



T.C.

PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ  
İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK PROGRAMI  
TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ

GENÇLERLE İLETİŞİM VE MANEVİYATLARI

Sümeyya COŞAR

DENİZLİ, 2024

**T.C.**  
**PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ**  
**İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK PROGRAMI**  
**TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ**

**GENÇLERLE İLETİŞİM VE MANEVİYATLARI**

**Sümeyya COŞAR**

**Danışmanı:**  
**Doç. Dr. Ali ÖNCÜ**

**T.C.**  
**PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ**  
**İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK PROGRAMI**  
**TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ**

**GENÇLERLE İLETİŞİM VE MANEVİYATLARI**

**Sümeyya COŞAR**

**Proje Danışmanı: Doç. Dr. Ali ÖNCÜ**

**Enstitü Anabilim Dalı: Felsefe ve Din Bilimleri**  
**Tezsiz Yüksek Lisans Programı: Manevi Destek ve Rehberlik**

**Sümeyya COŞAR** tarafından hazırlanan “**GENÇLERLE İLETİŞİM VE MANEVİYATLARI**” adlı tezsiz yüksek lisans dönem projesi danışmanlığında hazırlanmış olup **Tarih girmek için burayı tıkladın** tarihinde son kontrolü yapılarak Pamukkale Üniversitesi İslam İlimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Manevi Destek ve Rehberlik tezsiz yüksek lisans dönem projesi olarak kabul edilmiştir.

İmza

Danışman  
Doç. Dr. Ali ÖNCÜ

Pamukkale Üniversitesi İslami İlimler Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun .....tarih ve ..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

**Enstitü Müdürü**

## **BEYAN**

Bu projenin tasarımı, hazırlanması, yürütülmesi, araştırmalarının yapılması ve bulgularının analizlerinde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini; bu çalışmanın doğrudan birincil ürünü olmayan bulguların, verilerin ve materyallerin bilimsel etiğe uygun olarak kaynak gösterildiğini ve alıntı yapılan çalışmalara atıfta bulunulduğunu beyan ederim.

**Sümeyya COŞAR**

## ÖNSÖZ

Bu çalışmanın meydana gelmesinde konu seçimini bizim tercihimize bırakan ve zorlandığımızda bizi motive eden değerli hocam Doç. Dr. Ali Öncü'ye, uzaktan eğitim ile yüksek lisans yapabilme imkanı sağlayan Pamukkale Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi İslami İlimler Enstitüsüne, kelebek etkisini bana hissettiren ve ergenliği peş peşe yaşayan ve fakat bu zorlu süreci kazanıma dönüştürmemi sağlayan biricik oğlum Ahmet Yasin'e ve biricik kızım Şeyma'ya, katkılarından dolayı her zaman yanımda olan aileme teşekkürü bir borç bilirim.

**Sümeyya COŞAR**

Denizli – 2023

## ÖZET

Pamukkale Üniversitesi İslami İlimler Enstitüsü

Tezsiz Yüksek Lisans Proje Özeti

<b>Projenin Başlığı:</b> Gençlerle İletişim ve Maneviyatları	
<b>Projeyi Hazırlayan:</b> Sümeyya Coşar	<b>Danışmanı:</b> Doç. Dr. Ali ÖNCÜ
<b>Kabul Tarihi:</b> 14.12.2023	<b>Sayfa Sayısı:</b> xiii (ön kısım) + 47
<b>Anabilim Dalı:</b> Felsefe ve Din Bilimleri Rehberlik	<b>Programı:</b> Manevi Destek ve Rehberlik
<p>Bu araştırmada, içerisinde yaşadığımız modern çağda meydana gelen yenilik ve değişikliklerin gençler ile iletişim ve onların maneviyatları üzerinde etkisini incelemek amaç olarak belirlenmiştir. Belirlenmiş olan bu amaç doğrultusunda, konu ile ilgili literatür içerisinde yer alan daha öncesinde gerçekleştirilmiş olan araştırma ve çalışmalara göz atılmıştır. Yapılan literatür taraması sonucunda elde edilen bilgi ve başlıklara araştırma içerisinde yer verilmiştir. Araştırma sonucunda eskiden gençlerin hayatlarında karşı karşıya kaldıkları problemler ve stresli durumları başarılı olarak atlatmak amacıyla maneviyatın gücünden yararlandıkları, fakat gelişen teknoloji ve internet kullanımının, gençlerin karşılaştıkları sorun ve problemleri maneviyattan yararlanarak çözüme kavuşturmak yerine araştırmalarda bulunarak çözmeye çalıştıkları tespit edilmiştir. Bu durum, gençlerle kurulan iletişimin farklı bir hale gelmesinden kaynaklı maneviyatlarının azalmasına yol açmıştır. Ayrıca bu araştırma, literatür içerisinde gençlerle iletişim ve maneviyat kavramlarını birlikte ele alan araştırma ve çalışmaların sayısının az olması, konu ile ilgili literatüre katkıda bulunulması ve gelecekte yapılacak olan araştırma ve çalışmalara örnek teşkil etmesi açısından önem arz etmektedir.</p>	
<b>Anahtar kelimeler:</b> Etkileşim, Gençlerle İletişim, İletişim, Maneviyat	

## ABSTRACT

Pamukkale University Institute of Islamic Sciences

Abstract of Master Thesis

<b>Title of the Project:</b> Communication with Young People and their Spirituality	
<b>Author:</b> Sümeyya Çoşar	<b>Supervisor:</b> Doç. Dr. Ali ÖNCÜ
<b>Date:</b> 14.12.2023	<b>Nu. of pages:</b> viii (pre text) + 47
<b>Department:</b> Felsefe ve Din Bilimleri Rehberlik	<b>Subfield:</b> Manevi Destek ve Rehberlik
<p>In this research, the aim has been determined to examine the impact of innovations and changes occurring in the modern era in which we live on communication with young people and their spirituality. In line with this determined goal, previous research and studies included in the literature on the subject have been reviewed. The information and titles obtained as a result of the literature search were included in the research. As a result of the research, it has been found that young people used to use the power of spirituality to successfully overcome problematic and stressful situations they faced in their lives, but the use of developing technologies and the Internet, instead of solving the problems and problems faced by young people by using spirituality, they tried to solve them by conducting research. This situation has led to a decrease in their spirituality due to the fact that the communication established with young people has become different. In addition, this research is important in terms of the small number of studies and studies that address the concepts of communication with young people and spirituality together in the literature, contributing to the literature on the subject and setting an example for future research and studies.</p>	
<b>Keywords:</b> Interaction, communication with young people, communication, spirituality	

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ .....	iii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ .....	ix
GİRİŞ .....	1
BÖLÜM I.....	2
İLETİŞİM.....	3
1.1. İletişim Kavramı .....	3
1.2. İletişim Süreci ve Öğeleri .....	7
1.2.1. Kaynak .....	8
1.2.2. İleti .....	10
1.2.3. Kodlama .....	11
1.2.4. Kanal .....	11
1.2.5. Alıcı.....	12
1.2.6. Geribildirim.....	13
1.2.7. Gürültü .....	13
1.3. İletişim Becerileri.....	14
1.3.1. Empati .....	16
1.3.2. Saygı .....	17
1.3.3. Kendini Açma .....	17
1.3.4. Etkin Dinleme .....	18
1.3.5. Ben Dili .....	20
1.3.6. Somut Konuşmak .....	21
1.4. İletişim Kuramları .....	21
1.4.1. Lasswell Formülü.....	22
1.4.2. Uyarıcı-Tepki Kuramı .....	22
1.4.3. Suskunluk Sarmalı .....	22
1.4.4. Matematiksel İletişim Kuramı .....	24
1.4.5. Jakobson Modeli .....	24
1.5. Gençler ile İletişim.....	24
1.6. Genç ve Ebeveyn İletişimi .....	25
BÖLÜM II .....	27
MANEVİYAT .....	28
2.1. Maneviyat Kavramı .....	28



2.2. Maneviyat ve Din Arasındaki İlişki .....	30
2.3. Maneviyat ve Psikoloji Bilimi .....	33
2.4. Maneviyatın Boyutları .....	34
2.5. Maneviyat/Din ve Bağımlılık.....	36
2.6. İlgili Araştırmalar.....	38
<b>SONUÇ .....</b>	<b>40</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>42</b>

## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1 <i>Geçmişten Bugüne Kadar Yapılmış Olan Maneviyat Tanımları</i> .....	30
Tablo 2.2. <i>Din ve Maneviyat Kavramlarının Karşılaştırılması</i> .....	32

## **SİMGE VE KISALTMALAR DİZİNİ**

MS : Milattan Sonra

TDK : Türk Dil Kurumu

Vd : Ve diğerleri

## GİRİŞ

İletişim, bireyler arasında bilgi, düşünce, duygu ve isteklerin paylaşıldığı bir süreçtir. Sözlü ve sözsüz iletişim araçlarıyla gerçekleşen bu etkileşim, insanların birbirlerini anlamasını, bilgi alışverişinde bulunmasını ve duygusal bağ kurmasını sağlamaktadır. Gençlerle ilişkide, iletişim önemli bir rol oynamaktadır. Gençler, kendi dünyalarını keşfetme, kimliklerini oluşturma ve duygusal bağlantılar kurma aşamalarında iletişime ihtiyaç duymaktadırlar. Aile, arkadaşlar, eğitimciler ve toplumla etkileşimleri, gençlerin sosyal ve duygusal gelişimini etkilemektedir. Ebeveynler ve diğer yetişkin figürler, gençlerle sağlıklı bir iletişim kurarak güven, anlayış ve destek sağlayabilir, böylece gençlerin kendilerini ifade etmelerine ve topluma entegre olmalarına yardımcı olabilirler.

İnsanlık tarihi boyunca, gençler her zaman toplumun en dinamik ve en etkileyici unsurlarından biri olmuştur. Gençler, toplumun geleceğini şekillendiren, yenilikçi fikirler getiren ve değişimi tetikleyen bireylerdir. Bu nedenle, gençlerle etkili bir şekilde iletişim kurmak ve onların manevi gelişimlerini desteklemek, toplumun sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için hayati öneme sahiptir.

Bu tez, gençlerle iletişim ve maneviyatları üzerine odaklanmaktadır. İletişim, bireyler arasında bilgi, duygular ve düşüncelerin aktarılması sürecidir. İletişim süreci ve öğeleri, iletişim becerileri ve iletişim kuramları gibi konular, gençlerle etkili bir iletişim kurabilmek için gereken temel bilgileri sağlar. Gençlerle iletişim, gençlerin kendilerini ifade etme biçimlerini, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını anlamayı gerektirir. Genç ve ebeveyn iletişimi, gençlerin gelişiminde önemli bir rol oynar ve bu tezde ayrıntılı olarak incelenecektir.

Maneviyat, bireyin iç dünyasını, değerlerini ve inançlarını ifade etmektedir. Maneviyat kavramı gençlerin manevi gelişimlerini anlamak ve desteklemek için önemlidir. Bu tez, gençlerle iletişim ve maneviyatları konusunda kapsamlı bir bakış açısı sunmayı amaçlamaktadır. Bu konuların derinlemesine anlaşılması, gençlerle daha etkili bir iletişim kurmamızı ve onların manevi gelişimlerini daha iyi desteklememizi sağlayacaktır.

# BÖLÜM I

# İLETİŞİM

## 1.1. İletişim Kavramı

İletişim, insanların varoluşuyla birlikte başlayan ve yaşamın her aşamasında önemli rol oynayan bir kavramdır. İletişim, bir bireyin dünyayı anlaması, diğer insanlarla etkileşimde bulunması ve toplumla bütünleşmesi için temel bir araçtır. Yani iletişim, kişiler arası kültür ve bilgi aktarımının sağlandığı evrensel bir süreçtir<sup>1</sup>.

İnsanlar, doğdukları anda çevreleriyle, özellikle anne ve babalarıyla iletişim kurarak duygusal bağlar kurmaya başlarlar. Anne karnındaki iletişim ise genellikle fiziksel ve kimyasal bir etkileşimle gerçekleşir. Örneğin, annenin sesini duyarak veya kalp atışını hissederek bebek, dış dünya ile bir tür bağlantı kurar. Bu erken iletişim, duygusal ve fiziksel gelişim için önemlidir. Doğumdan sonraki süreçte ise bebek, çevresiyle görsel, işitsel ve dokunsal yollarla etkileşime geçer. Bu etkileşimler, dil gelişimi, duygusal bağlar, sosyal beceriler ve bireyin çevresini anlaması gibi önemli becerilerin temelini oluşturmaktadır<sup>2</sup>. İletişim, insanların düşüncelerini, duygularını ve bilgilerini paylaşmalarını sağlar, bu da kültürlerin ve toplumların oluşmasında kritik bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda iletişim, insanların doğasında bulunan temel bir ihtiyaç olarak değerlendirilmektedir. İnsanlar, düşüncelerini, duygularını ve bilgilerini diğerleriyle paylaşma, anlama ve etkileşimde bulunma eğilimi göstermektedirler<sup>3</sup>. İletişim, insanların topluluklar halinde yaşamasını sağlayarak kültürlerin, geleneklerin ve toplumsal normların oluşmasına katkıda bulunmaktadır.

Tarihin ilk insanları, dilin evrimleşmesinden önce, çeşitli yollarla iletişim kurmaya çalışmışlardır. Bunlar arasında mağara duvarlarına oyulan semboller, taşlara kazılan işaretler veya beden dili gibi basit iletişim araçları bulunmaktadır. Bu şekiller, temel ihtiyaçları, avlanma teknikleri, tehlikeler, toplumsal ilişkiler ve diğer önemli bilgilerin paylaşımını sağlamak amacıyla kullanılmış bir iletişim aracı niteliğindedir<sup>4</sup>.

Söz konusu erken iletişim araçları, insanların topluluklarını bir arada tutmalarına ve ortak amaçlarını gerçekleştirmelerine yardımcı olmuştur. Dilin evrimi ile birlikte,

---

<sup>1</sup> Joann Keyton, *Communication and Organizational Culture: A Key to Understanding Work Experience* (Thousand Oaks, CA: Sage, 2011), 38.

<sup>2</sup> Fazilet Başdaş - Ruken Akar Vural, "Drama Temelli Dijital Hikâye Anlatıcılığı Programının 6 Yaş Çocuklarının Bazı Sosyal Becerilerinin Gelişimine Etkisi." *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 5/1 (2017), 15.

<sup>3</sup> Halil Aytekin, *İnsan İlişkileri ve İletişim* (7. Baskı) (Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2021), 48.

<sup>4</sup> Aytekin, *İnsan İlişkileri ve İletişim*, 49.

iletişim daha karmaşık hale gelmiş ve insanlar arasındaki anlam paylaşımı daha zengin bir düzeye çıkmıştır. İletişim, insanların kültürlerini aktarmalarını, bilgi birikimlerini nesilden nesle aktarmalarını ve toplumsal yapılarını oluşturmalarını sağlayan temel bir unsur olarak zaman içinde gelişim göstermekte ve iletişim araçlarını her geçen gün daha da artırmaktadır.

Fikir alış-verişi yapmak veya bilgiyi paylaşmak, istediğimiz bir kişiye bilgiyi anlaşılabilir bir biçimde aktardığımızda, karşı tarafın anlamasını daha olası hale getirmektedir. Bir bilgi veya düşünce, tek başına anlaşılabilir değildir. Bu nedenle, düşüncelerimizi diğerleriyle paylaşmak için işaret, sözcük veya semboller gibi unsurlarla birlikte ele alarak kodlamamız gerekmektedir. Düşünceler daima somut bir perspektifte yer almaz. Ancak soyut düşünceleri somut bir ifadeye dönüştürmek bireyin beceri ve yeteneklerine bağlıdır.

Bilgi iletişimi sadece içsel bir süreç değil, aynı zamanda dışsal bir süreçtir. Ancak, doğru ve etkili iletişim için düşüncelerimizi ifade etmek ve karşı tarafın anlamasını sağlamak önemlidir. Bu, kelimelerin doğru seçilmesini, cümle yapılarının düzenlenmesini ve iletişim araçlarının etkili bir şekilde kullanılmasını gerektirmektedir. Yani, düşüncelerimizi başkalarına aktarmak için anlaşılır bir dil kullanmak gerekmektedir. Dil, düşüncelerimizi netleştirmemize, anlamamıza ve başkalarına iletmemize yardımcı olan güçlü bir araçtır. İletişim becerilerini geliştirmek, bilgi paylaşımını kolaylaştırmakta ve insanlar arasındaki etkileşimi zenginleştirmektedir.

İnsanlar, iletişim gereksinimi duyduklarında, bu ihtiyacı karşılamak için çeşitli iletişim stratejilerini ve değerlerini kullanmaktadırlar. İletişim, bireylerin kendilerini tanıtmalarını, karşısındaki insanları tanımalarını ve ilişkileri değerlendirmelerini sağlayan temel bir araçtır. Bu süreç, yaşamın devamını sağlayan önemli bir unsurdur. Bu bağlamda insanlar, yaşamlarını kurmak, ilişkiler geliştirmek ve topluluklar içinde yer almak için iletişimi etkili bir şekilde kullanma gereksinimi duymaktadırlar. Bu yüzden iletişimsiz bir insani hayat imkânsızdır<sup>5</sup>.

Türk Dil Kurumu tanımı kapsamında iletişim, “*akla gelebilecek her türlü yol ile düşüncenin, duyguların başka insanlarla paylaşılması, aktarılması ve*

---

<sup>5</sup> Süleyman Güven, “Kurumsal İletişim Bağlamında Kurumsal Sosyal Sorumluluk ve Etik İlişkisi”, *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 26 (2016), 133.

*komünikasyonudur*"<sup>6</sup>. Bu tanım, iletişimi geniş bir perspektiften ele alarak, çeşitli iletişim yollarını içermektedir.

Zıllıoğlu'na göre ise iletişim, "*insan düşüncesinin konuşma yoluyla değişimi*" olarak değerlendirilmektedir. Bu tanım daha spesifik bir odak sunarak iletişimi, özellikle konuşma üzerinden gerçekleşen bir düşünce alışverişi olarak vurgulamaktadır. İletişimin temelini insan düşüncesinin ifade edilmesi ve karşılıklı anlaşılmasına odaklanarak açıklamaktadır<sup>7</sup>.

Her iki tanım da iletişimi, düşüncelerin, duyguların başka insanlarla paylaşılması ve aktarılması süreci olarak ele almaktadır. İletişim, birçok farklı şekilde gerçekleşebilir, bu da dil, görsel ifadeler, yazılı iletişim ve diğer iletişim araçlarını içerir. İnsanlar arasındaki etkileşimde, iletişim önemli bir role sahiptir ve bu tanımlar, bu kompleks süreci anlamak için farklı perspektifler sunmaktadır.

İletişim insan yaşamında temel bir ihtiyaçtır ve sosyal varlıklar olarak insanlar, etkileşim ve bağlantı kurma gerekliliği duymaktadırlar. İletişim, insanların duygusal, zihinsel ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olarak toplumsal bağların güçlenmesini sağlamaktadır. Ayrıca, insanların anlam inşa etmelerine, bilgi alışverişi yapmalarına ve birbirlerini daha iyi anlamalarına olanak tanımaktadır. İzolasyon ve yalnızlık, bir bireyin duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılayamadığı durumlara sebep olmaktadır<sup>8</sup>. Toplumdan izole edilen bir kişi, sosyal etkileşim eksikliği nedeniyle duygusal boşluk yaşayabilmektedir. Bu bağlamda gerçekleştirilen bir araştırma, tamamen izole edilen bireylerin sanrılar görmeye başlayarak çeşitli objelerle iletişim kurmaya çalıştıklarını göstermektedir<sup>9</sup>. Bu durum, insanların sosyal etkileşime olan doğal ihtiyaçlarının bir yansıması olarak değerlendirilmektedir. Bu yüzden bireylere verilebilecek en büyük cezalandırma o kişilerin izole edilmesine neden olarak sosyal iletişimden dışlanmalarına sebebiyet vermektir<sup>10</sup>.

İletişim, toplumun oluşumu ve devamı için kritik bir rol oynamaktadır. Bireyler arasındaki sosyal etkileşimlerde önemli bir faktör olan iletişim, kişiler arası mesajların

---

<sup>6</sup> Türk Dil Kurumu, (TDK). Türk Dil Kurumu Sözlükleri, <https://sozluk.gov.tr>, (Erişim Tarihi: 09.12.2023).

<sup>7</sup> Merih Zıllıoğlu, *İletişim Nedir?* (3. Baskı) (İstanbul: Cem Yayınevi, 2007), 81.

<sup>8</sup> Besti Üstün, "Çünkü İletişim Çokşeyi Değiştirir!." *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 8/2 (2005), 89.

<sup>9</sup> Güven, "Kurumsal İletişim Bağlamında Kurumsal Sosyal Sorumluluk ve Etik İlişkisi", 133.

<sup>10</sup> Panfilova, A. П. "İletişim Teorisi ve Uygulaması", *Akademi* (2007), 73. [Панфилова, А. П. *Теория И Практика Общения*. Академия. (2007).].



sembolleştirilerek karşılıklı gönderilmesiyle kendini gösterir ve bireyler arasında anlamlandırma ve paylaşma sürecini başlatarak iletişimi oluşturmaktadır<sup>11</sup>. İletişim, bireylerin etkileşime geçmesini sağlayarak toplumun temelini oluşturan temel yapılardan biridir. Bu süreçte, iletişimde yer alan bireyler arasında karşılıklı anlamlandırma ve toplumsal normlara uygun davranma önemlidir. Bu bağlamda, iletişim toplumsal ilişkileri güçlendirir ve bireyler arasında anlamın paylaşılmasını kolaylaştırarak toplumun sağlıklı bir şekilde var olmasına katkıda bulunur.

İletişim, insanlar arasında etkileşimde bulunmak ve bilgi alışverişinde bulunmak için kullanılan öğrenilebilir bir beceridir. Yazma, bisiklet sürme veya araba kullanma gibi, iletişim de geliştirilebilir ve üzerinde çalışılabilir bir yetenektir<sup>12</sup>. Eğer bir birey, yaşam kalitesini artırmayı hedefliyorsa, bu noktada iletişim becerilerini iyileştirmek için çaba harcaması gerekmektedir. İyi iletişim becerileri, kişinin etkili bir şekilde düşünmesine, duygusal anlamda bağlantı kurmasına ve başkalarıyla daha etkili bir şekilde etkileşimde bulunmasına yardımcı olabilmektedir. Bu nedenle, iletişim becerilerini geliştirmek, genel yaşam deneyimini zenginleştirmenin ve olumlu ilişkiler kurmanın bir yolu olabilir.

İnsanlar düşünme ve konuşma süreçlerinde farklı kelime kullanım oranlarına sahiptirler. Kooper'e göre, düşünmede genellikle 750 kelime kullanılırken, konuşmada bu sayı 150 kelimeye düşmektedir. Bu durum, insanların düşünce süreçlerinin daha geniş ve detaylı olduğunu, ancak iletişim sırasında bu düşünceleri daha özlü ve kısa bir formda ifade etme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ayrıca, Kooper'in vurguladığı önemli bir nokta da kişilerin düşünme becerilerinin %80'inin kullanılmasıyla, iletişim kurdukları bireyi dinleyip inceleyebileceği yönündedir<sup>13</sup>. Bu, etkili iletişimin temelinde empatik bir dinleme yeteneğinin olduğunu ve başkalarını anlamak için düşünme becerilerinin aktif bir şekilde kullanılması gerektiğini göstermektedir.

Bununla birlikte, bireyin başarısını değerlendirirken Kooper, beden dilinin %60, sesin %30 ve kullanılan kelimelerin %10 etkili olduğunu belirtmiştir<sup>14</sup>. Yani, iletişimde sadece sözlü ifadeler değil, aynı zamanda beden dilinin ve ses tonunun da önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır. Bu, etkili iletişimde sadece sözcük seçimine değil, aynı

---

<sup>11</sup> Nursel Telman - Pınar Ünsal, *İnsan İlişkilerinde İletişim* (İstanbul: Epsilon Yayıncılık, 2009), 5.

<sup>12</sup> Brian Tracy, *Satışın Psikolojisi* (Çev. O. Çelik) (İstanbul: Beyaz Yayınları, 2018), 25.

<sup>13</sup> Mehmet Fidan - Bahar Urhan Torun, *Sözsüz İletişim* (Ankara: Gazi Kitabevi, 2019), 23.

<sup>14</sup> Fidan – Torun, *Sözsüz İletişim*, 24.

zamanda beden diline ve ses tonuna da dikkat edilmesi gerektiğini göstermektedir. Sonuç olarak, Kooper'in bu perspektifi, düşünme, konuşma, dinleme ve iletişim becerileri arasındaki ilişkileri vurgulayarak, etkili iletişimin çok yönlü bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

İletişim anlamında yapılan bir diğer çalışma, iletişimi insan ilişkilerinde kritik bir beceri olarak tanımlamıştır<sup>15</sup>. Bu tanıma göre, iletişim genel olarak, bireyin kendini konuşarak ifade etme ve karşıdaki kişiyi dinleyerek duygularını ve düşüncelerini anlama becerisi olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, iletişim, insanların birbirleriyle etkileşimde bulunmasını, anlamalarını ve duygusal bağ kurmalarını sağlayan temel bir unsur olarak öne çıkmaktadır.

## 1.2. İletişim Süreci ve Öğeleri

İletişim, bireylerin birbirleriyle anlamlı bir bağlantı kurduğu, belirli bir bilgiyi bir kanal aracılığıyla alıcıya aktardığı ve seçilen bir bilgiyi kaynaktan belirli bir mesafeye taşıdığı bir süreçtir<sup>16</sup>. Bu süreç, ortak bir çerçeve içinde anlamların oluşturulmasını ve önemli unsurların iletilmesini içermektedir ve iletişimin temelini oluşturmaktadır. Kaynak, alıcıların davranışlarını etkilemek ve değiştirmek amacıyla mesajlar göndermektedir. İletişim sürecinin ana hedefi, alıcıların durumunda belirli değişiklikler yapmaktır ve bu, iletişimin temel hedefini oluşturmaktadır. Bu süreç, alıcıların hal ve hareketlerinde değişim yapmayı amaçlar. İletişim, bir algılama süreci olarak, insanın iç ve dış uyarıcıları birleştirmesini içermektedir. İnsan iletişiminin devamlı olarak evrim geçiren bir gelişim göstermesi, süreç kavramıyla ifade edilmektedir. İletişim süreci, iletişimin dinamik ve sürekli değişen doğasını vurgulamaktadır<sup>17</sup>.

İletişim süreci, bireyin yaşamında önemli bir rol oynamaktadır ve bu süreç, bilginin alıcıya mümkün olduğunca doğru bir şekilde ulaştırılmasını gerektirmektedir. Bu, bilginin alıcıya, kaynağında olduğu gibi, değişmeden ve bozulmadan ulaşması anlamına gelmektedir. İletişim öğeleri, bu sürecin en kritik bileşenlerinden biridir<sup>18</sup>. Bunlar, mesajın gönderilmesi ve alınması, kanalın seçilmesi, geri bildirim sağlanması

---

<sup>15</sup> David Coursen - John Thomas, *Communicating*. ERIC Publications, Guides, 1989, 32. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ed309515.pdf>

<sup>16</sup> Aytakin, *İnsan İlişkileri ve İletişim*, 49.

<sup>17</sup> Telman - Ünsal, *İnsan İlişkilerinde İletişim*, 5.

<sup>18</sup> Fulya Yüksel Şahin, *İletişim Becerilerine Genel Bir Bakış* (Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2021), 23.

ve daha fazlasını içerir. Bu öğeler, iletişim sürecinin etkin ve verimli olmasını sağlamaktadır. Dolayısıyla, her bir ögenin doğru bir şekilde işlev görmesi, iletişimin başarılı olması için hayati öneme sahiptir. Bu nedenle, iletişim sürecini anlamak ve etkin bir şekilde uygulamak, bireyler ve topluluklar için son derece önemlidir.

İletişim sürecinde, mesajların doğru bir şekilde aktarılması da kritik öneme sahiptir. Aktarım sırasında yaşanan herhangi bir aksaklık, iletişim bozukluğuna sebep olabilmektedir. Bu bozukluk, mesajın alıcı tarafından yanlış anlaşılmasına veya tamamen gözden kaçırılmasına neden olabilmektedir. Hem mesajın göndereni hem de alıcısı, iletişim sürecinde aktif roller oynamaktadır. Gönderenin, mesajını açık ve anlaşılır bir şekilde ifade etmesi gerekirken, alıcının da mesajı dikkatlice dinlemesi ve anlaması gerekmektedir. Bu, iletişimin çift yönlü bir süreç olduğunu ve her iki tarafın da aktif katılımını gerektirdiğini vurgulamaktadır. Bu nedenle, iletişim sürecinde dikkat ve anlayış, başarılı bir iletişim için anahtar unsurlardır<sup>19</sup>.

### **1.2.1. Kaynak**

Gönderici, ya da diğer adıyla kaynak, iletişim sürecinde isteklerin, duyguların ve düşüncelerin aktarıldığı kişi veya topluluktur<sup>20</sup>. Bu, bir bilginin, bir duygunun veya bir düşüncenin başkalarına iletilmesi gerektiğinde, bu bilgiyi ifade eden ve paylaşan kişi veya grup anlamına gelmektedir.

Örneğin, bir öğretmen bir dersi anlatırken, bir yazar bir kitap yazarken veya bir lider bir topluluğa hitap ederken, hepsi birer gönderici veya kaynak niteliği kazanmaktadır. Onlar, kendi bilgilerini, duygularını ve düşüncelerini başkalarına aktararak kaynaklık etmektedirler. Bu süreç, bilginin, duygunun veya düşüncenin kaynaktan alıcıya doğru bir şekilde ulaştırılmasını içermektedir. Bu nedenle, gönderici veya kaynak, iletişim sürecinin en önemli unsurlarından biridir. Bu, iletişimin başarılı olması için, göndericinin mesajını açık ve anlaşılır bir şekilde ifade etmesi gerektiğini vurgulamaktadır<sup>21</sup>.

İletişim sürecinin başlaması için bir kaynağa ihtiyaç duyulmaktadır. İletişim, kaynağın bir mesajı başlatması ve kodlamasıyla başlamaktadır. Bu nedenle, iletişim

---

<sup>19</sup> Anil Pathak, *The Communication Process*. Communication Analytics, 2014, 28-29. <https://www.smashwords.com/books/byseries/13861>

<sup>20</sup> Kemal Çağlar, *Herkes İçin Etkili İletişim Stratejileri* (2. Baskı) (Ankara: Adalet Yayınevi, 2018), 12.

<sup>21</sup> Seyid Bakır, "Okul Müürlerinin Sahip Olması Beklenen İletişim Becerileri", *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)* 9/83 (2022), 15.

sürecindeki en büyük sorumluluk genellikle göndericiye düşmektedir. Göndericinin zihninde oluşum gösteren duygular ve düşünceler, iletişimin temelini oluşturmaktadır.

Gönderici, kendi bilgi ve deneyimlerine dayanarak bir iletiyi şekillendirmektedir. İletişim, yalnızca yüz yüze gerçekleşmekle kalmamaktadır. Ortak bir araç kullanılarak, yani bir kitap veya rapor aracılığıyla da iletişim kurulabilmektedir. Bu, iletişimin çeşitli biçimlerde ve ortamlarda gerçekleşebileceğinin bir göstergesidir. Bu nedenle, iletişim süreci, göndericinin deneyim ve bilgileri ile kullanılan araca bağlı olarak değişkenlik göstermektedir.

Göndericinin, alıcıya iletmek istediği iletiyi nasıl kodlayacağıyla işaretlerin ve kelimelerin ne anlama geldiğinin bilincinde olması gerekmektedir. Bu, iletişimin etkinliği için kritik bir öneme sahiptir ve ayrıca, alıcılar da gönderici kaynak hakkında daha detaylı bilgilere sahip olmak isteyebilmektedir. Göndericinin alıcı tarafından ne kadar iyi tanındığı, iletişimin başarısını büyük ölçüde etkilemektedir. Eğer alıcı, göndericiyi iyi tanıyorsa, iletişim genellikle daha olumlu gerçekleşmektedir. Ancak, eğer alıcı göndericiyi yeterince tanımıyorsa, bu durum iletişimin olumsuz etkilenmesine neden olabilmektedir<sup>22</sup>. Bu olgular, iletişimin karmaşıklığını ve dinamik doğasını vurgulamaktadır. Bu nedenle hem göndericinin hem de alıcının, iletişim sürecinde aktif ve bilinçli bir şekilde katılımı gerekmektedir.

İletişimi başlatan kişi, genellikle “kaynak” veya “gönderici” olarak adlandırıldığı gibi gerçek hayattaki iletişim durumlarında, iletişime katılan her iki taraf da bilgi kaynağı olabilmektedir. Her biri eş zamanlı olarak hem mesaj oluşturur hem de mesaj alır ve her biri diğerinin mesajından etkilenir.

Gönderici konuşurken, alıcıdan sözsüz yanıtlar alabilmektedir. Mesajı gönderen kişi, alıcının bu yanıtlarını göz önünde bulundurarak sonuçlar çıkarır ve iletişimin devamını bu yanıtlara göre düzenler. Bu, konuşma tonunun değiştirilmesi, daha yüksek sesle konuşulması veya daha anlaşılır bir dilin kullanılması gibi eylemleri içerebilmektedir. Bu tür eylemler, mesajın daha iyi anlaşılmasına yardımcı olarak iletişim sürecinde karşılaşılabilecek potansiyel sorunları önlemektedir. Bu, iletişimin

---

<sup>22</sup> Hasan Tutar - Mustafa Kemal Yılmaz - Ömer Eroğlu, *Genel ve Teknik İletişim* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2017), 13.

dinamik ve etkileşimli bir süreç olduğunu ve her iki tarafın da aktif katılımını gerektirdiğini vurgulamaktadır<sup>23</sup>.

### 1.2.2. İleti

İletişim sürecinde, gönderici düşüncelerini belirli kelimeler, hareketler ya da imgeler kullanarak ifade etmektedir. Bu ifade süreci, sözlü, yazılı ya da sözsüz olabilir ve sonuçta bir mesaj oluşur. Bu mesaj, iletişimin aracı olan bir medya veya kanal aracılığıyla iletilir. Göndericinin, alıcının anlamasını istediği bilgi, işte bu iletidir. Bu, iletişimin temel özünü oluşturmaktadır<sup>24</sup>.

Mesaj, alıcıyı harekete geçiren bir dizi sinyal veya sinyal kombinasyonundan oluşmaktadır. Göndericinin düşünceleri ve talepleri sembollerle ifade edilir ve bu sembolize edilmiş ifadelere ileti veya mesaj denmektedir<sup>25</sup>. Mesaj kelimesinin çeşitli anlamları olabilmekte, ancak semboller tek başına kullanıldığında genellikle anlam taşımamaktadır. Sembollere anlam yükleyenler, gönderici ve alıcılardır. Mesaj, bilgi taşıyan bir ögedir. Genellikle, insanlar arasındaki konuşma ve yazıya bağlı çeşitli işaretler mesaj olarak kabul edilmektedir. İletişimde kullanılan dil, mesajın taşınması gereken en kritik özelliklerden biridir. Kullanılan dilin, alıcı ve hedef tarafından kolayca anlaşılabilir, açık ve belirgin olması gerekmektedir. Mesajın içeriği de yanlış yorumlanmayacak şekilde net anlamlar, düşünceler ve fikirlerden oluşmalıdır. Göndericinin, alıcının mesajı algılama kapasitesini dikkate alarak mesajları kodlaması gerekmektedir<sup>26</sup>.

İnsan yaşamının her noktasında ve her zamanında bir mesaj oluşturma süreci yer almaktadır. Bu süreçte, iletiyi oluşturan kişi yani kaynak çeşitli yöntemlere yönelmektedir. Bazen, karşı tarafın gönderdiği mesajları çözümlmek için, birey kendi geçmiş deneyimlerini, bilgilerini ve tecrübelerini kullanır. Kısacası, her zaman bir mesaj vardır ve iletişim sürecinde, gönderici ve alıcı, mesajın var olduğuna inanarak karşılıklı stratejiler geliştirmektedirler. İletişimde en önemli nokta, mesajın karşı tarafa herhangi

---

<sup>23</sup> Kathryn Beckham - Jeffrey King, *Building Coalitions: Communication In Coalitions* (University of Florida, 2008), 31.

<sup>24</sup> Tutar vd. *Genel ve Teknik İletişim*, 15.

<sup>25</sup> Mehmet Karaca, "Sosyolojik Perspektiften İletişim." *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 15/57 (2016), 16.

<sup>26</sup> Tutar vd. *Genel ve Teknik İletişim*, 15.

bir müdahale olmaksızın, en kısa ve en açık yoldan, anlaşılır bir şekilde ulaştırılmasıdır<sup>27</sup>.

### 1.2.3. Kodlama

İletişimde, kelime, sembol ve harflerin düzenli ve doğru bir biçimde sıralanması kodlama olarak tanımlanmaktadır. Kodlama, göndericinin hedef kitlesine aktarmak istediği bilgilerin görülebilir, duyulabilir ve hissedilebilir işaretlere çevrilmesi sürecini içermektedir<sup>28</sup>. İletişimde kodlama, sözel ve sözel olmayan olmak üzere iki biçimde oluşum göstermektedir. Sözel kodlama, kullanılması planlanan sözcüklerin dil bilgisi kurallarına uygun bir şekilde düzenlenmesini içermektedir. Sözel olmayan kodlama ise, kelimeler dışında kullanılan tüm sembollerin düzenlenmesini kapsamaktadır<sup>29</sup>. Bu bağlamda semboller arasında giysiler, takılar, mimikler, mekan ve zaman kullanımı, sözel olmayan sesler gibi öğeler yer alabilir<sup>30</sup>.

İplikçi, kodlamanın, iletmek istenen bilginin durum ve olaya uygun bir biçimde ifade edilerek, alıcının anlayabileceği bir iletişim sürecini sürdürme pratiği olduğunu açıklamıştır. İletişim, gerçekleştiği ortama bağlı olarak değişebilir ve çeşitli kodlama yöntemlerini içerebilir<sup>31</sup>. Mesajın alıcıya ulaşabilmesi için kodlama sürecinin başarılı bir şekilde gerçekleştirilmesi önemlidir. Kodlama, bireyin anlaşılır semboller aracılığıyla iletişim kurmak amacıyla kullandığı bir süreci ifade etmektedir.

### 1.2.4. Kanal

Kanal terimi, gönderici tarafından oluşturulan iletinin hedef alıcıya ulaşmasına yardımcı olan iletişim ortamını ifade etmektedir. Gönderici, iletişim kurmak için resmi ya da resmi olmayan bir kanalı tercih etme hakkına sahiptir. Kaynak kişinin bedensel organları ile beden dili gibi iletişim araçları ve aynı zamanda radyo, televizyon, bilgisayar ve televizyon gibi teknolojik araçlar da birer iletişim kanalı olarak işlev

---

<sup>27</sup> Barış Bulunmaz, *İletişim Medya ve Gazetecilik* (İstanbul: Der Yayınları, 2017), 41.

<sup>28</sup> Serap Yasa, "Grafik Tasarımda İletişim ve Göstergebilim." *İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi* 2/5 (2012), 8.

<sup>29</sup> Habibe Aldağ - M. Emre Sezgi, "Çok Ortamlı Öğrenmede İkili Kodlama Kuramı ve Bilişsel Model." *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11/11 (2003), 23.

<sup>30</sup> Gülten Özdemir - Rüçhan Gökdağ - Serdar Neslihanoglu, "Sosyal Medyada Emoji Kullanımı ve Anlamlandırılması: Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Örneği", *Selçuk İletişim*, 12/1 (2019), 425.

<sup>31</sup> Handan İplikçi, "İletişimde Temel Modeller ve Kitle İletişim Modelleri", *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 7/2 (2015), 15.

görebilmektedir. Yani, iletişimde kullanılan tüm araçlar, duyu organlarımız tarafından algılanmakta ve iletişim sürecine katılmaktadır<sup>32</sup>.

Başka bir tanıma göre kaynağın amaçlarına uygun olarak iletilen mesajların aktarıldığı araçlara, yöntemlere ve ortamlara genel olarak "kanal" adı verilmektedir. Bilgi iletimi herhangi bir bağlamda gerçekleştiğinde, iletilmek istenen mesajlar belirli yöntemler kullanılarak taşınmaktadır<sup>33</sup>.

### 1.2.5. Alıcı

Anlam, birden fazla anlam parçasının bir araya gelerek bütünleşme sağlayarak oluşturduğu karmaşık bir yapıyı ifade etmektedir. İfadeler, kelimeler ve cümleler, bir araya getirildiklerinde bir mesaj oluşturur ve bu mesaj içindeki anlam parçaları, birbirleriyle etkileşime girerek bütünsel bir anlamı ortaya çıkarır. Her bir anlam parçası, mesajın genel amacına katkıda bulunur ve okuyucuya belli bir iletiyi iletmek için bir araya gelir<sup>34</sup>.

Alıcılar, iletilen mesajın aktarılmasını hedeflediği birey ve gruplar olarak karşımıza çıkan dinleyicileri ifade etmektedir. Yani, iletişim sürecinde alıcılar, göndericinin mesajını anlamaya ve yorumlamaya yönelik hedef kitlesini oluştururlar. Bu bireyler veya gruplar, iletişim kurulan ortama ve bağlamına bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir. Alıcıların varlığı, iletişimde anlamın oluşturulmasını ve mesajın etkili bir şekilde iletilmesini sağlamaktadır<sup>35</sup>. Gönderici ile alıcı arasındaki etkileşim, iletişim sürecinin temel dinamiklerinden birini oluşturmaktadır.

Göndericinin iletmeyi amaçladığı mesajın anlaşılmasında kilit bir rol oynayan alıcılar, genellikle kanal aracılığıyla aktarılan iletileri eş zamanlı yorumlarlar ve yanıt verirler. İletişim sırasında, alıcılar, göndericinin konuşmasını dinlerken düşüncelerini oluşturur ve ne söyleyeceklerini planlarlar. Aynı zamanda, alıcıların tepkileri sadece sözel değil, aynı zamanda sözel olmayan yollarla da ifade edilebilmektedir. Bu sözel olmayan tepkiler arasında tebessüm, baş hareketleri, yüz mimikleri gibi davranışlar yer almaktadır<sup>36</sup>. Bu tepkiler, alıcıların mesajı nasıl algıladığını ve hissettiklerini ifade

<sup>32</sup> Halil, *İnsan İlişkileri ve İletişim*, 8.

<sup>33</sup> Akif Ergin, *Eğitimde Etkili İletişim* (8. Baskı) (Ankara: Anı Yayıncılık, 2020), 3.

<sup>34</sup> Sibel Onursoy, *Görsel İletişim ve İmge* (1. Baskı) (Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2019), 22.

<sup>35</sup> Judith Kneen, *Essential Skills: Essential Speaking and Listening Skills* (Oxford: Oxford University Press, 2011), 12.

<sup>36</sup> Kathryn Beckham - Jeffrey King, *Building Coalitions: Communication In Coalitions* (University of Florida, 2008), 33.

etmelerinde etkin bir role sahiptir. Söz konusu metin, iletişim sürecinde alıcıların etkileşim ve geri bildirim sağlama yöntemlerini vurgulayarak, iletişimdeki dinamikleri açıklamaktadır.

### 1.2.6. Geribildirim

Geribildirim kavramı, iletişim sürecinde gönderici tarafından alıcıya iletilen iletilere karşılık olarak alıcıdan gönderene yönlendirilen tepkileri ifade etmektedir. Bu tepkiler, iletişimde bir döngü oluşturur ve iletilen mesajın ne kadar etkili olduğunu, anlaşılır olduğunu veya istenilen etkiyi yaratıp yaratmadığını değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Geribildirim, iletişimde anlamın paylaşılmasını ve iletişim sürecinin gelişimini sağlamak için önemli bir araçtır. Alıcıdan gelen geribildirim, göndericiye, iletilen mesajın nasıl anlaşıldığı, nasıl etkilendiği konusunda bilgi sağlamak ve iletişim sürecini daha etkili hale getirmek için gerekli düzeltmelerin yapılmasına yardımcı olmaktadır<sup>37</sup>.

Geribildirim, bir iletişim sürecinde mesajın alıcı tarafından verilen bir tepki veya karşılık olarak tanımlanır ve bu öge, iletişimin iki yönlü bir etkileşimi mümkün kılar. İletişimde geribildirim ögesiyle birlikte ileti aktarımı, alıcıdan gelen tepkiler bağlamında, göndericiye mesajın etkisini anlama ve değerlendirme şansı tanıyarak gelişim göstermektedir. Bu öge, iletişimdeki gönderici ve alıcı ilişkisini daha da önemli kılmaktadır. Bunun nedeni etkileşimden doğan geribildirim, iletişim sürecini daha etkili ve anlamlı kılması olarak değerlendirilmektedir. Geribildirim sebep/sonuç ilişkisi, sadece bir tepki değil, aynı zamanda iletişim sürecinin gelişimi için anlamlı bir yol haritası sağlamaktadır<sup>38</sup>.

### 1.2.7. Gürültü

İletişim sürecinde karşılaşılan farklı engelleyici durumları ifade eden ve iletilerin algısında bozulmalara neden olan, anlaşılabilirliği zor hale getiren ve diğer iletilerle karışmasına neden olan faktörler “gürültü” olarak adlandırılmaktadır<sup>39</sup>. İletişim sırasında ortaya çıkan gürültü, iletilen mesajın doğru bir şekilde anlaşılmasını engelleyerek iletişim etkileşimini olumsuz etkilemektedir. Gürültü, sesli veya yazılı

<sup>37</sup> Ergin, *Eğitimde Etkili İletişim*, 21.

<sup>38</sup> Deniz Yengin, *İletişim Çalışmalarında Araştırma Yöntemleri ve Uygulamaları* (İstanbul: Der Yayınları, 2017), 14.

<sup>39</sup> Süleyman Karaçor - Şahin Ali, "Örgütsel İletişim Kurma Yöntemleri ve Karşılaşılan İletişim Engellerine Yönelik Bir Araştırma." *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi* 4/8 (2004), 96.



olabildiği gibi çeşitli formlarda da ortaya çıkabilmektedir. Örneğin dış ortam gürültüsü, dil bariyerleri, teknik problemler veya duygusal durumlar gibi etkenlerle ilişkilendirilebilir. İletişimde gürültüyü azaltmak veya ortadan kaldırmak, daha etkili iletişim kurmak için oldukça önemlidir<sup>40</sup>.

Göndericinin duygu ve düşüncelerini etkin bir şekilde ifade edememesi, iletişim sürecinde gürültü türü olarak kabul edilmektedir. Bu tür durumlar, iletilen mesajın netliğini ve anlaşılabilirliğini azaltarak alıcının doğru bir şekilde anlamasını engelleyebilmektedir. Gürültü sadece fiziksel faktörlere değil, aynı zamanda psikolojik durumlara da bağlı olarak şekillenebilmektedir. Göndericinin duygusal durumu, stres veya iletişim becerilerindeki eksiklikler gibi psikolojik faktörler de iletişimde gürültüye neden olabilmektedir<sup>41</sup>.

İletişimdeki gürültü türlerinden biri olan mekanik kökenli gürültü ise iletişim kanallarındaki teknik problemlerden kaynaklanmaktadır<sup>42</sup>. Örneğin, kötü ses kalitesi, bağlantı kesintileri veya teknik arızalar, iletişim sırasında gürültü oluşturabilmektedir. Ayrıca, bir kanalda birden çok kodlamanın bulunması da iletişimi karmaşıklaştırabilir ve anlaşılabilirliği azaltabilir. Bu durumda, iletişim kanallarının daha net ve odaklı olması, iletişimdeki gürültüyü azaltmaya yardımcı olacaktır.

İletişim kalitesini belirleyen bir diğer unsur da çeşitli iletişim öğeleridir. Bu öğelerde meydana gelen aksaklıklar da gürültü oluşumuna sebep olabilmekte ve iletişim kalitesini düşürmektedir<sup>43</sup>.

### 1.3. İletişim Becerileri

İletişim becerileri, bir bireyin çevresiyle etkili ve sağlıklı bir ilişki kurmasını sağlamaktadır. Bu yetenekler, empati oluşturma, etkin dinleme, duygularını ve düşüncelerini karşı tarafa aktarma, kendini ifade etme, bencil olmama ve karşıdaki kişiyi küçümseyici bakış açısından uzak sözel ve sözel olmayan mesajları uygun bir şekilde kullanma yeteneklerini içermektedir<sup>44</sup>. Bireyin kendi haklarını koruyabilmesi ve toplumda rahat bir yaşam sürdürebilmesi için bu yeteneklere sahip olması önemlidir.

---

<sup>40</sup> Aydın Yılmaz, *Kurumsal İletişim ve Stratejik İletişim Yönetimi* (1. Baskı) (İstanbul: Seçkin Yayıncılık, 2020), 16.

<sup>41</sup> Yılmaz, *Kurumsal İletişim ve Stratejik İletişim Yönetimi*, 9.

<sup>42</sup> Karaçor - Şahin, "Örgütsel İletişim Kurma Yöntemleri ve Karşılaşılan İletişim Engellerine Yönelik Bir Araştırma.", 96.

<sup>43</sup> Keyton, *Communication and Organizational Culture: A Key to Understanding Work Experience*, 98.

<sup>44</sup> Keyton, *Communication and Organizational Culture: A Key to Understanding Work Experience*, 99.

İletişim yeteneklerine sahip olan bireylerin eşleri, aileleri, arkadaşları ve iş arkadaşlarıyla olan ilişkileri genellikle sağlıklı ve uzun ömürlüdür<sup>45</sup>. Bu yetenekler, bireyin karşı taraftan olumlu yanıtlar almasını sağlayarak öğrenilmiş davranışlar aracılığıyla toplumda kolayca yaşamasına yardımcı olmaktadır. Bu nedenle, iletişim yeteneklerinin geliştirilmesi ve korunması hayati önem taşımaktadır.

İletişim yetenekleri, etkileşim içinde olan bireylerin bir dizi yeteneğini ifade etmektedir. Bu yetenekler, bir kişinin hem kendini hem de diğerlerini anlama, dinleme, zor zamanlarda destek olma ve daha etkin ilişkiler kurma becerisini içermektedir<sup>46</sup>.

İletişim yeteneklerinin temel unsurlarından biri, sözel olmayan iletişimden sözel iletişime geçiş sürecidir<sup>47</sup>. Bu süreç, bir kişinin duygularını ve düşüncelerini başkalarına etkili bir şekilde ifade etme yeteneğini geliştirmektedir ve bu yetenekler, bireylerin birbirleriyle daha sağlıklı ve etkili bir şekilde iletişim kurmasına imkânlar sunmaktadır. Aynı zamanda iletişim yetenekleri, bir bireyin diğer gruplar ve toplumla genel olarak etkileşim kurma kabiliyetini içermektedir<sup>48</sup>. Bu yetenekler, alınan bilgileri doğru bir şekilde yorumlama ve iletebilme yeteneğini de kapsamaktadır ve bir bireyin bilgiyi etkili bir şekilde alıp vermesiyle, bu bilgiyi anlamlı bir şekilde kullanma kabiliyetini geliştirmektedir<sup>49</sup>. Bunların yanı sıra bu yetenekler, bireylerin toplumla daha etkili bir şekilde etkileşim kurmasını sağlar ve bu da onların sosyal ve profesyonel yaşamlarında başarılı olmalarına yardımcı olmaktadır. Bu nedenle, iletişim yeteneklerinin geliştirilmesi ve korunması hayati önem taşımaktadır.

İletişim, hayatın temel bir unsuru ve önemli bir becerisi olarak nitelendirilmektedir. Etkili iletişim kurabilen bireyler, genellikle daha fazla sosyal bağlantılar ve arkadaşlıklar kurmaktadır. İletişim yeteneklerinin kullanım seviyesi, bir kişinin yaşam kalitesini ve mutluluğunu doğrudan etkiler. Bu yetenekler, günlük

---

<sup>45</sup> Abdullah Şahin – Süleyman Aktar, *Dinleme Tür ve Yöntemleri* (1. Baskı) (Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2020), 5-6.

<sup>46</sup> Abdullah Şahin – Süleyman Aktar, *Dinleme Tür ve Yöntemleri*, 7.

<sup>47</sup> Vorontsova, M. A. - Abdrakhmanova, Sh. S. Okul Öncesi Çocukların İletişim Becerileri ve Oyun Yoluyla Gelişim İhtiyacı. *Pedagoji ve Psikoloji: Teori Ve Pratiğin Güncel Konuları*, (3) (2016), 107. [Воронцова, М. А. - Абдрахманова, Ш. С. *Коммуникативные Навыки Детей Дошкольного Возраста И Необходимость Их Развития Средствами Игры*. Педагогика И Психология: Актуальные Вопросы Теории И Практики, (3) (2016), 107.].

<sup>48</sup> Simkova, K. S. - Kharkova, O. A. Hekimlerin İletişim Becerileri: Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yenilikçi Bilim*, (11), (2020). 178. [Симкова, К. С. - Харьковская, О. А. *Коммуникативные Навыки Врачей: Обзор Литературы*. Инновационная Наука, (11), (2020). 178.].

<sup>49</sup> Monginaite, L. "İletişim Psikolojisi", *Teknik*, 2010, 29 [Монгинайте, Л. *Психология Общения*. Техника. (2010), 29].

yaşamın zorluklarını hafifleterek bireyin yaşamını daha kolay ve anlamlı hale getirmektedir<sup>50</sup>. Bu nedenle, etkili iletişim yeteneklerinin geliştirilmesi ve uygulanması, bireyin genel refahı için büyük önem arz etmektedir.

Kişiler arası ilişkilerde kritik bir rol oynayan iletişim becerileri oldukça önemlidir. İletişim, kişisel bağlantıların temel taşı oluşturmaktadır ve gönderilen mesajın alınan mesajla eşleştiği durumlarda etkili iletişim sağlanmaktadır. İhtiyaçların karşılıklı olarak anlaşılması ve mesajın hem gönderen hem de alıcı tarafından doğru bir şekilde anlaşılması, iletişim sürecini daha akıcı hale getirmektedir<sup>51</sup>. İletişimde başarılı olan bireyler genellikle kendine güvenen, özgüvenli, paylaşımcı, saygılı ve iş birliğine açık kişilerdir. İletişim becerilerinin etkin biçimde kullanımı, yaşamda karşılaşılan sorunların veya problemlerin çözümünü kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle, etkili iletişim becerilerinin geliştirilmesi ve uygulanması, kişisel ve profesyonel yaşamda başarıyı artırıcı yönde etki etmektedir<sup>52</sup>.

### 1.3.1. Empati

Rogers'in tanımına göre empati, anlamsal ve duygusal tonların korunarak başkasının iç dünyasını doğru bir şekilde anlama yeteneğini ifade etmektedir. Bu, bir kişinin başkasının mutluluklarını ve hüznlerini kendi duyguları gibi hissetmesi ve onları aynı şekilde algılaması anlamına gelmektedir<sup>53</sup>. Bir başka tanım ise empatiyi, bir bireyin duygu ve gereksinimlerini anlama ve bu duygularla ihtiyaçlara uygun bir şekilde yanıt verme yeteneği olarak tanımlamaktadır<sup>54</sup>. Bu tanımlar, empatinin insanlar arasındaki anlayışı ve bağlantıyı derinleştiren önemli bir beceri olduğunu vurgulamaktadır.

Bir başkasını anlamak adına, onun bakış açısından dünyaya bakmak ve olayları onun algıladığı şekilde deneyimlemek için duygudaşlık gereklidir. Bu, empati kurmak istediğimiz kişinin yerine geçerek olayları onun perspektifinden görmeyi şart

---

<sup>50</sup> Matthew Mckey - Martha Davis - Patrick Fanning, *Messages. The Communication Skills Book* (New Harbinger Publications, Inc., 2009), 18.

<sup>51</sup> Atılğan Erozkan, "The Effect of Communication Skills and Interpersonal Problem Solving Skills on Social Self-Efficacy", *Educational Sciences: Theory and Practice*, 13/2 (2013), 739.

<sup>52</sup> Atılğan Erozkan, "The Effect of Communication Skills and Interpersonal Problem Solving Skills on Social Self-Efficacy", 739.

<sup>53</sup> Carl Rogers, "Empatik Olmak, Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir" (Çev. F. Akkoyun), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 16 (1983), 103.

<sup>54</sup> Eleferenko, I. O. "İletişimin Temeli Olarak Empati", *Rusya'nın Güneyinde Kültürel Yaşam*, 4/38 (2010), 33. [Елеференко, Игорь Олегович. "Эмпатия Как Основание Коммуникации." *Культурная Жизнь Юга России* 4 (2010), 33.]

kılmaktadır. Bir bireyin duygu ve düşüncelerini doğru bir şekilde anlamaya çalışmak, empati kurmanın temelini oluşturmaktadır. Empati, duygusal ve bilişsel olmak üzere iki bileşene sahiptir. Duygusal bileşen, “*karşıdaki kişinin hislerini aynı şekilde hissetmeyi*” içerirken, bilişsel bileşen, “*karşıdaki kişinin rolüne girerek onun ne düşündüğünü anlamayı*” içermektedir. Bilişsel rol alma davranışı, duygusal rol alma davranışının önkoşulunu oluşturmaktadır<sup>55</sup>. Bu durum, empatinin, başkalarının duygularını ve düşüncelerini anlamamızı sağlayan güçlü bir araç olduğunun göstergesidir.

### **1.3.2. Saygı**

Saygı, bir bireyin duygularını, düşüncelerini ve eylemlerini özgürce ifade etme hakkını kabul etmek ve onaylamak anlamına gelmektedir. Bununla birlikte saygı, bir kişiye karşı eleştirel, yargılayıcı veya alaycı bir tutum sergilememeyi de içermektedir. Saygı, bir kişinin dini, dili, cinsiyeti, eğitim seviyesi veya ekonomik durumu ne olursa olsun, ona hoşgörülü bir şekilde davranmayı gerektirmektedir<sup>56</sup>. Yani saygı, her bireyin eşit değer ve öneme sahip olduğunu kabul etmek anlamına gelmektedir. Bu nedenle, saygı, toplumun her üyesine adil ve eşit bir şekilde davranmayı gerekli kılmaktadır.

### **1.3.3. Kendini Açma**

Kendini açma becerisi, duyguların ve düşüncelerin başkalarıyla paylaşılmasını içermektedir<sup>57</sup>. Paylaşılan konular ve kişiler, konunun önemine ve özelliğine bağlı olarak değişim göstermektedir. Ne kadar özel bir duygu veya düşünce paylaşılsa, paylaşılan kişinin de özelliği o oranda şekillenmektedir. Kendini açma becerisi, kişilerin birbirlerini daha iyi tanımasına ve anlamasına olanak sunmaktadır. Bir kişi, kendini açtığında, başkalarını daha iyi tanıyarak kendini daha iyi ifade etme fırsatı bulur. Bu durum, ilişkilerde güvenin oluşmasını sağlamaktadır. Burada önemli olan husus, kendini açma davranışının doğru kişilerle paylaşılmasını içermektedir. Bu noktalar, etkili iletişimin ve sağlıklı ilişkilerin temelini oluşturan temel unsurlardır<sup>58</sup>.

Avşaroğlu, bireylerin kendilerini ifade etme biçimlerinin kültürden kültüre değişebileceğini vurgulamıştır. Bir toplumda normal kabul edilen bir davranışın, başka bir toplumda aynı şekilde karşılanamayabileceğini ifade etmiştir. Bireyin, karşısındaki

<sup>55</sup> Üstün Dökmen, *İletişim Çatışmaları ve Empati* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2008), 18.

<sup>56</sup> Şahin –Aktar, *Dinleme Tür ve Yöntemleri*, 15.

<sup>57</sup> Ayça Saraç, "Psikolojik Danışman Adaylarının İletişim Becerileri ve Kendini Açma Düzeyleri: Grupla Psikolojik Danışma Yaşantısı", *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi* 5/3 (2021), 1043.

<sup>58</sup> Ayça Saraç, "Psikolojik Danışman Adaylarının İletişim Becerileri ve Kendini Açma Düzeyleri: Grupla Psikolojik Danışma Yaşantısı", 1045.

kişiyi kendini uygun ve özenli bir biçimde ifade etmesi, bu süreçte kritik bir öneme sahiptir. Bu durum, kültürlerarası iletişimin karmaşıklığına ve önemine parmak basmaktadır<sup>59</sup>.

#### 1.3.4. Etkin Dinleme

Dinleme eylemi, bir tür beceri ve sanat olarak kabul edilmektedir. İletişim uzmanları, dinlemenin ve işitmenin birbirinden çok farklı olduğunu belirtmişlerdir<sup>60</sup>. Dinleme, bir kişinin duyduklarını anlamlandırma sürecini ifade ederken, işitme veya duyma, otomatik bir yanıt olarak değerlendirilmektedir. Dikkatlice dinlenmeyen bir bilgi, herhangi bir anlam ifade etmez. Herkesin etkili bir dinleyici olma yeteneği yoktur ve bu yeteneği geliştirmek için çaba ve belirli becerilere ihtiyaç vardır. Dinleme süreci, iletişimde ele alınan konuya, etrafa ve mekâna bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. İletişimin başarılı olabilmesi için, dinlemenin önemini anlamak gerekmektedir. Bu farkındalık, sadece iletişim süreciyle sınırlı kalmamalı, aynı zamanda iletişim kurulan kişinin de sürecin ve etkinliğin farkında olmasını gerektirmektedir<sup>61</sup>.

Etkili iletişimin temel hedeflerinden biri, dinleyicinin tepkisini elde etmektir. Bir uyarana verilen yanıt olarak tanımlanan tepki, dinleyiciden beklenen bir eylemdir. Konuşmacının söylediklerinin ötesinde, söylemediği şeyleri bile algılayabilen ve anlamlandırabilen bir dinleyici, dinleme sanatını bilen biri olarak nitelendirilmektedir<sup>62</sup>. Bu yeteneğe sahip olan kişiler, konuşmacının görsel ve işitsel dilini dikkatlice izleyerek söylenenler arasındaki boşlukları doldurmada zorlanmamaktadırlar. Ayrıca, konuşmacının eksikliklerini, çarpıtmalarını ve hatalarını göz ardı etmezler. Dinleme sürecinde, alıcı bireylerin başka işlerle meşgul olmaması ve konuşmacıya odaklanması gerekmektedir. Günümüzde, çoğu kişi konuşma esnasında başka şeylere odaklanarak etkili dinleme gerçekleştirememektedir. Örneğin, kişiler sürekli telefonlarına bağlı olarak dikkatlerini dağıtırlar ve bu durum, konuşmacının rahatsız olmasına sebebiyet

---

<sup>59</sup> Selahattin Avşaroğlu, *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışına Etkisi*. (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 1999), 39.

<sup>60</sup> Emiroğlu, Selim. "Türkçe Öğretmeni Adaylarının Dinleme Sorunlarına İlişkin Görüşleri." *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11 (2013): 269-307.

<sup>61</sup> Aytaç Açıkalın - Selahattin Turan, *Okullarda Etkili İletişim* (5. Baskı) (Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2020), 17.

<sup>62</sup> Aytaç Açıkalın - Selahattin Turan, *Okullarda Etkili İletişim*, 18.

verir. Bu tür durumlar insan ilişkilerini zedeleyerek, iletişim sürecinin olumsuz yönde etkilenmesine neden olmaktadır<sup>63</sup>.

Etkin dinleme becerisi, bireyin kaynak tarafından alıcı bireylere gelen iletiyi doğru bir şekilde çözümlemesi ve geri bildirim vermesi sürecidir. Bazı durumlarda etkin dinleme, kişinin bastırıldığı ve unutmak istediği duygularını paylaşmasına kolaylık sağlamaktadır. İnsanların genellikle sorunlarını dile getirmeleriyle çözüme kavuşturmaları daha kolay gerçekleşebilmektedir. Ancak, bu noktada etkin dinleme bulunmadığında sorunun çözüme kavuşturulması zorlaşmaktadır. İletişimde yer alan kişilerin, karşısındakileri anlayabilmesi için, o kişiyle duygudaşlık yaparak etkin bir dinleme gerçekleştirmesi gerekmektedir. Kişilerin empati yeteneklerinin gelişmesi, etkin dinlemenin daha sağlıklı olması adına stratejiler içermektedir. Bu bağlamda karşılıklı insan ilişkilerinde empati ve etkili dinleme bir arada büyük kolaylıklar sağlamaktadır. Örneğin kişilerin içselleştirdikleri yoğun duygularla beraber gelen sorunlar, etkili dinleme ve empatiyle daha kolay çözüme eriştirilmektedir<sup>64</sup>.

İnsan ilişkilerinde etkin dinleme, dinleyici ve konuşmacının ele alınan konu üzerine aktif olarak katılmasını sağlayan bir süreci barındırmaktadır. Etkin dinleme süreci, “etkin”, “edilgin dinleme” ve “dinleme davranışı” olmak üzere üç aşamadan oluşmaktadır<sup>65</sup>. Edilgin dinleme, dinleyicinin pasif bir rol aldığı ve karşı tarafa, beden diliyle dinlediğini ilettiği bir dinleme türüdür. Bu dinleme biçimi, dinleyicinin sessizliğini korumasını ve aynı zamanda bireyin kendini ifade etmesi için uygun bir ortam sağlamasını şart kılmaktadır. Bu durum, bireyin kendini daha rahat ifade etmesini ve daha fazla açılmasını desteklemektedir<sup>66</sup>.

Etkin dinleme becerisine sahip bir dinleyici, başkalarının konuşmalarına tamamen odaklanarak anlatılanları dikkatle dinlemektedir. Etkin dinleyici göz teması kurarak durumları hızlı bir şekilde değerlendirmekte ve bu süreçte önemli miktarda enerji harcamaktadır<sup>67</sup>. Etkin dinleme, belli başlı strateji ve yeteneklerin uygulanmasını gerekli kılmaktadır. Etkin dinleme, sözlü ve sözsüz tüm kodlanmış mesajları, duyguları, düşünceleri ve bilgileri anlamak için çaba sarf ederek, hiçbir şeyi atlamadan gerçek

---

<sup>63</sup> Aytakin, *İnsan İlişkileri ve İletişim*, 52.

<sup>64</sup> Thomas Gordon, *Ailede Etkili Ana Baba Eğitimi* (Çev. Emel Aksay) (İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2000), 22.

<sup>65</sup> Thomas Gordon, *Ailede Etkili Ana Baba Eğitimi*, 20.

<sup>66</sup> Gordon, *Ailede Etkili Ana Baba Eğitimi*, 16.

<sup>67</sup> Correll, Shelley J. vd. "It's The Conventional Thought That Counts: How Third-Order Inference Produces Status Advantage." *American Sociological Review* 82/2 (2017), 297.

iletiyi dinlemek olarak açıklanmaktadır. Etkin dinleme davranışı, dinleyicinin perspektifinden ve inançlarından kaynaklanan bir tutumla oluşum göstermektedir<sup>68</sup>. Örneğin bir öğrencinin, öğretmenin ders anlatımına tamamen odaklanarak öğretmenin her sözünü dikkatle dinlemesi, notlar alması ve anlamadığı yerlerde sorular sorması bu duruma verilebilecek en iyi örneklerdendir. Bu, öğrencinin konuya aktif olarak katıldığını ve etkin bir şekilde dinlediğini göstermektedir.

Etkin bir dinleme ortamının sağlanabilmesi için dinleyicilerin, konuşmacının eylemlerini dikkatlice gözlemlemesi ve konuşmaya kulak vererek, konuşmacıya ilgi ve istek duyduğunu hissettirmeleri gerekmektedir. Bununla birlikte dinleyicilerin, konuşmacının beden dilini gözlemleyerek, sözsüz iletişim yoluyla aktarılan imge ve iletileri anlamaya çaba göstermesi gerekmektedir<sup>69</sup>.

### 1.3.5. Ben Dili

Navaro tarafından tanımlanan “ben dili”, bireyin anlık durum ve davranışlarına karşı duygu ve düşüncelerini ifade etme biçimidir<sup>70</sup>. Bu, kişinin içtenlikle hislerini ve düşüncelerini dile getirmesine yardımcı olan bir dil kullanımını ifade etmektedir. “Bana böyle davranmandan hoşlanmıyorum.” Cümlesi bu duruma örnek verilebilir niteliklidir. Bu cümle, cümleyi ifade eden kişinin duygu durumunu ve düşüncesini yansıtmaktadır. Ben dili kavramı kişilerin kendilerini net bir şekilde ifade etmelerine olanak sağlamaktadır. Bireyler kendilerini ben diliyle ifade ettikleri takdirde bir rahatlama hissetmektedirler. Bu durum kişilerin sağlıklı iletişim kurmalarında ben dilinin öneminin büyük olduğunu göstermektedir.

“Ben” mesajları, bir kişinin duygusal düşünceleriyle hislerini ve çeşitli deneyimlerini aydınlatan ifadeler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu tür mesajlar, kişinin öznel tepkilerini, beklentilerini, inançlarını ve düşüncelerini ortaya koymaktadır. “Ben dili”, kişilerin kurdukları iletişim esnasında, sorunları açıklığa kavuşturmak için önemli bir rol oynamakta ve iletişim sürecini kolaylaştırıcı bir etki göstermektedir<sup>71</sup>.

---

<sup>68</sup> Sachiko Mineyama vd. “Supervisors' Attitudes and Skills For Active Listening With Regard to Working Conditions and Psychological Stress Reactions Among Subordinate Workers”, *Journal of Occupational Health*, 49/2 (2007), 87.

<sup>69</sup> Şahin –Aktar, *Dinleme Tür ve Yöntemleri*, 61.

<sup>70</sup> Leyla Navaro, *Gerçekten Beni Duyuyor Musun?* (36. Basım) (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2018), 42.

<sup>71</sup> Abdurrahman Kasapoğlu, “İletişimde Ben-Dili-“Ashâbu’l-Karye”-Kıssasından Bir Kesit.” *Hikmet Yurdu* 1/2 (2008), 49.

Ben dilinin merkezinde, bir bireyin kendi perspektifini ve ihtiyaçlarını başkalarına uygun bir şekilde aktarma yeteneği yer almaktadır. Bu, “*Bu durumu kendi bakış açımdan böyle görüyorum*” ifadesinin farklı bir biçimini yansıtmaktadır. Ben dilini kullanmanın hedefi, düşünceleri ve duyguları başkalarını incitmeden, yargılamadan ve küçümsemekten ifade edilmesi etrafında şekillenmektedir. İletişim sürecinde ben dilinin etkili biçimde kullanılması, insanlar arası ilişkilerin daha verimli işlemesine yardımcı olmaktadır<sup>72</sup>.

### **1.3.6. Somut Konuşmak**

İletişim süreci içindeki bir bireyin, iletişim sağladığı bireyle konuşurken açık ve belirgin ifadeler kullanması gerekmektedir. İletişim esnasında genel yargılar kullanılmaması ve genel ifade biçimlerinden kaçınılması gerekmektedir. Sağlıklı bir iletişimde net ve belirgin ifadelerin kullanılması, anlamın daha açık ve anlaşılır olmasına yardımcı olmaktadır. İnsanların kendilerini ön planda tutmaya çalıştıkları ikili ilişkilerde “farklı” ve “bilgili” görünme çabası kişileri bilinmeyen karmaşık söylemlere itmektedir. Bu bağlamda kişiler daha az kullanılan ve anlaşılması zor kelimelere yönelmektedir. Ancak, karşıdaki kişiler bu ifadeleri anlamlandırmakta ve idrak etmede zorlanabilmektedir<sup>73</sup>. Bu da iletişimi karmaşılaştırarak sağlıklı iletişim zedelenmesine yol açmaktadır. Bu noktada somut ifadelerin önemi ön plana çıkmaktadır. Kişilerin zorlayıcı ve karmaşık kelimeler kullanmak yerine, duygularını, düşüncelerini ve isteklerini somut bir şekilde ifade etmeleri gerekmektedir.

### **1.4. İletişim Kuramları**

İletişime yönelik gerçekleştirilmiş olan araştırma ve çalışmaların temelinde halkla ilişkiler, reklam, telekomünikasyon, propaganda ve eğitim alanında etkiyi artırma isteği yatmaktadır. İkinci Dünya Savaşı’ndan sonra önem arz eden çalışma ve araştırmalar ciddi oranda Amerika’da yapılmaya başlanmıştır. 1950’ler model geliştirmeye yönelik çalışmaların verimli geçtiği ve geliştirilmiş olan modeller ile iletişime yönelik bilgi sağlayarak büyüme arayışının sıklıkla görüldüğü senelerdir. Çoğu araştırmacı tarafınca gerçekleştirilmiş olan iletişim çalışmalarına temel olarak kabul edilen ilk modeller Laswell, Newcomb, Gerbner ve Jacopsen tarafınca geliştirilmiştir<sup>74</sup>.

---

<sup>72</sup> Francine Montemurro, *I Messages* (Boston University Ombuds, 2014), 34-36.

<sup>73</sup> Yüksel Şahin, *İletişim Becerilerine Genel Bir Bakış*, 14.

<sup>74</sup> Katherine Miller, *Communication Theories* (USA: Macgraw-Hill, 2005), 38.



### 1.4.1. Lasswell Formülü

Amerikalı bir siyaset bilimcisi olarak bilinen Lasswell, bir iletişim faaliyetini tanımlayabilmenin en uygun yönteminin şu sorulara yanıt verebilmek olduğunu belirtmektedir; “*Kim, neyi, hangi kanaldan, kime, hangi etkiyle söyler*”.<sup>75</sup> Lasswell’e göre iletişim, çizgisel tek boyutlu bir süreç olarak kabul edilmektedir. Nitekim ileti verici tarafınca mesaj olarak çıkmakta ve kanal aracılığıyla alıcılara ulaşmakta ve böylelikle mesaj alıcı da farklılığa neden olmaktadır. Bu sebeple iletişim temel olarak bir ikna etme süreci şeklinde nitelendirilmektedir<sup>76</sup>. Bunun haricinde Lasswell mesajların her daim etkileyici olduğunu varsaymaktadır. Diğer bir deyişle mesaj, kaynak tarafınca gönderilmekte, kanal aracılığıyla hedefe ulaşmakta ve sonuçta farklılığa neden olmaktadır. Bu duruma göre iletiler uyarıcıları, değişiklikse tepkiyi meydana getirmektedir. Bahsedilen basit model, iletişim ile alakalı tartışmaları düzene sokmak ve iletişim çalışmalarının farklı boyutlarını gözler önüne sunmak amacı ile kullanılmıştır<sup>77</sup>.

### 1.4.2. Uyarın-Tepki Kuramı

Uyarın – tepki kuramı, psikoloji temelli bir kuram olarak bilinmektedir. Bu teori, gönderici, alıcı ve iletiyi doğrudan ve basit bir nedensellik ilişkisinde yalıtılmak sureti ile açıklamaktadır. Mevcut uyarana, uyarının istediği biçimde karşılık verilmesi amaç olarak belirlenmektedir. Uyarının istediği biçimde tepkinin oluşturulması sonucunda 1920’lerden sonra bilinçli olarak kullanılmaya başlanmıştır. Genel olarak halkla ilişkilerde, politikada ve reklamcılıkta etkili olduğu gerekçesiyle uygulanmaktadır<sup>78</sup>.

### 1.4.3. Suskunluk Sarmalı

Elisabeth Noelle-Neumann'ın geliştirmiş ve sınamış olduğu, kamuoyunu inceleyen daha büyük bir teorinin bir ilkesidir ve kitle iletişimi adına fazlasıyla önem arz etmektedir. Bunun sebebi kitle iletişim vasıtalarının kişileri, toplumu susturabilme, bazı gruplara da konuşmaya yönelik cesaret verebilme kuvveti üstünde durmaktadır.

---

<sup>75</sup> Zeki Gülen, *Klasik ve Kuantum Bilişim Kuramının Karşılaştırılması*. (İstanbul: Marmara Üniversitesi 2019), 23.

<sup>76</sup> Gülen, Zeki. *Klasik ve Kuantum Bilişim Kuramının Karşılaştırılması*, 23.

<sup>77</sup> Kubilay Şenbakar, *Elit Boksörlerde İletişim Becerilerinin İncelenmesi* (Elazığ: Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015), 47.

<sup>78</sup> Ruhail Samanlı, *Çalışma Hayatında Cinsiyet- İletişim İlişkisi* (Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014), 18.

Uzun bir müddet önce geliştirilerek sınanmış olan bu teori, 4 öge arasında bulunan etkileşim ile ilgilenmektedir. Bahsedilen ögeler şu şekilde sıralanabilmektedir;

Kişilerin toplumsal çevrelerinde onları çevrelemiş olan fikir ortamına yönelik sahip oldukları algılama<sup>79</sup>.

- Fikrin kişisel olarak açıklanması.
- Kişiler arası iletişim.
- Toplumsal iletişim.
- Kitle iletişimi.

Suskunluk Sarmalı Teorisi, bireysel görüşün başka kişilerin ne düşündüğüne bağlı olduğunu inceleyen temel sosyopsikolojik görüşten kaynaklanmaktadır ve aşağıda belirtilen varsayımlara dayanmaktadır<sup>80</sup>;

1. Kişiler belirli bir düşünceyi benimseme konusunda yalnız olduklarını düşünüyorlar ise, bu durumu açık bir şekilde ifade etmekten kaçınılmaktadırlar. Fakat bahsedilen düşüncelerin paylaşıldığını veya destekleneceğini düşünüyorlar ise, çevrelerinde bulunan diğer kişiler ile söz konusu görüşlerine yönelik konuşmaktadırlar.
2. Kişi, belirli bir düşüncenin toplum içerisinde ne ölçüde geçerli olduğunu tespit etmede kitle iletişim vasıtalarını bir ölçüt şeklinde kullanabilmektedir. Benimsemiş olduğu düşünce, bu araçlarda yeterli seviyede yer almıyorsa bunun yeterli düzeyde kabul edilen bir düşünce olmadığı neticesine varmaktadır.
3. İletişim vasıtalarının neredeyse tümü çok veya az teknelci olarak aynı kanıları ifade etme eğiliminde olarak, bireyleri toplumda bulunan kanı iklimine yönelik birçok defa yanlış bir görüntü ile baş başa bırakmaktadır.
4. Belirli bir düşünceye sahip pek çok kişi, toplumdan ve bulunmuş olduğu çevreden dışlanma korkusu ile düşüncesini savunmamaktadır. Suskun kaldığı müddetçe bahsedilen düşünce olduğu için daha az geçerli ve yaygın kabul edilecek ve bu durumsa bir suskunluk sarmalının meydana gelmesine yol açacaktır.

---

<sup>79</sup> Ruhhal Samanlı, *Çalışma Hayatında Cinsiyet- İletişim İlişkisi*, 20.

<sup>80</sup> Ruhhal Samanlı, *Çalışma Hayatında Cinsiyet- İletişim İlişkisi*, 21.

#### 1.4.4. Matematiksel İletişim Kuramı

Matematiksel iletişim teorisi, Weaver ve Shannon tarafınca geliştirilmiş olan bir teoridir. Bu teori, mesajın hedefe olabilecek en iyi biçimde iletilmesini amaçlamaktadır. Bu teoride, yalnızca mesajın gönderilmesiyle ilgilenilmektedir. Alıcıyı pasif ve tepkisiz bir varlık şeklinde kabul ederek tepkiyi göz önünde bulundurmamaktadır<sup>81</sup>. Tepki göstermenin göz önünde bulundurulmamasından kaynaklı sosyokültürel ilişkilerinden, tutumlarından, ilgilerinden ve tecrübelerinden etkilenecek karşı mesaj oluşturmaya önem verilmemektedir. Bahsedilen durum, matematiksel iletişim teorisinin eksikliği şeklinde görülmektedir<sup>82</sup>.

#### 1.4.5. Jakobson Modeli

Bu modelin hem üç köşeli hem de doğrusal modeller ile benzerliği bulunmaktadır. Fakat Jakobson bir dil bilimcidir ve iletinin anlamı, onun içsel yapısına benzer konular ile ilgilenilmektedir<sup>83</sup>. Dolayısıyla Jakobson “göstergebilim” ve “süreç” okulları arasında bulunan boşluğa köprü kurmaktadır<sup>84</sup>. Jakobson, ikili bir model sunmaktadır. İşe, iletişim etkinliğinin yaratıcı faktörlerini ortaya sunarak başlamaktadır. Jakobson’a göre bir iletişimin kurulabilmesi adına 6 faktörün var olması gerekmektedir. Jakobson, sonrasında bahsedilen iletişimde tüm faktörlerin yerine getirmiş olduğu işlemleri açıklamaktadır. Jakobson, iletişim sürecini ifade etmeye, bilinen doğrusal temel ile başlamaktadır. Gönderen, alıcıya iletisini yollamaktadır. Jakobson’a göre ileti, kendinden farklı bir şeyi nitelendirmektedir. Jakobson bu durumu bağlam şeklinde adlandırmaktadır. Bağlam, diğer 2 köşesi alıcı ve gönderen olan üçgenin ikinci köşesinde bulunmaktadır<sup>85</sup>.

#### 1.5. Gençler ile İletişim

Günümüz çağında modern yaşamın popüler kültürün konformist hayat stiline hedeflediği gençler ile etkili iletişim sağlayabilmek fazlasıyla önem arz etmektedir.

---

<sup>81</sup> Furat, Ayşe Zişan. "Yaygın Din Eğitiminde Kitle İletişim Araçlarının Yeri: Televizyon Örneği." *Journal Of Istanbul University Faculty Of Theology* 19 (2010): 38-61.

<sup>82</sup> Emin Üstündağ, *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006), 51.

<sup>83</sup> Emin Üstündağ, *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi*, 52.

<sup>84</sup> Emin Üstündağ, *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi*, 52.

<sup>85</sup> İsa Kaynar, *Ortaokul Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıkları Ve İletişim Becerileri* (İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007), 34.

Günümüzde gençler ile yaşanmakta olan iletişim çatışmalarının belli sebepleri mevcuttur. Söz konusu iletişim problemlerinin başında, kullanılmakta olan dilin artık genç nesillere hitap etmemesi ve gençler ile yeni iletişim dilinin kurulması yer almaktadır. Gelişmekte ve değişmekte olan teknoloji, hızlı dijitalleşme ve sosyal medyanın etkili olarak kullanılmasının, gençlerin yalnızca lisanların değil, kendilerini ifade etme tekniklerini, anlama şekillerini ve düşünme tarzlarını farklılaştırdığı söylenebilmektedir.

Gençler ile yalnızca nasihat ve öğüt içeren ifadeler ile iletişim kurulması neredeyse imkansızdır. Günümüzde anne ve babaların en fazla yakındıkları konular arasında gençler ile sağlıklı iletişim kuramama yer almaktadır. Nitekim gençler ile konuşmanın ne kadar güç olduğundan, çocuklarının kendileri ile herhangi bir şey paylaşmadıklarından ve kendilerini hemen hemen hiç dinlemediklerinden şikayetçilerdir. Bu durumda, ailelerin çocuklarıyla ve yetişkinlerinse gençlerle sağlıklı iletişim kurabilmeleri için ne yapmaları gerekir sorusu meydana gelmektedir. Bu sorunun çözümleri arasında, gençlerin problemlerini, görüşlerini, sıkıntılarını, düşüncelerini ve fikirlerini onları yargılamadan ve eleştirmeden içtenlik ile dinlemek yer almaktadır. Dinlemek, insanın kalbini kazanma konusunda en etkili yöntemler arasında yer almaktadır. Günümüz modern çağ içerisinde yaşamını sürdüren insanların en temel psikolojik rahatsızlık ve sıkıntılarında bir tanesi değer görmüyor olduklarına inanmalarıdır<sup>86</sup>. Gençlerin kendilerini değersiz görmelerinin temel nedenlerinden bir tanesi de kendilerine ait düşünce ve duygularını samimiyet ile dinleyen kimselerin olmamasıdır. Bu sebeple etkili bir iletişimde ilk olarak gençleri samimiyet ile dinlemek gerekmektedir.

### **1.6. Genç ve Ebeveyn İletişimi**

Gençlerin kendileri ve başkaları ile alakalı düşünce ve fikirlerine, yaşamlarını denetleme, sorumluluk alma, karar verme ve düşünme gibi becerilerini algılayışlarına anne ve babalarının yaklaşımlarının etkisi bir hayli büyüktür. Kendilerini değerli ve mutlu hissetmekte olan, sorumluluklarının bilincinde olan, birbirlerine güvenen kişilerden oluşan sağlıklı ailelerde gençlerin hızlı bir şekilde gerçekleşen değişim ve yeniliklere adapte olmaları, kendilerini kabul görmeleri ve kimlik sahibi olmaları

---

<sup>86</sup> Fadime Dilber, "Kitle İletişim Araçları ve Suç Olgusu." *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi* 2014/3 (2014), 60-66.

başarılı olarak gerçekleşebilmektedir. Ebeveynlerin gençlik döneminde olan çocukları ile sağlıklı bir iletişim sağlayabilmeleri adına ilk olarak kendi aralarında kurdukları iletişimin sağlıklı olması gereklilik arz etmektedir. Ardından gençlik döneminin özellik ve niteliklerinin bilincinde olmaları ve çocuklarında yaşanan değişim ve yeniliklerin normal olduğunu kabullenmeleri gerekli görülmektedir. Çocuklarına yaklaşımlarında anne ve babaların tutum ve davranışlarında tutarlılık olması gerekmektedir<sup>87</sup>.

Gençlikte çocukların vücutları yetişkin vücuduna dönüşürken çocuk rollerinin de yetişkin rollerine dönüşmesi beklenen bir durumdur. Fakat genç kimliğine sahip olurken pek çok sorumluluğu üstlenmesi ve pek çok sorunu da çözüme kavuşturması gerekmektedir. Söz konusu kimlik krizi yaşanırken anne ve babaların bazı zamanlarda “*Sen daha çocuksun, bu konuda fikrini sormadık*”, bazı zamanlarda ise “*Kocaman insansın sorumluluklarım yerine getir*” benzeri çelişki içeren yaklaşımları, gençlerin kimliklerini kazanmalarında işlerini zorlaştırmaktadır. Bu sebeple anne ve babaların sabırlı olmaları ve evlatlarına birer birey şeklinde davranmaları gereklilik arz etmektedir<sup>88</sup>.

Akranlarına yönelmenin artış gösterdiği bu dönem içerisinde, bir gruba üye olmak, üyesi olunan grubun konuşma, yaşayış ve giyim tarzını benimsemek fazlasıyla önem arz etmektedir. Söz konusu durum, kendilerini topluma kabullendirmenin bir yolu olarak kabul edilmektedir. Eğer genç, anne ve babası tarafınca tutarsız ve bir tutuma uğrarsa, akran grubuna yönelme iyice artış göstermektedir. Bahsedilen dönem içerisinde aynanın karşısında geçirilmekte olan zaman artış göstermekte, yüzde çıkan bir sivilce pek çok toplumsal olaydan daha önemli bir hal alabilmektedir<sup>89</sup>.

---

<sup>87</sup> Fatma Alisinanoğlu, “Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi”, *Eğitim ve Bilim*, 27/123, (2002), 63.

<sup>88</sup> Alisinanoğlu, “Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi”, 63.

<sup>89</sup> Alisinanoğlu, “Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi”, 63.

## BÖLÜM II

# MANEVİYAT

## 2.1. Maneviyat Kavramı

Türk Dil Kurumu'nda “*maddi olmayan, içsel olan, kişinin iç dünyasıyla ilgili olan şeyler*” şeklinde tanımlanan maneviyat kavramı<sup>90</sup>, Kubbealtı lügatindeyse “*Madde ve cisimle alâkası bulunmayan, ruh ve mânâ ile ilgili olan hususlar, mânevî şeyler*” olarak ifade edilmektedir<sup>91</sup>. Arapça manevi kelimesinin çoğulu olarak kabul edilen bu kavram, anlama yönelik bilhassa derin ve gizli anlama yönelik şeyler olarak ifade edilmektedir. Maneviyat sözcüğünü İngilizce karşılığı olarak bilinen “*spirituality*” ise köken itibariyle Latince “*spiritus*” kavramından türemiştir<sup>92</sup>. Milattan Sonra (MS) beşinci yüzyılın başlarında, “*spiritüalitas*” olgusu Tanrı'nın kutsal ruhun insan hayatındaki etkisini açık bir şekilde Hristiyan referansı ile belirtmektedir. M.S. XII. Yüzyıla gelindiği zamansa kelime, bedensel ya da maddi olanın tam tersine, insan deneyim ve tecrübesinin psikolojik yönü şeklinde isimlendirilecek olan şeye atıf yapar bir hal almıştır<sup>93</sup>. Bahsedilen kelimenin İngilizce kökü olarak kabul edilen “*spirit*” kelimesiyse “*nefes, cesaret kuvvet, ruh, hayat*” manalarına karşılık olarak gelmektedir<sup>94</sup>.

Farklı kültürler içerisinde çeşitli özellik ve içerikler barındıran maneviyat olgusu, insan davranış ve sağlığı üstünde önem arz eden bir etkiye sahiptir. Bu nedenle de psikoloji alanında önem arz eden bir araştırma konusu olarak kabul edilmektedir. İnsanoğlu, yaşamında karşı karşıya kaldığı problemler ve stresli durumları başarılı bir şekilde atlatmak amacı ile maneviyatın gücünden faydalanabilmektedir. Bahsedilen bakış açısı ile maneviyat kişinin ahlaki değer, inanç, psikoloji, iç dünyası, ruh hali, moral, düşünce ve duygularını da içeren bir kavram şeklinde değerlendirilmektedir<sup>95</sup>.

Kişinin kutsalla alakalı anlam arayışı süreci içerisinde maneviyat fazlasıyla önem arz etmektedir. Kişinin neyi kutsal olarak kabullendiği ve muhafaza etmeye çalıştığı incelendiği zaman, kişinin hayatında anlamlılık değerine erişme isteğiyle karşılaşmaktadır. Maneviyat, insanla onu var kılan arasında bulunan ilişki olması

<sup>90</sup> Türk Dil Kurumu, (TDK). Türk Dil Kurumu Sözlükleri.

<sup>91</sup> Kubbealtı Lügati, Kubbealtı Lügati, <http://www.lugatim.com>, Erişim Tarihi: 09.12.2023.

<sup>92</sup> Cheryl Delgado, “A Discussion of the Concept of Spirituality”, *Nursing Science Quarterly*, 18/2, (2005), 159.

<sup>93</sup> C. Christopher Cook, “Addiction and Spirituality”, *Addiction*, 99/5 (2004), 540.

<sup>94</sup> Sevede Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları* (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2021), 29.

<sup>95</sup> Afra Esra Akman, *Maneviyat Düzeylerine Göre Stres Bilgece Farkındalık ve Ayrışma Bütünleşme Farklılıkları* (Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 23.

nedeniyle ilahi kaynaklı bir olgu olarak nitelendirilmektedir. İnsan, kendi özüyle iletişim haline geçmeyi başardığında ilahi olan ile ilişki kurmuş olmaktadır. Bunun nedeni, insanoğlunun özünde ilahi olanın nitelik ve özellikleri bulunmaktadır. Bu açıdan din psikolojisine yönelik çalışma ve araştırmaların değerli bir çıkış noktası olarak kabul edilen “*kendini bilen Rabbini bilir*” yaklaşımı, bu anlamı belirtmektedir. İnsanoğlunun öz nitelik ve özelliklerini, diğer bir deyişle ilahi boyutunun farkına vararak yaşaması, Yaradan’ı bilmesini, anlamasını ve tanınmasını sağlamaktadır<sup>96</sup>.

Maneviyat, kişinin hayatında amaç ve anlam arayışı, insanlar ile ilişki kurma duygusu, kendisi aşma, esenlik ve iç huzur duygusu ile karakterize edildiği için kültürel ve dini açıdan sınırların dışına çıkmaktadır. Kuvvetli bir maneviyat kişinin hayat tatminini artırabilmekte ve engellilik dahil olacak şekilde pek çok negatif yönlü duruma adapte olunmasını sağlayabilmektedir. Bahsedilen özelliğinden kaynaklı maneviyat, bazı zamanlarda dindarlık ve din kavramlarıyla, bazı zamanlarda aşkın varlık ve ruh gibi kavramlar ile olan ilişkisiyle ele alınarak ortaya sunulmaktadır<sup>97</sup>.

Maneviyat kavramı için pek çok sözlük içerisinde bulunan diğer bir anlamsa “*moral kuvveti, yürek gücü, cesaret*” gibi açıklamalar olarak bilinmektedir. Buradan yola çıkarak maneviyat kavramının, tasavvuf, ahlak, psikoloji ve din olgularının içeriklerinin kesişmekte olduğu bir alana sahip olduğu söylenebilmektedir. Literatür içerisinde bulunan tanımlardan hareket ile maneviyat, özü gereğince maddi olmaktan uzak manevi bir alana kişinin içsel hayatına, kendisinden başlayıp diğerleri ve dünyayla kurduğu ilişkiyel yolculuğa atıfta bulunmaktadır<sup>98</sup>.

Maneviyat veya din şeklinde tanımlanan kavram, temel olarak varoluşu vurgulamaktadır. Bu bağlamda maneviyat ve dinin, insan yaşamında amaç ve anlam yaratmak ve kurgulamak amacıyla etkili bir enerji olduğu söylenebilmektedir. Bu yönü ile kişinin bağımlılıktan kurtulabilmesi adına önem arz eden bir fonksiyona sahiptir. Bahsedilen yaklaşıma göre kişiye umut ve güç aşılayan idealler ve değerlerden, aşkın varlık ya da Tanrı’dan ilişkiyi koparmak bağımlılığa neden olan önem arz eden bir etken olarak kabul edilmektedir. Bu duruma göre kuvvetli bir maneviyat ve Tanrı’yla olan bağ, bağımlılık benzeri negatif yönlü pek çok yaşam sorununa karşı mücadele gücü

---

<sup>96</sup> Öznur Özdoğan, *Aşkın Yanımız Maneviyat* (Ankara: Özdenöze Yayınları, 2009), 37.

<sup>97</sup> Sebiha Zembilci, *Alternatif Maneviyat Arayışları: Siber Maneviyat Örneği* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017), 12.

<sup>98</sup> Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları*, 31.



oluşturmaktadır<sup>99</sup>. Günümüze dek birçok araştırmacı tarafınca maneviyat tanımlamaları gerçekleştirilmiştir. Bahsedilen tanımlamalardan bazıları Tablo 2.1’de belirtilmiştir<sup>100</sup>.

Tablo 2.1 *Geçmişten Bugüne Kadar Yapılmış Olan Maneviyat Tanımları*

Araştırmacı	Tanım
Armstrong	Dünyada bulunan işlerinde bireyi farklı biçimlerde etkileyen yüksek güç ile kurulmuş olan bağlantının sağladığı iç huzur.
Benner	Tanrının kendisiyle ilişki halinde olmasına ilişkin nazik davetine insanoğlunun vermiş olduğu yanıt.
Doyle	Varoluşsal anlam arayışı.
Elkins vd.	Aşkın boyuttan ortaya çıkan ve benlik hayat ve insanın nihai olana yönelik düşünebildiği tüm şeylerle mutlak bir şekilde tanımlanan değerler tarafınca karakterize edilmekte olan deneyim ve varoluşun bir çeşidi.
Fahlberg	Özü veya benliğiyle ilahi olan ile ilişki kurup ona karışma hali.
Hart	Gündelik hayatında bireyin inancının sonsuza dek yaşama metodu, kişinin, varlığın nihai durumlarıyla alakalı yöntemi.
Shafranske ve Gorsuch	İnsani deneyimdeki aşkın boyut... Kişisel varlık değerinin anlamıyla alakalı kişisel problemlerin ve benliği daha geniş ontolojik bağlama konumlandırma gayretlerinin öneminin farkına varılması.
Tart	Nihai amaç ve gayeler ile, yüksek varlıklar ile, Tanrı ile, sevgi ile, şevkat ile, amaç ile ilgili insanların geniş potansiyel alanı.
Vaughan	Kutsal olanın öznel bir deneyimi.

## 2.2. Maneviyat ve Din Arasındaki İlişki

Maneviyat ve din olguları, birbirinin yerine kullanılan, fakat çeşitli anlamlar barındıran kavramlar olarak bilinmektedirler. Maneviyat, din kavramını da kapsamına alan daha geniş çaplı bir kavram şeklinde nitelendirilmektedir. Bu manada maneviyat, yaşamın amacı ve anlamını aramaya odak verirken din genel olarak yaratıcıyla alakalı duygu ve inançları kapsamaktadır<sup>101</sup>.

Yakın döneme dek psikologlar, maneviyat ve dindarlık olgularını farklı biçimlerde tanımlamak ile beraber her iki kavramın da çok boyutlu olduklarına yönelik genel bir kabule ulaşmışlardır. Bunun haricinde psikologlar, geleneksel açıdan dini,

<sup>99</sup> İsa Ceylan, “Bağımlılıktan Bağlanmaya: Bağımlılığa Dini ve Manevi Yaklaşımlar”, *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 3 (2021), 118.

<sup>100</sup> Mustafa Ulu, *Dindarlığın Tanımı, Boyutları ve Ölçülmesi Üzerine Psikolojik Bir Araştırma. Erciyes Üniversitesi Öğrencileri Örneği* (Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013), 27.

<sup>101</sup> Fatma Kılıç, *Çocuk Evlerinde Çalışan Bakım Elemanlarına Psikolojik Sermaye Algısı, İş Doyumu ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019), 55.

maneviyat olgusundan net olarak ayırmadan “geniş bantlı” bileşen şeklinde de ele almışlardır<sup>102</sup>.

Daha öncesinde dindarlık olgusu hem kurumsal hem de kişisel faktörleri barındıracak biçimde geniş bir manada ele alınmasına karşın sonrasında maneviyat olgusu kişisel bir kavram şeklinde ele alınarak bilinç üstü duyarlılık, kişisel anlamlılık ve kişisel aşkınlık gibi konular ile özdeşleştirilmiştir. Bu duruma göre dinle eş anlamlı ya da iç içe olarak kullanılmakta olan maneviyat olgusu, son dönemlerde dinden farklı bir kavram şeklinde ele alınmaya başlamıştır. Ayrıca son yollarda maneviyat ile alakalı gerçekleştirilmiş olan çalışma ve araştırmalar, maneviyatın dinden komple farklı olmadığını, fakat daha geniş bir anlama sahip olduğuna ilişkin bulgular ortaya sunmaktadır. Fakat bu durum, bir yandan da maneviyatın ortaya çıkması ile, maneviyat ve dindarlık kavramları arasında gerilim oluşturmuştur. Bu da iki olgunun düalistik, diğer bir deyişle ikilik prensibi ile tanımlanmasına yol açmıştır<sup>103</sup>.

Dini inanç sistemlerinde bulunan ceza ve ödül kullanımlarına karşılık olarak maneviyatta da kural ve ritüeller olmayıp komple kişinin içsel tecrübesi öne çıkmaktadır. Diğer bir deyişle semavi dinler içerisinde kötü ve iyiye karşılık olarak gelen ceza ve ödüller, maneviyat kavramında kullanılmamaktadır. Maneviyat yaklaşımı, eskiden kullanılmış olan dini hiyerarşi, geleneksel dindarlık ve ilahi güç yaklaşımına karşılık gelen benliğin kutsallığı, ruhsal olgunluk, kişisel potansiyel ve içten bağlılık gibi olguları öne çıkarmaktadır<sup>104</sup>. Bu bağlamda post-modern maneviyat kavramının, dinler içerisindeki manevi ve mistik boyutlar ile uyumlu olduğunu varsaymıştır. Bu manada maneviyat, geleneksel bir dindarlık görüşünden uzaklaşıp ortak evren içerisinde yaşamını sürdüren ve yeni özel dünya oluşturan insana ait bir dindarlık halini belirtmektedir. Diğer bir deyişle geleneksel ve sosyal özellikleri barındıran din kavramının tam tersine maneviyat genel olarak öznel ve bireysel özellikleri barındırmaktadır<sup>105</sup>.

---

<sup>102</sup> Ulu, *Dindarlığın Tanımı, Boyutları ve Ölçülmesi Üzerine Psikolojik Bir Araştırma. Erciyes Üniversitesi Öğrencileri Örneği*, 25.

<sup>103</sup> Ulu, *Dindarlığın Tanımı, Boyutları ve Ölçülmesi Üzerine Psikolojik Bir Araştırma. Erciyes Üniversitesi Öğrencileri Örneği*, 28.

<sup>104</sup> Mustafa Alici, "Dindar Değil Maneviyatçiyim: Postmodern Din Bilimlerinde Maneviyat-Dindarlık Tartışmaları." *AKRA Kültür Sanat ve Edebiyat Dergisi* 6/16 (2018), 11.

<sup>105</sup> Gonca Bedel, *The Validity and Reliability Study of the Turkish Version of the Spirituality Scale*. (İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009), 5.

Meditasyona yönelik araştırma gerçekleştirildiği zaman 2 özellikle karşılaşmak mümkündür. Bir yandan manevi, psikolojik ve fizyolojik etkiler, bir yandansa gelenek ve pratiklerde bulunan sınırsız çeşitlilik, Hindularda birtakım yoga pratikleri, Budistlerde bazı nefes egzersizleriyle düşünce yoğunlaşması, İslami Sufi gelenekte sema ve zikir, Hristiyanlarda çilecilik ve gece ibadeti gibi haller, inanan kişilere farklı tecrübe ve deneyimler yaşatıyor olsa bile meditasyonun insana manevi açıdan tesiri benzer görünmektedir<sup>106</sup>. Maneviyat ve din kavramlarının önem arz eden bir kesişim noktası olarak kabul edilen tasavvuf, insanları ruhsal, davranışsal ve bedensel olacak şekilde 3 bakımdan ele almaktadır<sup>107</sup>. Burada geliştirmiş olduğu yöntem ve uygulamalar ile insanları yeme, içme ve uyuma gibi alanlarda getirmiş olduğu düzenlemeler ile bedensel tövbe, ümit, korku, zikir, ibadet, uzlet, halvet, mücadele, kanaat, tevekkül, rıza, sabır, züht ve takva gibi uygulama ve ahlaki, diğer bir deyişle davranışsal bakımdan eğitmeye çaba gösterirken marifet, aşk, beka, müşahede, mükâşefe ve muhadara gibi tecrübeler ile de ruh dünyasında insanı geliştirmeye çalışmaktadır<sup>108</sup>.

Tablo 2.2. *Din ve Maneviyat Kavramlarının Karşılaştırılması*<sup>109</sup>

Din	Maneviyat
Toplumsal	Bireysel
Gözlemlenebilir, ölçülebilir, objektif	Az görülebilir ve ölçülebilir, subjektif
Dışa dönük uygulamalar	İçe dönük uygulamalar
Otoriter	Otoriter değil
İnanç sistemi, ibadet ve uygulamalar	Ruhçuluk tinsellik
Kutsal ve metafizik değerler	Metafizik bir görüş

Tablo 2.2’de din ve maneviyat kavramlarının karşılaştırılmasına yer verilmiştir. Maneviyat kavramını din kavramından ayıran önemli yönlerden bir tanesi de dindarlıkta kurumsal ilke ve prensiplerin takip edilmesine karşılık olarak maneviyatta kişisel anlam arayışı kendisini aşma, kutsalla doğrudan iletişime geçme çabalarıdır. Bu bağlamda dindarlık, maneviyat ile karşılaştırıldığı zaman daha durağın ve inanç temelli bir şekilde

<sup>106</sup> C. Daniel Batson vd. *Din Ve Birey Sosyal Psikolojik Bir Yaklaşım* (Çev. A. Kuşat - A. Taştan). (Kayseri: Kimlik Yayınları, 2017), 159-160.

<sup>107</sup> Halil Ekşi - Çınar Kaya, *Maneviyat Ve Psikolojik Danışma. İçinde Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* (ss. 1-30). (İstanbul: Nobel Yayıncılık, 2020), 26.

<sup>108</sup> Hasan Kayıklık, *Din Psikolojisi: Bireysel Dindarlık Üzerine* (1. Baskı) (Adana: Karahan Kitabevi, 2011), 58.

<sup>109</sup> Kenneth I. Pargament, - Geçioğlu Ahmet Rifat. "Din Psikolojisi Mi, Din ve Maneviyat Psikolojisi Mi?." *Bilimname* 29/2 (2015), 7.

görülebilmektedir. Maneviyatsa dindarlık kavramına göre daha kişisel ve duygusal deneyimi önceleyen bir yapıdadır<sup>110</sup>.

### 2.3. Maneviyat ve Psikoloji Bilimi

Deneyisel açıdan gözlenebilen kavramların gerçeklik boyutunu kabullenen ampirik paradigma, metafizik alanını bilimsel olandan ayırmıştır. Beşeri bilimler arasında yer alan psikoloji bilimi de bu durumdan üzerine düşen payı almıştır. Materyalist bir görüşün hakim olduğu psikolojide “din” ve “maneviyat” olguları bilimsel olmayan ferdi bir olay şeklinde kabul edilmiş ve bu nedenle bahsedilen olgular klinik araştırma ve çalışmalara dahil edilmemiştir. Ayrıca son dönemlerde dini ve manevi deneyimlerin, insan ruh sağlığına yönelik etkisinin ele alındığı araştırma ve çalışmalar psikoloji ve psikiyatri alanlarında yaygınlık kazanmaya devam etmektedir<sup>111</sup>.

Kimi psikoloji bilimi kuramcılarıysa dinin teolojik gerçekliği ve kurumsal kimliğinin yanı sıra dinin insan psikolojisine tesiri ve kişisel boyutu üstüne yoğunlaşmıştır. William James, din kavramını kişinin deneyim ve duyguları şeklinde incelemiş ve din kavramına yararlı bir felsefe anlayışı ile yaklaşmıştır. Ona göre dini deneyim, kişinin ruh sağlığını pozitif olarak etkiliyor ise bir gerçeklik konumunda yer almaktadır. Jung, din kavramının pek çok ritüel ve düşüncenin arketipsel bir imge barındırdığına vurgu yapmış ve dini öğretileri kolektif bilincin bilinç alanına yansımaları şeklinde kabul etmiştir. Jung da James’e benzer olarak din kavramını, fonksiyonel yönü ile incelemiştir. Jung’a göre din, pek çok psikoz ve nevrozun tedavisinde etki sahibi olan bir araç olarak kabul edilmektedir<sup>112</sup>.

İnsan psikolojisinin yalnızca zihinsel ve davranışsal süreçlerden meydana gelmediği ya da insanın yalnızca bilinç dışı alan ile açıklanamayacak olduğu, insanın manevi, duygu, değer ve ahlaki aşkın boyutlarının da olduğunu gündem konusu haline getiren hümanist varoluşçu varsayım, maneviyat ve dinin psikoloji alanında ele alınmaya değer görülmesinde liderlik etmiştir. Ericson ve Maslow, insanların kendilerini gerçekleştirme etabında maneviyatın önem arz eden bir role sahip olduğunu ve maneviyatın bilimsel açıdan ele alınması gerektiği düşüncesini savunmuşlardır<sup>113</sup>. Maslow, kendini aşma ve gerçekleştirme süreci içerisinde dini deneyim ve değerlerin

<sup>110</sup> Ali Köse - Ali Ayten, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2012), 127.

<sup>111</sup> Ekşi - Kaya, *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*, 2.

<sup>112</sup> Carl Gustav Jung, *Psikoloji ve Din* (Çev. R. Karabey) (İstanbul: Okyanus, 2017), 67.

<sup>113</sup> Amber Haque, “Psikoloji ve Dinin Etkileşimi: Trendler ve Gelişmeler” (Çev. N. E. Korkmaz). *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 53/1 (2012), 154.

işlevselliğini değerlendirmiştir. Kendini gerçekleştirmekte olan kişileri “*dindar insanlar*” şeklinde nitelendirmekte olan Maslow, mistik deneyim ve tecrübeleri doruk deneyimler şeklinde ifade etmiştir<sup>114</sup>.

Varoluşçu yaklaşımı savunan isimler arasında yer alan Frankl ise, bireyin üst anlama erişme hususunda dinin fonksiyonel boyutuna vurgu yapmıştır. Frankl’a göre manevi kutsal bir kuvvete inanma, bireyin hayat anlamına ulaşması ve bu duruma güven ile bağlanmasında önem arz eden bir unsurdur. Frankl’a göre psikoterapi ve din, işlevsellik bakımından benzer görünse de amaçsal manada farklılıklar içermektedir. Her ikisi de insanların huzur ve güvenlerini sağlamakta, fakat psikoterapi psikolojik açıdan bir çözüm sunmaktayken dinin amacıysa manevi bir güvence sağlamaktır<sup>115</sup>.

Yalnızca patoloji ve ruhsal hastalıklara odak veren psikoloji alanının odak noktasını değiştirmesinin gerekli olduğunu düşünen pozitif psikoloji kurucusu olarak kabul edilen Seligman psikolojinin, insanların anormal taraflarına odaklanması ile insanlarda bulunan erdem ve potansiyel güçlerin göz ardı edildiğini ifade etmiştir. Seligman’a göre, sabır, hoşgörü, umut, memnuniyet ve iyi oluş gibi erdemlere, bireysel yeteneklere, bilgelik ve maneviyata yönelmek ve insanlarda mevcut potansiyel erdemleri ortaya çıkarmak, psikolojiye hem tedavi edici hem de koruyucu bir misyon kazandırmaktadır. Pozitif psikoloji alanının konuları arasında yer alan huzur, bağışlama, adalet, sevgi, iyimserlik ve memnuniyet gibi sorumluluk ve değerler, hoşgörü, fedakarlık gibi toplumsal erdemler dini ve manevi prensipler ile örtüşmektedir<sup>116</sup>.

## 2.4. Maneviyatın Boyutları

Martsof ve Mickley, maneviyat kavramının temel özellik ve niteliklerini şu şekilde sıralamaktadırlar<sup>117</sup>:

1. Anlam; Hayatın varoluşsal önem ve değerini hissetme, yaşamı anlamlandırmak ve varoluşun gayesini elde etmeyi ifade etmektedir.

---

<sup>114</sup> Haque, “Psikoloji ve Dinin Etkileşimi: Trendler ve Gelişmeler”, 154.

<sup>115</sup> Nesrullah Okan – Halil Ekşi, Logoterapi ve Maneviyat İlişkisi. İçinde *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat Kuramları ve Uygulamaları* (ss. 163-184). (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2017), 166.

<sup>116</sup> Şahin Ağılkaya, Zühal. *Psikoloji ve Psikoterapide Din* (İstanbul: Çamlıca, 2020), 46.

<sup>117</sup> Donna S. Martsof - Jacqueline R. Mickley, “The Concept of Spirituality In Nursing Theories: Differing World-Views and Extent of Focus”, *Journal of Advanced Nursing*, 27/2 (1998), 297.

2. Değer; Çoğunlukla “*nihai değerler*” şeklinde ifade edilen; bir fikrin, davranışın ya da nesnenin hakikati, güzelliği ve değeri ile standart ve inançların belirlenmesi olarak ifade edilmektedir.
3. Aşkınılık; İnsanların benliklerinin dışında bir boyutun tecrübe edilmesi ve sınırlarını aşması olarak belirtilmektedir.
4. Bağlantı; Kişinin kendisi, başka insanlar, Tanrı ya da aşkın güç ve çevresi ile bağlantı kurmasını belirtmektedir.
5. Oluş; Kişinin deneyim ve yansımalarını kapsayan bir hayat açılımı; diğer bir deyişle bireyin nasıl birisi olarak bilindiği ve kim olduğuna yönelik bir duygu içermektedir.

Roof, maneviyat kavramının 4 temel faktörden meydana geldiğini ifade etmektedir. Bunlar aşkın güç, Tanrı veya Yaratıcı şeklinde bilinen varlığa dayanma, ben ötesi nihai anlam veya amaç arayışı ve değer kaynağı bulma, yaratılışı anlayıp içsel farkındalık ve benlik bütünlüğü sağlamak olarak bilinmektedir<sup>118</sup>.

Cook, maneviyatla alakalı çalışma ve araştırmaları ele alarak farklı tanımları sentezleyerek on üç başlıkta bir kavramsal bileşen ifade etmiştir. Bu senteze göre maneviyatla alakalı kavramların ilgili olduğu bileşenler şu şekilde sıralanabilmektedir<sup>119</sup>:

- **Bilinç;** Bilinç ve farkındalık
- **Yaratıcılık;** İnsan faktörünün yaratıcılığı
- **Kendini tanıma;** Kendini gerçekleştirme ve kendini tanıma
- **Bütünlük;** Bütünsel sağlık, sağlık ya da bütünlük
- **Dindarlık ya da dinsizlik;** Maneviyatın dine karşıtlığı veya din ile özdeşlik
- **Maddi olmama;** Manevi olanın maddi olana karşıtlığı
- **Değerler;** önem ve değer
- **Özgünlük ya da gerçek;** Özgünlük ve gerçeklik
- **Anlam ya da amaç;** Yaşamdaki anlam ve amaç
- **Çekirdek, kuvvet ya da ruh;** bir kişinin iç “*çekirdeği*”, “*kuvvet*” ya da “*ruhu*”
- **İnsanlık;** İnsanlığın ayırt edici özelliği

---

<sup>118</sup> Wade Clark Roof, *Spiritual Marketplace: Baby Boomers and the Remaking of American Religion* (New Jersey: Princeton University Press, 1999), 49.

<sup>119</sup> Cook, “Addiction and Spirituality”, 543.

- **Aşknlık;** Hayata aşkın bir boyutun tanınması
- **İlişkililik;** Kişilerarası ilişkiler

## 2.5. Maneviyat/Din ve Bağımlılık

Din, kişinin ahlaki davranış ve tutumlarını düzene sokarak hem kişi hem de toplumun ruh sağlığını muhafaza etme ve sağlıklı bir sosyal yapı yaratma amacını gütmektedir. Dinler, ortaya sundukları dünya görüşüyle ona tabi olan kişilerin içme, yeme ve beslenme gibi alanlarda dahil olacak şekilde pek çok düzenleme ortaya koymaktadırlar. Bu bağlamda kişilerin bağımlılık yapan maddeler ve zararlı alışkanlıklardan kaçınmalarını sağlamaktadırlar. Örnek olarak Yahudi ve Müslümanlar inançlarından kaynaklı olarak alkol tüketilmesine karşı negatif yönlü bir tutum sergilemişlerdir<sup>120</sup>.

Dinlerin büyük bir kısmında bağımlılığın yasaklanmasıyla bağımlılığın bireye vermiş olduğu manevi, sosyal, psikolojik ve fiziksel zararların önüne geçilmesi amaç olarak belirlenmektedir. Diğer modern psikoloji ve toplum bilimlerinin bağımlılık benzeri negatif yönlü davranış ve tutumların kaynağına ilişkin sunmuş oldukları argümanlar karşısında farklı ifadelerde bulunmaktadır<sup>121</sup>.

Bir toplum içerisinde bağımlılık yapmakta olan maddelerin kabul görülebilirliği o maddenin artışına etki eden faktörler arasında yer almaktadır. Eğer bir maddenin kullanılması toplum içerisinde kabul edilmiyor ise kullanan birey sayısı azalmaktadır. Dinin yasaklayıcı tavrı, kullanımın üzerinde önem arz eden bir baskı oluşturmaktadır. İslam dininde de sarhoş etmekte olan keyif verici maddeler, net bir şekilde yasaklanmıştır. Ayrıca kullanan kişilerin şiddet ile cezalandırılacak olduğu belirtilmiştir. Korku, bu konuya yönelik önem taşıyan bir önleyici faktördür. Fakat gelenekler ve din, bağımlılık karşısında hiçbir zaman yalnız başına yeterli koruyucu olmayı başaramamıştır. Bunun nedeni, yalnız başına caydırıcı faktörler, engellenmenin yalnızca bir parçasını oluşturmaktadır<sup>122</sup>.

Dindarlık, uyuşturucu ve alkol bağımlılığı arasında bulunan ilişki ve etkileşimlerin ters yönlü olması, yalnızca dini grupların sosyal desteği ile

---

<sup>120</sup> Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık* (Adana: Karahan Yayınları, 2007), 64.

<sup>121</sup> Orhan Gürsu - Nihal İşbilen, *Bağımlılara Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri* (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020), 32.

<sup>122</sup> Kültegin Ögel, *Bağımlılık ve Tedavisi Temel Kitabı*. (2. Baskı) (İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık, 2018), 44.

sağlanmamaktadır. Bunun yanı sıra inancın, kişiye sunduğu psikolojik anlam ve amaçları açısından önemli bir etkisi bulunmaktadır<sup>123</sup>.

Dini ibadetleri gerçekleştirmenin psikolojik bozukluk ve sıkıntıların düzelmesinde önem arz eden bir etkiye sahip olduğu ifade edilmektedir. İçinde ahlak kuralları, ibadet ve inançları içeren ilahi kaynaklı bir sistem olarak kabul edilmektedir. Bahsedilen sistem takipçisini ve sistemin etkilediği toplumları derinden sarsarak yaşama pozitif bir yön vermektedir<sup>124</sup>. Din, kişiye iç disiplin kazandırılmakta olan otokontrolü kuvvetlendirerek hazzı geciktirmesini kolay bir hale getirip yaşama daha pozitif bir bakış açısı sunarak, sosyal destek fırsatları sağlayarak ve benzer özellikleriyle zayıf bir karaktere sahip olan bağımlı kişiye farklı destek fırsatları sunabilmektedir<sup>125</sup>.

Manevi ve dini değerler, insanların ruhsal ve ben ötesi taraflarına destek veren niteliğe sahiptir. Manevi gelişim, sonsuzluk inancı, öze dönüş, arınma, dua, affetmek, huzur, niyet, şükür, sabır, kabullenme, güven, sorumluluk, tövbe, varoluş, anlam arayışı ve Tanrı algısı gibi manevi ve dini temalar koruyucu ve önleyici faktörler, kişilerin psikolojik sağlamlık ve psikolojik iyi oluşlarına destek vererek bağımlılık ile mücadele hususunda önemli bir avantaj oluşturmaktadır<sup>126</sup>.

İnançlar, bireyin yakın çevresinde yer alan önemli insanlardan uygulamaları ve ifadeleriyle birey üstünde etki bırakmaktadırlar. Örnek olarak bir şeyin aşırı dozda kullanılmasının karakterde meydana gelen bozukluğun göstergesi şeklinde düşünülmesi, kumar oynamanın günah olduğunu düşünmesi ve alkolün şeytan işi olması gibi inanışlar, kişiyi bağımlılığa sürükleyen yolun başlangıç noktasında koruyucu bir etkiye sahip olmaktadır. Bazı zamanlarda katı dini tutum ve davranışlar kişilerin bağımlılık yapan davranış ve tutumları gidişini kolaylaştırırsa bile, genellikle sosyal çevreden edilmekte olan inanışlar, niyet aşamasında kişileri durdurmaktadır. Bu bağlamda inanç sistemlerinin bağımlılık karşısında koruyucu bir faktör olduğu söylenebilmektedir<sup>127</sup>.

---

<sup>123</sup> Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*, 67.

<sup>124</sup> Zehra Gönenç, *15-17 Yaşlarındaki Ergenlerde Şükür ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. (İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019), 26.

<sup>125</sup> Gürsu - İşbilin, *Bağımlılara Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri*, 36.

<sup>126</sup> Ceylan, "Bağımlılıktan Bağlanmaya: Bağımlılığa Dini ve Manevi Yaklaşımlar", 118.

<sup>127</sup> Carlo C. Diclemente, *Bağımlılık ve Değişim: Bağımlılık Nasıl Gelişir ve Bağımlı İnsan Nasıl İyileşir?*. (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016), 216.



## 2.6. İlgili Araştırmalar

Karslı (2019) yaptığı çalışmada, gençlerde dindarlık ve internet bağımlılığı ilişkisini ele almıştır. Çalışmanın örneklemini, Trabzon şehrinde yaşayan ve yaşları 18 ile 37 arasında değişiklik gösteren 151'i erkek ve 358'i kadın toplamda 509 gençten meydana gelmektedir. Çalışmada veri toplama aracı olarak “*Dini Şuur Ölçeği*”, “*İçsel Dini Motivasyon Ölçeği*” ve “*İnternet Bağımlılığı Ölçeği*” kullanılmıştır. Çalışmada, ilk olarak örneklemin kişilik yapısı, sigara kullanımı, sosyoekonomik durum, cinsiyet ve yaş özellikleri dindarlık ve internet bağımlılığı bakımından ele alınmış, sonrasında internet bağımlılığı ve dindarlık arasında bulunan ilişkiler incelenmiştir. Çalışma dahilinde ulaşılan bulguların analiz edilmesi neticesinde, kişilik yapısı ve cinsiyetle internet bağımlılığı arasında olumlu; dini şuur, dini değer, dini bilinç ve içsel dini motivasyonla internet bağımlılığı arasında olumsuz ilişkilerin olduğu saptanmıştır<sup>128</sup>.

Uyar (2020) gerçekleştirmiş olduğu araştırmada, ilk olarak kısa bir şekilde gençlik kavramından söz ederek gençlerin toplumların devamlılığı, huzurlu ve sakin bir sosyal yaşam bakımından önem ve değerine vurgu yapmaktadır. Daha sonrasında, Kur'an-ı Kerim içerisinde bahsedilen, güzel hasletlerinden ve kendilerinden övgüyle bahsedilen örnek gençler ve onların övülmekte olan tarafları üstünde durulmaktadır. Ardından doğrudan kendisi örnek bir gençlik dönemi yaşamış Hz. Muhammed'in, ayrı bir özen ve önem göstermiş olduğu gençler ile iletişim sağlarken, gençleri eğiterek, bilgilendirerek, güzel ahlakla tezyin ederek içerisinde yaşadığı topluma yararlı kişiler olmaya, geleceğe ve nihai plan içerisinde edebi yaşama hazırlarken dikkat ederek esas aldığı ilkeler, davranış ve tutumlar temel hadis kaynaklarından örneklerle ele alınmakta ve ilk dönem Müslüman gençlerin tümü farklı güzellikler ile dolu güzide yaşamlarından bazı örnekler verilmektedir<sup>129</sup>.

Ekşi ve Nesrullah (2021), yapmış oldukları bir çalışmada, şiddet eğilimi ve maneviyat arasında bulunan ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların düzenleyici rolünü araştırmışlardır. Çalışmanın örneklemini İstanbul'un Anadolu yakasında eğitimini sürdüren beş farklı lisede eğitim ve öğretim görmekte olan dört yüz kırk altı kişi meydana getirmektedir. Çalışmanın verileri “*Young Şema Ölçeği Kısa Form-3*”,

<sup>128</sup> Necmi Karşlı, “Gençlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 46 (2019), 225-260.

<sup>129</sup> Ahmet Uyar, “Hz. Peygamber'in Gençlerle İletişim Stratejisi”, *Kayseri-Türkiye* 29-31 Ocak-January, 56 (2020).

“*Manevi Yönelim Ölçeği*” ve “*Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği*”yle elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen verilerin analizi AMOS 20.0 ve SPSS 22.0 programlarıyla yapılmıştır. Çalışma verilerine düzenleyici değişken analizi uygulanarak analiz sonuçlarına göre şiddet eğilimi ve maneviyat arasında bulunan ilişkide erken dönem uyum bozucu şemalarından bağımlılık ve cezalandırıcılık şemalarının düzenleyici rolünün olduğu bulgusuna varılmıştır<sup>130</sup>.

---

<sup>130</sup> Ekşi. Halil - Nesrullah, Okan. “Gençlerde Maneviyat ve Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Moderatör Etkisi”, *Biliname*, 2021/44 (2021), 521-546.

## SONUÇ

İletişim olgusu, en temel anlamda varlıklar arasında bilgi, fikir, görüş, düşünce ve duygu aktarımına verilmekte olan isim olarak tanımlanabilmektedir. İletişim, Allah'ın bütün canlılara lütfetmiş olduğu bir yetenek şeklinde nitelendirilmektedir. Bilhassa insanlara üst seviye bir meleke şeklinde bahşedilmiş olan iletişim becerisi aracılığıyla insan özel bir konuma sahiptir.

İnsanlık tarihinden beri, insanların varoluşunu belirtmelerine yardımcı olan iletişim becerisi aracılığıyla hayat daha anlaşılır bir hal almıştır. Bütün canlılar arasında farklı iletişim çeşitli bulunmaktadır. Bilhassa canlı varlıklar beden ve ses dilinden yararlanarak iletişim kurmaktadır. Fakat bütün canlılar arasında insan, sesini anlamlı bir lisana dönüştürüp üst seviye bir iletişim sağlayabilmektedir. İnsanların hayatları boyunca kullandıkları iletişim becerisi doğru yöntem ve ilkelere etkili ve uygun olarak kullanıldığı zaman insan hayatını daha verimli ve kaliteli hale getirmektedir.

Günümüzde bilim adamları iletişim kavramını kabaca 2 biçimde sınıflandırmaktadır. Bu sınıflandırmalardan birincisi sözlü iletişim, diğeryse sözsüz, diğer bir ifadeyle beden diliyle gerçekleştirilen iletişimdir. Bunun haricinde etkili bir iletişime yönelik gerçekleştirilmiş olan çalışma ve araştırmalar neticesinde, etkili iletişimde sözlü iletişim türünün etkisinin yüzde on, ses tonunun yüzde yirmi ve beden dilinin yüzde yetmiş olduğu görülmüştür. Bahsedilen bilgiler bizlere etkili bir iletişim kurmada davranış ve tutumların daha etkili olduğunu göstermektedir.

İletişim, kişinin yaşamı boyunca, gündelik hayatının tüm alanlarında kullanmakta olduğu bir beceridir. Bütün yaşantılar ve sosyal çevrelerde iletişim kullanılmaktadır. Kişi kendisi, ailesi, iş yerinde çalıştığı kişiler, özetle bütün çevresiyle devamlı olarak etkileşim ve iletişim sağlamaktadır. Bu sebeple iletişim de kalite ve doğru yöntem fazlasıyla önem arz etmektedir. Dünyanın en önemli iletişim uzmanları, hiç şüphesiz peygamberlerdir. Bunun sebebi peygamberler, Allah tarafınca seçilerek görevlendirilmiş olan ve yüklenmiş oldukları ağır görevlerden ötürü oldukça hassas davranmak durumunda kalmışlardır. Allah'ın elçileri davet ve tebliğ vazifesini yerine getirirken iletişimi fazlasıyla doğru ve etkili bir şekilde kullanmışlardır. Peygamberlerin davet usulünden etkin iletişim metotlarını öğrenebilmek mümkündür. Kur'an-ı Kerim'de peygamber kıssalarında peygamberlerin kendi toplumuyla kurmuş oldukları etkin iletişime yönelik pek çok teknik ve yöntem olduğunu bariz şekilde görülmektedir.

Günümüzde modern yaşamın, kapitalist-konformist hayat tarzının ve popüler kültürün hedeflediği gençler ile etkin iletişim sağlamanın önem ve değerini belirtmek mümkündür. Günümüzde gençler ile yaşanmakta olan iletişim çatışmasının belli sebepleri mevcuttur. Bahsedilen iletişim problemlerinin başında, kullanılmakta olan dilin artık gençlere hitap etmediği ve gençler ile farklı bir iletişim dilinin kullanılması gerektiği yer almaktadır. Hızlı dijitalleşme, gelişen teknoloji ve sosyal medyayı etkili bir şekilde kullanmakta olan gençlerin yalnızca lisanlarının değil, fikirlerinin, anlama şekillerinin ve kendilerini açıklama tekniklerinin farklılaştığını görmek mümkündür. Bu nedenle gençlerle kurulan iletişim değişmesi, gençlerin maneviyatlarının azalmasına yol açmıştır. Eskiden insanların hayatlarında karşı karşıya kaldıkları problemler ve stresli durumları başarılı olarak atlatmak amacıyla maneviyatın gücünden yararlanmaktaydılar. Fakat gelişen teknolojiler ve internet kullanımı, gençlerin karşılaştıkları sorun ve problemleri maneviyattan yararlanarak çözüme kavuşturmak yerine araştırmalarda bulunarak çözmeye çalıştıkları görülmektedir. Bu durum, gençlerle kurulan iletişimin farklı bir hale gelmesinden kaynaklı maneviyatlarının azalmasına yol açmıştır.

Manevi değerler, kişinin hayatta neye inandığı, hangi prensipleri benimsediği ve yaşamındaki önceliklerini belirlediği konulardır. Gençlerle iletişimde, manevi değerlerin paylaşılması, karşılıklı anlayışın ve güvenin artmasına yardımcı olabilir. Ortak değerlere sahip olmak, ilişkilerin derinleşmesine katkıda bulunabilir. Maneviyat, başkalarının duygusal deneyimlerine duyarlı olmayı ve onlara saygı göstermeyi içerir. Gençlerle manevi düzeyde bağ kurmak, onların duygusal ihtiyaçlarına daha duyarlı olmanıza yardımcı olabilir. Bu ise, sağlıklı ve güçlü ilişkilerin temelini oluşturabilir. Ayrıca gençler ile kurulacak olan iletişimde maneviyat, stresle başa çıkma ve hayatın zorluklarıyla baş etme konusunda yardımcı olabilir. İnanç sistemleri, gençlere içsel bir dayanak sağlayabilir ve yaşadıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir.

Gençlerle iletişim kurarken maneviyat, onların duygusal ve ruhsal ihtiyaçlarına önem vermenin yanı sıra, onların değerlerini, inançlarını anlamaya ve saygı göstermeye dayanır. Maneviyat odaklı iletişim, gençlerle daha anlamlı ve derin bir bağ kurmanın yanı sıra, onların kişisel gelişimine de katkıda bulunabilir. Özetle gençlerin doğru ile yanlış ayırt etmelerine ve etik değerlere sahip olmalarına katkıda bulunabilir. İletişimde manevi boyutun önemsenmesi, gençlerin toplumsal sorumluluklarını anlamalarına ve etik değerlere bağlı kalma konusunda daha bilinçli olmalarına yardımcı olabilir.

## KAYNAKLAR

- Açıklan, Aytaç - Turan, Selahattin. *Okullarda Etkili İletişim* (5. Baskı), Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2020.
- Ağılkaya Şahin, Zühal. *Psikoloji ve Psikoterapide Din*, İstanbul: Çamlıca, 2020.
- Akman, Afra Esra. *Maneviyat Düzeylerine Göre Stres Bilgece Farkındalık ve Ayrışma Bütünleşme Farklılıkları*. Ankara: Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.
- Aldağ, Habibe - Sezgi, M. Emre. "Çok Ortamlı Öğrenmede İkili Kodlama Kuramı ve Bilişsel Model." *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 11/11 (2003).
- Alici, Mustafa. "Dindar Değil Maneviyatçıyım: Postmodern Din Bilimlerinde Maneviyat-Dindarlık Tartışmaları." *AKRA Kültür Sanat ve Edebiyat Dergisi* 6/16 (2018), 11-20.
- Alisinanoğlu, Fatma. "Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi", *Eğitim ve Bilim*, 27/123, (2002).
- Avşaroğlu, Selahattin. *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışına Etkisi*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 1999.
- Aytekin, Halil. *İnsan İlişkileri ve İletişim* (7. Baskı), Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2021.
- Bakır, Seyid. "Okul Müdürlerinin Sahip Olması Beklenen İletişim Becerileri", *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)* 9/83 (2022), 15.
- Başdaş, Fazilet – Vural, Ruken Akar. "Drama Temelli Dijital Hikâye Anlatıcılığı Programının 6 Yaş Çocuklarının Bazı Sosyal Becerilerinin Gelişimine Etkisi." *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 5/1 (2017), 1-30.
- Batson, C. Daniel - Schoenrade, Patricia - Ventis, W. Larry. *Din ve Birey Sosyal Psikolojik Bir Yaklaşım* (Çev. A. Kuşat - A. Taştan). Kayseri: Kimlik Yayınları, 2017.
- Beckham, Kathryn - King, Jeffrey. *Building Coalitions: Communication In Coalitions*. University of Florida, 2008.
- Bedel, Gonca. *The Validity and Reliability Study of the Turkish Version of the Spirituality Scale*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009.

- Bulunmaz, Barış. *İletişim Medya ve Gazetecilik*. İstanbul: Der Yayınları, 2017.
- Ceylan, İsa. "Bağımlılıktan Bağlanmaya: Bağımlılığa Dini ve Manevi Yaklaşımlar", *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, 3 (2021), 107-134.
- Cook, C. Christopher. "Addiction and Spirituality", *Addiction*, 99/5 (2004), 539-551.
- Correll, Shelley J. vd. "It's The Conventional Thought That Counts: How Third-Order Inference Produces Status Advantage." *American Sociological Review* 82/2 (2017), 297-327.
- Coursen, David - Thomas, John *Communicating*. ERIC Publications, Guides, 1989. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ed309515.pdf>
- Çağlar, Kemal. *Herkes İçin Etkili İletişim Stratejileri* (2. Baskı). Ankara: Adalet Yayınevi, 2018.
- Delgado, Cheryl. "A Discussion of the Concept of Spirituality", *Nursing Science Quarterly*, 18/2, (2005), 157-162.
- Diclemente, Carlo C. *Bağımlılık ve Değişim: Bağımlılık Nasıl Gelişir ve Bağımlı İnsan Nasıl İyileşir?*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2016.
- Dökmen, Üstün. *İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2008.
- Düzgüner, Sevde. *Maneviyat Algısı ve Yansımaları*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2021.
- Ekşi, Halil - Kaya, Çınar. *Maneviyat ve Psikolojik Danışma*. İçinde *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* (ss. 1-30). İstanbul: Nobel Yayıncılık, 2020.
- Ekşi, Halil - Nesrullah, Okan. "Gençlerde Maneviyat ve Şiddet Eğilimi Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Moderatör Etkisi", *Bilimname*, 2021/44 (2021), 521-546.
- Eleferenko, I. O. "İletişimin Temeli Olarak Empati", *Rusya'nın Güneyinde Kültürel Yaşam*, 4/38 (2010). [Елеференко, Игорь Олегович. "Эмпатия Как Основание Коммуникации." *Культурная Жизнь Юга России* 4 (2010), 33-36.].
- Ergin, Akif. *Eğitimde Etkili İletişim* (8. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık, 2020.
- Erozkan, Atılğan. The Effect of Communication Skills and Interpersonal Problem Solving Skills on Social Self-Efficacy. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 13/2 (2013), 739-745.
- Fidan, Mehmet - Torun, Bahar Urhan. *Sözsüz İletişim*. Ankara: Gazi Kitabevi, 2019.
- Gordon, Thomas. *Ailede Etkili Ana Baba Eğitimi* (Çev. Emel Aksay). İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2000.

- Gönenç, Zehra. *15-17 Yaşlarındaki Ergenlerde Şükür ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Gürsu, Orhan - İşbilen, Nihal. *Bağımlılara Yönelik Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020.
- Güven, Süleyman. "Kurumsal İletişim Bağlamında Kurumsal Sosyal Sorumluluk ve Etik İlişkisi", *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 26 (2016), 133-154.
- Haque, Amber. "Psikoloji ve Dinin Etkileşimi: Trendler ve Gelişmeler" (Çev. N. E. Korkmaz). *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 53/1 (2012), 149-166.
- İplikçi, Handan. "İletişimde Temel Modeller ve Kitle İletişim Modelleri", *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 7/2 (2015), 15-25.
- Jung, Carl Gustav. *Psikoloji ve Din* (Çev. R. Karabey). İstanbul: Okyanus, 2017.
- Karaçor, Süleyman - Şahin Ali, "Örgütsel İletişim Kurma Yöntemleri ve Karşılaşılan İletişim Engellerine Yönelik Bir Araştırma." *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi* 4/8 (2004), 96-117.
- Karlı, Necmi. "Gençlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 46 (2019), 225-260.
- Kasapoğlu, Abdurrahman. "İletişimde-Ben Dili-Ashabu'l-Karye Kıssasından Bir Kesit", *Hikmet Yurdu*, 1/2 (2008), 57-70.
- Kayıklık, Hasan. *Din Psikolojisi: Bireysel Dindarlık Üzerine* (1. Baskı). Adana: Karahan Kitabevi, 2011.
- Kaynar İsa. *Ortaokul Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıkları ve İletişim Becerileri*. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007.
- Keyton, Joann. *Communication and Organizational Culture: A Key to Understanding Work Experience*. Thousand Oaks, CA: Sage, 2011.
- Kılıç, Fatma. *Çocuk Evlerinde Çalışan Bakım Elemanlarına Psikolojik Sermaye Algısı, İş Doyumu ve Maneviyat Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019.
- Kneen, Judith. *Essential Skills: Essential Speaking and Listening Skills*. Oxford: Oxford University Press, 2011.
- Köse, Ali - Ayten, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2012.
- Kubbealtı Lugati, Kubbealtı Lugati, <http://www.lugatim.com>, Erişim Tarihi: 09.12.2023. (2023).

- Martsof, Donna S. - Mickley, Jacqueline R. "The Concept of Spirituality In Nursing Theories: Differing World-Views and Extent of Focus", *Journal of Advanced Nursing*, 27/2 (1998), 294-303.
- Mckey, Matthew - Davis, Martha - Fanning, Patrick. *Messages. The Communication Skills Book*. New Harbinger Publications, Inc., 2009.
- Miller, Katherine. *Communication Theories*. USA: Macgraw-Hill, 2005.
- Mineyama, Sachiko vd. "Supervisors' Attitudes and Skills For Active Listening With Regard to Working Conditions and Psychological Stress Reactions Among Subordinate Workers", *Journal of Occupational Health*, 49/2 (2007), 81-87.
- Monginaite, L. "İletişim Psikolojisi", Teknik, 2010. [Монгинайте, Л. *Психология Общения*. Техника. (2010).].
- Montemurro, Francine. *I Messages*. Boston University Ombuds, 2014.
- Navaro, Leyla. *Gerçekten Beni Duyuyor Musun?* (36. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi, 2018.
- Okan, Nesrullah - Ekşi, Halil. Logoterapi ve Maneviyat İlişkisi. İçinde *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat Kuramlar ve Uygulamalar* (ss. 163-184). İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2017.
- Onursoy, Sibel. *Görsel İletişim ve İmge* (1. Baskı). Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2019.
- Ögel, Kültegin. *Bağımlılık ve Tedavisi Temel Kitabı*. (2. Baskı). İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık, 2018.
- Özdemir, Gülten - Gökdağ, Rüçhan - Neslihanoglu, Serdar. "Sosyal Medyada Emoji Kullanımı ve Anlamlandırılması: Anadolu Üniversitesi İletişim Bilimleri Fakültesi Örneği", *Selçuk İletişim*, 12/1 (2019), 425-443.
- Özdoğan, Öznur. *Aşkın Yanımız Maneviyat*. Ankara: Özdenöze Yayınları, 2009.
- Panfilova, A. П. İletişim Teorisi ve Uygulaması. Akademi, (2007). [Панфилова, А. П. *Теория И Практика Общения*. Академия, (2007).].
- Pargament, Kenneth I. – Geçioğlu, Ahmet Rifat. "Din Psikolojisi Mi, Din ve Maneviyat Psikolojisi Mi?." *Bilimname* 29/2 (2015), 7.
- Paşalı Taşoğlu, Nihal. *Pazarlama İletişimi*. İstanbul: Detay Yayıncılık, 2009.
- Pathak, Anil. *The Communication Process*. Communication Analytics, 2014. <https://www.smashwords.com/books/byseries/13861>
- Petković, Mirjana - Janićijević, Nebojša - Bogičević Milikić, Biljana. *Organizacija*. Ekonomski Fakultet, Beograd, 2008.
- Preece, Jenny vd. *İnsan Bilgisayar Etkileşimi*. Boston: Addison-Wesley Longman Ltd., 1994.



- Rogers, Carl. "Empatik Olmak, Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir" (Çev. F. Akkoyun), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 16 (1983), 103124.
- Roof, Wade Clark. *Spiritual Marketplace: Baby Boomers and the Remaking of American Religion*. New Jersey: Princeton University Press, 1999.
- Samanlı, Ruhai. *Çalışma Hayatında Cinsiyet- İletişim İlişkisi*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.
- Saraç, Ayça. "Psikolojik Danışman Adaylarının İletişim Becerileri ve Kendini Açma Düzeyleri: Grupla Psikolojik Danışma Yaşantısı". *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi* 5/3 (2021), 1043-1055.
- Simkova, K. S. - Kharkova, O. A. Hekimlerin İletişim Becerileri: Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yenilikçi Bilim*, (11), (2020), 178-180. [Симкова, К. С. - Харьковская, О. А. Коммуникативные Навыки Врачей: Обзор Литературы. Инновационная Наука, (11), (2020), 178-180.].
- Şahin, Abdullah – Aktar, Süleyman. *Dinleme Tür ve Yöntemleri* (1. Baskı). Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2020.
- Şenbakar, Kubilay. *Elit Boksörlerde İletişim Becerilerinin İncelenmesi*. Elazığ: Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2015.
- Telman, Nursel - Ünsal, Pınar. *İnsan İlişkilerinde İletişim*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık, 2009.
- Tracy, Brian. *Satışın Psikolojisi* (Çev. O. Çelik). İstanbul: Beyaz Yayınları, 2018.
- Tunç Şahin, Canan - Turan, Selçuk - Karadeniz, Oğuzhan. "X, Y ve Z Kuşaklarının Eğitim, Öğretmen, Öğrenci Algıları", *OPUS International Journal of Society Researches*, 18/43 (2021), 6295-6327.
- Tutar, Hasan - Yılmaz, Mustafa Kemal - Eroğlu, Ömer. *Genel ve Teknik İletişim*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2017.
- Türk Dil Kurumu, (TDK). Türk Dil Kurumu Sözlükleri, <https://sozluk.gov.tr>, (Erişim Tarihi: 09.12.2023).
- Ulu, Mustafa. *Dindarlığın Tanımı, Boyutları ve Ölçülmesi Üzerine Psikolojik Bir Araştırma. Erciyes Üniversitesi Öğrencileri Örneği*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2013.
- Uyar, Ahmet. "Hz. Peygamber'in Gençlerle İletişim Stratejisi", *Kayseri-Türkiye* 29-31 Ocak-January, 56 (2020).
- Üstün, Besti. "Çünkü İletişim Çokşeyi Değiştirir!." *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 8/2 (2005), 88-94.
- Üstündağ Emin. *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006.

- Vorontsova, M. A. - Abdrakhmanova, Sh. S. Okul Öncesi Çocukların İletişim Becerileri ve Oyun Yoluyla Gelişim İhtiyacı. *Pedagoji ve Psikoloji: Teori ve Pratiğin Güncel Konuları*, (3) (2016), 107-112. [Воронцова, М. А., & Абдрахманова, Ш. С. *Коммуникативные Навыки Детей Дошкольного Возраста И Необходимость Их Развития Средствами Игры*. Педагогика И Психология: Актуальные Вопросы Теории И Практики, (3) (2016), 107-112.].
- Yarıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Yayınları, 2007.
- Yasa, Serap. "Grafik Tasarımda İletişim ve Göstergebilim." *İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi* 2/5 (2012), 8.
- Yengin, Deniz. *İletişim Çalışmalarında Araştırma Yöntemleri ve Uygulamaları*. İstanbul: Der Yayınları, 2017.
- Yıldız Bağdoğan, Selver. *Çalışanlar Arası İletişim*, İstanbul: Dora Yayınevi, 2018.
- Yılmaz, Aydın. *Kurumsal İletişim ve Stratejik İletişim Yönetimi* (1. Baskı). İstanbul: Seçkin Yayıncılık, 2020.
- Yüksel Şahin, Fulya. *İletişim Becerilerine Genel Bir Bakış*. Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık, 2021.
- Zembilci, Sebiha. *Alternatif Maneviyat Arayışları: Siber Maneviyat Örneği*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2017.
- Zılhoğlu, Merih. *İletişim Nedir?* (3. Baskı). İstanbul: Cem Yayınevi, 2007.