarılabilecek sorunların kaynağı olan bir ortam da olabilir. Ailelere güç temelli yaklaşım ailelerin zorluklara rağmen nasıl başarılı olduklarını açıklamaktadır. Bu yaklaşımda yaşama ve ailelere ilişkin pozitif bir bakış açısı vardır ve ailelerin sahip oldukları potansiyeller açığa çıkarılır. Aileler üzerine yapılan çalışmalar güçlere odaklandıkça araştırmacılar farklı çalışmalarda ailelerin benzer olan güçlü yanlarını bulmuşlardır. Bunlar Aile Güçleri Modeli'nde bahsedilen altı nitelikte yoğunlaşmaktadır (DeFrain ve Asay, 2007a). Buradan hareketle aileleri güçlü kılan özellikler üzerine yapılan çalışmalardaki sağlıklı ailelerin benzer özelliklere sahip olduğu söylenebilir.

Aile güçleri üzerine yapılan ilk çalışmalar Woodhouse (1930) ile başlamıştır. Woodhouse 250 başarılı aileyle çalışmıştır, ardından Otto'nun yaptığı çalışmalar (1962,



1963) aile güçleri üzerine odaklanmıştır. 1970'lerde ise aile güçleri alanındaki araştırmalar Stinnett'in çalışmalarıyla hız kazanmıştır (DeFrain ve Asay, 2007a). O yıllarda DeFrain, Stinnett ve meslektaşları aile güçleriyle ilgili pek çok çalışma yapmıştır (DeFrain, 1999; DeFrain, DeFrain ve Leopard, 1994; DeFrain ve Stinnett, 1988; Stinnett ve DeFrain, 1985, 1989). Onların yanında aile güçlerinin boyutlarını araştıran farklı çalışmalar yapılmıştır (Epstein, Bishop ve Levin, 1978; Krysan ve ark., 1990; Olson ve ark., 1989). 1970'lerin son yıllarında aile güçleriyle ilgili yapılmaya başlanan konferanslar ve çalışmaların daha sonra yayımlanması ve 1990'ların sonlarından itibaren aile güçleriyle ilgili çeşitli ülkelerde yürütülmeye başlanan araştırmalar aileye güç temelli yaklaşımın ilerlemesi için önemli görülmektedir (DeFrain ve Asay, 2007a). Ailelerdeki güçlü yönler yıllardır bilimsel araştırmaların konusu olmuştur.

Aile güçlerinin ilk araştırmacılarından olan Otto (1962) çalışmasındaki ailelerden aldığı bilgilere göre ailelerin güçlerini sıralamıştır. Bu güçler ağırlıklı olarak, [1] paylaşılan inanç, dini ve ahlaki değerler; [2] sevgi, ilgi ve anlayış; [3] ortak ilgiler, hedefler ve amaçlar; [4] çocukların sevgisi ve mutluluğu; [5] birlikte çalışmak ve eğlenmek; [6] paylaşılan boş zaman etkinliklerinden oluşmaktadır. Otto (1963) sonraki çalışmasında bahsedilen aile güçleriyle ilgili daha özel tanımlamalar yapmıştır. Ona göre aile güçleri belirli kriterlere göre değerlendirilebilir. Bu kriterler [1] ailenin fiziksel, duygusal ve manevi ihtiyaçlarını sağlama kabiliyeti; [2] aile üyelerinin ihtiyaçlarına karşı hassas olma kabiliyeti; [3] etkili şekilde iletişim kurma kabiliyeti; [4] destek, güvenlik ve cesaretlendirme sağlama kabiliyeti; [5] aile içinde ve dışında, geliştirici ilişkileri ve deneyimleri başlatma ve sürdürme kabiliyeti; [6] yapıcı ve sorumlu toplumsal ilişkileri sürdürme ve oluşturma kabiliyeti; [7] çocuklarla ve çocuklar aracılığıyla gelişme kabiliyeti; [8] kendine yardım etme ve gerektiğinde yardım alabilme kabiliyeti; [9] ailedeki rolleri esnek şekilde gerçekleştirme kabiliyeti; [10] aile üyelerinin bireyselliğine karşılıklı saygı gösterme; [11] kriz durumlarını gelişme için kullanma kabiliyeti; [12] ailedeki birlik, sadakat ve aileler arası iş birliğine ilgili olmak şeklinde sıralanabilir. Bahsedilenler aile gücünün değerlendirilme kriterlerini oluşturmaktadır. Gabler ve Otto (1964) ise yapılan çalışmalarda aile güçlerine ilişkin pek çok tanım olduğunu görmüş ve bunların tümünden yola çıkarak aile işlevselliğinin bazı kategorilerini tanımlamışlardır. Aile ilişkilerinin niteliği, dini inançlar, ailedeki değişim kapasitesi de bu kategoriler arasındadır.

Ailelere ve çiftlere güçler perspektifiyle yaklaşan araştırmacıların çalışmalarıyla aşağıda bahsedilen bazı sonuçlara ulaşılmıştır (DeFrain ve Asay, 2007a; DeFrain ve Stinnett, 2002). Aileler kültürün temelini oluşturur ve güçlü aileler güçlü toplumların oluşması için çok önemlidir (DeFrain ve Asay, 2007a). Aileler zorluklara ve gelişme potansiyeline sahiptir ve tüm ailelerin güçleri bulunmaktadır. Ailelere sadece problemler üzerinden yaklaşmak problemlerin görülmesini, güçler açısından yaklaşmak ise güçlü yanların açığa çıkarılmasını sağlar. Aileleri incelerken yapılan hatalardan biri aile işlevi yerine ailenin yapısına ya da tipine odaklanmaktır. Aile yapısının türü ailenin gücü hakkında bilgi vermez. Güçler perspektifinde aile işlevine odaklanmak daha önemli görülür (DeFrain ve Asay, 2007a; DeFrain ve Stinnett, 2002). Aile işlevselliği için ailedeki olumlu nitelikleri incelemek ailelerin güçlerinin keşfedilmesini sağlar.

Güçlü evlilikler pek çok güçlü ailenin merkezidir ve çift ilişkisi pek çok aile için bir güç kaynağıdır. Güçlü aileler güçlü çocuklar yetiştirme potansiyeline sahiptir ve böyle ailelerde yetişmiş çocukların yetişkinlikte güçlü bir aile oluşturmaları daha muhtemeldir. Ailedeki güçler zamanla gelişir. Çift bir aile olarak yaşamaya başladığında uyumla ilgili sorunların olması muhtemeldir, istikrarsızlıklar yaşansa da evliliğin ilerleyen dönemlerinde pek çok çift sağlıklı ve mutlu bir aile oluşturur. Güçler genelde zorluklara karşı geliştirilir ve güçlü aileler mükemmel değildir. Güçlü bir aile, sürekli gelişir ve her zaman büyüme ve değişme sürecindedir (DeFrain ve Asay, 2007a). Aile güçleri ailelerin duygusal sağlığına ve iyi oluşuna katkı sağlayan niteliklerdir. Ailelerin çoğu güce sahiptir ve ailenin gücü, hayatın günlük stresleri ve krizler tarafından test edilir. Krizler ailelere zarar verebileceği gibi aileyi güçlendirebilir. Aile güçlerinin tek bir nitelikle tanımlanması gerekirse bu nitelik üyeler arasındaki pozitif duygusal bağlantı ve üyelerin birbirine ait olma duygusu olur. Bu duygusal bağ mevcut olduğunda aile zorluklara katlanabilir. Kendilerini güçlü olarak tanımlayan aileler birbirlerini sevdiklerini ifade ederler. Onlar için yaşam birlikteyken doyum vericidir. Bu aileler birlikte mutluluk ve uyum içinde yaşarlar (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü aile üyelerinin aile içi etkileşimlerden aldıkları doyum yüksektir.

Aile Güçleri Modeli'nin temsilcilerinden DeFrain (1999) yapılan çalışmaların ailelerin başarılarından çok başarısızlıkları üzerine odaklandığından bahsetmektedir. Ona göre araştırmacılar birlikte iyi bir yaşam süren aileleri pek çok farklı şekilde tanımlamışlardır. Aile Güçleri Modeli'nde bahsedilen güçlü aileler sosyal bilimlerde sağlıklı aileler, işlevsel aileler, başarılı aileler, dengeli aileler gibi farklı şekillerde tanımlanmıştır (DeFrain ve

Stinnett, 1988). Araştırmacılar birlikte iyi bir yaşam süren aileleri yıllar boyunca güçlü, duygusal olarak sağlıklı, mutlu, yılmaz, uyumlu, ideal gibi farklı şekillerde tanımlasalar da bu ailelerin temel özelliği iyi işlev gösterdiklerine inanmaları ve birbirleriyle olan ilişkilerinden doyum almalarıdır (DeFrain, 1999; DeFrain ve Stinnett, 2002). Yani ailelerdeki ilişkilerin doyum verici olması bahsedilen tanımların ortak özelliğini oluşturur.

Her aile birbirinden farklı ve eşsiz olsa da güçlü aileler bazı ortak niteliklere sahiptir (DeFrain ve Stinnett, 1988). Ailelerdeki benzerlikler farklılıklardan daha fazladır. Daha doyum verici ilişkilerin yaşandığı aile dinamiklerine sahip olan çift ve aileler üzerine modeller geliştirmek için aile güçlerinin neler olduğunu öğrenmek önemlidir. Aile üyelerinin birbirlerine karşı ve yaşama karşı pozitif özelliklerinin yani onların aile güçlerinin doyumun olduğu samimi bir aile ortamı oluşturmaya nasıl yardımcı olduğunu araştırmak önemlidir (DeFrain ve Asay, 2007b). Aile güçlerinin aileden alınan doyumdaki rolünü açıklarken, ailelerin farklı olsalar da güçler konusunda benzer özellikler taşıdıklarını dikkate almak gerekir.

Stinnett, DeFrain ve meslektaşları (DeFrain ve Stinnett, 2002; Stinnett ve DeFrain, 1985; akt. DeFrain, 1999) tarafından önerilen Aile Güçleri Modeli'ne göre aile güçleri bağlılık, takdir etme ve yakınlık, pozitif iletişim, birlikte iyi zaman geçirme, manevi iyi oluş, stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme olmak üzere altı nitelikten oluşur. Aile Güçleri Modeli toplamda yirmi dört binden fazla aile üyesinin katılımıyla Amerika'nın elli eyaletinden ve diğer yirmi sekiz ülkeden toplanan verilere dayanmaktadır. Aile güçleri her bir aileye ve her bir ailenin bulunduğu kültüre göre değişir ancak farklı aile ve kültürlerdeki aile güçleri benzerdir (DeFrain ve Asay, 2007b). Bu modelin yaklaşımıyla ailelerin güçleri bakımından altı benzer niteliğe sahip olduğu görülmektedir.

**Bağlılık (Commitment):** Ailedeki güven, dürüstlük, güvenilirlik, sadakat ve paylaşım özelliklerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü ailelerde üyelerin birbirlerine verdikleri önem büyüktür. Birbirleriyle olan yaşamları üyeler için çok önemlidir. Üyeler birbirlerinin olumlu hislerinin farkındadır ve diğer üyelerin aileye verdiği önemi hissederler. Cinsel sadakatin sürdürülmesi de bağlılığın önemli bir unsurudur (DeFrain, 1999). Güçlü ailelerde üyeler birbirlerinin iyi oluşuna önem verir, aile etkinliklerine zaman ve enerji harcarlar hayatlarındaki diğer unsurların aile etkileşimlerinden daha fazla duygusal enerji ve zaman almasına izin vermezler (DeFrain ve Asay, 2007b). Güçlü ailelerde üyeler birbirlerine olan

bağlılıklarını dini terimlerle tanımlayabilirler. Tanrı'ya olan bağlılıklarının ailelerine bağlılıkları ve birbirlerine saygıları için rehberlik eden güç olduğunu düşünebilirler (DeFrain ve Stinnett, 1988). Güçlü aileler için bağlılık çok önemlidir ve her şeyden önce aileye adanmışlık söz konusudur. Onlar aileyi toplumun ve bireysel iyi oluşlarının temeli olarak görürler. Güçlü aile üyeleri enerjilerini ve zamanlarını aile etkinliklerine harcamak için çabalarlar (Stinnett ve DeFrain, 1989). Güçlü ailelerde bağlılık niteliği özellikle üyelerin ailelerine verdikleri önemle kendini gösterir.

**Takdir Etme ve Yakınlık (Appreciation and Affection):** Aile üyelerinin birbirini önemsemesiyle arkadaşlık, bireyselliğe saygı, eğlenebilirlik, mizah özelliklerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü ailelerdeki üyeler birbirlerine olan takdirlerini ve sevgilerini açık şekilde ifade ederler. Birbirlerine olumlu duygular hissettirdiklerini bilmeleri üyelerin bağlarını kuvvetlendirici ve benlik saygılarını besleyici rol oynar (DeFrain ve Stinnett, 1988). İşlevsel olmayan sağlıklı ailelerde üyeler olumsuzluklara odaklanma eğilimindedirler ve bu durumda yıkıcı hisler oluşabilir (Stinnett ve DeFrain, 1989). Cinsellik de çiftler için takdir ve yakınlığı ifade etmenin bir yoludur. Güçlü ailelerdeki üyeler birbirleriyle yoğun şekilde ilgilidir ve birbirlerine bunu hissettirir ve ifade ederler (DeFrain, 1999). Güçlü ailelerde üyeler birbirlerine büyük önem verirler. Birbirlerinin bunu düzenli olarak bilmesini sağlarlar ve sevgilerini ifade ederler (DeFrain ve Asay, 2007b). Takdir etme ve yakınlık niteliğinde üyelerin birbirlerine verdikleri önemi ve değeri düzenli olarak ifade etmeleri önemlidir.

**Pozitif İletişim (Positive Communication):** Ailedeki paylaşılan hisleri ve övgüleri, suçlamadan kaçınma, uzlaşabilme, anlaşamayacağı konusunda anlaşma özelliklerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü ailelerde üyeler düşüncelerini özgürce ifade ederler ve aralarındaki iletişim açık ve dürüsttür. Üyeler aynı fikirde olmama hakkına sahiptir ve bu durum ailenin sağlığına katkı sağlar (DeFrain ve Stinnett, 1988). İletişim, güçlü ailelerde de her zaman anlaşma sağlamaz ancak üyeler birbirlerini suçlamadan doğrudan ve açık şekilde iletişim kurabilirler. Güçlü ailelerin üyeleri iyi birer dinleyicidir, birbirlerinin zihnini okumaya çalışmazlar ve birbirlerine uygun sorular yöneltme becerisine sahiptirler. Ayrıca mizahın kullanımı da hayata daha olumlu şekilde bakmak için güçlü aileler tarafından ekili şekilde kullanılabilir (DeFrain, 1999). Üyelerin birbirleriyle iletişim kurarken belirsizliklerden uzak durması ve birbirlerini anlama becerileri bu niteliğin ortaya çıkmasına katkı sağlar.

Güçlü ailelerde iletişim sadece problem ya da çatışma çözme için kurulmaz. Onlar sorunları tespit ederek, soruna odaklanarak ve uygun çözümler bularak görev yönelimli iletişimi kullanırlar (DeFrain ve Asay, 2007b). Güçlü aile üyeleri küçük şeyler hakkında konuşarak birbirleriyle uzun zamanlar geçirebilirler ve önemli ya da önemsiz konular hakkında konuşmaktan zevk alırlar. Farklılıkları çözmek için pozitif yollara sahiptirler. Güçlü aileler bir sorun ortaya çıktığında doğrudan, dürüstçe, birbirlerini suçlamadan iletişim kurar ve sorunu çözmeye çalışırlar. Üyeler yaşama ve insanlara ilişkin pozitif bakış açısına sahiptir ve ailedeki pozitif iletişim kalıplarının oluşmasının çok fazla zaman gerektireceğinin farkındadırlar. Güçlü aile üyeleri iyi birer dinleyicidir ve öğüt vermekten kaçınırlar. Sorular sorarak birbirleriyle ilgili bilgi edinirler. Birbirleri adına konuşmak yerine, kişinin kendisi için konuşmasının önemli olduğunun farkındadırlar. Güçlü ailelerde üyeler başarısızlıklarını ifade edebilirler. Bu ailelerde üyelere ilişkin kabul ve üyelerin başarılı olma çabaları için destek vardır. Güçlü bir ailede her seferinde bir problem ele alınarak sorunların çözülme şansı artırılır. Güçlü aileler farklılıklara yaratıcı bir şekilde bakarlar, aktif problem çözme tekniklerini kullanırlar ve anlaşmazlıkları büyüme için fırsat olarak görürler. İletişim üyeler arasındaki yakınlığı besleyici niteliktedir (Stinnett ve DeFrain, 1989). Pozitif iletişim niteliği, üyelerin iletişim konusundaki pek çok becerisini içerir ve kendini rahatça ifade eden üyeler arasında yakınlığın oluşmasını sağlar.

**Birlikte İyi Zaman Geçirme (Enjoyable Time Together):** Ailedeki daha uzun süreler kaliteli zaman geçirmeyi, zamanı iyi şeyler yaparak geçirmeyi, birbirlerinin arkadaşlıklarından hoşlanmayı, basit güzel zamanlar geçirmeyi ve paylaşılan eğlenceli zamanları içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Birlikte iyi zaman geçiren aileler pek çok kez bir arada olacaklarından birlikte geçirdikleri kaliteli zaman da doğal olarak oluşur ve bu zaman aile üyelerinin birbirine olan iyi hislerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 1988). Güçlü aileler birlikte nitelikli uzun zamanlar geçirirler ve eğlenceli zamanları paylaşırlar. Ailelerin mutlu olmalarını sağlayan etkenlerden biri aile üyelerinin dahil olduğu keyif veren paylaşımlardır (DeFrain, 1999). Ailenin gücü her bir üyenin gücüne bağlıdır. Bireysel olarak gelişme fırsatı olmadıkça bir birim olarak ailenin gelişiminden de söz edilemez. Ailenin birlikte geçirdiği zamanlar yemek yeme, ev işleri, açık havada yapılan etkinlikler, yürüyüş, dini faaliyetler, doğum günleri, tatiller gibi etkinliklerdir (Stinnett ve DeFrain, 1989). Ailelerin birlikte kaliteli uzun zamanlar geçirmesinin onların güçlü özelliklerinden olduğu görülmektedir.

Manevi İyi Oluş (Spiritual Well-Being): Ailedeki umut, inanç, şefkat, paylaşılan etik değerler ve insanlarla birlik özelliklerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü ailelerde maneviyat ya da din önemli konulardır (DeFrain, 1999). Aile içinde manevi iyi oluşu oluşturan farklı yollar vardır (DeFrain ve Asay, 2007c). Bazı aileler için bu güç manevi iyi oluş olarak bazıları için Tanrı'ya inanç olarak açıklanır. Bazıları bu durumu yaşamlarındaki umut, barış, değerler gibi pozitif hislerle tanımlarken bazı aileler dünya ve tüm varlıklarla birlik içinde hisseder. Anlaşılması zor bir kavram olan manevi iyi oluş temelde kişilerin birbirleriyle ve onlar için yaşamda kutsal olanla bağlantısıyla ilgilidir (DeFrain, 1999). Modelde bahsedilen manevi iyi oluş bir dine mensubiyeti içerebileceği gibi içermeyebilir. Aileler manevi iyi oluşu umut, hayata dair iyimser bir bakış açısına sahip olmak, Tanrı'ya inanmak, dünyayla birlik duygusu içinde olmak gibi farklı şekillerde tanımlar. Manevi iyi oluş bireylerin içindeki şefkati, sevgiyi ve paylaşmayı destekleyen bir bakım merkezi olarak görülebilir. Manevi iyi oluş bireylerin günlük hayatta karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelmelerini, kendilerini aşmalarını, yaşamlarında kutsal olana odaklanmalarını sağlayan bir his ya da güçtür (DeFrain ve Asay, 2007b). İçinde bağlantı duygusunu barındıran manevi iyi oluş aileler tarafından farklı şekillerde yaşanmaktadır.

Manevi iyi oluş pek çok güçlü aile için dini inanç, Tanrı'ya olan inanç, dünyadaki iyiliğe olan inanç gibi anlamlara gelebilir. Güçlü aileler kendilerini sağlıklı kılan yönler olarak umut, iyimserlik, yaşamda amaç duygusu, ruhsal sağlık, doğa ve insanlarla birlik duygusu gibi manevi kaynaklardan bahsederler. Aşkın değerler ve daha yüksek bir güçle olan bağlantı hissi içinde olmaları ailelerin yaşamın en önemli yönlerine odaklanmalarına yardım eder. Günlük uğraşların dışında daha büyük bir şeye olan bağlılık aile üyelerinin kendileriyle ve birbirleriyle ilgili daha iyi hissetmelerine yardım eder. Güçlü aile üyeleri maneviyatlarını farklı dini ve kişisel inançlarla ifade edebilirler. Güçlü ailelerin bazıları için çeşitli topluluklarla ya da organizasyonlarla ilişkiler manevi iyi oluşun göstergesidir (DeFrain ve Stinnett, 1988). Dini ya da manevi topluluklar özellikle hastalık, ölüm, doğum, kaza gibi durumlarda insanlara destek sağlayabilir. Din, manevi iyi oluş, iyimserlik, umut hisleri ya da etik değerler sistemi, güçlü ailelerin hayatlarında önemli bir yer tutar. Manevi iyi oluş kişinin kendini aşmasını ve daha büyük bir şeye ulaşmasını sağlayan bir güçtür. Bireylerin manevi doğalarını ifade etmeleri için sayısız seçenek bulunmaktadır. Güçlü aileler de kendi manevi veya aşkın değerlerini ifade etmek için pek çok farklı yola sahiptir. Bu inançların tümünde daha iyi olana yönelik arayış ve ondan güç alma ihtiyacı söz konusudur (Stinnett ve DeFrain,

1989). Manevi iyi oluş aile üyelerinin aşkın değerlerle temas etmesini sağlayan ve ailelere güç veren önemli bir kaynaktır.

Stresi ve Krizi Başarılı Şekilde Yönetme (Successful Management of Stress and Crisis): Ailedeki uyum sağlama, krizleri zorluklar ve fırsatlar olarak görme, krizler yoluyla birlikte gelişme, değişime açıklık ve yılmazlık özelliklerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Stresi ve krizi etkili şekilde yönetme kabiliyeti ailelerin yılmazlığının göstergesidir (DeFrain ve Asay, 2007c). Güçlü aileler kriz ve stres durumlarıyla etkili olarak baş etme ve ortaya çıkabilecek sorunları önleme yeteneğine sahiptir. Güçlü aile üyeleri kriz durumlarına uyum sağlayabilirler ve kriz durumundaki fırsatları görmeye çalışırlar (DeFrain, 1999). Güçlü aileler kriz durumlarının yararlı etkilerinden faydalanırken bu durumların zarar verici etkilerini en aza indirmeye çalışırlar (DeFrain ve Stinnett, 1988). Kriz durumlarını yeniden tanımlamak için yollar ararlar (DeFrain ve Asay, 2007b). Bu sayede kriz durumlarında yaşananları yeniden çerçevelendirerek olaylara farklı bir açıdan bakabilirler. Güçlü ailelerde kriz durumları ailenin gelişmesini sağlayabilecek bir fırsat ve kolaylaştırıcı bir unsur olarak görülür (DeFrain ve Stinnett, 1988). Bu ailelerde üyeler sorunlarını ve duygularını birbirlerinin olumsuz tepki göstereceği korkusu olmaksızın açıkça ifade edebilirler. Güçlü aileler soruna uyum sağlamak için yeni yollar düşünmede daha yeteneklidir. Böyle ailelerde üyeler kriz durumları için bir araya gelir ve olayın yükü birlikte hafifletilmeye çalışılır. Bu ailelerin üyeleri zorluklarla mücadele için manevi kaynaklarını da kullanırlar. Var olan zorlukla baş edebilmek için dua ederler, yürüyüş gibi rahatlatıcı aktiviteler yaparlar ya da konuyla ilgili diğer kişilerden yardım alabilirler (Stinnett ve DeFrain, 1989). Güçlü ailelerde krizler sorunu yeniden tanımlamak ve çözmek için yeni yolların arandığı durumlardır.

Aile güçlerinin tümü birbirine bağlıdır. Aile güçlerini birleştiren nokta her birinin pozitif duygusal bağlantı duygusuna dayanması ve onun üzerine kurulmuş olmasıdır (DeFrain ve Stinnett, 2002). Aile güçleri bakış açısıyla diğer ailelerin başarılı olması için bir model oluşturulmuş olur. Aile güçlerinin tanımlanmasıyla ailelerde ve toplumda pozitif değişme ve gelişmenin önü açılmış olur (DeFrain, 1999). Ailedeki etkileşimlerin üyeler için doyum verici olmasında bahsedilen niteliklerin güçlendirilmesi önemlidir. Aile Güçleri Modeli'nin altı boyutuyla diğer bir sağlıklı aile modeli olan Evlilik ve Aile Sistemleri Dairesel Modeli'nin üç boyutu (Olson, 2011; Olson ve ark., 1989) bir çalışmada birleştirilmiştir (DeFrain ve Asay, 2007b). İki sağlıklı aile modeli ayrı olsa da benzer özellikler taşır (DeFrain, 1999). İlk modeldeki aile birliği (cohesion) boyutunun altında bağlılık ve birlikte iyi zaman geçirme;

değişime uyum sağlama olan aile esnekliği (flexibility) boyutunun altında, stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme ve manevi iyi oluş, aile iletişimi (communication) boyutunun altında pozitif iletişim, takdir etme ve yakınlık yer almaktadır (DeFrain ve Asay, 2007b). Her iki sağlıklı aile modelinin de aile ilişkilerinden alınan doyumun artması için sundukları niteliklerin birbirlerini desteklediği görülmektedir.

Aileler çeşitlilikleriyle birlikte bütün kültürlerin temel birimidir (DeFrain ve Asay, 2007b). Güçlü ailelerin varlığı toplumun gelişmesini sağlarken, güçlü bir toplum da ailelerin varlıklarını güçlü şekilde sürdürmeleri için ihtiyaç duyulan ortamı sağlamaktadır (DeFrain ve Asay, 2007c). Sosyal bilimlerde yapılan çalışmalarla ailelerin yaşamlarını daha sağlıklı ve doyum aldıkları şekilde sürdürmelerine katkı sağlanabilir (DeFrain ve Asay, 2007b). Toplumların temelini oluşturan aile sisteminin güçlenmesi toplumsal iyi oluşu ve gelişmeyi beraberinde getirir. Aile güçlerinin, aile ilişkilerindeki rolünü ve aile etkileşimlerine katkı sağladığı yolları açıklamak ailelerin varlıklarını güçlenerek sürdürmeleri için önemlidir.



## 3. BÖLÜM

### 3. YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplama sürecindeki işlem yolu ve verilerin analizi hakkında bilgilere yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada betimsel ilişki desen kullanılmıştır. Araştırmada Koşullu Süreç Analizinde çoklu aracılık modeli SPSS’te PROCESS makrosu (Model 4) kullanılarak incelenmiştir.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Aydın ili Efeler ilçesinde ikamet eden, en az 10 yıldır evli olan ve en az bir çocuğu olan evli bireylerdir. Araştırma evrenini temsilen uygun örnekleme yöntemi kullanılarak araştırma katılım gönüllüğü esasına dayanarak rastgele seçkiyle 235’i kadın ( % 57, 5 ), 174’ü (% 42, 5) erkek toplam 409 evli bireye ulaşılmıştır. Katılımcıların yaşları 26 ile 64 arasında değişmektedir ve yaş ortancası 41’dir ( $\bar{x} = 42, 28, s.s. = 6, 46$ ). Kadınların yaşları 26 ile 59 arasında değişmektedir ve yaş ortancası 40’tür ( $\bar{x} = 40, 70, s.s. = 5, 93$ ). Erkeklerin yaşları 32 ile 64 arasında değişmektedir ve yaş ortancası 44’tür ( $\bar{x} = 44, 43, s.s. = 6, 55$ ). Katılımcıların çocuk sayıları 1 ile 9 arasında değişmektedir ( $s.s. = 1, 10$ ). Kadınların çocuk sayılarının 1 ile 9 arasında değiştiği ( $s.s. = 1, 13$ ), erkeklerin çocuk sayılarının 1 ile 6 arasında değiştiği ( $s.s. = 1, 05$ ) belirlenmiştir. Katılımcıların evlilik süreleri 10 ile 40 yıl arasında ( $\bar{x} = 18,85, s.s. = 6, 16$ ), kadınların evlilik süreleri 10 ile 39 yıl arasında ( $\bar{x} = 18, 77, s.s. = 6, 13$ ), erkeklerin evlilik süreleri 10 ile 40 yıl arasında ( $\bar{x} = 18, 96, s.s. = 6, 23$ ) değişmektedir. Katılımcıların ailelerinin aylık toplam geliri 700 TL ile 70.000 TL arasında ( $\bar{x} = 5581, 39, s.s. = 4753, 58$ ), kadın katılımcıların ailelerinin aylık toplam geliri 700 TL ile 18.000 TL arasında ( $\bar{x} = 5307, 90, s.s. = 3013, 61$ ), erkek katılımcıların ailelerinin aylık toplam geliri 1300 TL ile 70.000 TL arasında ( $\bar{x} = 5954, 94, s.s. = 6401, 68$ ) değişmektedir. Araştırmanın katılımcılarına ait demografik bilgiler Tablo 1.’de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Araştırmanın Katılımcılarının Demografik Özellikleri

<b>Değişkenler</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	235	57,5
Erkek	174	42,5
<b>Yaş</b>		
26-35	52	12,7
36-45	241	58,9
46-55	101	24,7
56 yaş ve üzeri	14	3,4
<b>Eşin Yaşı</b>		
26-35	54	13,2
36-45	212	51,8
46-55	128	31,3
56 yaş ve üzeri	12	2,9
<b>Eğitim Düzeyi</b>		
İlkokul	82	20
Ortaokul	39	9,5
Lise	127	31,1
Üniversite	153	37,4
<b>Eşin Eğitim Düzeyi</b>		
İlkokul	100	24,4
Ortaokul	40	9,8
Lise	114	27,9
Üniversite	147	35,9
<b>Meslek Grubu</b>		
Ev Hanımı	112	27,4
Memur	110	26,9
İşçi	31	7,6
Esnaf	34	8,3
Serbest Meslek	27	6,6
Diğer	89	21,8
<b>Eşin Meslek Grubu</b>		
Ev Hanımı	104	25,4
Memur	95	23,2
İşçi	33	8,1
Esnaf	50	12,2
Serbest Meslek	34	8,3
Diğer	89	21,8
<b>Ailenin Aylık Geliri</b>		
700-1999 TL	13	3,2
2000-3999 TL	140	34,2
4000-5999 TL	93	22,7
6000-7999 TL	47	11,5
8000-9999 TL	48	11,7
10.000 TL ve üzeri	47	11,5
<b>Aile Türü</b>		
Çekirdek	343	83,9
Geniş	32	7,8
<b>Kök Aile Türü</b>		
Çekirdek	264	64,5
Geniş	92	22,5
<b>Ev</b>		
	258	63,1
	149	36,4

Tablo 3.1. Araştırmanın Katılımcılarının Demografik Özellikleri (devamı)

Değişkenler			
<b>İlenme Biçimi</b>			
Anlaşarak		142	34,7
Görücü Usulü		129	31,5
<b>Evlilik Süresi</b>		76	18,6
10-15 yıl		43	10,5
16-20 yıl		15	3,7
21-25 yıl		264	64,5
26-30 yıl		129	31,5
31 yıl ve üzeri	16		3,9
<b>Çocuk Sayısı</b>			
1-2			
3-4			
5 çocuk ve üzeri			

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplamada Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (Ekşi ve Kardaş, 2017), Taşdelen-Karçkay (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (Baracca ve ark., 2000), Eskin (1993) tarafından Türkçeye uyarlanan Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Procidano ve Heller, 1983), Çeçen (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu (Sagy, 1998) ve Kişisel Bilgi Formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

#### 3.3.1. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği (Ekşi ve Kardaş, 2017):

Ölçme aracı yetişkinlere yönelik geliştirilmiştir ve 5’li Likert tipindedir. *Aşkınlık* (15), *Doğayla Uyum* (7) ve *Anomi* (7) olmak üzere 29 maddeden ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek yetişkinlerin manevi iyi oluşunu ölçmeyi amaçladığı için ölçek geliştirme sürecinde sadece yetişkinlerle çalışıldığı belirtilmiştir. Ölçekteki her bir maddeye verilen puanlar 1 ile 5 arasında değişmektedir. Toplam puan için *Anomi* alt boyutunun maddelerinin (3, 7, 11, 15, 19, 23, 26) ters puanlanması gerekmektedir. Ölçek faktörlerinin iç güvenirlik katsayıları *Aşkınlık* ,95, *Doğayla Uyum* ,86 ve *Anomi* alt boyutu için ,85 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin toplam iç güvenirlik katsayısının ise ,89 olduğuna ulaşılmıştır. Spiritüel İyi Oluş Ölçeği’nin *Aşkınlık* alt boyutunun ölçüt geçerliliğini analiz etmek için Kasapoğlu’nun (2015) geliştirdiği Manevi Yönelim Ölçeği’nin; *Doğayla Uyum* alt boyutunun ölçüt geçerliliğini analiz etmek için Çakır, Karaarslan, Şahin ve Ertepinar (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Doğaya Bağlılık Ölçeği’nin *Özbenlik* alt boyutunun; *Anomi* alt boyutu için Akın, Demirci, Çitemel,

Sarıçam ve Ocağcı (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal İyi Olma Ölçeği'nin kullanıldığı belirtilmiştir. Ölçek geliştirme çalışmasında Manevi Yönelim Ölçeği'yle *Aşkınlık* alt boyutu arasında pozitif bir ilişki olduğu ( $r = ,94, p < ,001$ ), *Doğayla Uyum* alt boyutuyla Doğaya Bağlılık Ölçeği'nin *Özbenlik* alt boyutu arasında pozitif ilişki olduğu ( $r = ,74, p < ,001$ ), Manevi İyi Olma Ölçeği'nin *Anomi* alt boyutuyla Sosyal İyi Olma Ölçeği arasında pozitif ilişki olduğu ( $r = ,34, p < ,003$ ) belirtilmiştir. Buradan hareketle Manevi İyi Olma Ölçeği'nin ölçüt geçerliliğinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda üç boyutlu bu yapının iyi uyum gösterdiği belirtilmiştir (RMSEA= 0, 078, S-RMR= 0, 050, NFI= 0, 90, CFI= 0, 92,  $\chi^2/sd= 4, 11$ ). Ölçme aracının bu araştırmada kendi içinde ne kadar tutarlı olduğunun göstergesi olan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ( $\alpha= 0,89$ ) ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu görülmüştür.

### 3.3.2. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (Baracca ve ark., 2000):

Ölçme aracı Türkçeye Taşdelen-Karçkay (2016) tarafından uyarlanmıştır. 27 maddeden oluşan ölçek iki kutuplu “tamamen”, “oldukça” ve “biraz” derecelendirmelerini içeren 3'lü likert tipindedir. Ölçeğin ailenin doğal çevresi olan evdeki aile yaşamına vurgu yaptığı belirtilmiştir. Ölçek “Evde ailemle birlikte olduğum zaman genelde kendimi ..... hissederim.” cümlesi ile başlamakta ve tüm maddeler bu cümle doğrultusunda cevaplandırılmaktadır. Alınabilecek toplam puanların 27 ile 162 arasında olduğu ölçek tek boyutu ölçmektedir. Orijinal çalışmada ölçek maddelerinin faktör yükleri ,68 ile ,89 arasında değişmektedir. Madde toplam korelasyonları ise ,66 ile ,87 arasındadır. Toplam açıklanan varyansın % 62,3 olduğu belirtilmiştir. Orijinal çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ,98, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ,76 bulunmuştur. Uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlılık katsayısının ,95 olduğu belirtilmiştir. Madde toplam korelasyon katsayılarının ,48 ile ,75 arasında değiştiği ifade edilmiştir. Uyarlama çalışmasında ölçeğin ölçüt geçerliliğini ölçmek için Yaşam Doyumu Ölçeği (Köker, 1991) kullanılmış ve iki ölçeğin anlamlı düzeyde pozitif ilişkili olduğu ( $r = ,52, p < ,01$ ) belirtilmiştir. Uyarlama çalışmasından elde edilen sonuçlarda ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçme aracının bu araştırmada kendi içinde ne kadar tutarlı olduğunun göstergesi olan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ( $\alpha= 0,84$ ) ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu görülmüştür.

### 3.3.3. Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Procidano ve Heller, 1983):

Arkadaşlardan ve Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçekleri'nin Türkçeye uyarlama çalışması Eskin (1993) tarafından yapılmıştır. Ölçekler kişinin arkadaşları ve ailesi tarafından algıladığı destek, bilgi ve geri bildirim düzeyini ölçmektedir. Arkadaşlardan ve aileden algılanan desteği ayrı olarak ölçen ölçeklerin her biri 20 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde için "Evet", "Hayır" ve "Bilmiyorum" cevapları mevcuttur. Evet cevabı 1, hayır cevabı 0 olarak puanlanır. Bilmiyorum seçeneğine puan verilmemektedir. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 20 arasında değişir. Bu çalışmada Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Orijinal çalışmada Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısının ,90 olduğu ve ölçekle negatif ve pozitif yaşam olayları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Ölçeğin ayrıca semptomatolojiyle ( $r = -.29, p < .01$ ) ve üç patoloji değişkeniyle negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Uyarlama çalışmasında Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısının ,85, test-tekrar test güvenilirlik katsayısının ise ,90 olduğu belirtilmiştir. Arkadaşlardan ve Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçekleri arasındaki korelasyonun ,63 ( $p < .01$ ) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin aileden algılanan sosyal desteği ölçmek için geçerli ve güvenilir olduğu görülmektedir. Ölçme aracının bu araştırmada kendi içinde ne kadar tutarlı olduğunun göstergesi olan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ( $\alpha = 0,70$ ) ölçeğin güvenilir olduğu görülmüştür.

### 3.3.4. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu (Sagy, 1998):

Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği 26 madde olarak Antonovsky ve Sourani (1988) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek ailenin, aile yaşamının bütünlüğüne ilişkin algısını ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin 12 maddelik kısa formu Sagy (1998) tarafından oluşturulmuştur. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçeye uyarlama çalışması Çeçen (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçek 7'li likert tipi derecelendirmeye sahiptir ve ölçekten alınan puanlar yükseldikçe aileye yönelik bütünlük duygusu yükselmektedir. Ölçekteki 1, 2, 3, 8, 10, 12 numaralı maddeler ters şekilde puanlanır. Maddelere verilen puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Ölçek *Anlaşılabilirlik* (4), *Yönetilebilirlik* (5) ve *Anlamlılık* (3) olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Uyarlama çalışmasında *Anlaşılabilirlik* alt boyutu varyansın %32,52'sini, *Yönetilebilirlik* alt boyutu %9,59'unu, *Anlamlılık* alt boyutu %8,49'unu ve üç alt boyut toplamda varyansın %50,61'ini açıklamaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının ,88

(Sagy, 1998) ve ,77 (Sagy ve Dotan, 2001) olduğu belirtilmiştir. Uyarlama çalışmasında ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısının ,80, test-tekrar test güvenilirlik katsayısının ,85 olduğu belirlenmiştir. Uyarlama çalışmasında ölçek madde faktör yüklerinin ,44 ile ,72, arasında, madde toplam korelasyonlarının ,48 ile ,65 arasında değiştiği belirtilmiştir. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu'nun ölçüt bağıntılı geçerliliğini ölçmek için Aile Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu'nun Aile Değerlendirme Ölçeği'ndeki sağlıklı işlevlerle pozitif, sağlıksız işlevlerle negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu'nun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu görülmektedir. Ölçme aracının bu araştırmada kendi içinde ne kadar tutarlı olduğunun göstergesi olan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ( $\alpha= 0,82$ ) ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğu görülmüştür.

### **3.3.5. Kişisel Bilgi Formu:**

Araştırmacılar tarafından hazırlanmış olup çalışmaya katılan evli bireylerin yaş, eğitim düzeyi, meslek grubu, aile türü, evlilik süresi, çocuk sayısı, ailelerinin gelir düzeyi ve benzeri özelliklerini belirlemeyi amaçlamaktadır.

### **3.4. İşlem**

Araştırma verilerinin toplanması için Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Rektörlüğü, Eğitim Araştırmaları Etik Kurulundan gerekli izin alınmıştır. Araştırma Aydın ili Efeler ilçesinde yaşayan anne ve babaların katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma verilerinin toplanması 2019 yılı Kasım, Aralık ve 2020 yılı Ocak aylarında tamamlanmıştır. Araştırmada kullanılan ölçme araçları araştırmacı tarafından evli bireylere gönüllülük esasına dayanarak yüz yüze görüşmeyle uygulanmıştır. Araştırmanın katılımcılarına Aydın ilinin merkezinde yaşayan evli bireylerin evlerine ya da iş yerlerine gidilerek ulaşılmıştır. Ölçme araçları uygulanmadan önce katılımcılara araştırmacı ve araştırma hakkında kısaca bilgi verilmiş, kişisel bilgilerin gizli tutulacağı ve verdikleri yanıtların yalnızca araştırma için kullanılacağı belirtilmiştir. Katılımcılardan kendilerini temsil eden yanıtlar vermeleri ve yanıtlarında samimi olmaları talep edilmiştir. Kişisel Bilgi Formu'nun ve ölçme araçlarının yanıtlanması yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizlerinde SPSS 25.0 paket programı ve bu programın bir eklentisi olan PROCESS makrosu kullanılmıştır. Analizler yapılmadan önce hatalı, özensiz ya da eksik yanıtlanan veriler araştırma dışı bırakılmıştır. Toplanan veriler SPSS programına kodlanmıştır. Ölçme araçlarındaki veri kaybının %5'ten az olduğu görülmüş ve ölçeklerdeki kayıp verilere ortalama değer atanmıştır. Ardından verilerde uç değerlerin olup olmadığı kontrol edilmiş ve uç değerlerin bulunduğu veriler araştırma dışı bırakılmıştır.

Bu araştırmada betimsel ilişkisel desen kullanılmıştır. Betimsel araştırmalarda durumların tam olarak tanımlanması amaçlanırken ilişkisel araştırmalar durumlar arasındaki olası ilişkilerin belirlenmesinin yanında bunlarla ilgili durumların tahmin edilmesini sağlamaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Araştırmada istatistiksel olarak anlamlılık için hata değerinin üst sınırı ,05 olarak belirlenmiştir. Araştırmada katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde analizlerinin ardından araştırma değişkenlerinin betimsel analizleri yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde parametrik tekniklerin kullanılması için varsayımsal kriter olan değişkenlerin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığını incelenmiştir. Değişkenlere ait basıklık ve çarpıklık katsayıları ve varyasyon katsayısına göre değişkenlerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısıyla incelenmiş ve değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Parametrik tekniklerin kullanılması için varsayımsal kriterlerin karşılandığı görülmüştür. Regresyonel analizlerin kullanılması için varsayımsal kriter olan değişkenler arasındaki doğrusallık varsayımı saçılım grafikleriyle incelenmiştir. Değişkenler arasında doğrusal saçılım olduğu görülmüştür.

Korelasyon analizleri sonrasında regresyonel yaklaşımla incelenmiş olan araştırmanın hipotez modelinin incelenmesinde, *Koşullu Süreç Analizinden* (Conditional Process Analysis) yararlanılmıştır. Aracılık ve düzenleyicilik analizleri kanıt oluşturmak ya da hipotez test etmek amacıyla sınırlandırılmış durumları inceler. Koşullu Süreç Modeli (Conditional Process Modeling) ise aracılık ve düzenleyicilik analizlerini bir arada ele alabilen ve birbirini etkileyen değişkenlerin öncesindeki ve sonrasındaki sınırlandırılmış durumları da analize dahil edebilen yeni bir yaklaşımdır (Hayes, 2018). Araştırmadaki çoklu aracılık etkisinin analizleri Hayes (2018) tarafından geliştirilen ve SPSS programı için bir eklenti olan

PROCESS makrosu (Model 4) kullanılarak kullanılmıştır. Veri analizlerinde Bootstrap 5.000 örnekleme gerçekleştirilmiştir.





## 4. BÖLÜM

### 4. BULGULAR

Araştırmanın bu kısmında araştırma hipotezini incelemek amacıyla yürütülen istatistiksel analizler her bir alt hipotez için ayrı başlıklarda aşağıda sunulmuştur.

#### 4.1. Manevi İyi Oluş, Aile Doyumu, Aile Desteği ve Aile Bütünlüğü Arasındaki İlişiler

Araştırmanın ilk alt hipotezi olan “Evli bireylerin manevi iyi oluşları, aile doyumları, aile destekleriyle aile bütünlük düzeyleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmaktadır.” ifadesini incelemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları kullanılmıştır. Bu ikili ilişkilerin anlamlılığı test edilirken Bootstrap yapılarak örneklem büyüklüğü 5.000 olarak işlem gerçekleştirilmiştir. Ancak bu analizler öncesinde her bir araştırma değişkenin normallik varsayımını karşılama düzeyleri incelenmiştir. Bu amaçla yürütülen Kolmogorov Smirnov analizlerine ait bulguların tablosu aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4.1. Manevi İyi Oluş, Aile Desteği, Aile Bütünlüğü ve Aile Doyumu Değişkenlerinin Normallik Varsayım Tablosu

Değişkenler	Kolmogorov Smirnov	Basıklık	Çarpıklık	Varyasyon katsayısı
Manevi iyi oluş (X)	,066*	-,43	-,59	% 14
Aile desteği (M <sub>1</sub> )	,179*	-,70	-,17	%22
Aile bütünlüğü (M <sub>2</sub> )	,082*	-,28	-,69	% 19
Aile doyumunu (Y)	,109*	-,89	,08	% 17

\*  $p < ,05$

Normallik varsayımlarının incelenmesi amacıyla yürütülen analizlerde araştırma değişkenleri olan manevi iyi oluş, aile desteği, aile bütünlüğü ve aile doyumunu değişkenlerinin tümünde Kolmogorov Smirnov testine ait  $p > ,05$ 'ten büyük olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç normallik için ilk kriterlerden biri olan ilgili testin araştırma verisinde normal dağılım olmadığı yönündedir. Ancak diğer kriterler incelendiğinde basıklık ve çarpıklık katsayılarının  $\pm 1$  aralığında olduğu ve varyasyon katsayısının %30'dan düşük olduğu belirlenmiştir.

Katılımcı sayısının da yüksek olmasından dolayı ilerleyen analizlerde parametrik tekniklerin kullanılması kararlaştırılmıştır. Araştırma analizlerinin ilerleyen adımında manevi iyi oluş, aile desteği, aile bütünlüğü ve aile doyumu değişkenleri arasındaki ikili ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiştir. Elde edilen bulgular aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 4.2. Manevi İyi Oluş, Aile Desteği, Aile Bütünlüğü ve Aile Doyumu Değişkenlerinin Korelasyon Tablosu

	$\bar{x}$	s.h.	1	2	3	4
1. MİO (X)	117,37	16,55	,89†			
2. ADS (M <sub>1</sub> )	12,16	2,63	,17** [,08 - ,25]	,70†		
3. AB (M <sub>2</sub> )	61,93	11,96	,35** [,26 - ,44]	,47** [,38 - ,55]	,82†	
4. ADO (Y)	134,95	22,47	,42** [,05 - ,33]	,30** [,21 - ,39]	,53** [,46 - ,61]	,84†

Not 1.  $N = 409$ , \*\*  $p < ,01$

Not 2. İlişkilerin altındaki değerler %95 güven aralığında 5.000 örneklem için Bootstrap aralıklarına aittir.

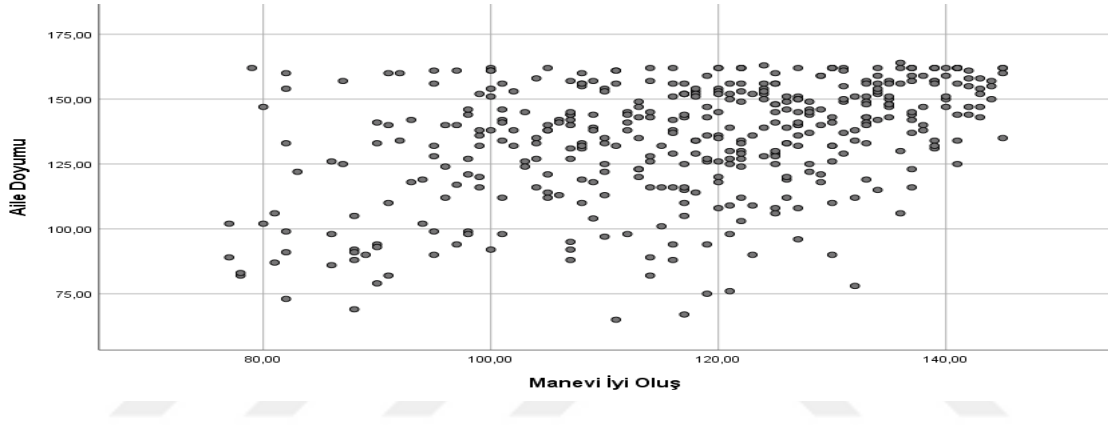
Not 3. MİO: Manevi İyi Oluş, ADS: Aile Desteği, AB: Aile Bütünlüğü, ADO: Aile Doyumu

†Cronbach alfa değerleri

Manevi iyi oluş, aile desteği, aile bütünlüğü ve aile doyumu arasındaki ilişkiler incelendiğinde manevi iyi oluşun aile desteği ( $r^2 = ,03$ ), aile bütünlüğü ( $r^2 = ,13$ ), ve aile doyumu ( $r^2 = ,18$ ) değişkenleriyle pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkilendiği belirlenmiştir ( $p < ,01$ ). Yordanan değişkenin aracı değişkenlerle arasındaki ilişkiler incelendiğinde aile doyumunun aile desteği ( $r^2 = ,09$ ) ve aile bütünlüğüyle ( $r^2 = ,28$ ) pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip olduğu görülmüştür ( $p < ,01$ ). Son olarak aracı değişkenler olan aile desteği ve aile bütünlüğü arasındaki ilişkinin de pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı olduğuna ulaşılmıştır ( $r^2 = ,22$ ,  $p < ,01$ ). Bu ilişkilerde etki büyüklükleri düşük ve orta düzeyde ikili ilişkilere işaret etmektedir. Araştırma değişkenlerinin normal dağılım gösterdikleri ve değişkenler arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendikten sonra araştırmanın diğer hipotezinin incelenmesine geçilmiştir.

## 4.2. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisine Yönelik Bulgular

Araştırmanın ikinci alt problemi “Evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunmaktadır.” olarak belirlenmiştir. Bu alt problemin incelenmesinden önce parametrik teknikler ve regresyonel modeller için manevi iyi oluş ve aile doyumunu değişkenlerinin yeterlilikleri incelenmiştir. Yukarıdaki hipotezde de sunulduğu gibi iki değişken normallik için gerekli olan kriterleri taşımaktadır. Ancak regresyonel modeller için de doğrusallık saçılım grafiğiyle incelenmiştir. Araştırmanın bağımsız ve bağımlı değişkenleri olarak manevi iyi oluş ve aile doyumunu arasındaki ikili saçılım grafiği aşağıda yer almaktadır.



Şekil 4.1. Manevi İyi Oluş ve Aile Doyumu Değişkenlerinin İkili Saçılım Grafikleri

Manevi iyi oluş ve aile doyumunu değişkenlerinin çok değişkenli istatistikler için yeterli oldukları belirlendikten sonra araştırma hipotezinin incelenmesine geçilmiştir. Her ne kadar araştırmada PROCESS model kullanılsa ve model çıktısında doğrudan etki olarak bir tabloda bu hipoteze ait sonuçlar verilse de aracılık testinin ilk gerekliliği olması sebebiyle manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı incelenmiştir. Bu sebeple araştırmada kullanılan PROCESS'in model 4 çıktısında yer alan ve EK'lerde sunulan doğrudan etki çıktısı kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre manevi iyi oluş aile doyumunun istatistiksel olarak anlamlı yordayıcısıdır ( $R^2 = ,17$ ,  $F_{1-407} = 80,423$ ,  $p = ,000$ ,  $c = ,0.55$ ,  $t = 8,97$ ,  $p = ,000$ , Bootstrap sınır aralıkları ,03 - ,41). Manevi iyi oluşun aile doyumuna doğrudan etkisinin pozitif yönde anlamlı olduğu belirlendikten sonra aile desteği ve aile bütünlüğünün modele aracı değişkenler olarak eklenmesinin ardından oluşan hipotez modelin incelenmesine geçilmiştir.

### 4.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Aracılık Rolüne İlişkin Bulgular

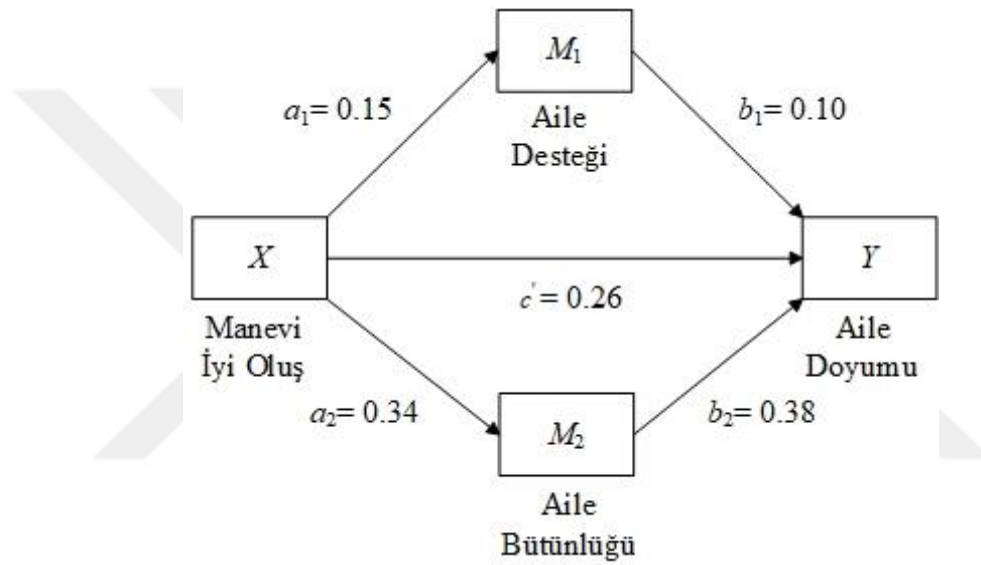
Araştırmanın üçüncü alt problemi “Evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün aracılık etkileri bulunmaktadır.” olarak ifade edilmiştir. Daha önceki hipotezler incelenirken araştırma değişkenlerinin parametrik teknikler için yeterliliklerinin incelendiği ve ulaşılan sonuçlara göre manevi iyi oluş, aile desteği, aile bütünlüğü ve aile doyumunu değişkenlerinin normal dağılım varsayımını karşıladığı ve değişkenler arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu belirlenmiştir. Bunlar parametrik analizler için gerekliken çok değişkenli analizler için gereklilik olan doğrusallık saçılım grafikleriyle incelenmiştir. Elde edilen grafiklerde araştırma değişkenleri arasında manevi iyi oluşun aile doyumunu, aile desteği ve aile bütünlüğüyle, aile desteğinin aile doyumuyla son olarak da aile bütünlüğünün aile doyumuyla doğrusal saçılım grafiklerine sahip olduğu belirlenmiştir. Bu ön incelemelerden sonra araştırma hipotezini incelemek amacıyla PROCESS modülünde Çoklu Aracılık Modeli olan Model 4 kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar aşağıdaki tablo ve şemada sunulmuştur.

Tablo 4.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Çoklu Aracılık Etkisine Ait Model Bulguları

Öncül	$M_1$ (Aile desteği)			$M_2$ (Aile bütünlüğü)			$Y$ (Aile doyumunu)					
	Katsayı	S.H.	P	Katsayı	S.H.	P	Katsayı	S.H.	P			
X (Manevi iyi oluş)	$a_1$	0,145	0,008	,003	$a_2$	0,339	0,032	,000	$c'$	0,264	0,058	,000
$M_1$ (Aile desteği)	---	---	---	---	---	---	---	---	$b^1$	0,101	0,058	,030
$M_2$ (Aile bütünlüğü)	---	---	---	---	---	---	---	---	$b^2$	0,375	0,378	,000
Sabit	$i_{M1}$	9,27	0,958	,000	$i_{M2}$	34,076	0,032	,000	$i_y$	38,446	7,344	,000
		$R^2 = 0,021$				$R^2 = 0,115$				$R^2 = 0,333$		
		$F(1-407) = 8,743, p = ,003$				$F(1-407) = 52,987, p = ,000$				$F(3-405) = 67,310, p = ,000$		

Tablo 4.3'te yer alan manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün çoklu aracılık etkisini incelemek amacıyla yapılan analizler sonrasında elde edilen regresyon katsayılarının istatistiksel anlamlılıkları incelendiğinde tüm regresyon

doğrularına ait istatistiksel önem düzeyleri .05'ten küçüktür. Manevi iyi oluş aile desteğinin ( $\beta = ,02, t = 2,96, p \leq ,05$ , Alt-Üst Güven Aralıkları = ,008 - ,039) ve aile bütünlüğünün ( $\beta = ,24, t = 7,28, p \leq ,01$ , Alt-Üst Güven Aralıkları = ,172 - ,301), aile desteği aile doyumunun ( $\beta = ,82, t = 2,18, p \leq ,05$ , Alt-Üst Güven Aralıkları = ,080 - 1,57), son olarak da aile bütünlüğü aile doyumunun ( $\beta = ,72, t = 7,68, p \leq ,01$ , Alt-Üst Güven Aralıkları = ,54 - ,91) istatistiksel olarak anlamlı yordayıcısıdır. Bu sonuçlar bağımsız değişken olarak modele giren tüm değişkenlerin bağımlı değişkenlerinin anlamlı birer açıklayıcısı olduklarını göstermiştir. Aracılık modeline ait standartlaştırılmış regresyon katsayıları kullanılarak hazırlanan görsel şema aşağıda yer almaktadır.



Şekil 4.2. Araştırma Hipotezinin Paralel Çoklu Aracı Modelle Kavramsal Gösterimi

Manevi iyi oluşun aile doyumuna üzerindeki etkisinin aile desteği ve aile bütünlüğü değişkenleri regresyon modeline eklendiğinde istatistiksel olarak anlamlılığını koruduğu ancak yola ait regresyon katsayısında azalma olduğu belirlenmiştir ( $c = 0.55, c' = 0.26$ ). Bu sonuçlara göre araştırmanın hipotezinde savunulduğu gibi evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün aracı etkisi bulunduğu ancak bu aracılık etkisinin kısmi aracı olduğu anlaşılmaktadır. Kısmi aracılık etkisinin anlamlılığını incelemek amacıyla Bootstrap analizi sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 4.4. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Dolaylı Etki Tahminleri

Değişken	Etki katsayısı	Bootstrap s.h.	%95 Güven aralığı	
			Alt sınır	Üst Sınır
<b>Toplam</b>	.19	.04	.13	.26
<b>Aile bütünlüğü</b>	.17	.04	.11	.24
<b>Aile desteği</b>	.02	.01	.00	.04

Manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün dolaylı etki tahminlerine ilişkin sonuçlar Preacher ve Hayes'in (2008) önerdiği Bootstrap yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Güven aralıklarına ilişkin alt ve üst sınırlar arasında 0 olmaması ve dolaylı etki katsayılarının alt ve üst sınırlar arasında kalmasından dolayı sonuçlara göre manevi iyi oluş ve aile doyumları arasındaki ilişkide aile bütünlüğünün ve aile desteğinin dolaylı etkisi anlamlıdır.

## 5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada manevi iyi oluşun aile doyumuyla ilişkisinde aile desteği ve bütünlüğünün rolü incelenmiştir. Bu modelin test edilmesi için öncelikle bahsedilen değişkenlerin ilişkileri analiz edilmiş ve değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki anlamlı ilişkiler belirlendikten sonra manevi iyi oluşun aile doyumunu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olup olmadığı test edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda manevi iyi oluşun aile doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Ardından belirlenen anlamlı etkide aile desteği ve bütünlüğünün çoklu aracılık etkisi analiz edilmiş ve manevi iyi oluşun aile doyumunu üzerindeki etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün kısmi aracı oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma modelindeki değişkenlere ilişkin elde edilen bulguların kuramsal açıklamalarla ve alanyazındaki bazı bulgularla tutarlı olduğu görülmüştür.

### 5.1. Manevi İyi Oluş, Aile Doyumu, Aile Desteği ve Aile Bütünlüğü Arasındaki İlişkilere Dair Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın ilk alt hipotezi doğrultusunda araştırma değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan analizler sonucunda, tüm değişkenlerin pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Analizler sonucunda manevi iyi oluş ile aile doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada elde edilen bu sonuç aynı zamanda literatürdeki araştırmalarla tutarlılık gösterir niteliktedir. Andrews (1999) çalışmasında manevi doyumun aile doyumuyla pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğunu bulmuştur. Maneviyatın (Starks ve Hughey, 2003), manevi iyi oluşun ve manevi deneyimlerin (Wnuk ve Marcinkowski, 2014) yaşam doyumuyla, manevi yakınlığın evlilik doyumuyla (Hatch ve ark., 1986) pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Maneviyatın (Kasapoğlu ve Yabanigül, 2017) ve manevi yönelimin (Sayın ve ark., 2019) evlilik doyumunu ve yaşam doyumunu pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu diğer araştırma sonuçlarıdır. Evli bireylerde manevi iyi oluş ile evlilikteki çatışma çözme, duygusal yakınlık, birlik, özerklik gibi faktörlerle ölçülen evlilik yakınlığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Bauman, 1998). Etemadifar ve çalışma arkadaşları (2016) çocuk sahibi olamayan kadınlarla yaptıkları çalışmada, kadınların manevi iyi oluşlarının yaşam doyumlarıyla pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bulmuştur. Bu çalışmada manevi iyi oluş, dini ve varoluşsal iyi oluş

olmak üzere iki alt boyutta değerlendirilmiştir. Onlar bu ilişkiyi manevi iyi oluşun kişinin fiziksel, zihinsel ve sosyal yönlerini uyumlu hale getiren bir güç olması, kişinin adaptasyonu için önemli olması, manevi yönden eksikliğin yalnızlık, depresyon ve yaşamda anlamı kaybetmekle ilişkili olabilmesi bakımından açıklamışlardır. Kublay ve Oktan (2015) maneviyatı bir değer olarak ele almış ve bireylerin sahip olduğu değerlerin davranışlarını, tutumlarını ve benzeri özelliklerini etkileyebileceğinden ve evlilik uyumuyla da ilişkili olabileceğinden bahsetmişlerdir. Çalışmalarında maneviyatın evlilik uyumuyla pozitif yönlü anlamlı ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Maneviyatın aile doyumuna benzer değişkenlerle ilişkili bulunmadığı araştırma sonuçları da vardır. Rohani, Abedi, Omranipour ve Langius-Eklöf (2015) kanser hastası olan kadınlarla yaptıkları çalışmada maneviyat ve sağlıklı ilişkili yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını bulmuştur. Gibson ve Parker'ın (2003) kanser hastalarıyla yaptıkları çalışmada manevi bakış açısının psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ancak manevi bakış açısıyla psikolojik iyi oluşun anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı görülmüştür. Şirin (2019) evli bireylerin manevi iyi oluşları ve evliliklerinden aldıkları doyum arasında anlamlı bir ilişki olmadığını sonucuna ulaşmıştır. Alanyazında bu çalışmada elde edilen bulgulardan farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da olduğu ve bunların benzer sonuçlara kıyasla daha az olduğu görülmektedir.

Araştırmada yapılan analizlerde manevi iyi oluş ile aile desteği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada elde edilen bu sonuç alanyazındaki bazı araştırmalar tarafından desteklenmektedir. Bir çalışmada manevi iyi oluşun algılanan sosyal destekle pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Manevi iyi oluşun anlam/barış ve inanç alt boyutlarının aileden, arkadaşlardan ve önemli diğer kişilerden algılanan sosyal destekle pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür (Alorani ve Alradaydeh, 2018). Diğer bir çalışmada maneviyatın sosyal destekle pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (Lim ve Yi, 2009). Günlük manevi deneyimlerle sosyal destek (Bennett ve Shepherd, 2013; Park ve Roh, 2013), aile desteği, arkadaş desteği ve algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Ubharadka, 2019). Kanser hastalarıyla yapılan çalışmalarda manevi iyi oluşun sosyal destekle (Hsieh, Roh ve Lee, 2020), algılanan sosyal destekle ve onun alt boyutları olan önemli diğer kişiler, aile ve arkadaş desteğiyle (Mahdian ve Ghaffari, 2016) pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Farklı bir çalışmada HIV virüsü taşıyan kadınların maneviyatlarıyla sosyal



destek düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Reese ve Kaplan, 2000). Alanyazındaki çalışmaların araştırmanın bu bulgusunu destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Weber ve Cummings'in (2003) çalışmasında manevi iyi oluş aile desteğiyle pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili bulunurken, arkadaş desteğiyle ve algılanan sosyal destekle ilişkili bulunmamıştır. Benzer şekilde Yoon ve Lee (2006) günlük manevi deneyimlerle sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürde bu araştırmadakilere benzer değişkenlerle yapılan ancak farklı sonuçlar elde eden çalışmaların da mevcut olduğu görülmektedir.

Araştırmada manevi iyi oluş ile aile bütünlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada elde edilen bu sonuç alanyazındaki bazı araştırma sonuçlarıyla paraleldir. Yapılan çalışmalarda bütünlük duygusunun manevi iyi oluşla (Delgado, 2007), maneviyatla (Arévalo, Prado ve Amaro, 2008; Conway-Phillips ve Janusek, 2014), manevi aşkınlıkla (Piedmont, Magyar-Russell, DiLella ve Matter, 2014) manevi bakış açısıyla (Gibson, 2003; Gibson ve Parker, 2003) ve dini/manevi inançlarla (Anyfantakis ve ark., 2015) pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Maneviyatın bütünlük duygusuyla ilişkili bulunmadığıyla ilgili araştırma sonuçları da vardır. Örneğin bir çalışmada dindarlık ve dine verilen önemle bütünlük duygusu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Tagay ve ark., 2006). Diğer bir çalışmada erkeklerde öz aşkınlıkla bütünlük duygusunun anlamlı şekilde ilişkili olmadığı bulunmuştur (Nygren ve ark., 2005). Literatürde araştırmanın bahsedilen bulgusuna benzer sonuçlara ulaşıldığı ancak bu araştırmadakinden farklı çalışma sonuçlarının da olduğu görülmektedir.

Araştırmadaki analizlerde aile desteği ile aile bütünlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç alanyazındaki bazı araştırmalar tarafından desteklenmektedir. Yapılan bir çalışmada ailenin, arkadaşların ve önemli diğerlerinin desteğinin bütünlük duygusuyla pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu görülmüştür (Kase, Endo ve Oishi, 2016). Farklı bir çalışmada arkadaşlara sahip olmanın, alınan sosyal desteğin ve doyum alınan sosyal desteğin kadınlarda ve erkeklerde yüksek düzeydeki bütünlük duygusuyla pozitif yönde anlamlı şekilde ilişkili olduğu görülmüştür (Volanen, Lahelma, Silventoinen ve Suominen, 2004). Benzer şekilde sosyal desteğin (Elovainio ve Kivimäki, 2000; Wiesmann ve Hannich, 2013) ve algılanan sosyal desteğin (Wolff ve Ratner, 1999) bütünlük duygusuyla pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Farklı bir araştırmada bütünlük duygusuyla sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki olmadığı (Hart, Hittner ve Paras,

1991; Mizuno, Kakuta ve Inoue, 2009) sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında aile desteği ve bütünlüğüne benzer değişkenlerle yapılan çalışma sonuçlarının bazılarının bu araştırmada elde edilenlerle tutarlı olduğu görülürken bazı çalışmaların farklı sonuçlara ulaştığı anlaşılmaktadır.

Araştırmada yapılan analizlerde aile desteğiyle aile doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada ulaşılan bu sonuç literatürdeki araştırmalarla tutarlılık göstermektedir. Bir araştırmada algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluş arasında, ayrıca arkadaşlardan, önemli diğer kişilerden ve aileden algılanan sosyal destekle psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Kalpana Rani, 2016). Diğer bir çalışmada aileden, arkadaşlardan ve önemli diğer kişilerden algılanan sosyal desteğinin yaşam doyumuyla pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür (Alorani ve Alradaydeh, 2018). Yaşlı bireylerde yaşam doyumunun algılanan sosyal destekle ve onun alt boyutları olan arkadaş, özel bir insan ve aile desteğiyle pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur (Türkseven, Öner, etin ve şimşek, 2020). Alanyazında aile desteği ve doyumuna benzer değişkenlerle yapılp bu araştırmada elde edilenlere benzer sonuçlara ulaşan çalışmaların olduğu görülmektedir.

Aile desteğiyle aile doyumunun ilişkili bulunmadığı araştırma sonuçları da mevcuttur. Jiang ve çalışma arkadaşlarının (2015) yaptığı çalışmada hemodiyaliz hastalarında aile desteğinin ailedeki birlikle ve ailedeki kurallara ve değişime uyum sağlama becerisi anlamına gelen esneklikle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ancak hastaların eşlerinde bu değişkenlerin anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı bulunmuştur. Aile desteğiyle evlilik kalitesi ve evlilik doyumunu arasında hem hasta bireylerde hem de eşlerinde anlamlı düzeyde ilişki olmadığı görülmüştür. Aynı çalışmadaki hasta olmayan bireylerin aile destek düzeyleriyle aile birliği, aile esnekliği, evlilik kalitesi arasında pozitif bir ilişki bulunurken; aile destek düzeylerinin evlilik doyumuyla anlamlı şekilde ilişkili olmadığı bulunmuştur. Alanyazında bu araştırmada elde edilenlerden farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların olduğu görülmüştür.

Araştırmadaki analizlerde aile bütünlüğüyle aile doyumunu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmadaki bu bulgu alayazındaki bazı çalışmalarla paralellik göstermektedir. Bir araştırmada bütünlük duygusuyla yaşam doyumunu arasında pozitif yönde, depresif belirtiler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Dezutter, Wiesmann, Apers ve Luyckx, 2013). Diğer bir çalışmada bütünlük duygusuyla

anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğunun negatif yönde yaşam doyumu pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Tagay ve ark., 2006). Farklı bir çalışmada bütünlük duygusunun alt boyutları olan anlamlılık, yönetilebilirlik ve anlaşılabilirlikle psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Lustig, Rosenthal, Strauser ve Haynes, 2000). Aile bütünlüğüyle aile doyumu ilişkili bulunmadığı araştırma sonuçları da mevcuttur. Örneğin Moksnes, Løhre ve Espnes (2013) çalışmalarında ergenlerde bütünlük duygusuyla yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatürdeki bazı çalışma sonuçları bu çalışmada ulaşılanlarla tutarlıken bazı sonuçlar bu çalışmadakinden farklıdır.

Bu çalışmada manevi iyi oluşun aile yaşamıyla ilgili değişkenlerle pozitif yönlü ilişkilere sahip olduğu görülmüştür. Bu ilişkiler maneviyatın beraberinde getirdiği olumlu hisler, yaşamda anlam duygusu, diğerleriyle bağlantılı olma hali, değiştirilemeyen durumların kabulü, kontrol edilemeyen durumlar karşısında güven hissi, kişinin kendisiyle ve çevresiyle bütünlük içinde olma hissi bakımından açıklanabilir. Ayrıca aile üyelerinin birbirlerini destekleyici davranışları, iş birliği içinde olmaları ve paylaşımında bulunmaları aile üyelerini ve üyeler arasındaki ilişkileri güçlendirebilir. Aile üyelerinin zorlukların üstesinden gelmelerini kolaylaştırabilir ve üyeler arasındaki yakınlığı arttırabilir. Böylece üyeler arasında daha sağlıklı ve işlevsel ilişkiler oluşabilir. Bu nedenle aileden alınan desteğin ailedeki ilişkilerden alınan doyumla pozitif yönde ilişkili olması beklenebilir. Bunların yanında üyelerin aile bütünlüğüne sahip olmaları aile yaşamının daha anlamlı ve tahmin edilebilir olmasını sağlayarak ailelerin olumsuz olayların üstesinden gelmelerini kolaylaştıracağından aile yaşamından alınan doyumla pozitif ilişkili olması beklenebilir.

## **5.2. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisine Dair Tartışma ve Sonuç**

Araştırmanın ikinci alt hipotezi doğrultusunda evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisini incelemek amacıyla yapılan analizler sonucunda, manevi iyi oluşun aile doyumu üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusu kuramsal açıklamalarla desteklenmektedir. Walsh ailelerin daha işlevsel hale gelmesi için etkili olan faktörleri açıklamıştır. Aile yılmazlığı için önemli bir anahtar süreç olarak gördüğü maneviyat ona göre aile işlevselliğinin bir parçasıdır (Walsh, 2003). Ailelerin sahip oldukları manevi kaynaklar zorlukların üstesinden gelmelerini kolaylaştırarak yılmazlıklarını güçlendirir. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda aile

işlevselliğinin inanç sistemleri boyutunda yer alan aşkınlık ve maneviyat aile yılmazlığını güçlendiren kaynaklardan biridir (Walsh, 2016d). Stinnett, DeFrain ve meslektaşları tarafından önerilen Aile Güçleri Modeli'nde ailelerin güçlü özelliklerinden birisi manevi iyi oluşturmaktır (DeFrain ve Stinnett, 2002). Aileler için umudu, barışı ya da birlik hissini temsil edebilen bu kavram temelde üyelerin birbirleriyle ya da kutsalla olan bağlantı hissiyle ilgilidir (DeFrain, 1999). Üstün bir güçle bağlantı hissi üyelerin birbirleriyle ilgili olumlu hislerinin artmasını sağlar (DeFrain ve Stinnett, 1988). Manevi iyi oluş yaşamdaki olumsuzlukların üstesinden gelmeyi kolaylaştıran bir güçtür (DeFrain ve Asay, 2007b). Bahsedilen yaklaşımlarda maneviyatın aile üyelerinin birlikte doyum aldıkları bir yaşam sürmeleri için önem olduğu görülür. Araştırmanın bu bulgusunun kuramsal açıklamalarla tutarlı olduğu söylenebilir.

Araştırmada elde edilen bu sonuç literatürdeki araştırmalarla da tutarlılık göstermektedir. Maneviyat umut (DeSouza, 2014), prososyal davranış (Anderson, 2009), öz yeterlilik, benlik saygısı, yaşam doyumu (Imam, Nurullah, Makol-Abdul, Rahman ve Noon, 2009), psikolojik sağlamlık (Mahdian ve Ghaffari, 2016) gibi olumlu değişkenler üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir. Maneviyatın psikolojik iyi oluş (Kim, Reed, Hayward, Kang ve Koenig, 2011), pozitif iyi oluş (Lee, 2011), öznel iyi oluş (Joshani ve Daemi, 2015) gibi iyi oluş değişkenleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu farklı araştırmalarla görülmüştür. Yapılan çalışmalarda maneviyatın yaşam doyumu (Starks ve Hughey, 2003), iş doyumu (Clark ve ark., 2007; Kumar, 2015) ve evlilik doyumu (Kallampally, Oakes, Lyons, Greer ve Gillespie, 2008; Oluwole, 2008) gibi doyum değişkenleri için anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. Alanyazındaki çalışmalarda da görüldüğü gibi maneviyat pek çok pozitif değişkene katkı sağlamaktadır.

Bazı çalışmalarda maneviyatın aile ilişkileri için anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. Madmoli ve çalışma arkadaşları (2019) akdeniz anemisi hastalığı olan bireylerle yaptıkları çalışmada manevi iyi oluşun aile birliğinin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu bulmuştur. Yapılan bir çalışmada (Kasapoğlu ve Yabanigül, 2017) evli bireylerde evlilik doyumunun yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve maneviyatın bu etkide kısmi aracılık etkisi olduğu bulunmuştur. Ghaffari ve çalışma arkadaşları (2013) manevi iyi oluşun aile güçleri üzerinde ailedeki koruyucu faktörler aracılığıyla dolaylı bir etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Bu sonuçlar bu araştırmada ulaşılan bulgularla tutarlıdır.

Evli bireylerle yapılan bir çalışmada manevi yönelimin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu ve bu etkiye fedakârlık ve duyarlılık duygularının kısmi aracılık ettiği görülmüştür (Sayın ve ark., 2019). HIV virüsü taşıyan kadınlarla yapılan bir çalışmada (Asby, Heads ve Dickson, 2016) maneviyatın aile birliğini için anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur. DeSouza'nın (2014) Afro-Amerikan erkeklerle yaptığı çalışmada maneviyatın aile birliğini yordadığı ve umut yoluyla da aile birliği üzerinde dolaylı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu araştırmadaki elde edilen sonuçlardan olan manevi iyi oluşun aile doyumu üzerindeki anlamlı etkisinin yapılan benzer çalışmalarla desteklendiği görülmektedir.

Manevi iyi oluşun aileyle ilişkili değişkenler üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı çalışmalar da mevcuttur. Kublay ve Oktan (2015) çalışmalarında maneviyatı kişinin davranış ya da tutumlarını etkileyebilecek bir değer olarak ele almış ve maneviyatın evlilik uyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan bir çalışmada manevi iyi oluşun alt boyutu olan dini iyi oluşun öz yeterlilik, benlik saygısı ve yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür (Imam ve ark., 2009). Farklı bir çalışmada dine ya da maneviyata verilen önemin depresif belirtiler, psikolojik stres ve ruh sağlığı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Moxey, McEvoy, Bowe ve Attia, 2011). Diğer çalışmalarda manevi deneyimlerin yaşam doyumu, depresyon (Lee, 2007; Yoon ve Lee, 2006) ve öz yeterlilik (Lee, 2007) üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür. Burris, Brechting, Salsman ve Carlson (2009) çalışmalarında maneviyatın psikolojik stres üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisinin olduğunu bulurken psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Alanyazında bu araştırmada elde edilenden farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da mevcut olduğu görülmektedir.

Manevi iyi oluş yapılan bazı çalışmalarda çok boyutlu bir yapı olarak değerlendirilmiş ya da kişinin değer tercihleri içinde yer almıştır. Bu çalışmaya göre ise maneviyat, bireylerin yaşamlarını anlam duygusuyla sürdürmelerini destekler. Kişinin kendisiyle, diğerleriyle ve daha üstün bir güçle bağlantılı olma hissiyle var olmasını sağlar. Kişilerin manevi kaynaklarını kullanmaları içsel ve dışsal süreçleri arasındaki uyumlarını artırır. Bireylerin genel iyi oluşu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olan manevi iyi oluş aynı zamanda diğerleriyle sürdürülen ilişkilere de katkı sağlar. Aile üyeleri arasında ortak bir amaç oluşturabileceği gibi üyeler arasındaki birlik hissini de destekler. Aile üyelerinin birbirleriyle ilgili daha olumlu hislere sahip olmalarını sağlar. Bu nedenle manevi iyi oluş bireylerin yaşamlarının önemli bir parçasını oluşturan aileler için, olumlu etkileşimleri destekleyen bir

kaynak olarak görülebilir.

### **5.3. Manevi İyi Oluşun Aile Doyumuna Olan Etkisinde Aile Desteği ve Aile Bütünlüğünün Aracılık Rolüne Dair Tartışma ve Sonuç**

Araştırmanın üçüncü alt hipotezi doğrultusunda evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisinde aile desteği ve bütünlüğünün aracılık etkileri incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve bütünlüğünün kısmi aracı oldukları görülmüştür. Araştırmadaki bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenleri tarafından anlamlı şekilde yordandığı görülmüş ve bulgular her bir sonuç için ayrı olarak tartışıldıktan sonra aracılık etkisine dair tartışma ve sonuca yer verilmiştir.

Yapılan analizlerde manevi iyi oluşun aile desteği üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu sonucun kuramsal yaklaşımlarla bağlantılı olduğu görülmektedir. Walsh aile yılmazlığının yönetim şekilleri boyutunun anahtar süreçlerinden biri olarak bağlantılılıktan bahsetmiştir (Walsh, 2016d). Bağlantılılık ailedeki iş birliği ve karşılıklı desteği de barındırmaktadır. İş birliği ve karşılıklı destek aile yılmazlığı için anahtar süreçlerin özellikleri arasında yer alır. Aile yılmazlığı için diğer bir anahtar süreç ise inanç sistemleri boyutunda yer alan aşkınlık ve maneviyattır (Walsh, 2002). Bu anahtar süreçler karşılıklı etkileşim halindedir (Walsh, 2016d). Buradan aşkınlık ve maneviyatla ailedeki iş birliği ve karşılıklı destek arasında bir etkileşim olabileceği düşünülebilir. Araştırmadaki bahsedilen bulgunun kuramsal açıklamalarla ilişkili olduğu görülmektedir.

Araştırmadaki bu bulgu literatürdeki bazı çalışmalar tarafından da desteklenmektedir. Park ve Roh (2013) günlük manevi deneyimlerin sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğunu bulmuştur. Kanser hastalarıyla yapılan bir çalışmada maneviyatın sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Ayrıca maneviyatın yaşam kalitesi üzerindeki etkisinde sosyal desteğin anlamlı kısmi aracılık etkisinin olduğu bulunmuştur (Lim ve Yi, 2009). Kanser hastalarıyla yapılan farklı çalışmalarda manevi iyi oluşun algılanan sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu (Mahdian ve Ghaffari, 2016), dine ya da maneviyata verilen önemin sosyal destek üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu bulunmuştur (Moxey ve ark., 2011). Salsman ve çalışma arkadaşları (2005) araştırmalarında dindarlığın alt boyutu olan içsel dindarlığın ve maneviyatın alt boyutu olan ibadet etmenin (prayer

fulfillment) sosyal destek üzerinde anlamlı etkilerinin olduğunu bulmuştur. Bunlardan farklı olarak Cowlshaw ve çalışma arkadaşlarının (2013) yaptıkları çalışmada maneviyatın sosyal destek üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Alanyazında, bu çalışmada elde edilen bulgulardan farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların da olduğu ve bunların benzer sonuçlara kıyasla daha az olduğu görülmektedir.

Farklı çalışmalarda manevi iyi oluşla bireylerin sosyal destek düzeylerinin ilişkisinin incelendiği görülmüştür. Bu çalışmada ise sosyal destek aile bağlamında değerlendirilmiş ve manevi iyi oluşun aile desteğinin pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Manevi iyi oluş kişinin kendisiyle bağlantılılık halinde olmasını etkileyeceği gibi doğayla, çevreyle, diğerleriyle ya da daha üstün bir güçle bağlantılı olmayı da içerir. Manevi iyi oluşu yüksek olan bireylerin çevreyle daha bağlantılı bir yaşam sürmeleri olasıdır. Bu bireylerin arkadaşlarıyla, komşularıyla, akrabalarıyla ya da aile üyeleriyle bağlantılı bir yaşam sürmeleri beklenebilir. Bu bakımdan manevi iyi oluşu yüksek olan bireylerin aile üyeleriyle daha bağlantılı ve destekleyici ilişkilere sahip olacağı düşünülebilir.

Araştırmadaki analizlerde manevi iyi oluşun aile bütünlüğü üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür. Walsh'a göre (2016d) maneviyat zorlu yaşam durumlarında güvenlik hissini ve değiştirilemeyecek durumların kabulünü sağlar. Maneviyat yaşamda anlam bulma duygusunu destekler. Aile bütünlük duygusunun aile yaşamını anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı bulma alt boyutlarından oluştuğu göz önüne alındığında (Antonovsky ve Sourani, 1988) maneviyatın aile bütünlük duygusu üzerinde anlamlı bir etkisinin olması beklenebilir. Antonovsky (1996) genelleştirilmiş direnç kaynaklarının insanların sağlığa doğru yönelmelerinde önemli kaynaklar olduğundan bahsetmiştir. Genelleştirilmiş direnç kaynakları bireylerin stresli durumlarla etkili şekilde başa etmesini sağlar. Bu kaynakların ortak özellikleri bütünlük duygusunu sağlayacak yaşantılar sunmalarıdır. Dini inanç da bu kaynaklar arasında olabilir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bu bakımdan manevi iyi oluşun da bütünlük duygusunu sağlayacak direnç kaynaklarından biri olabileceği düşünülebilir. Bu araştırmanın bulgularından olan manevi iyi oluşun aile bütünlüğü üzerindeki pozitif yönlü etkisinin kuramsal açıklamalarla da desteklendiği görülür.

Araştırmadaki bu sonuç farklı araştırma sonuçlarıyla paralellik gösterir. Stefanaki ve çalışma arkadaşları (2014) manevi inançların bütünlük duygusunun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu bulmuştur. Kanser hastalarıyla ve eşleriyle yapılan çalışmada kanser hastalarının

ve eşlerinin manevi kaynaklarının bütünlük duygusu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür (Mullen ve ark., 1994). Manevi iyi oluşun aile bütünlüğü üzerindeki etkisinde bu araştırmadakinden farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da vardır. Bir çalışmada maneviyatın bütünlük duygusunun anlamlılık alt boyutu üzerinde pozitif yönde ve anlaşılabilirlik alt boyutu üzerinde beklenenin tersine negatif yönde etkisinin olduğu görülmüştür (Cowlshaw ve ark., 2013). Literatürde benzer ve farklı sonuçlara ulaşan sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmektedir.

Farklı çalışmalarda manevi iyi oluş ve aile bütünlüğüne benzer değişkenlerin incelendiği görülmüştür. Bu çalışmada ise manevi iyi oluşun aile bütünlüğünün anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Manevi iyi oluş yaşamı daha anlamlı görmeye katkı sağlar. Kontrol edilemeyen durumlara ilişkin tehdit algısının azalmasıyla daha güvende hissetmeyi destekler. Zorlukların üstesinden gelmeyi kolaylaştırarak stresli durumlarda bireylerin uyumunu artırır. Bireylerin manevi iyi oluşa sahip olmaları karşılaştıkları durumları anlamlandırmalarını ve zorluklar karşısında güvende hissetmelerini sağlayabilir. Aile bütünlük duygusunda da aile yaşamını anlamlı görme, aile yaşamındaki durumları yönetilebilir ve anlaşılabilir görme hislerinin yer aldığı düşünüldüğünde aile bütünlük duygusunun manevi iyi oluşla bağlantılı olabileceği ve manevi iyi oluşun aile bütünlüğü için bir kaynak olabileceği düşünülebilir.

Araştırmadaki analizlerde aile desteğinin aile doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'ndaki anahtar süreçlerden olan bağlantılılık durumu aile desteğiyle ilişkili özellikler barındırır (Walsh, 2002). Aile üyelerinin iş birliğiyle hareket etmeleri ve birbirlerini desteklemeleri aile işlevselliği ve yılmazlığını güçlendirir (Walsh, 2016d). Aile Güçleri Modeli'nde güçlü ailelerin özellikleri arasında stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme yer alır. Bu özelliğe sahip olan aileler olumsuz durumların üstesinden etkili şekilde gelmek için birlikte hareket edebilirler (DeFrain ve Stinnett, 2002). Güçlü aileler kriz durumlarında bir araya gelerek yaşanan sorunları çözmek için birlikte çalışırlar (Stinnett ve DeFrain, 1989). Araştırmanın bahsedilen bulgusunun kuramsal açıklamalarla desteklendiği görülmektedir.

Araştırmada elde edilen bu sonuç literatürdeki bazı araştırma sonuçlarıyla da paralellik gösterir. Bir çalışmada algılanan sosyal desteğin yaşam doyumunun pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür (Shahyad, Besharat, Asadi, Alipour ve Miri,



2011). Farklı bir araştırmada sosyal desteğin depresyon üzerinde negatif yönde etkili olduğu bulunmuştur (Coleman ve ark., 2011). Kalpana Rani'nin (2016) yaptığı çalışmada algılanan sosyal desteğin psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı şekilde etkili olduğu görölmüştür. Algılanan sosyal desteğin psikolojik iyi oluşun alt boyutlarından olan pozitif ilişkiler üzerinde daha güçlü bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Kanseri hastası olan kadınlarla yapılan bir çalışmada sosyal desteğin yaşam kalitesi üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu görölmüştür (Hsieh ve ark., 2020). Yapılan çalışmalarda aile, arkadaş ve önemli diğer kişilerin desteğinden oluşan algılanan sosyal desteğin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir (Ubharadka, 2019; Yoon, 2006; Yoon ve Lee, 2006). Bunlara ek olarak algılanan sosyal desteğin günlük manevi deneyimlerle birlikte yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görölmüştür (Ubharadka, 2019). Yapılan bazı çalışmalarda bu araştırmadaki bulguları destekleyen sonuçlara ulaşıldığı görölmektedir.

Farklı alışmalarda (Yoon, 2006; Yoon ve Lee, 2006) sosyal desteğin depresyon üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Sosyal desteğin yaşlı bireylerin psikolojik sağlık, fiziksel sağlık ve sağlık sorunlarıyla ilgili semptomları üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görölmüştür (Wiesmann, Niehörster ve Hannich, 2009). Wiesmann ve Hannich (2013) yaptıkları çalışmada yaşlı bireylerde sosyal desteğin genel yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu bulurken sağlık doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını bulmuşlardır. Aile desteği ve aile doyumuna benzer değişkenlerle yapılan çalışmalarda bu araştırmadakinden farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların mevcut olduğu görölmektedir. Bu çalışmada ise aile desteğinin aile doyumunu üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu görölmüştür. Aile üyelerinin zor durumlar karşısında iş birliği halinde olmaları, birbirlerini destekleyici davranışları, paylaşımda bulunmaları, karşılaşılan olumsuzluklarda birlikte hareket etmeleri aile üyeleri arasındaki bağı arttırarak aile ilişkilerinin daha olumlu hale gelmesini sağlayabilir. Üyelerin hem aile içi ilişkilerde hem de diğer ilişkilerde ihtiyaç duyduklarında birbirlerine destek olmaları aralarındaki yakınlığı arttırabilir. Üyelerin yaşadıkları zorluklar karşısında birbirlerini cesaretlendirmeleri ve desteklemeleri aile bağlarını güçlendirebilir. Aile üyelerinin ihtiyaç duydukları desteğin, bilginin ya da dönütlerin diğer üyeler tarafından sağlanacağına ilişkin algılarının artması aralarındaki olumlu etkileşimlere katkı sağlayabilir. Destekleyici ilişkilerin olduğu ailelerde üyelerin aile ilişkilerinden aldıkları doyumun artması beklenebilir.

Araştırmada yapılan analizler sonucunda aile bütünlüğünün aile doyumu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Walsh Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda, aile yılmazlığının anahtar süreçlerinde zorlukları anlamlandırmaya yer vermiştir (Walsh, 1998a). Zorlukları anlamlandırma; krizleri anlamlı, anlaşılabilir ve yönetilebilir olarak görmek olan bütünlük duygusunu içermektedir (Walsh, 2002). Ailelerin bütünlük duygusuna sahip olmaları onların yılmazlıklarını güçlendirir (Walsh, 2016a). Antonovsky (1993) bütünlük duygusunun stresli durumlarla baş etmede önemli olduğundan bahseder. Aile Güçleri Modeli'ne göre ailelerin stresi ve krizi başarılı şekilde yönetmeleri onların güçlü özelliklerindedir (DeFrain, 1999). Bu bakımdan bütünlük duygusunun güçlü ailelerin özellikleriyle ilişkili olduğu görülür. Araştırmanın bu bulgusunun kuramsal açıklamalar da desteklendiği görülmektedir.

Araştırmada elde edilen bu sonuç alanyazındaki çalışmalarla tutarlılık gösterir. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada bireysel bütünlük duygusunun anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık alt boyutlarının yaşam doyumu üzerinde pozitif yönde etkili olduğu görülmüştür. Ayrıca aile bütünlük duygusu yaşam doyumu üzerinde pozitif şekilde anlamlı bir yordayıcıdır (Çeçen, 2008). Farklı bir çalışmada kadınların ve erkeklerin bütünlük duygularının onların fiziksel sağlıkları ve iyi oluşları üzerinde pozitif yönde etkili olduğu görülmüştür (Larsson ve Kallenberg, 1996). Gibson ve Parker'ın (2003) çalışmasında bütünlük duygusunun psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Bütünlük duygusu ve manevi bakış açısının psikolojik iyi oluş üzerinde umudun kısmi aracılığı yoluyla dolaylı bir etkiye sahip olduğu da araştırmanın bulguları arasındadır. Yaşlı bireylerle yapılan çalışmalarda bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerinde (von Humboldt, Leal ve Pimenta, 2014), genel yaşam doyumu ve sağlık doyumu üzerinde (Wiesmann ve Hannich, 2013), öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmüştür (Wiesmann ve Hannich, 2008). Bütünlük duygusunun yaşlı bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlıkları üzerinde pozitif bir etkisinin olduğu, sağlık sorunlarıyla ilgili semptomları üzerinde negatif yönde etkisinin olduğu bulunmuştur (Wiesmann ve ark., 2009). Evli ve boşanmış olan annelerle yapılan bir çalışmada bütünlük duygusunun annelerin iyi oluşu için anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir (Cohen ve DeKel, 2000). Harry ve Coetzee'nin (2011) çalışmasında ise bütünlük duygusunun duygusal iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Bu araştırmada elde edilenlerden farklı sonuçlara ulaşan çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir.

Literatürde aile bütünlüğü ve aile doyumuna benzer değişkenlerle yapılan çalışmaların olduğu görülmüştür. Bu çalışmada ise aile bütünlüğünün aile doyumuna üzerindeki etkisinin anlamlı düzeyde olduğu bulunmuştur. Aile bütünlük duygusuna sahip olmak aile yaşamındaki zorlukların anlaşılabilir olarak görülmesini sağlar. Aile bütünlük duygusu olumsuzluklar karşısında kaynakların ulaşılabilir olarak algılanmasını sağlamakla birlikte olayları anlamlandırmayı destekler. Aile bütünlüğüne sahip olmak karşılaşılan zorluklar için koruyucu bir faktör olarak düşünülebilir. Aile bütünlüğü aile üyelerinin zorlu durumları anlamlandırmalarını sağlayarak bu durumlara uyumlarını kolaylaştırır. Bu bakımdan aile bütünlüğünün aile yaşamını güçlendireceği ve aile ilişkilerinden alınan doyuma katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Bu araştırmadaki evli bireylerin manevi iyi oluşlarının aile doyumlarına olan etkisinde aile desteği ve bütünlüğünün kısmi aracı olduklarına dair bulguların kuramsal açıklamalarla desteklendiği görülür. Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda aile yılmazlığının anahtar süreçlerinden olan bağlantılılık, üyelerin iş birliği içinde olmasını ve birbirlerine karşılıklı destek sağlamalarını içerir. Üyelerin birbirlerini desteklemeleri aile işlevselliği ve yılmazlığı için önemlidir. Aile yılmazlığı için tanımlanan diğer bir anahtar süreç ise aşkınlık ve maneviyattır (Walsh, 2002). Bu anahtar süreçler karşılıklı etkileşim halindedir (Walsh, 2016d). Buradan hareketle maneviyatın ailedeki destekle karşılıklı ilişki içinde olduğu ve her ikisinin de aile yılmazlığı ve işlevselliğine katkı sağladığı söylenebilir. Bunun yanında Aile Güçleri Modeli'nde güçlü ailelerin nitelikleri arasında stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme yer alır. Bu özellik aile üyelerinin kriz durumlarının üstesinden gelmek için bir araya gelmelerini ve birlikte hareket etmelerini içerir (DeFrain ve Stinnett, 2002). Her iki yaklaşımda da aile desteğinin aile ilişkilerini olumlu yönde etkileyebilecek bir kaynak olduğu görülmektedir.

Walsh'ın Aile Yılmazlığı Yaklaşımı'nda maneviyat kontrol edilemeyen durumların kabulünü kolaylaştırır. Beklenmeyen olaylara ilişkin tehdit algısının azalmasını sağlar ve yaşamda anlam bulmaya katkı sağlar (Walsh, 2016d). Aile bütünlük duygusu aile yaşamının anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı görülmesini sağlar (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bu bakımdan manevi iyi oluşun aile bütünlük duygusuyla ilişkili olduğu düşünülebilir. Antonovsky (1996) bütünlük duygusunun genelleştirilmiş direnç kaynaklarından elde edilen deneyimlerle oluştuğundan bahseder. Bu direnç kaynaklarına dini inanç örnek verilebilir (Antonovsky ve Sourani, 1988). Bununla bağlantılı olarak manevi iyi oluşun da aile bütünlük

duygusunu sağlayan kaynaklarından biri olabileceği düşünölebilir.

Walsh aynı zamanda aile yılmazlığı için tanımladığı anahtar süreçler arasında olumsuzlukları anlamlandırmaya yer vermiştir. Bu süreçte üyelerin bütönlük duygusuna sahip olmalarının aile yılmazlığını desteklediğinden bahsetmiştir (Walsh, 2002; 2016a). Bu yaklaşıma göre ailelerin bütönlük duygusu yılmazlıklarına katkı sağlayan bir kaynak olarak görölebilir. Bunun yanında Antonovsky'nin (1993) bütönlük duygusunu stresli olaylarla baş etmek için temel faktör olarak açıkladığı görölür. Aile Güçleri Modeli'nde güçlü ailelerin özellikleri arasında stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme boyutu yer alır (DeFraın ve Stinnett, 2002). Buradan hareketle strese karşı bir kaynak olan aile bütönlük duygusunun Aile Güçleri Modeli'nde tanımlanan stresi ve krizi başarılı şekilde yönetme niteliğiyle bağlantılı olduğu görölür. Her iki yaklaşımın açıklamalarından yola çıkarak aile bütönlük duygusunun aile ilişkilerine katkı sağlayabilecek bir kaynak niteliğinde olduğu düşünölebilir.

Literatürde maneviyatla farklı değişkenler arasındaki ilişkide aile desteği veya aile bütönlüğüne benzer değişkenlerin aracılık etkisini inceleyen bazı çalışmalar olduğu görölmüştür. Cowlshaw ve çalışma arkadaşları (2013) araştırmalarında maneviyat ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide sosyal desteğin, bütönlük duygusunun anlamlılık ve anlaşılabilirlik alt boyutlarının aracılık etkisini ayrı olarak incelemiştir. Çalışma sonucunda sosyal desteğin, maneviyatın yaşam doyumunu üzerindeki etkisinde anlamlı bir aracılık etkisi olmadığı görölmüştür. Maneviyatın yaşam doyumunu üzerindeki etkisinde bütönlük duygusunun anlamlılık alt boyutunun aracılık etkisi olduğu görölmüştür. Maneviyatın bütönlük duygusunun anlaşılabilirlik alt boyutuna negatif etkisi yoluyla yaşam doyumunu üzerinde dolaylı bir etkisi olmuştur. Ancak maneviyatın, gelecekteki olayların öngörölebilir ya da açıklanabilir olarak algılanması anlamına gelen anlaşılabilirlik alt boyutu üzerinde pozitif etkisi olması beklenmektedir. Bulunan negatif etkinin araştırmacılar tarafından, maneviyatla ilgili ilahi güçle de ilişkili olan düşöncülerin anlayışın ötesinde olduğuyla ilgili açıklamalardan kaynaklanabileceği ya da manevi inançların doğurabileceği negatif sonuçlarla ilişkili olabileceği şeklinde açıklanmaktadır.

Mullen ve çalışma arkadaşları (1994) kanser hastaları ve onların eşleriyle yaptıkları çalışmada kanser hastalarında manevi kaynaklar ve aile güçlerinin psikolojik stres üzerinde bütönlük duygusu yoluyla dolaylı olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğunu bulmuştur. Kanser hastalarının eşlerinde aile güçlerinin bütönlük duygusu aracılığıyla psikolojik stres üzerinde

anlamli şekilde dolayli bir etkisi olduğu görülmüstür. Park ve Roh (2013) Koreli yaşı göçmenlerle yaptıkları çalışmada günlük manevi deneyimlerin, depresyonun ve sosyal desteğin ilişkisini incelemiştir. Araştırmada günlük manevi deneyimlerin depresyon üzerindeki anlamli etkisinde sosyal desteğin tam aracılık etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Salsman ve çalışma arkadaşları (2005) araştırmalarında dindarlık ve maneviyatla psikolojik uyum arasındaki ilişkide iyimserliğin ve sosyal desteğin aracılık rolünü araştırmıştır. Çalışmada dindarlık içsel ve varoluşsal dindarlık alt boyutlarından; maneviyat bağlantılılık (connectedness), ibadet etme (prayer fulfillment) ve evrensellik (universality) alt boyutlarından oluşmaktadır. İçsel dindarlığın yaşam doyumunu üzerindeki pozitif etkisinde ve ibadet etmenin yaşam doyumunu üzerindeki pozitif etkisinde iyimserliğin ve sosyal desteğin aracılık etkisinin olduğu görülmüstür. Literatürdeki araştırmalarda maneviyatın çeşitli değişkenler üzerindeki etkisinde aile desteği veya aile btnlğine benzer değişkenlerin aracılık etkilerinin incelendiği görülür. Yapılan çalışmaların bazılarında anlamli bir aracılık etkisi elde edilirken bazılarında bu etkinin anlamli olmadığı belirlenmiştir. Alanyazında incelenen aracılık etkilerinin bu araştırmada analiz edilen çoklu aracılık etkisiyle bağlantılı olduğu görülmektedir.

Bu araştırmadaki manevi iyi oluşun aile yaşamıyla ilgili değişkenler üzerindeki pozitif yöndeki etkisi, maneviyatın kişinin kendisiyle ve diğerleriyle bağlantı halinde olmasını sağlamasıyla açıklanabilir. Maneviyat bağlantılı duygusunu beraberinde getirerek, aile üyelerinin birbirleriyle olan bağlarını ve üyeler arasındaki desteği pozitif yönde etkileyebilir. Manevi iyi oluş, aile yeleri arasındaki yakınlık ve birlik hissini güçlendirmesiyle aile üyelerinin birbirlerine olan desteklerini ve böylece aile doyumlarını arttırabilir. Maneviyat yaşamı anlam duygusuyla sürdürmeyi, olumsuzluklar karşısında güvende hissetmeyi ve müdahale edilemeyen ya da değiştirilemeyen durumlara ilişkin kabulü, zorlukların ardından uyum sağlamayı ve bunlarla birlikte yaşama ilişkin bütünlük duygusu içinde olmayı sağlayabilir. Bu bakımdan manevi iyi oluşun aile hayatına dair sahip olunan bütünlük duygusunu arttırarak aile doyumuna katkı sağlayabileceği söylenebilir. Manevi iyi oluşun aile yaşamının bu yönleriyle ilişkisi göz önüne alındığında, aile doyumuna olan katkısının aile desteği ve aile bütünlük duygusu yoluyla olabileceği dşnlebilir.

Bu araştırmada manevi iyi oluşun aile doyumuna olan etkisinde aile desteği ve aile bütünlüğünün kısmi aracı oldukları belirlenmiştir. Bu durum manevi iyi oluşun aile doyumunu etkilemesinde aile desteği ve aile bütünlüğünün de dolaylı katkısı olduğunu

göstermektedir. Manevi iyi oluş aile doyumunu etkilemektedir ancak bu etkinin aile desteği ve aile bütünlüğüyle artış gösterebileceği söylenebilir.

Aile desteği ve aile bütünlüğü değişkenlerinin tam aracı olmayıp kısmi aracı olması sebebiyle aile desteği ve aile bütünlüğünden başka değişkenler de bu modelde etkili olabilir. Ailede uyum sağlamaya esneklik, iletişimde açıklık, duygusal paylaşımında açıklık, iş birlikçi problem çözme (Walsh, 2012), fedakârlık, duyarlılık (Sayın ve ark., 2019), umut (DeSouza, 2014), benlik saygısı (Joshnloo ve Daemi, 2015), iyimserlik (Salsman ve ark., 2005), psikolojik sağlamlık (Mahdian ve Ghaffari, 2016) gibi değişkenler bu modelde etkili olabilir.

Bu araştırma Aydın ilinin merkezinde yaşayan, en az on yıldır evli olan ve en az bir çocuk sahibi evli bireylerle yürütülmüştür. Araştırma sonuçlarının genellenebilir olmasını arttırmak amacıyla benzer araştırmaların ülkemizin farklı yerlerinde yaşayan evli bireylerle yürütülmesi önerilebilir. Araştırmada test edilen model yeni çiftler, küçük çocuklu aileler, ergen çocuğu olan aileler gibi aile yaşam döngüsünün farklı dönemlerinde olan ailelerle çalışılabilir. Araştırma modeli ayrıca tek ebeveynli aileler, çocuksuz aileler, çifte kariyerli aileler, yaşlı aileler gibi farklı aile türleriyle de çalışılabilir.

Manevi iyi oluşun aile doyumunu üzerindeki etkilerinin hangi faktörler aracılığıyla olduğunu daha detaylı olarak keşfetmek amacıyla nitel ya da karma yöntemler kullanılarak farklı çalışmalar yapılabilir. Araştırma modelinde aracılık etkisi incelenen değişkenlerin yanında, farklı değişkenlerin manevi iyi oluşun aile doyumunu açıklamasındaki etkileri incelenerek araştırma modeli geliştirilebilir. Manevi iyi oluşun aileyle ilişkileriyle ilgili değişkenler, evlilikle ilgili değişkenler ya da romantik ilişkilerle ilgili değişkenler üzerindeki etkileri incelenebilir. Manevi iyi oluşun aile birliği (Madmoli ve ark., 2019), ailedeki bağlılık (Kim ve ark., 2016), baş etme süreçleri (Austin ve Falconier, 2012), ebeveynlik (Brelsford ve Mahoney, 2008), evlilikte çatışma çözme (Mahoney ve ark., 1999) gibi konularla ilişkisi incelenebilir. Manevi iyilik halinin bileşenleri arasında yer alan anlam, affedicilik, şefkat, farkındalık (Ingersoll, 1994) gibi konular aileyle ilişkili değişkenlerle çalışılabilir.

Aile danışmanlığı alanında ailelere yönelik hazırlanabilecek eğitim ve müdahale programlarında bu araştırmadaki aile doyumunu üzerinde etkili olduğu belirlenen aile desteği ve bütünlüğü değişkenlerinden yararlanılabilir. Hazırlanacak programlarda aile üyelerinin birbirlerini destekleyici davranışlarını ve aile bütünlük duygularını güçlendirecek çalışmalara yer verilebilir. Aile danışmanları, ailelerle çalışırken onların manevi yönlerini de

önemsemelidir. Aile danışmanlarının çok kültürlülükle çalışırken olduğu gibi kendi manevi yönleriyle ilgili farkındalıklarını arttırmaları, diğerlerinin kendilerinden farklı olan yönlerine saygı duymaları ve manevi konularla ilgili bilgi sahibi olmaları gerekmektedir. Maneviyatın kültürel temelleri aile danışmanları tarafından bilinmeli ve aile danışmanlığı sırasında dikkate alınmalıdır. Ailelerin yaşadıkları sorunların içinde manevi konular yer alabilir ya da aileler sorunların çözümünde maneviyattan yararlanıyor olabilir. Aile danışmanlığında maneviyat göz ardı edildiğinde aile yaşamının önemli bir yönü de göz ardı edilmiş olur. Aile danışmanlarının hem teorik olarak hem de uygulama konusunda ailelerde maneviyatın nasıl ele alınacağını bilmeleri gerekmektedir. Maneviyatın aile yaşamı için önemli bir konu olduğu dikkate alınarak, aile danışmanlığı eğitimlerinde maneviyatın aile ilişkilerindeki rolünü ve aile danışmanlığı uygulamalarında maneviyatın kullanımını içeren derslere yer verilebilir. Maneviyatın aile danışmanlığı uygulamalarında nasıl ele alınacağıyla ilgili yapılan çalışmalar geliştirilebilir.





## 6. KAYNAKLAR

- Adams, J. M. ve Johnes, W. H. (1997). The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1177-1196.
- Agate, J. R., Zabriskie, R. B., Agate, S. T. ve Poff, R. (2009). Family leisure satisfaction and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 205-223.
- Akbari, M. ve Hossaini, S. M. (2018). The relationship of spiritual health with quality of life, mental health, and burnout: The mediating role of emotional regulation. *Iranian Journal of Psychiatry*, 13(1), 22-31.
- Akın, A., Demirci, İ., Çitemel, N., Sarıçam, H. ve Ocakçı, H. (2013, Mayıs). *Sosyal İyi Olma Ölçeği Türkçe Formu'nun geçerlik ve güvenilirliği*. Sözlü sunum, 5. Ulusal Lisansüstü Eğitim Sempozyumu, Sakarya.
- Aldwin, C. M., Park, C. L., Jeong, Y. J. ve Nath, R. (2014). Differing pathways between religiousness, spirituality, and health: A self-regulation perspective. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(1), 9-21.
- Alorani, O. I. ve Alradaydeh, M. T. F. (2018). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3), 291-298.
- Altaf, A. ve Awan, M. A. (2011). Moderating affect of workplace spirituality on the relationship of job overload and job satisfaction. *Journal of Business Ethics*, 104(1), 93-99.
- Anderson, H. (2009). A spirituality for family living. In F. Walsh (Ed.), *Spiritual resources in family therapy* (2. baskı) (s. 194-211). New York: Guilford Press.
- Anderson, D. A. ve Worthen, D. (1997). Exploring a fourth dimension: Spirituality as a resource for the couple therapist. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23(1), 3-12.
- Andrews, L. A. (1999). Spiritual, family, and ministry satisfaction among missionaries. *Journal of Psychology and Theology*, 27(2), 107-118.
- Andrews, F. M. ve Withey, S. B. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. *Social Indicators Research*, 1(1), 1-26.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health*

- Promotion International*, 11(1), 11-18.
- Antonovsky, A. (1990). A somewhat personal odyssey in studying the stress process. *Stress Medicine*, 6(2), 71-80.
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725-733.
- Antonovsky, A. ve Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 79-92.
- Anyfantakis, D., Symvoulakis, E. K., Linardakis, M., Shea, S., Panagiotakos, D. ve Lionis, C. (2015). Effect of religiosity/spirituality and sense of coherence on depression within a rural population in Greece: The Spili III project. *BMC Psychiatry*, 15(1), 173.
- Arévalo, S., Prado, G. ve Amaro, H. (2008). Spirituality, sense of coherence, and coping responses in women receiving treatment for alcohol and drug addiction. *Evaluation and Program Planning*, 31(1), 113-123.
- Armstrong, M. I., Birnie-Lefcovitch, S. ve Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well being, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of Child and Family Studies*, 14(2), 269-281.
- Asby, A. T., Heads, A. M. B. ve Dickson, J. W. (2016). Living with maternal HIV: Spirituality, depression, and family functioning. *American Journal of Health Sciences (AJHS)*, 7(1), 15-22.
- Aslan, N. (2009). An examination of family leisure and family satisfaction among traditional Turkish families. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 157-176.
- Aşiret, G. D. ve Okatan, C. (2019). Hipertansiyon hastalarının ilaç uyum düzeyleri ile spirütüel iyi oluşları arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Kardiyovasküler Hemşirelik Dergisi*, 10(23), 122-128.
- Austin, J. L. ve Falconier, M. K. (2012). Spirituality and common dyadic coping: Protective factors from psychological aggression in Latino immigrant couples. *Journal of Family Issues*, 34(3), 323-346.
- Aydoğan, D. ve Özbay, Y. (2015). Çiftlerde ilişkisel yılmazlık ve ilişkisel profesyonel yardım arama: İkili (dyadic) analiz. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 109-121.

- Aydoğan, D., Özbay, Y. ve Büyüköztürk, Ş. (2017). Özgünlük Ölçeği'nin uyarlanması ve özgünlük ile mutluluk arasındaki ilişkide maneviyatın aracı rolü. *The Journal of Happiness & Well Being*, 5(1), 38-59.
- Aykaç, M. (2019). *Aile yaşam doyumuyla çocuk yaşam kalitesi arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Bağ, B. (2017). Ruh sağlığı ve psikiyatri hemşireliğinde salutogenez modeli. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 284-300.
- Bakalım, O. ve Taşdelen-Karçkay, A. (2015). Positive and negative affect as predictors of family life satisfaction. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 1330-1337.
- Baracca, J., Yarto, L. L. ve Olea, J. (2000). Psychometric properties of a new family life satisfaction scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(2), 98-106.
- Barrera, M. ve Ainley, S. L. (1983). The structure of social support: A conceptual and empirical analysis. *Journal of Community Psychology*, 11(2), 133-143.
- Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology*, 14(4), 413-445.
- Bartlett, S. J., Piedmont, R., Bilderback A., Matsumoto, A. K. ve Bathon, J. M. (2003). Spirituality, well-being, and quality of life in people with rheumatoid arthritis. *Arthritis Care & Research*, 49(6), 778-783.
- Baş, V. ve Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(29), 369-391.
- Batan, S. N. ve Ayten, A. (2015). Dinî başa çıkma, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumunu ilişkisi üzerine bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 15(3), 67-92.
- Bauman, P. J. (1998). Marital intimacy and spiritual well-being. *Journal of Pastoral Care*, 52(2), 133-145.
- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of Intellectual Disability Research*, 51(9), 702-714.
- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4(8), 101-129.

- Benjamin, P. ve Looby, J. (1998). Defining the nature of spirituality in the context of Maslow's and Rogers's theories. *Counseling and Values, 42*(2), 92-100.
- Bennett, K. S. ve Shepherd, J. M. (2013). Depression in Australian women: The varied roles of spirituality and social support. *Journal of Health Psychology, 18*(3), 429-438.
- Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C. ve Rude, S. P. (2003). Spiritual development in childhood and adolescence: Toward a field of inquiry. *Applied Developmental Science, 7*(3), 205-213.
- Bingham, V. ve Habermann, B. (2006). The influence of spirituality on family management of Parkinson's disease. *Journal of Neuroscience Nursing, 38*(6), 422-427.
- Black, K. ve Lobo, M. (2008). Conceptual review of family resilience. *Journal of Family Nursing, 14*(1), 33-55.
- Brelsford, G. M. (2010). Interpersonal spirituality between college students and fathers. *Research in the Social Scientific Study of Religion, 21*, 27-48.
- Brelsford, G. M. (2013). Sanctification and spiritual disclosure in parent-child relationships: Implications for family relationship quality. *Journal of Family Psychology, 27*(4), 639-649.
- Brelsford, G. M. ve Mahoney, A. (2008). Spiritual disclosure between older adolescents and their mothers. *Journal of Family Psychology, 22*(1), 62-70.
- Brillhart, B. (2005). A study of spirituality and life satisfaction among persons with spinal cord injury. *Rehabilitation Nursing, 30*(1), 31-34.
- Bruscia, K., Shultis, C., Dennery, K. ve Dileo, C. (2008). The sense of coherence in hospitalized cardiac and cancer patients. *Journal of Holistic Nursing American Holistic Nurses Association, 26*(4), 286-294.
- Bowen, G. L. (1988). Family life satisfaction: A value-based approach. *Family Relations, 37*(4), 458-462.
- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P. J. Guerin Jr. (Ed.), *Family therapy: Theory and practice*. New York: Gardner Press.
- Buck, H. G. (2006). Spirituality: Concept analysis and model development. *Holistic Nursing Practice, 20*(6), 288-292.

- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 136-152.
- Burris, J. L., Brechting, E. H., Salsman, J. ve Carlson, C. R. (2009). Factors associated with the psychological well-being and distress of university students. *Journal of American College Health*, 57(5), 536-544.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (18. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Calicchia, J. A. ve Graham, L. B. (2006). Assessing the relationship between spirituality, life stressors, and social resources: buffers of stress in graduate students. *North American Journal of Psychology*, 8(2), 307-320.
- Campbell, J. ve Moyers, B. (1988). *The power of myth*. New York: Doubleday.
- Campbell, A., Converse, P. E. ve Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: Perceptions, assessments and satisfactions*. New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Campbell, R. A. ve Curtis, J. E. (1996). The public's views on the future of religion and science: Cross-national survey results. *Review of Religious Research*, 37(3), 164-171.
- Cano, A., Scaturo, D. J., Sprafkin, R. P., Lantinga, L. J., Fiese, B. H. ve Brand, F. (2003). Family support, self-rated health, and psychological distress. *Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry*, 5(3), 111-117.
- Caprara, G.V., Pastorelli, C., Regalia, C. ve Scabini, E. (2005). Impact of adolescents' filial self-efficacy on quality of family functioning and satisfaction. *Journal of Research on Adolescence*, 15(1), 71-97.
- Carter, E. A. ve McGoldrick, M. (1999). *Overview: The expanded family life cycle individual, family, and social perspectives* (3. baskı). Boston: Allyn and Bacon.
- Carver, M. D. ve Jones, W. H. (1992). The family satisfaction scale. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 71-84.
- Cassel, J. (1976). The contribution of the social environment to host resistance: the Fourth Wade Hampton Frost Lecture. *American Journal of Epidemiology*, 104(2), 107-123.
- Cassel, J. (1974). Psychosocial processes and "stress": Theoretical formulation. *International Journal of Health Services*, 4(3), 471-482.

- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Chandler, C. K., Holden, C. M. ve Kolander, C. A. (1992). Counseling for spiritual wellness: Theory and practice. *Journal of Counseling and Development*, 71(2), 168-175.
- Chang, E. C., Chang, O. D., Martos, T., Sallay, V., Lee, J., Stam, K. R. ...Yu, T. (2017). Family support as a moderator of the relationship between loneliness and suicide risk in college students: Having a supportive family matters! *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 25(3), 257-263.
- Cheng, S. T. ve Chan, A. C. M. (2006). Relationship with others and life satisfaction in later life: Do gender and widowhood make a difference? *The Journals of Gerontology*, 61(1), 46-53.
- Chlan, K. M., Zebracki, K. ve Vogel, L.C. (2011). Spirituality and life satisfaction in adults with pediatric-onset spinal cord injury. *Spinal Cord*, 49(3), 371-375.
- Christensen, A. J., Wiebe, J. S., Smith, T. W. ve Turner, C. W. (1994). Predictors of survival among hemodialysis patients: Effect of perceived family support. *Health Psychology*, 13(6), 521-525.
- Clark, L., Leedy, S., McDonald, L., Muller, B., Lamb, C., Mendez, T., ...Schonwetter, R. (2007). Spirituality and job satisfaction among hospice interdisciplinary team members. *Journal of Palliative Medicine*, 10(6), 1321-1328.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Coffey, A. D. (2002). Spirituality: Lives and relationships in family-therapy concepts and practices. *Journal of Family Psychotherapy*, 13(1-2), 29-52.
- Cohen, O. ve Dekel, R. (2000). Sense of coherence, ways of coping, and well being of married and divorced mothers. *Contemporary Family Therapy*, 22(4), 467-486.
- Cohen, S. ve Hoberman, H. M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125.
- Cohen, L. H., McGowan, J., Fooskas, S. ve Rose, S. (1984). Positive life events and social support and the relationship between life stress and psychological disorder. *American*

*Journal of Community Psychology*, 12(5), 567-587.

- Cohen, S. ve McKay G. (1984). Social support, stress, and the buffering hypothesis: A theoretical analysis. In A. Baum, S. E., Taylor ve J. E., Singer (Ed.), *Handbook of psychology and health* (s. 253-267). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, S. ve Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Coleman, P. G., Carare, R. O., Petrov, I., Forbes, E., Saigal, A., Spreadbury, J. H., ...Kendrick, T. (2011). Spiritual belief, social support, physical functioning and depression among older people in Bulgaria and Romania. *Aging & Mental Health*, 15(3), 327-333.
- Committee on Legal Services for the Elderly and Their Estates. (1972). The 1971 white house conference on aging. *Real Property, Probate and Trust Journal*, 7(2), 277-286.
- Conn, J. W. ve Conn, W. E. (1990). Christian spiritual growth and developmental psychology. *The Way*, 69, 3-14.
- Conway-Phillips, R. ve Janusek, L. (2014). Influence of sense of coherence, spirituality, social support and health perception on breast cancer screening motivation and behaviors in African American women. *ABNF Journal*, 25(3), 72-79.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Ankara: Metis Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 2009).
- Cornish, M. A. ve Wade, N. G. (2010). Spirituality and religion in group counseling: A literature review with practice guidelines. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(5), 398-404.
- Cotton, S., Puchalski, C. M., Sherman, S. N., Mrus, J. M., Peterman, A. H., Feinberg, J., ...Tsevat, J. (2006). Spirituality and religion in patients with HIV/AIDS. *Journal of General Internal Medicine*, 21(S5), S5-S13.
- Cotton, S., Zebracki, K., Rosenthal, S.L., Tsevat, J. ve Drotar, D. (2006). Religion/spirituality and adolescent health outcomes: a review. *Journal of Adolescent Health*, 38(4), 472-480.
- Coyle, S. M. (2017). Integrating spirituality in marriage and family therapy training. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 38(1), 142-155.

- Cowlshaw, S., Niele, S., Teshuva, K., Browning, C. ve Kendig, H. (2013). Older adults' spirituality and life satisfaction: A longitudinal test of social support and sense of coherence as mediating mechanisms. *Ageing & Society*, 33(7), 1243-1262.
- Crossley, J. P. ve Salter, D. P. (2005). A question of finding harmony: A grounded theory study of clinical psychologists' experience of addressing spiritual beliefs in therapy. *Psychology and psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78(3), 295-313.
- Cumsille, P. E. ve Epstein, N. (1994). Family cohesion, family adaptability, social support, and adolescent depressive symptoms in outpatient clinic families. *Journal of Family Psychology*, 8(2), 202-214.
- Çağ, P. ve Yıldırım, İ. (2013). Evlilik doyumunu yordayan ilişkisel ve kişisel değişkenler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çakır, B., Karaarslan, G., Şahin, E. ve Ertepinar, H. (2015). Doğaya Bağlılık Ölçeğinin Türkçe'ye adaptasyonu. *İlköğretim Online*, 14(4), 1370-1383.
- Çeçen, A. R. (2007). The Turkish version of the family sense of coherence scale-short form (FSOC-S): Initial development and validation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(3), 1211-1218.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Journal of Theory and Practice in Education*, 4(1), 19-30.
- Çetintaş, Ş. ve Ekşi, H. (2020). Spiritually Oriented Couple, Marriage and Family Therapies. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5(1), 7-24.
- Dalmida, S. G., McDonnell Holstad, M., DiIorio, C. ve Laderman, G. (2012). The meaning and use of spirituality among african american women living with HIV/AIDS. *Western Journal of Nursing Research*, 34(6), 736-765.
- DeFrain, J. (1999). Strong families around the world. *Family Matters*, 53, 6-13.
- DeFrain, J. ve Asay, S. M. (2007a). Strong families around the world: An introduction to the family strengths perspective. *Marriage & Family Review*, 41(1-2), 1-10.
- DeFrain, J. ve Asay, S. M. (2007b). Family strengths and challenges in the USA. *Marriage & Family Review*, 41(3-4), 281-307.



- Defrain, J. ve Asay, S. M. (2007c). Epilogue: A Strengths-based conceptual framework for understanding families world-wide. *Marriage & Family Review*, 41(3-4), 447-466.
- DeFrain, J., DeFrain, N. ve Lepard, J. (1994). Family strengths and challenges in the South Pacific: An exploratory study. *International Journal of the Sociology of the Family*, 24(2), 25-47.
- DeFrain, J. ve Stinnett, N. (1988). Strong families and strong farming organizations: Is there a connection? *Michigan Agricultural Experiment Station Journal Article*, 12899, 129-141.
- DeFrain, J. ve Stinnett, N. (2002). Family strengths. In J. J. Ponzetti, R.R. Hamon, Y. Kellar Guenther, P. K. Kerig, T. K. Scales ve J. M. White (Ed.), *International encyclopedia of marriage and family* (2. baskı) (s. 637-642). New York: Macmillan Reference Group.
- Delgado, C. (2005). A discussion of the concept of spirituality. *Nursing Science Quarterly*, 18(2), 157-162.
- Delgado, C. (2007). Sense of coherence, spirituality, stress and quality of life in chronic illness. *Journal of Nursing Scholarship*, 39(3), 229-234.
- Desai, P. P., Ng, J. B. ve Bryant, S. G. (2002). Care of children and families in the CICU: A focus on their developmental, psychosocial, and spiritual needs. *Critical Care Nursing Quarterly*, 25(3), 88-97.
- DeSouza, J. J. (2014). *Spirituality and hope as influences on family cohesion among African American men* (Doktora Tezi). Walden University.
- Dezutter, J., Wiesmann, U., Apers, S. ve Luyckx, K. (2013). Sense of coherence, depressive feelings and life satisfaction in older persons: A closer look at the role of integrity and despair. *Aging & Mental Health*, 17(7), 839-843.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin "maneviyat" ve "serbest zaman" boyutlarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 1-16.
- Edwards, L. ve Lopez, S. J. (2006). Perceived family support, acculturation, and life

- satisfaction in mexican american youth: a mixed-methods exploration. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 279-287.
- Eker, D., Arkar, H. Yıldız, H (2001). “Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği’nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.
- Ekşi, H., Boyalı, C. ve Ümmet, D. (2019). Öğretmen adaylarının spiritüel iyi oluş ile yaşamda anlam değişkenlerinin psikolojik dayanıklılığı yordaması: Bir yapısal eşitlik modeli (yem) denemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(4), 1695-1704.
- Ekşi, H. ve Kardaş, S. (2017). Spiritual well-being: Scale development and validation. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(1), 73-88.
- Eliason, G. T., Hanley, C. ve Leventis, M. (2001). The role of spirituality in counseling: Four theoretical orientations. *Pastoral Psychology*, 50(2), 77-91.
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A. ve Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality: Definition, description, and measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4), 5-18.
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330-338.
- Elovainio, M. ve Kivimäki, M. (2000). Sense of coherence and social support—Resources for subjective well-being and health of the aged in Finland. *International Journal of Social Welfare*, 9(2), 128-135.
- Epstein, N. B., Bishop, D. S. ve Levin, S. (1978). The McMaster model of family functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 4(4), 19-31.
- Eriksson, M. ve Lindström, B. (2006). Antonovsky’s sense of coherence scale and the relation with health: A systematic review. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 60(5), 376-381.
- Ermiş, B.S. (2019). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri, aile yaşam doyumları ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eskin, M. (1993). Reliability of the Turkish version of the perceived social support from friends and family scales, scale for interpersonal behavior, and suicide probability

- scale. *Journal of Clinical Psychology*, 49(4), 515-522.
- Etemadifar, S., Hosseiny, R. Z., Ziraki, A., Omrani, A. ve Alijanpoor, M. (2016). The relationship between spiritualwell-being and life satisfaction in females with infertility. *Women's Health Bull*, 3(4), 1-6.
- Falicov, C. J. (1995). Training to think culturally: A multidimensional comparative framework. *Family Process*, 34(4), 373-388.
- Fiese, B. H. ve Tomcho, T. J. (2001). Finding meaning in religious practices: The relation between holiday rituals and marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 597-609.
- Fincham, F. D. ve Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630-649.
- Fisher, J. (2011). The four domains model: Connecting spirituality, health and well-being. *Religions*. 2(1), 17-28.
- Ford, M. T., Heinen, B. A. ve Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: A meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology*, 92(1), 57-80.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square Press.
- Friedland, J., Renwick, R. ve McColl, M. (1996). Coping and social support as determinants of quality of life in HIV/AIDS. *AIDS CARE*, 8(1), 15-31.
- Frone, M. R., Russell, M. ve Cooper, M. L. (1994). Relationship between job and family satisfaction: Causal or noncausal covariation?. *Journal of management*, 20(3), 565-579.
- Frye, K. N. ve Breaugh, J. A. (2004). family-friendly policies, supervisor support, work family conflict, family-work conflict, and satisfaction: A test of a conceptual model. *Journal of Business and Psychology*, 19(2), 197-220.
- Fuller, R. C. (1982). Carl Rogers, religion, and the role of psychology in American culture. *Journal of Humanistic Psychology*, 22(4), 21-32.
- Gabler, J. ve Otto, H. A. (1964). Conceptualization of family strengths in the family life and other professional literature." *Journal of Marriage and the Family*, 26(2), 221-223.

- Georgesesen, J. ve Dungan, J. M. (1996). Managing spiritual distress in patients with advanced cancer pain. *Cancer Nursing*, 19(5), 376-383.
- Ghaffari, M., Fatehizade, M., Ahmadi, A., Ghasemi, V. ve Baghban, I. (2013). Predictors of family strength: The integrated spiritual-religious/resilient perspective for understanding the healthy/strong family. *Iran Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 7(2), 7-67.
- Giblin, P. R. (1996). Spirituality, marriage and family. *The Family Journal*, 4(1), 46-52.
- Giblin, P. R. (1997) Marital Spirituality: A quantitative study. *Journal of Religion and Health*, 36(4), 321-332.
- Gibson, L. M. (2003). Inter-relationships among sense of coherence, hope, and spiritual perspective (inner resources) of African-American and European-American breast cancer survivors. *Applied Nursing Research*, 16(4), 236-244.
- Gibson, L. M. R. ve Parker, V. (2003). Inner resources as predictors of psychological well being in middle-income african american breast cancer survivors. *Cancer, Culture and Literacy Supplement*, 10(5), 52-59.
- Gladding, S. T. (2015). *Aile terapisi: Tarihi, kuram ve uygulamaları* (5. baskı) (İ. Keklik ve İ. Yıldırım, Çev.). Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1995).
- Greeff, A. P. ve Joubert, A. M. (2007). Spirituality and resilience in families in which a parent has died. *Psychological Reports*, 100(3), 897-900.
- Greeff, A. P. ve Loubser, K. (2008). Spirituality as a resiliency quality in Xhosa-speaking families in South Africa. *Journal of Religion and Health*, 47(3), 288-301.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2008). *Family therapy: An overview*. Pacific Grove, CA: Thomson Higher Education.
- Good, M. ve Willoughby, T. (2008). Adolescence as a sensitive period for spiritual development. *Child Development Perspectives*, 2(1), 32-37.
- Goodman, M. A. ve Dollahite, D. C. (2006). How religious couples perceive the influence of god in their marriage. *Review of Religious Research*, 48(2), 141-155.
- Göcen, G. (2016). Qualitatively exploring the relationship among gratitude, spirituality and

- life satisfaction in Turkish-Muslim children. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1(2), 189-208.
- Gülaçtı, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2(2010), 3844-3849.
- Hallaç, S. ve Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(2), 142-153.
- Hansson, K. ve Cederblad, M. (2004). Sense of coherence as a meta-theory for salutogenic family therapy. *Journal of Family Psychotherapy*, 15(1-2), 39-54.
- Harry, N. ve Coetzee, M. (2011). Sense of coherence, affective wellbeing and burnout in a South African higher education institution call centre. *South African Journal of Labour Relations*, 35(2), 26-46.
- Hart, K. E., Hittner, J. B. ve Paras, K. C. (1991). Sense of coherence, trait anxiety, and the perceived availability of social support. *Journal of Research in Personality*, 25(2), 137-145.
- Hassal, R., Rose, J. ve McDonald, J. (2005). Parenting stress in mothers of children with an intellectual disability: the effects of parental cognitions in relation to child characteristics and family support. *Journal of Intellectual Disability Research*, 9(6), 405-418.
- Hatch, R. C., James, D. E. ve Schumm, W. R. (1986). Spiritual intimacy and marital satisfaction. *Family Relations*, 35(4), 539-545.
- Hattie, J. A., Myers, J. E. ve Sweeney, T. J. (2004). A factor structure of wellness: Theory, assessment, analysis, and practice. *Journal of Counseling and Development*, 82(3), 354-364.
- Hatun, O., Yavuz-Birben, F., İnce, Z. ve Kalkan-Yeni, G. (2016). The ticket to heaven: A spiritual resource for coping with disability. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1(2), 209-235.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2. baskı). New York: The Guilford Press.
- Heller, K., Swindle, R. W. ve Dusenbury, L. (1986). Component social support processes: Comments and integration. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4),

- Hettler, B. (1976). *Six dimensions of wellness*. Stevens Point, WI: National Wellness Institute.
- Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., McCullough, J. M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B. ve Zinnbauer, B. J. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30(1), 51-77.
- Hong, Y. P., Hodge, D. R. ve Choi, S. (2015). Spirituality, hope, and Self-sufficiency among low-income job seekers. *Social Work*, 60(2), 155-164.
- Hoogestraat, T. ve Trammel, J. (2003). Spiritual and religious discussions in family therapy: Activities to promote dialogue, *The American Journal of Family Therapy*, 31(5), 413-426.
- House, J. S. (1987). Social support and social structure. *Sociological Forum*, 2(1), 135-146.
- Hsiao, C. Y., Lu, H. L. ve Tsai, Y. F. (2018). Effect of family sense of coherence on internalized stigma and health-related quality of life among individuals with schizophrenia. *International Journal of Mental Health Nursing*, 27(1), 138-146.
- Hsieh, Y. P., Roh, S. ve Lee, Y. S. (2020). Spiritual well-being, social support, and depression among american indian women cancer survivors: The mediating effect of perceived quality of life. *Families in Society*, 101(1), 83-94.
- Huguelet, P. ve Koenig, H. G. (2009). Introduction: key concepts. In P. Huguelet ve H. G. Koenig (Ed.), *Religion and spirituality in psychiatry* (s. 1-5). New York: Cambridge University Press.
- Imam, S. S., Nurullah, A. S., Makol-Abdul, P. R., Rahman, S. A. ve Noon, H. M. (2009). Spiritual and psychological health of Malaysian youths. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 20, 85-101.
- Ingersoll, R. E. (1998). Refining dimensions of spiritual wellness: A cross-traditional approach. *Counseling and Values*, 42(3), 156-165.
- Ingersoll, R. E. (1994). Spirituality, religion, and counseling: Dimensions and relationships. *Counseling and Values*, 38(2), 98-111.
- Jafari, E., Najafi, M., Sohrabi, F., Dehshiri, G.R., Soleymani, E. ve Heshmati, R. (2010).

- Life satisfaction, spirituality well-being and hope in cancer patients. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5(2010), 1362-1366.
- James, W. (1961). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- James, R., Thames, J., Bhalla, M. ve Cornwell, J. (2003). Relationship among adolescent self esteem, religiosity, and perceived family support. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, 8(4), 157-162.
- Ji, J., Xu, X. ve Rich, S. L. (2002). Determinants of family life satisfaction in reforming urban China. *International Journal of Comparative Sociology*, 43(2), 169-191.
- Jiang, H., Wang, L., Zhang, Q., Liu, D. X., Ding, J., Lei, Z., ...Pan, F. (2015). Family functioning, marital satisfaction and social support in hemodialysis patients and their spouses. *Stress and Health*, 31(2), 166-174.
- Joshanloo, M. ve Daemi, F. (2015). Self-esteem mediates the relationship between spirituality and subjective well-being in Iran. *International Journal of Psychology*, 50(2), 115-120.
- Jung, C. G. (1933). *Modern man in search of a soul* (s. 200-225). New York: Harcourt Brace.
- Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*. Garden City, NY: Doubleday.
- Kabasakal, Z. ve Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kallampally, G. A., Oakes, K. E., Lyons, H. Z., Greer, J. M. ve Gillespie, C. K. (2008). Gender, psychological resilience, acculturation and spirituality as predictors of Asian Indian American marital satisfaction. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 10(1), 35-52.
- Kalpana Rani, E. (2016). Perceived social support and psychological well-being: testing the unique association and gender differences among young working adults. *International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 99-113.
- Karakaş, A. C. (2017). Manevi zekanın iç yönelimli dindarlık, affetme esnekliği ve öznel iyi oluşla ilişkisi. *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 53-63.
- Karakulak, H. (2019). *İş-aile ve aile-iş çatışması ile iş-aile-hayat tatmininin işten ayrılma*

- niyeti üzerine etkisi: Bir üniversite hastanesinde araştırma* (Yüksek lisans tezi).  
Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hatay.
- Kasapoğlu, F. (2015). Manevi Yönelim Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(3), 51-68.
- Kasapoğlu, F. ve Yabanigül, A. (2017). Marital satisfaction and life satisfaction: The mediating effect of spirituality. *Spiritual Psychology and Counseling*, 3(2), 177-195.
- Kase, T., Endo, S. ve Oishi, K. (2016). Process linking social support to mental health through a sense of coherence in Japanese university students. *Mental Health & Prevention*, 4(3-4), 124-129.
- Kasprzak, E. (2010). Perceived social support and life-satisfaction. *Polish Psychological Bulletin*, 41(4), 144-154.
- Kaymak Özmen, S. (2004). Aile içinde öfke ve saldırganlığın yansımaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(2), 27-39.
- Kef, S. (1997). The personal networks and social supports of blind and visually impaired adolescents. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 91(3), 236-244.
- Kelner, M. (1988). Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. *Canadian Journal on Aging*, 7(1), 77-79.
- Kerr, M. E. ve Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen Theory*. New York: Norton.
- Kim, S. S., Kim-Godwin, Y. S. ve Koenig, H. G. (2016). Family spirituality and family health among Korean-American elderly couples. *Journal of Religion and Health*, 55(2), 729-746.
- Kim, S. S., Reed, P. G., Hayward, R. D., Kang, Y. ve Koenig, H. G. (2011). Spirituality and psychological well-being: Testing a theory of family interdependence among family caregivers and their elders. *Research in Nursing & Health*, 34(2), 103-115.
- Klajs, K. (2016). Jay Haley – Pioneer in Strategic Family Therapy. *Psychoterapia*, 2(177), 17-28.
- Koenig, H. G. (2008). Concerns about measuring “spirituality” in research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(5), 349-355.



- Kolander, C. A. ve Chandler, C. K. (1990). Spiritual health: A balance of all dimensions. Paper presented at Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance National Convention, New Orleans, LA.
- Kopelman, R. E., Greenhaus, J. H. ve Connolly, T. F. (1983). A model of work, family, and interrole conflict: A construct validation study. *Organizational Behavior and Human Performance*, 32(2), 198-215.
- Kristjanson, L. J. (1993). Validity and reliability testing of the FAMCARE Scale: Measuring family satisfaction with advanced cancer care. *Social science & medicine*, 36(5), 693-701.
- Krysan, M., Moore, K. A. ve Zill, N. (1990). *Identifying successful families: An overview of constructs and selected measures*. Washington, DC: Child Trends, Inc.
- Kublay, D. ve Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.
- Kumar, S. (2015). Influence of spirituality on burnout and job satisfaction: A study of academic professionals in Oman. *South Asian Journal of Management*, 22(3), 137-175.
- Kuo, B.C.H., Arnold, R. ve Rodriguez-Rubio, B. (2014). Mediating effects of coping in the link between spirituality and psychological distress in a culturally diverse undergraduate sample. *Mental Health, Religion & Culture*, 17(2), 173-184.
- Lahey, B. ve Cohen, S. (2000). Social support theory and measurement. In S. Cohen, L. G. Underwood ve B. H. Gottlieb (Ed.), *Social support measurement and intervention* (s. 86-131). New York: Oxford University Press.
- Larson, J. S. (1996). The world health organization's definition of health: Social versus spiritual health. *Social Indicators Research*. 38(2), 181-192.
- Larsson, G. ve Kallenberg, K. O. (1996). Sense of coherence, socioeconomic conditions and health: Interrelationships in a nation-wide Swedish sample. *The European Journal of Public Health*, 6(3), 175-180.
- Lau, W. W. F., Hui, C. H., Lam, J., Lau, E. Y. Y. ve Cheung, S. F. (2014). The relationship between spirituality and quality of life among university students: An autoregressive crosslagged panel analysis. *Higher Education*, 69(6), 977-990.

- Lavee, Y., McCubbin, H. I. ve Patterson, J. M. (1985). The double ABCX model of family stress and adaptation: An empirical test by analysis of structural equations with latent variables. *Journal of Marriage and the Family*, 37(4), 811-825.
- Lee, K. H. (2011). The role of spiritual experience, forgiveness, and religious support on the general well-being of older adults. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 23(3), 206-223.
- Lee, E. K. O. (2007). Religion and spirituality as predictors of well-being among Chinese American and Korean American older adults. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 19(3), 77-100.
- Lim, C. ve Putnam, R. D. (2010). Religion, social networks, and life satisfaction. *American Sociological Review*, 75(6), 914-933.
- Lim, J. W. ve Yi, J. (2009). The effects of religiosity, spirituality, and social support on quality of life: A comparison between Korean American and Korean breast and gynecologic cancer survivors. *Oncology Nursing Forum*, 36(6), 699-708.
- Lindström, B. ve Eriksson, M. (2011). From health education to healthy learning: Implementing salutogenesis in educational science. *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(6), 85-92.
- Lustig, D. C., Rosenthal, D. A., Strauser, D. R. ve Haynes, K. (2000). The relationship between sense of coherence and adjustment in persons with disabilities. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 43(3), 134-141.
- Mack, L. Y. (1994). Understanding spirituality in counseling psychology: Considerations for research, training, and practice. *Counseling and Values*, 39(1), 15-31.
- Mackinnon, S. P. (2012). Perceived social support and academic achievement: Cross lagged panel and bivariate growth curve analyses. *Journal of Youth Adolescence*, 41(4), 474-485.
- Madmoli, Y., Salimi, M., Madmoli, M., Davoodi, N., Rostami, F., Heidari-Soureshjani, R. Ve Yousefi, N. (2019). The relationship between spiritual well-being and family cohesion in patients with thalassemia major. *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 7(2), 203-209.

- Mahanta, D. ve Aggraval, M. (2013). Effect of perceived social support on life satisfaction of university students. *European Academic Research*, 1(6), 1083-1094.
- Mahdian, Z. ve Ghaffari, M. (2016). The mediating role of psychological resilience, and social support on the relationship between spiritual well-being and hope in cancer patients. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18(3), 130-138.
- Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A.B., Scott, E., Emery, E. ve Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*, 13(3), 321-338
- Mahoney, M. J. (2002). Constructivism and positive psychology. In C. R. Snyder ve S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of positive psychology* (s. 745-750). New York: Oxford University Press.
- Marcoen, A. (1994). Spirituality and personal well-being in old age. *Ageing & Society*, 14(4), 521-536.
- Marsella, A. J. ve Snyder, K. K. (1981). Stress, social supports, and schizophrenic disorders: Toward an interactional model. *Schizophrenia Bulletin*, 7(1), 152-163.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2. baskı). New York: Harper & Row.
- Maslow, A. H. (1993). *The farther reaches of human nature*. New York, NY: Penguin/Arkana.
- May, R. (1975). *The courage to create*. New York: Bantarn Books.
- May, G. (1982). *Will and spirit: A contemplative psychology*. San Francisco, CA: Harper & Row.
- McClain, C.S ., Rosenfeld, B. ve Breitbart, W. (2003). Effect of spiritual well-being on end of life despair in terminally-ill cancer patients. *The Lancet*, 361, 1603-1607.
- McCullum, E. E., Schumm, W. R. ve Russell, C. S. (1988). Reliability and validity of the Kansas Family Life Satisfaction Scale in a predominantly middle aged sample. *Psychological Reports*, 62(1), 95-98.
- McCubbin, H. I. (1979). Integrating coping behavior in family stress theory. *Journal of Marriage and The Family*, 41(2), 237-244.

- McCubbin, H. I. ve McCubbin, M. A. (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social class and ethnicity. *Family Relations*, 37(3), 247-254.
- McCubbin, H. I. ve Patterson, J. M. (1983). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage & Family Review*, 6(1-2), 7-37.
- Mills, J., Grasmick, H. G., Morgan, C. S. ve Wenk, D. (1992). The effects of gender, family satisfaction, and economic strain on psychological well-being. *Family Relations*, 41(4), 440-445.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Minuchin, S. ve Fishman, H. C. (1981). *Family therapy techniques*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Mizuno, M., Kakuta, M. ve Inoue, Y. (2009). The Effects of Sense of Coherence, Demands of Illness, and Social Support on Quality of Life After Surgery in Patients With Gastrointestinal Tract Cancer. *Oncology Nursing Forum*, 36(3), 144-152.
- Moberg, D. O. (2002) Assessing and measuring spirituality: Confronting dilemmas of universal and particular evaluative criteria. *Journal of Adult Development*, 9(1), 47-60.
- Moberg, D. O. (1971). *Spiritual well-being: Background [and] issues*. Washington, DC: White House Conference on Aging.
- Moberg, D. O. (2010). Spirituality research: Measuring the immeasurable? *Perspectives on Science and Christian Faith*, 62(2), 99-114.
- Moksnes, U. K., Løhre, A. ve Espnes, G. A. (2013). The association between sense of coherence and life satisfaction in adolescents. *Quality of Life Research*, 22(6), 1331-1338.
- Mosak, H. H. ve Dreikurs, R. (1967). The tasks of life III: The fifth life task. *The Individual Psychologist*, 5(1), 16-22.
- Moxey, A., McEvoy, M., Bowe, S. ve Attia, J. (2011). Spirituality, religion, social support and health among older Australian adults. *Australasian Journal on Ageing*, 30(2), 82-88.

- Mullen, P. M., Smith, R. M. ve Hill, W. (1994). Sense of coherence as a mediator of stress for cancer patients and spouses. *Journal of Psychosocial Oncology*, 11(3), 23-46.
- Murdock, N. L. (2013). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları: Olgu sunumu yaklaşımıyla* (2. baskı) (F. Akkoyun, Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Myers, J. E. ve Sweeney, T. J. (2004). The indivisible self: An evidence-based model of wellness. *Journal of Individual Psychology*, 60(3), 234-245.
- Myers, J. E. ve Sweeney, T. J. (2007). *Wellness in counseling: An overview* (ACAPCT-09). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Nasser, E. H. ve Overholser, J. C. (2005). Recovery from major depression: The role of support from family, friends, and spiritual beliefs. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 111(2), 125-132.
- National Interfaith Coalition on Aging. (1975). *Spiritual well-being: A definition*. Athens, GA: National Interfaith Coalition on Aging.
- Nelson, J. A., Kirk, A. M., Ane, P. ve Serres, S. A. (2011). Religious and spiritual values and moral commitment in marriage: Untapped resources in couples counseling? *Counseling and Values*, 55(2), 228-246.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134-143.
- Ngai, F. W. ve Ngu, S. F. (2013). Family sense of coherence and quality of life. *Quality of Life Research*, 22(8), 2031-2039.
- Nygren, B., Aléx, L., Jonsén, E., Gustafson, Y., Norberg, A. ve Lundman, B. (2005). Resilience, sense of coherence, purpose in life and self-transcendence in relation to perceived physical and mental health among the oldest old. *Aging & Mental Health*, 9(4), 354-362.
- Oktan, V. (2005). Yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeyinin ergenlerdeki öfkenin gelişimine etkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21, 183-192.
- Olson, D. H. (1999). Empirical approaches to family assessment. *Journal of Family Therapy*, 22(4), 447-449.

- Olson, D. H. (2011). FACES IV & the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64-80.
- Olson, D. H. (1989). Family assessment and intervention: The Circumplex Model of Family Systems. *Child & Youth Services*, 11(1), 9-48.
- Olson, D. H. (2004). *Family satisfaction scale (FSS)*. Minneapolis, MN: Life Innovations.
- Olson, D. H., Russell, C. S. ve Sprenkle, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: VI. theoretical update. *Family Process*, 22(1), 69-83.
- Olson, D. H., Russell, C. S. ve Sprenkle, D. H. (1989). *Circumplex model: Systemic assessment and treatment of families*. New York, NY: Haworth Press.
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H. ve Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18(1), 3-28.
- Oluwole, D. A. (2008). Marital satisfaction: Connections of self disclosure, sexual self efficacy and spirituality among Nigeria women. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 5(5), 464-469.
- Opatz, J. P. (1986). Stevens point: A longstanding program for students at a midwestern university. *American Journal of Health Promotion*, 1(1), 60-67.
- Otto, H. A. (1962). What is a strong family? *Marriage and Family Living*, 24(1), 77-81.
- Otto, H. A. (1963). Criteria for assessing family strength. *Family Process*, 2(2), 329-339.
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D. (2013). Aile yılmazlığı: Bir engele rağmen birlikte güçlenen aile. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(31), 129-146.
- Parasuraman, S., Greenhaus, J. H. ve Granrose, C. K. (1992). Role stressors, social support, and well-being among two-career couples. *Journal of Organizational Behavior*, 13(4), 339-356.
- Park, C. L. (2013). The meaning making model: A framework for understanding meaning, spirituality, and stress-related growth in health psychology. *The European Health Psychologist*, 15(2), 40-47.
- Park, J. ve Roh, S. (2013). Daily spiritual experiences, social support, and depression among elderly Korean immigrants. *Aging & Mental Health*, 17(1), 102-108.

- Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 233-246.
- Patterson, J., Hayworth, M., Turner, C. ve Raskin, M. (2000). Spiritual issues in family therapy: A graduate-level course. *Journal of Marital Family Therapy*, 26(2), 199-210.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R. ve Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence of cross-method convergence of wellbeing measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161.
- Pavot, W., ve Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychologica Assessment*, 5(2), 164-172.
- Perrone, K. M., Webb, L. K., Wright, S. L., Jackson, Z. V. ve Ksiazak, T. M. (2006). Relationship of spirituality to work and family roles and life satisfaction among gifted adults. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(3), 253-268.
- Perry, A. de V. ve Rolland, J. S. (2009). The therapeutic benefits of a justice-seeking spirituality: Empowerment, healing, and hope. In F. Walsh (Ed.), *Spiritual resources in family therapy* (2. baskı) (s. 379-396). New York: Guilford Press.
- Peterson, C., Park N. ve Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and lifesatisfaction: The full life versus the Empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1) 25- 41.
- Piedmont, R. L., Magyar-Russell, G., DiLella, N. ve Matter, S. (2014). Sense of coherence: Big five correlates, spirituality, and incremental validity. *Current Issues in Personality Psychology*, 2(1), 1-9.
- Poff, R. A., Zabriskie, R. B. ve Townsend, J. A. (2010). Modeling family leisure and related family constructs: A national study of US parent and youth perspectives. *Journal of Leisure Research*, 42(3), 365-391.
- Polanski, P. J. (2002). Exploring spiritual beliefs in relation to Adlerian theory. *Counseling and Values*, 46(2), 127-136.
- Poston, D. J. ve Turnbull, A. P. (2004). Role of spirituality and religion in family quality of life for families of children with disabilities. *Education and Training in Developmental Disabilities*, 39(2), 95-108.

- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Prest, L. A. ve Keller, J. F. (1993). Spirituality and family therapy: Spiritual beliefs, myths, and metaphors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 19(2), 137-148
- Procidano, M. E. ve Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1), 1-24.
- Rahim, M. A. R. A., Ishak, I., Shafie, S. A. M. ve Shafiai, R. M. (2013). Factors influencing family life satisfaction among parents in Malaysia: The structural equation modeling approach (SEM). *International Organization of Scientific Research Journal of Humanities and Social Science*, 17(4), 78-85.
- Reese, D. J. ve Kaplan, M. S. (2000). Spirituality, social support, and worry about health: Relationships in a sample of HIV+ women. *Social Thought*, 19(4), 37-52
- Reis, L. A. D. ve Menezes, T. M. D. O. (2017). Religiosity and spirituality as resilience strategies among long-living older adults in their daily lives. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70(4), 761-766.
- Rho, J. J. (1989). *Multiple factors contributing to marital satisfaction in KoreanAmerican marriages and correlations with three dimensions of family life satisfaction: Marital, parental, and self-satisfactions* (Yayımlanmamış doktora tezi). Kansas StateUniversity, Manhattan.
- Richman, J. M., Rosenfeld, L. B. ve Hardy, C. J. (1993). The social support survey: A validation study of a clinical measure of the social support process. *Research on Social Work Practice*, 3(3), 288-311.
- Riley, B. B., Perna, R., Tate, D. G., Forchheimer, M., Anderson, C. ve Luera, G. (1998). Types of spiritual well-being among persons with chronic illness: Their relation to various forms of quality of life. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 79(3), 258-264.
- Robbins, M. S., Mayorga, B. A. ve Szapocznik, J. (2003). The ecosystemic “lens” for understanding family functioning. In T. L. Sexton, G. R. Weeks ve M. S. Robbins



(Ed.), *Handbook of family therapy: The science and practice of working with families and couples*. New York: Brunner-Routledge.

- Robert, T. E., Young, J. S. ve Kelly, V. A. (2006). Relationships between adult workers' spiritual well-being and job satisfaction: A preliminary study. *Counseling and Values, 50*(3), 165-175.
- Robinson, L. C. ve Blanton, P. W. (1993). Marital strengths in enduring marriages. *Family Relations, 42*(1), 38-45.
- Rogers. C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rohani, C., Khanjari, S., Abedi, H. A., Oskouie, F. ve Langius-Eklöf, A. (2010). Health index, sense of coherence scale, brief religious coping scale and spiritual perspective scale: Psychometric properties. *Journal of Advanced Nursing, 66*(12), 2796-2806.
- Rohani, C., Abedi, H. A., Omranipour, R. ve Langius-Eklöf, A. (2015). Health-related quality of life and the predictive role of sense of coherence, spirituality and religious coping in a sample of Iranian women with breast cancer: A prospective study with comparative design. *Health and Quality of Life Outcomes, 13*(1), 40.
- Roscoe, L. J. (2009). Wellness: A review of theory and measurement for counselors. *Journal of Counseling & Development, 8*(2), 216-226.
- Roth, P. D. (1988). Spiritual well-being and marital adjustment. *Journal of Psychology and Theology, 16*(2), 153-158.
- Rowold, J. (2011). Effects of spiritual well-being on subsequent happiness, psychological well being, and stress. *Journal of Religion and Health, 50*(4), 950-963.
- Rumbold, B. D. (2003). Caring for the spirit: Lessons from working with the dying. *The Medical Journal of Australia, 179*(6), 11-13.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069-1081.
- Sagy, S. (1998). effects of personal, family, and community characteristics on emotional reactions in a stress situation. *Youth & Society, 29*(3), 311-329.

- Sagy, S. ve Dotan, N. (2001). Coping resources of maltreated children in the family: A salutogenic approach. *Child Abuse & Neglect: The International Journal*, 25(11), 1463-1480.
- Salsman, J. M., Brown, T. L., Brechting, E. H. ve Carlson, C. R. (2005). The link between religion and spirituality and psychological adjustment: The mediating role of optimism and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(4), 522-535.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B. ve Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Satir, V. (2016). *İnsan yaratmak: Aile terapisinin başyapıtı* (S. Yeniceri, Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1972).
- Sayın, M., Demir, İ. H. ve Ekşi, F. (2019). The relationship of marital satisfaction and life satisfaction with spiritual orientation: The mediating role of sacrifice and sensitivity. *Spiritual Psychology and Counseling*, 4(3), 237-256.
- Schumm, W. R., McCollum, E. E., Bugaighis, M. A., Jurich, A. P. ve Bollman, S. R. (1986). Characteristics of the Kansas family life satisfaction scale in a regional sample. *Psychological Reports*, 58(3), 975-980.
- Seligman, M. E. P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment* (s. 5-14). New York: Free Press.
- Shafranske, E. P. ve Gorsuch, R. L. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, 16(2), 231-241.
- Shahyad, S., Besharat, M. A., Asadi, M., Alipour, A. S. ve Miri, M. (2011). The relation of attachment and perceived social support with life satisfaction: structural equation model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 952-956.
- Sheeber, L., Hops, H., Alpert, A., Davis, B. ve Andrews, J. (1997). Family support and conflict: Prospective relations to adolescent depression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 25(4), 333-344.

- Shen, Y. ve Yeatts, D. E. (2013). Social support and life satisfaction among older adults in China: Family-based support versus community-based support. *The International Journal of Aging and Human Development*, 77(3), 189-209.
- Shin, D. C. ve Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5(4), 475-492.
- Shultz, D. P. ve Shultz, S. E. (2011). *A History of modern psychology* (10. baskı). Belmont, CA: Wadsworth.
- Skowron, E. ve Farrar, J. (2016). T. Multigenerational family systems. In T. L. Sexton ve J. Lebow (Ed.), *Handbook of family therapy* (4. baskı) (s. 159-181). New York, NY: Routledge.
- Solgi, M. ve Safara, M. (2018). Philosophical - psychological 's recognition of concept of spirituality. *Advances in Language and Literary Studies ALLS*, 9(2), 84-90.
- Stankūnas, M., Kalėdienė, R. ve Starkuvienė, S. (2009). Sense of coherence and its associations with psychosocial health: results of survey of the unemployed in Kaunas. *Medicina*, 45(10), 807-813.
- Stanley, S. M., Ragan, E. P., Rhoades, G. K. ve Markman, H. J. (2012). Brief report examining changes in relationship adjustment and life satisfaction in marriage. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 165-170.
- Starks, S. H. ve Hughey, A.W. (2003). African american women at midlife: The relationship between spirituality and life satisfaction. *Affilia*, 18(2), 133-147.
- Stefanaki, I. N., Shea, S., Linardakis, M., Symvoulakis, E. K., Wynyard, R. ve Lionis, C. (2014). Exploring the association of sense of coherence, and spiritual and religious beliefs in a rural population group on the island of Crete, Greece. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 47(3), 207-230.
- Stinnett, N. ve DeFrain, J. (1989). The healthy family: Is it possible? In M. J. Fine (Ed.), *The second handbook on parent education* (s. 53-74). Academic Press.
- Stokes, J. P. (1985). The relation of social network and individual difference variables to loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(4), 981-990.

- Sullivan, K. T. (2001). Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effects of religiosity on newlywed couples. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 610-626.
- Sweeney, T. J. ve Witmer, J. M. (1991). Beyond social interest: Striving toward optimal health and wellness. *Individual Psychology*, 47(4), 527-540.
- Şimşir, Z., Boynueğri, S. T. ve Dilmaç, B. (2017). Religion and spirituality in the life of individuals with paraplegia: Spiritual journey from trauma to spiritual development. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(1), 89-110.
- Şirin, T. (2019). Evli çiftlerin spiritüel iyi oluşları ile evlilik doyumları arasındaki ilişki. *Ekev Akademi Dergisi*, 23(77), 389-410.
- Tagay, S., Erim, Y., Brähler, E. ve Senf, W. (2006). Religiosity and sense of coherence – Protective factors of mental health and well-being?. *Zeitschrift für Medizinische Psychologie*, 15(4), 165-171.
- Tan, M. ve Karabulutlu, E. (2005). Social support and hopelessness in turkish patients with cancer. *Cancer Nursing*, 28(3), 236-240.
- Tanyi, R. A. (2002). Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 39(5), 500-509.
- Tardy, C. H. (1985). Social support measurement. *American Journal of Community Psychology*, 13(2), 187-202.
- Taşdelen-Karçkay, A. (2016). Family life satisfaction scale-turkish version: Psychometric evaluation. *Social Behavior And Personality*, 44(4), 631-640.
- Tejeda, M. J. (2015). Exploring the supportive effects of spiritual well-being on job satisfaction given adverse work conditions. *Journal of Business Ethics*, 131(1), 173-181.
- Thoits, P. A. (1982). Conceptual, methodological, and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social behavior*, 23(2), 145-159.
- Thoits, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 416-423.

- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping and social support processes: Where are we? What next?. *Journal of Health and Social Behaviour*, 35(Extral Issue), 53-79.
- Thompson, M. G. ve Heller, K. (1990). Facets of support related to well-being: Quantitative social isolation and perceived family support in a sample of elderly women. *Psychology and Aging*, 5(4), 535-544.
- Thoresen, C. E. (1999). Spirituality and health: Is there a relationship?. *Journal of Health Psychology*, 4(3), 291-300.
- Tillman, K. H. ve Nam, C. B. (2008). Family structure outcomes of alternative family definitions. *Population Research and Policy Review*, 27(3), 367-384.
- Toth Jr, J. F., Brown, R. B. ve Xu, X. (2002). Separate family and community realities? An urban-rural comparison of the association between family life satisfaction and community satisfaction. *Community, Work & Family*, 5(2), 181-202.
- Türkseven, E., Öner, C., Çetin, H. ve Şimşek, E. E. (2020). Yaşlı bireylerde algılanan sosyal destek ile yaşam doyumunu ilişkisi: Bir saha çalışması. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 9(1), 51-56.
- Ubesekeera, D. M. ve Luo, J. (2008). Marriage and family life satisfaction: A literature review. *Sabaramuwa University Journal*, 8(1), 1-17.
- Ubharadka, A. (2019). Perceived social support, daily spiritual experience and life satisfaction among emerging adults: A developing country perspective. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 10(10-12), 349-352.
- Uğurluoğlu, D. ve Erdem, R. (2019). Travma geçiren bireylerin spiritüel iyi oluşların travma sonrası büyümeleri üzerine etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 833-858.
- Uğurluoğlu, D., Erdem, R. ve Kıyıcı, H. (2019). Sağlık yönetimi öğrencilerinin eleştirel düşünme, benlik saygısı ve spiritüel iyi oluşlarına yönelik bir araştırma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 20(44), 51-65.
- Underwood, L. G. ve Teresi, J. A. (2002). The daily spiritual experience scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data. *Annals of Behavioral Medicine*, 24(1), 22-33.

- Vahedi, S. ve Nazari, M. A. (2011). The relationship between self-alienation, spiritual well being, economic situation and satisfaction of life: A structural equation modeling approach. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(1), 64-73.
- van Dierendonck, D. (2005). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 629-643.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24(1), 1-34.
- Volanen, S. M., Lahelma, E., Silventoinen, K. ve Suominen, S. (2004). Factors contributing to sense of coherence among men and women. *The European Journal of Public Health*, 14(3), 322-330.
- von Humboldt, S., Leal, I. ve Pimenta, F. (2014). Living well in later life: the influence of sense of coherence, and socio-demographic, lifestyle and health-related factors on older adults' satisfaction with life. *Applied Research in Quality of Life*, 9(3), 631-642.
- von Humboldt, S., Leal, I. ve Pimenta, F. (2015). Sense of coherence, sociodemographic, lifestyle, and health-related factors in older adults' subjective well-being. *International Journal of Gerontology*, 9(1), 15-19.
- Vural Batık, M. (2019). Algılanan eş desteği ve evlilik süresinin evlilik doyumu ile ilişkisinde evlilikte sorun çözümlerinin aracı rolü. *Electronic Turkish Studies*, 14(2), 841-854.
- Waite, P. J., Hawks, S. R. ve Gast, J. A. (1999). The correlation between spiritual well-being and health behaviors. *American Journal of Health Promotion*, 13(3), 159-162.
- Walsh, F. (1996). Special section family resilience: A concept and its application. The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35(3), 261-281.
- Walsh, F. (1998a). Beliefs, spirituality, and transcendence: Keys to family resilience. In M. McGoldrick (Ed.), *Re-visioning family therapy: Race, culture, and gender in clinical practice* (s. 62-77). New York, NY, US: Guilford Press.
- Walsh, F. (1998b). Editorial: The resilience of the field of family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24(3), 269-271.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations*, 51(2), 130-137.

- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1-18.
- Walsh, F. (2007). Traumatic loss and major disasters: Strengthening family and community resilience. *Family Process*, 46(2), 207-227.
- Walsh, F. (2009). Spiritual resources in family adaptation to death and loss. In F. Walsh (Ed.), *Spiritual resources in family therapy* (2. baskı) (s. 81-102). New York: Guilford Press.
- Walsh, F. (2011). Families in later life: Challenges, opportunities, and resilience. In M. McGoldrick, B. Carter ve N. Garcia-Preto (Ed.), *The expanded family life cycle* (4. baskı) (s. 261-277). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Walsh, F. (2012). The spiritual dimension of family life. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4. baskı). New York: Guilford Press.
- Walsh, F. (2016a). A family developmental framework: Challenges and resilience across the life cycle. In T. L. Sexton ve J. Lebow (Ed.), *Handbook of family therapy* (4. baskı) (s. 30-47). New York, NY: Routledge.
- Walsh, F. (2016b). Challenges and resilience over the family life cycle a developmental systems perspective. *Strengthening family resilience* (3. baskı) (s. 181-205). New York: Guilford Press.
- Walsh, F. (2016c). Family resilience: A developmental systems framework. *European Journal of Developmental Psychology*, 13(3), 313-324.
- Walsh, F. (2016d). *Strengthening family resilience* (3. baskı). New York: Guilford Press.
- Wan, C. K., Jaccard, J. ve Ramey, S. L. (1996). The Relationship between social support and life satisfaction as a function of family structure. *Journal of Marriage and Family*, 58(2), 502-513.
- Wang, Y. H., Haslam, M., Yu, M., Ding, J., Lu, Q. ve Pan, F. (2015). Family functioning, marital quality and social support in Chinese patients with epilepsy. *Health and Quality of Life Outcomes*, 13(10), 1-8.
- Weathers, E., McCarthy, G. ve Coffey, A. (2016). Concept analysis of spirituality: An evolutionary approach. *Nursing Forum*, 51(2), 79-96.

- Weber, L. J. ve Cummings, A. L. (2003). Research and theory: Relationships among spirituality, social support and childhood maltreatment in university students. *Counseling and Values*, 47(2), 82-95.
- Westgate, C. E. (1996). Spiritual wellness and depression. *Journal Of Counseling & Development*, 75(1), 26-35.
- Wethington, E. ve Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of Health and Social Behavior*, 27(1), 78- 89.
- Wickens, L. ve Greeff, A. P. (2005). Sense of family coherence and the utilization of resources by first-year students. *The American Journal of Family Therapy*, 33(5), 427-441.
- Wiesmann, U. ve Hannich, H. J. (2008). A salutogenic view on subjective well-being in active elderly persons. *Aging and Mental Health*, 12(1), 56-65.
- Wiesmann, U. ve Hannich, H. J. (2013). The contribution of resistance resources and sense of coherence to life satisfaction in older age. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 911-928.
- Wiesmann, U., Niehörster, G. ve Hannich, H. J. (2009). Subjective health in old age from a salutogenic perspective. *British Journal of Health Psychology*, 14(4), 767-787.
- Wiggins, M. I. (2012). Religion and spirituality in couples and families. In J. D. Aten, K. A. O'Grady ve E. L. Worthington Jr. (Ed.), *The psychology of religion and spirituality for clinicians using research in your practice*. New York: Routledge.
- Wills, T. A. ve Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. In S. Cohen, L. G. Underwood ve B. H. Gottlieb (Ed.), *Social support measurement and intervention* (s. 86-135). New York: Oxford University Press.
- Winger, J. G., Adams, R. N. ve Mosher, C. E. (2016). Relations of meaning in life and sense of coherence to distress in cancer patients: A meta-analysis. *Psycho-Oncology*, 25(1), 2-10.
- Wnuk, M. ve Marcinkowski, J. T. (2014). Do existential variables mediate between religious spiritual facets of functionality and psychological wellbeing. *Journal of Religion Health*, 53(1), 56-67.



- Wojujutari, A. K., Alabi, O. T., Emmanuel, A. T. ve Olugbenga, O. M. (2018). Spiritual intelligence and mindfulness as moderators of relationship between psychological well being and psychosocial adjustment of pregnant women. *Journal of Women's Health Care*, 7(3), 1-4.
- Wolf, C. T. ve Stevens, P. (2001). Integrating religion and spirituality in marriage and family counseling. *Counseling and Values*, 46(1), 66-75.
- Wolff, A. C. ve Ratner, P. A. (1999). Stress, social support, and sense of coherence. *Western Journal of Nursing Research*, 21(2), 182-197.
- Woodhouse, C. G. (1930). A study of 250 successful families. *Social Forces*, 8(4), 511-532.
- Worthington, E.L., Kurusu, T. A., McCullough, M. E. ve Sandage, S. J. (1996). Empirical research on religion in counseling: A 10-year review and research prospectus. *Psychological Bulletin*, 119(3), 448-487.
- Yaghoobzadeh, A., Soleimani, M. A., Allen, K. A., Chan, Y. H. ve Herth, K. A. (2018). Relationship between spiritual well-being and hope in patients with cardiovascular disease. *Journal of Religion and Health*, 57(3), 938-950.
- Yapıcı, A. (2018). Eşlerin dinsel algı ve yaşayışına göre evlilikte dindarlık ve maneviyat huzur mu, kusur mu? *Turkish Studies*, 13(2), 79-106.
- Yeung, G. T. Y. ve Fung, H. H. (2007). Social support and life satisfaction among Hong Kong Chinese older adults: Family first? *European Journal of Ageing*, 4(4), 219-227.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(13), 81-87.
- Yıldırım, İ. (2004). Eş destek ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(22), 19-25.
- Yoon, D. P. (2006). Factors affecting subjective well-being for rural elderly individuals: The importance of spirituality, religiousness, and social support. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 25(2), 59-75.
- Yoon, D. P. ve Lee, E. K. O. (2006). The impact of religiousness, spirituality, and social support on psychological well-being among older adults in rural areas. *Journal of Gerontological Social Work*, 48(3-4), 281-298.

Zabriskie, R. B. ve McCormick, B. P. (2003). Parent and child perspectives of family leisure involvement and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 163-189.

Zabriskie, R. B. ve Ward, P. J. (2013). Satisfaction with family life scale. *Marriage & Family Review*, 49(5), 446-463.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. ve Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.

Zullig, K. J. Ward, R. M. ve Horn, T. ( 2006). The association between perceived spirituality, religiosity, and life satisfaction: The mediating role of self-rated health. *Social Indicators Research*, 79(2), 255-274.



## 7. EKLER

### 7.1. EK 1: Etik Kurul Kararı

ADÜ Evrak Tarih ve Sayısı: 06/11/2019-E.68791



T.C.  
AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Eğitim Araştırmaları Etik Kurulu

Sayı : 84982664-050.01.03  
Konu : Etik Kurul Kararı

Sayın Doç.Dr. Tarık TOTAN  
Öğretim Üyesi

Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Tarık TOTAN ve yüksek lisans öğrencisi Büşra TUNÇ'un "Manevi İyi Oluşla Aile Doyumu Arasındaki İlişkide Aile Uyumu, Desteği ve Bütünlüğünün Rolü" isimli çalışması için, 01.11.2019 tarih 2019/08 sayılı Eğitim Araştırmaları Etik Kurulu toplantımızda alınan karar aşağıda belirtilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

**e-İmzalıdır**  
Doç.Dr. Sezai KOÇYİĞİT  
Kurul Başkanı

#### **KARARI:**

Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Tarık TOTAN ve yüksek lisans öğrencisi Büşra TUNÇ'un "Manevi İyi Oluşla Aile Doyumu Arasındaki İlişkide Aile Uyumu, Desteği ve Bütünlüğünün Rolü" isimli çalışma başvurusu görüşüldü.

Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Tarık TOTAN ve yüksek lisans öğrencisi Büşra TUNÇ'un "Manevi İyi Oluşla Aile Doyumu Arasındaki İlişkide Aile Uyumu, Desteği ve Bütünlüğünün Rolü" isimli çalışma başvurusunun Etik Kurulumuzca oy birliği ile kabulüne karar verildi.

Evrak Doğrulama İçin: <http://bys.adnau.edu.tr/en/VideoDogrula/6EBUMED>

Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Merkez Kampüsü Kepez Mevki 09010

İlişim/Aydın

Telefon No: 0256 214 20 23 Faks No: 0256 214 10 61

Bilgi İçin: Özmer ASATÖKİN

Ülsoyar: Büro Personeli

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

## 7.2. EK 2: Kişisel Bilgi Formu

<b>Değerli katılımcı,</b> Aile süreçlerini incelemeye yönelik bir araştırmada görüşlerinize ihtiyaç duyulmaktadır. Bu kapsamda aşağıda bulunan ve size yöneltilen sorulara yanıt vermeniz beklenmektedir. Sorulara sizi temsil eden yanıtları vermeniz araştırma sonuçlarını doğrudan etkileyecek. Bu sebeple de sizi temsil eden yanıtı vermeniz önem taşımaktadır. İlginiz için teşekkür ederim.							
Doç. Dr. Tarık Totan Adnan Menderes Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı tarik@totan.de				Psi. Dan. Büşra Tunç Adnan Menderes Üniversitesi Aile Danışmanlığı Yüksek Lisans Öğrencisi tuncbusr@gmail.com			
<b>Cinsiyetiniz:</b> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek <input type="checkbox"/>		<b>Yaşınız:</b> .....		<b>Eşinizin yaşı:</b> .....			
<b>Çocuk Sayınız:</b> .....		<b>Evlilik Süreniz (Yıl):</b> .....					
<b>Eğitim Durumunuz:</b> .....		<b>Eşinizin Eğitim Durumu:</b> .....					
<b>İşiniz:</b> .....		<b>Eşinizin İş:</b> .....					
<b>Ailenizin aylık toplam geliri (Eşinizin ve sizin aylık tüm geliriniz):</b> .....				TL			
<b>Ailem:</b>	Ben çocukken annem babam ve kardeşlerimle birlikte yaşadık.						<input type="checkbox"/>
	Ben çocukken aile büyüklerimizle birlikte yaşadık (Dedem ve/veya büyükannem gibi).						<input type="checkbox"/>
	Şu an eşim, ben ve çocuklarımızla birlikte yaşıyoruz.						<input type="checkbox"/>
	Şu an eşim, ben, çocuklarımızla ve aile büyüklerimizle (Annem babam ya da eşimin anne babası) yaşıyoruz.						<input type="checkbox"/>
<b>Nasıl evlendiniz?</b> Anlaşarak <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Görücü usulü</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<b>Hayatınızın büyük kısmını geçirdiğiniz yer:</b> Köy <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Kasaba</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Şehir</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Büyükşehir</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<b>Şu an yaşadığınız yer:</b> Köy <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Kasaba</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Şehir</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<b>Büyükşehir</b> <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

### 7.3. EK 3: Spiritüel İyi Oluş Ölçeği

<b>SIOO</b>					
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 katkılarımız 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 hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4. Bir problemle karşılaştığımda Allah'ın yardımını hissederim.	(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 önemseydiğine 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 hissederim.	(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. İnançım, 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 (tefekür 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 hissederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. İnançım, 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 olmadığı 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)

## 7.4. EK 4: Aile Yaşam Doyumu Ölçeği

### AYDÖ

Aşağıda “Evde ailem ile birlikte olduğum zamanlar, genellikle kendimi .....hissederim” cümlesinde ki boşluğu tamamlamanız için yirmi yedi maddede ikili ifadeler verilmiştir. Her bir madde için ikili ifadelerden (Örneğin1. maddedeki mutlu/mutsuz) sizin için uygun olan **bir tanesini seçiniz** ve seçtiğiniz bu ifadenin size göre derecesini **“tamamen”, “oldukça” ve da “biraz”** seçeneklerinden **bir tanesini** işaretleyerek gösteriniz.

Örneğin, birinci maddeye cevabınız “Evde ailem ile birlikte olduğum zamanlar, genellikle kendimi **biraz mutsuz** hissederim ise aşağıdaki şekilde işaretleyerek, ikinci maddeye geçiniz.

	Tamamen	Oldukça	Biraz	Biraz	Oldukça	Tamamen	
1.Mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mutsuz

Evde ailem ile birlikte olduğum zamanlar, genellikle kendimi .....hissederim.

	Tamamen	Oldukça	Biraz	Biraz	Oldukça	Tamamen	
1. Mutlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mutsuz
2. Yalnız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Birlikte
3. Neşeli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Neşesiz
4. Teselli bulmuş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Teselli Bulmamış
5. Anlaşılmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anlaşılmamış
6. Huzurlu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Huzursuz
7. Hoşnutsuz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hoşnut
8. Güvensiz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Güvenli
9. Keyifli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Keyifsiz
10. Memnun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Memnuniyetsiz
11. Engellenmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Engellenmemiş
12. Cesaretlendirilmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Cesaretlendirilmiş
13. Desteklenmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Desteklenmiş
14. Rahatsız	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Rahat
15. Yorgun	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hafiflemiş
16. Saygı görmemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Saygı Görmüş
17. Gevşemiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gergin
18. Dışlanmış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ait
19. Telaşlı	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Telaşsız
20. Sakin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tedirgin
21. Saldırıya uğramış	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Korunmuş
22. Sevinçli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Üzgün
23. Özgür	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kısıtlanmış
24. Takdir edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Takdir Edilmemiş
25. Uzak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Yakın
26. Teşvik edilmiş	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Teşvik Edilmemiş
27. Kötü	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	İyi

## 7.5. EK 5: Aileden Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

<b>AASDÖ</b>			
<b>Yönerge:</b> Aşağıda, çoğu insanın ailesiyle ilişkilerinde yaşadıkları duygu ve deneyimleri yansıtan ifadeler verilmiştir. Her bir ifade için: Evet, Hayır ve Bilmiyorum olmak üzere üç yanıt vardır. Lütfen, her ifadeyi okuyarak, duygularınızı yansıtan cevabı her bir ifadenin önündeki karelerden uygun birinin içine bir (x) çarpı koyarak belirtiniz.			
	Evet	Hayır	Bilmiyorum
1. Ailem bana gereğince manevi destek olur.			
2. Neyi nasıl yapacağım konusunda ailemden faydalı öğütler alırım.			
3. Pek çok insan ailesine benim aileme olduğundan daha yakındır.			
4. Ailemde kendime en yakın hissettiğim kişilere bir derdimi açtığımda bunun onları rahatsız ettiği fikrine kapılıyorum.			
5. Ailem fikirlerimi duymaktan hoşlanır.			
6. Ailemdeki kişilerle ilgi alanlarımız büyük ölçüde çakışır.			
7. Ailemdeki bazı kişiler sorunları olduğunda veya danışmak amacıyla bana başvururlar.			
8. Ailemin duygusal desteğine güvenirim.			
9. Ailemde, bir derdim olduğu zaman sonradan komik kaçacağımı düşünmeden gidebileceğim bir kişi var.			
10. Ailemle çeşitli konulardaki düşüncelerimizi birbirimize açık açık söyleriz.			
11. Ailem benim kişisel gereksinimlerime karşı duyarlıdır.			
12. Ailemdeki kişiler duygusal desteğe ihtiyaçları olduğunda bana başvururlar.			
13. Ailem sorunlarımı çözmede bana yardımcı olur.			
14. Bazı aile fertleriyle aramda karşılıklı derin bir ilişki vardır.			
15. Ailemdeki kişiler neyi nasıl yapacakları konusunda benden faydalı fikirler edinirler.			
16. Ailemdeki kişilere sırlarımı açmak beni rahatsız eder.			
17. Aile fertleri tarafından aranan biriyimdir.			
18. Ailemin problemlerini çözmede onlara yardımcı olduğumu düşündüğünü sanıyorum.			
19. Ailemdeki hiç kimseyle, diğer insanların ailesindeki kişilerle olan ilişkisi kadar yakın bir ilişkim yok.			
20. Ailemin çok daha farklı olmasını isterdim.			

## 7.6. EK 6: Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği Kısa Formu

### ABDÖ-K

1- Ailenizde olup bitenleri etkileyebileceğiniz hissine ne derece sahipsiniz?

1	2	3	4	5	6	7
Çok sık						Nadiren veya hiçbir zaman

2- Bütün aile üyelerinin iş birliği gerektiren bir şeyler yapmak zorunda olduğunuzda, o işin yapılabilmesine ilişkin duygularınız;

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle yapılırdı						Kesinlikle yapılmazdı

3- Şimdiye kadar aile yaşamının;

1	2	3	4	5	6	7
Çok belirgin hedefleri, amaçları olmuştur						Belirgin hedefleri ve amaçları olmamıştır.

4- Aile kurallarının sizin için ne derece açık ve net olduğuna ilişkin hissettikleriniz?

1	2	3	4	5	6	7
Aile kuralları benim için hiç açık ve net değil						Aile kuralları benim için çok açık ve net

5- Aileniz zor bir sorunla yüz yüze geldiğinde bir çözüm yolu bulma konusunda genellikle hissettikleriniz;

1	2	3	4	5	6	7
Aile içerisinde çözüm bulmak her zaman utanç verici, zor ve karmaşıktır						Aile içerisinde çözüm bulmak hemen her zaman tamamen açıktır.

6- Aile yaşamınız size;

1	2	3	4	5	6	7
Tamamen monoton						Tamamen ilginçliklerle dolu görünüyor.

7- Gelecek beş yıl içerisinde ( normal koşullarda ) ailenizde neler olabileceğine ilişkin beklentileriniz?

1	2	3	4	5	6	7
Ailemin geleceğimin ne olacağı konusunda fikrim yok						Ailemin geleceği tamamen açık ve belirlidir.

8- Aileniz tarafından size adil olmayan bir şekilde davranıldığı ile ilgili duygulara sahip misiniz?

1	2	3	4	5	6	7
Çok nadiren veya hiç						Çok sık

9- Aileniz hakkında düşündüğünüzde kendinize sık sık;

1	2	3	4	5	6	7
Kendi kendinize neden varlar diye sorarsınız						Onlarla yaşamının ne kadar harika olduğunu hissedersiniz

10- Aile içerisindeki rolünüz çerçevesinde yaptığımız işleri yerine getirmek

1	2	3	4	5	6	7
Çok derin bir haz ve doyum kaynağı						Sıkıntı ve acı kaynağı

11- Ailenizde kesin olarak neler olacağını bilememe hissine ne derece sahipsiniz?

1	2	3	4	5	6	7
Sık sık						Çok nadiren

12- Ailenizde çok güvendiğimiz birinin sizi hiç hayal kırıklığına uğrattığı oldu mu?

1	2	3	4	5	6	7
Hiç olmadı						Her zaman oldu



## 7.7. EK 7: PROCESS Model 4'e Ait Analiz Çıktısı

Run MATRIX procedure:

\*\*\*\*\* PROCESS Procedure for SPSS Version 3.4.1 \*\*\*\*\*

Written by Andrew F. Hayes, Ph.D. [www.afhayes.com](http://www.afhayes.com)  
Documentation available in Hayes (2018). [www.guilford.com/p/hayes3](http://www.guilford.com/p/hayes3)

\*\*\*\*\*

Model : 4  
Y : YAileDoy  
X : XManeviy  
M1 : M1Butunl  
M2 : M2Destek

Sample

Size: 409

\*\*\*\*\*

OUTCOME VARIABLE:

M1Butunl

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,3394	,1152	119,0719	52,9866	1,0000	407,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	34,0762	3,8632	8,8207	,0000	26,4818	41,6706
XManeviy	,2369	,0325	7,2792	,0000	,1729	,3009

Standardized coefficients

	coeff
XManeviy	,3394

Covariance matrix of regression parameter estimates:

	constant	XManeviy
constant	14,9245	-,1245
XManeviy	-,1245	,0011

\*\*\*\*\*

OUTCOME VARIABLE:

M2Destek

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,1450	,0210	7,3358	8,7439	1,0000	407,0000	,0033

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	9,2657	,9589	9,6630	,0000	7,3807	11,1507
XManeviy	,0239	,0081	2,9570	,0033	,0080	,0398

Standardized coefficients

	coeff
XManeviy	,1450

Covariance matrix of regression parameter estimates:

	constant	XManeviy
constant	,9195	-,0077
XManeviy	-,0077	,0001

\*\*\*\*\*

OUTCOME VARIABLE:

YAileDoy

Model Summary

R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
,5768	,3327	334,2414	67,3109	3,0000	405,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	38,4467	7,3442	5,2349	,0000	24,0091	52,8843
XManeviy	,3549	,0580	6,1197	,0000	,2409	,4689
M1Butunl	,7223	,0940	7,6846	,0000	,5375	,9071
M2Destek	,8246	,3787	2,1775	,0300	,0801	1,5690

Standardized coefficients

	coeff
XManeviy	,2642
M1Butunl	,3753
M2Destek	,1011

Covariance matrix of regression parameter estimates:

	constant	XManeviy	M1Butunl	M2Destek
constant	53,9379	-,2966	-,1466	-,7607
XManeviy	-,2966	,0034	-,0017	,0005
M1Butunl	-,1466	-,0017	,0088	-,0167
M2Destek	-,7607	,0005	-,0167	,1434

\*\*\*\*\* TOTAL EFFECT MODEL \*\*\*\*\*

OUTCOME VARIABLE:

YAileDoy

Model Summary

	R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
	,4062	,1650	416,1934	80,4225	1,0000	407,0000	,0000

Model

	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	70,6998	7,2226	9,7887	,0000	56,5016	84,8981
XManeviy	,5457	,0609	8,9679	,0000	,4261	,6653

Standardized coefficients

	coeff
XManeviy	,4062

Covariance matrix of regression parameter estimates:

	constant	XManeviy
constant	52,1659	-,4352
XManeviy	-,4352	,0037

\*\*\*\*\* TOTAL, DIRECT, AND INDIRECT EFFECTS OF X ON Y \*\*\*\*\*

Total effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c_ps	c_cs
,5457	,0609	8,9679	,0000	,4261	,6653	,0245	,4062

Direct effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	c'_ps	c'_cs
,3549	,0580	6,1197	,0000	,2409	,4689	,0159	,2642

Indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
TOTAL	,1908	,0349	,1282	,2620
M1Butunl	,1711	,0335	,1105	,2421
M2Destek	,0197	,0120	,0004	,0468

Partially standardized indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
TOTAL	,0086	,0015	,0059	,0115
M1Butunl	,0077	,0014	,0051	,0107
M2Destek	,0009	,0005	,0000	,0021

Completely standardized indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
TOTAL	,1420	,0248	,0969	,1933
M1Butunl	,1274	,0239	,0839	,1778
M2Destek	,0147	,0089	,0003	,0347

\*\*\*\*\* ANALYSIS NOTES AND ERRORS \*\*\*\*\*

Level of confidence for all confidence intervals in output:

95,0000

Number of bootstrap samples for percentile bootstrap confidence intervals:

5000

NOTE: Variables names longer than eight characters can produce incorrect output.  
Shorter variable names are recommended.

----- END MATRIX -----

## ÖZ GEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Büşra TUNÇ

Doğum Yeri ve Tarihi: İzmir / 05.08.1995

### Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi / Eğitim Fakültesi /  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

Lisansüstü Öğrenimi: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü  
/ Aile Danışmanlığı (Disiplinlerarası) Anabilim Dalı / Yüksek  
Lisans

Bildiği Yabancı Diller: İngilizce (Yökdil: 93,75)

### İletişim

e-posta Adresi: tuncbusr@gmail.com

Tarih: 15.06.2020