



T.C. PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ

İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI



MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SOSYAL MEDYANIN MANEVİ DESTEK VE REHBERLİKTEKİ ÖNEMİ

TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ

Hazırlayan
Hanım Nur KUŞ

Danışman
Prof. Dr. Osman MUTLUEL

DENİZLİ, 2024

T.C.

PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ

İSLAMİ İLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**SOSYAL MEDYANIN MANEVİ DESTEK VE REHBERLİKTEKİ
ÖNEMİ**

TEZSİZ YÜKSEK LİSANS DÖNEM PROJESİ

Hanım Nur KUŞ

Proje Danışmanı: Prof. Dr. Osman MUTLUEL

Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Tezsiz Yüksek Lisans Programı: Manevi Destek ve Rehberlik

Hanım Nur KUŞ tarafından hazırlanan “**Sosyal Medyanın Manevi Destek Ve Rehberlikteki Önemi**” adlı tezsiz yüksek lisans dönem projesi danışmanlığında hazırlanmış olup 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

Prof. Dr. Osman MUTLUEL

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

Doç. Dr. Harun ABACI

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.

Hanım Nur KUŞ

KABUL VE ONAY SAYFASI

Hanım Nur KUŞ tarafından hazırlanan “Sosyal Medyanın Manevi Destek Ve Rehberlikteki Önemi” adlı tezsiz yüksek lisans dönem projesi danışmanlığında hazırlanmış olup 14.12.2024 tarihinde son kontrolü yapılarak Pamukkale Üniversitesi Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı tezsiz yüksek lisans dönem projesi olarak kabul edilmiştir.

ÖNSÖZ

Bu araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Modern toplumda, manevi ihtiyaçların karşılanması ve zor zamanlarda duygusal destek sağlanması, bireylerin zihinsel ve duygusal sağlıkları açısından büyük önem taşımaktadır. Sosyal medya, bu ihtiyaçların karşılanmasında giderek daha yaygın ve etkili bir araç haline gelmiştir. Araştırmamız, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için sunduğu avantajlar ile beraber, yanlış bilgi yayılımı, yüzeysel ilişkiler ve mahremiyet sorunları gibi olumsuz yönlerini de ele almaktadır. Bu çalışmanın, manevi rehberlik ve destek arayışında olan bireyler için sosyal medyanın sunduğu fırsatları ve riskleri daha iyi anlamalarına katkı sağlayacağına inanıyorum. Tezsiz yüksek lisans sürecinde desteklerini esirgemeyen sayın hocam Prof. Dr. Osman MUTLUEL'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

SOSYAL MEDYANIN MANEVİ DESTEK VE REHBERLİKTEKİ ÖNEMİ MANEVİ DESTEK VE REHBERLİK TEZSİZ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Hanım Nur KUŞ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

Danışman: Prof. Dr. Osman MUTLUEL

Bu araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler üzerindeki etkilerini kapsamlı bir şekilde incelemektedir. Sosyal medya, modern toplumda iletişim ve etkileşim için vazgeçilmez bir araç haline gelmiş olup, manevi destek ve rehberlik alanında da önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmada, sosyal medyanın erişilebilirlik, hız ve çeşitlilik gibi avantajlarının yanı sıra, yanlış bilgi yayılımı, yüzeysel ilişkiler ve mahremiyet sorunları gibi dezavantajları da detaylı olarak ele alınmıştır. Araştırmanın bulguları, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik konusunda önemli bir araç olduğunu göstermektedir. Sosyal medya platformları, coğrafi sınırları ortadan kaldırarak bireylerin dünya genelindeki manevi liderler, danışmanlar ve topluluklarla bağlantı kurmalarına olanak tanımaktadır. Bu erişilebilirlik, özellikle kırsal bölgelerde yaşayan veya fiziksel engelleri olan bireyler için büyük bir avantaj sunmaktadır. Sosyal medyanın sağladığı 7/24 erişim imkanı, bireylerin ihtiyaç duydukları her an manevi içeriklere ulaşmalarını mümkün kılmaktadır. Ayrıca, sosyal medyanın sunduğu hız, bireylerin duygusal ve manevi ihtiyaçlarını anında karşılamalarına yardımcı olmaktadır. Bununla birlikte, araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik konularında yanlış bilgi ve dezenformasyonun hızla yayılabileceği bir platform olduğunu da ortaya koymaktadır. Yanlış veya yanıltıcı bilgiler, bireylerin manevi gelişim süreçlerini olumsuz etkileyebilir. Sosyal medya üzerinden kurulan ilişkiler genellikle daha yüzeysel ve geçici olabilmekte, bu da bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerinde derinlemesine rehberlik ve destek almalarını zorlaştırmaktadır. Ayrıca, sosyal medya platformlarında manevi konuların paylaşılması, mahremiyetin ihlal edilme riskini artırmaktadır. Araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik için değerli bir araç olduğunu, ancak bilinçli ve eleştirel bir kullanım gerektirdiğini vurgulamaktadır. Yanlış bilgi yayılımını önlemek, yüzeysel ilişkileri derinleştirmek ve mahremiyet sorunlarını yönetmek için bireylerin sosyal medyayı dikkatli ve bilinçli bir şekilde kullanmaları önemlidir. Sosyal medya, doğru ve güvenilir kaynaklardan bilgi edinildiğinde ve manevi yolculukta dikkatle kullanıldığında, bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerine önemli katkılar sağlayabilir. Ayrıca, sosyal medya platformlarının manevi toplulukların oluşmasına ve bu topluluklar içinde dayanışma ve empati duygularının güçlenmesine olanak tanıdığı da vurgulanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Manevi Destek, Rehberlik, Manevi Gelişim

ABSTRACT

THE IMPORTANCE OF SOCIAL MEDIA IN SPIRITUAL SUPPORT AND GUIDANCE

SPIRITUAL SUPPORT AND GUIDANCE NON-THESIS MASTER'S DEGREE PROGRAM

Hanım Nur KUŞ

PHILOSOPHY AND RELIGIOUS SCIENCES DEPARTMENT

Advisor: Assoc. Prof. Dr. Osman MUTLUEL

This research comprehensively examines the effects of social media on individuals seeking spiritual support and guidance. Social media has become an indispensable tool for communication and interaction in modern society and plays an important role in the field of spiritual support and guidance. In addition to the advantages of social media such as accessibility, speed and diversity, the research also examines in detail the disadvantages such as the spread of misinformation, superficial relationships and privacy issues. The findings of the research show that social media is an important tool in terms of spiritual support and guidance. Social media platforms eliminate geographical boundaries and allow individuals to connect with spiritual leaders, counselors and communities around the world. This accessibility offers a great advantage, especially for individuals living in rural areas or those with physical disabilities. The 24/7 accessibility provided by social media allows individuals to access spiritual content whenever they need it. In addition, the speed offered by social media helps individuals meet their emotional and spiritual needs instantly. However, the research also reveals that social media is a platform where misinformation and disinformation regarding spiritual support and guidance can spread rapidly. False or misleading information can negatively affect individuals' spiritual development processes. Relationships established through social media can often be more superficial and temporary, making it difficult for individuals to receive in-depth guidance and support in their spiritual development and maturation processes. In addition, sharing spiritual issues on social media platforms increases the risk of privacy being violated. The research emphasizes that social media is a valuable tool for spiritual support and guidance, but requires conscious and critical use. It is important for individuals to use social media carefully and consciously in order to prevent the spread of false information, deepen superficial relationships, and manage privacy issues. Social media can make significant contributions to individuals' spiritual development and maturation processes when information is obtained from accurate and reliable sources and used carefully on the spiritual journey. It is also emphasized that social media platforms enable the formation of spiritual communities and the strengthening of feelings of solidarity and empathy within these communities.

Keywords: Social Media, Spiritual Support, Guidance, Spiritual Development

İÇİNDEKİLER

BEYAN	i
KABUL VE ONAY SAYFASI	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM:.....	3
SOSYAL MEDYA VE MANEVİYAT KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	3
1.1. Sosyal Medyanın Tanımı ve Gelişimi	3
1.2. Maneviyatın Tanımı ve Kapsamı.....	5
1.2.1. Manevi Destek ve Rehberlik	5
1.3. Manevi Desteğin Sağlık ve İyilik Hali Üzerindeki Etkileri	6
İKİNCİ BÖLÜM:.....	8
MANEVİ DESTEK VE SOSYAL MEDYA İLİŞKİSİ.....	8
2.1. Sosyal Medyanın Manevi Destek ve Rehberlikteki Rolü.....	8
2.2. Sosyal Medya Platformlarının Manevi İçerik Sunumu	9
2.2.1. Facebook ve Instagram	10
2.2.2. YouTube	10
2.2.3. Twitter	11
2.3. Manevi Gruplar ve Topluluklar	12
2.5. Sosyal Medyanın Manevi Destek ve Rehberlikteki Etkileri	14
2.5.1. Psikolojik ve Duygusal Etkiler	14
2.5.2. Stres ve Kaygının Azaltılması	15
2.5.3. Duygusal Destek ve Dayanışma	15
2.5.4. Kişisel Gelişim ve Manevi Büyüme	15
2.5.5. Bilgi Kirliliği ve Yanlış Yönlendirme.....	16
2.5.6. Bağımlılık ve Zaman Yönetimi Sorunları.....	16
2.5.7. Toplumsal ve Kültürel Etkiler	17
2.5.7.1. Topluluk Bilinci ve Dayanışma	17
2.5.7.2. Kültürel Değerlerin ve İnançların Yayılımı.....	17
2.5.7.3. Sosyal Sorumluluk ve Manevi Bilinç	18
2.5.7.4. Kültürel Homojenleşme	18
2.5.7.5. Manevi İçeriklerin Ticarileşmesi	18

2.5.8. Manevi Gelişim ve Olgunlaşma Sürecine Katkıları	19
2.5.8.1. Manevi Bilgiye Erişim	19
2.5.8.2. Manevi Pratiklerin Desteklenmesi	19
2.5.8.3. Topluluklarla Etkileşim	20
2.5.8.4. İçsel Huzurun Keşfi	20
2.5.8.5. Kültürel ve Manevi Zenginleşme	20
2.6. Manevi Destek ve Rehberlik İçin Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları	21
2.6.1. Erişilebilirlik	21
2.6.2. Hız	22
2.6.3. Çeşitlilik	22
2.6.4. Yanlış Bilgi	23
2.6.5. Yüzeysel İlişkiler	24
2.6.6. Mahremiyet Sorunları	24
SONUÇ	26
KAYNAKÇA	29

GİRİŞ

Bu araştırmanın amacı, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki önemini derinlemesine incelemektir. Araştırma kapsamında, sosyal medya platformlarının bireylerin manevi ihtiyaçlarına nasıl cevap verdiği, manevi gelişim süreçlerine nasıl katkıda bulunduğu ve bu süreçlerin toplumsal etkileri değerlendirilecektir. Özellikle, sosyal medya üzerinden manevi içeriklerin paylaşımının, bireylerin iç huzurunu ve manevi doyumlarını nasıl etkilediği, manevi danışmanlık hizmetlerinin etkinliği ve bu hizmetlerin topluluklar üzerindeki uzun vadeli etkileri analiz edilecektir. Bu amaç doğrultusunda, sosyal medya platformlarının kullanıcılarına sunduğu manevi içeriklerin niteliği ve kullanıcıların bu içeriklere verdikleri tepkiler incelenecektir. Araştırma, bireylerin dijital ortamda manevi destek arayışlarının nedenlerini ve sonuçlarını da anlamayı hedeflemektedir.

Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki önemi, modern toplumun manevi ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamada giderek artan bir rol üstlenmesiyle belirginleşmiştir. Geleneksel manevi rehberlik kaynaklarına erişimde zorluk yaşayan bireyler, sosyal medya aracılığıyla anında ve sürekli olarak manevi içeriklere, rehberlik videolarına ve destek gruplarına ulaşabilmektedir. Bu erişilebilirlik, bireylerin manevi yolculuklarında karşılaştıkları zorlukları daha etkili bir şekilde aşmalarına yardımcı olur. Ayrıca, sosyal medya platformlarının sunduğu çeşitlilik ve hız, bireylerin farklı inanç sistemleri ve manevi pratiklerle tanışarak kendi manevi gelişimlerine katkıda bulunmalarını sağlar. Sosyal medya, manevi toplulukların oluşmasına ve bu topluluklar içinde dayanışma ve empati duygularının güçlenmesine olanak tanıyarak, bireylerin yalnızlık ve izolasyon hislerini azaltır. Bu bağlamda, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolünün araştırılması, bireylerin duygusal ve manevi sağlığını iyileştiren etkilerini anlamak ve bu platformların sunduğu fırsatları en iyi şekilde değerlendirmek için kritik öneme sahiptir.

Bu araştırma, literatür taraması yöntemiyle yürütülecektir. Literatür taraması, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolünü detaylı bir şekilde incelemek amacıyla akademik makaleler, kitaplar, raporlar ve diğer ilgili kaynakları kapsamlı bir şekilde değerlendirmeyi içerir. Araştırma sürecinde, sosyal medyanın bireylerin manevi gelişim süreçlerine etkilerini inceleyen çalışmalar, sosyal medya ve manevi rehberlik ilişkisine dair teorik yaklaşımlar ve pratik uygulamalar detaylı bir şekilde ele alınacaktır. İlk aşamada, sosyal medya ve manevi destek konularını ele alan akademik makaleler,

tezler, kitaplar ve raporlar toplanacaktır. Bu kaynaklar, ulusal ve uluslararası veri tabanlarından (örneğin, Google Scholar, JSTOR, PubMed) temin edilecektir. Toplanan kaynaklar, sosyal medyanın bireylerin manevi gelişim süreçlerine etkilerini anlamak için kapsamlı bir şekilde incelenecektir. Literatür taramasında, sosyal medyanın manevi rehberlikteki rolüne dair teorik yaklaşımlar ve bu teorilerin pratik uygulamaları detaylı bir şekilde analiz edilecektir. Araştırma sürecinde, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik üzerindeki etkilerini anlamak için literatürde yer alan bulgular sistematik bir şekilde analiz edilecektir. Bu analizde, sosyal medyanın manevi yaşam üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri kapsamlı bir şekilde ortaya konulacaktır. Sosyal medya platformlarında aktif olarak manevi içerik sunan hesapların içeriklerinin, kullanıcılar üzerindeki etkileri değerlendirilecektir. Teorik ve pratik yaklaşımlar ışığında, sosyal medyanın bireylerin manevi ihtiyaçlarına nasıl cevap verdiği ve manevi gelişim süreçlerine nasıl katkıda bulunduğu detaylı bir şekilde ele alınacaktır. Elde edilen veriler ve bulgular, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki potansiyelini ve etkisini değerlendirmek amacıyla derlenecek ve yorumlanacaktır. Araştırmanın nihai amacı, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikte nasıl bir rol oynadığını ortaya koymak ve bu alanda daha etkili stratejiler geliştirilmesine katkı sağlamaktır. Bu kapsamda elde edilen bulgular, sosyal medyada manevi içerik üreten bireyler ve kurumlar için rehber niteliğinde olacak ve manevi destek arayan bireylerin bu platformlardan nasıl faydalandığını daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır.

Günümüzde sosyal medya, insanların günlük yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Manevi konular ve destek arayışları da bu dijital platformlar aracılığıyla gerçekleştirilmektedir. Bu bağlamda, sosyal medyanın manevi yaşam üzerindeki etkilerini anlamak ve bu alanda daha etkili stratejiler geliştirmek son derece önemlidir. Sosyal medya, manevi destek arayan bireylere kolay erişim sağlamakta, farklı inanç ve düşünce sistemlerine ait içeriklerin paylaşılmasını mümkün kılmaktadır.

BİRİNCİ BÖLÜM:

SOSYAL MEDYA VE MANEVİYAT KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Sosyal Medyanın Tanımı ve Gelişimi

Sosyal medya, kullanıcıların bilgi, fikir, fotoğraf, video ve diğer içerikleri paylaşmasına olanak tanıyan çevrimiçi platformlardır. İnternet teknolojilerinin hızla ilerlemesiyle birlikte, sosyal medya dijital iletişimin en önemli araçlarından biri haline gelmiştir. Sosyal medyanın gelişimi, Web 2.0 teknolojilerinin ortaya çıkışıyla hız kazanmış ve bu teknolojik evrim, kullanıcıların sadece bilgi tüketicisi olmaktan çıkıp aynı zamanda içerik üreticisi haline gelmesini sağlamıştır. Bu değişim, sosyal medya platformlarının kullanıcı odaklı ve etkileşimli yapısını ortaya çıkararak, bireylerin dijital dünyadaki etkileşim biçimlerini köklü bir şekilde değiştirmiştir.¹

Sosyal medya platformları arasında Facebook, Twitter, Instagram, YouTube, LinkedIn gibi popüler siteler bulunmaktadır. Facebook, 2004 yılında Mark Zuckerberg tarafından kurulmuş olup, bugün dünya genelinde milyarlarca kullanıcıya sahiptir. Facebook, kullanıcıların kişisel profiller oluşturmalarına, arkadaşlık ağları kurmasına ve çeşitli içerikler paylaşmasına olanak tanır. Twitter, 2006 yılında Jack Dorsey tarafından kurulan ve kısa mesajlar (tweetler) aracılığıyla iletişim kurmayı sağlayan bir platformdur. Twitter, anlık bilgi paylaşımı ve hızlı geri bildirim imkanı sunarak, özellikle haber ve tartışma konularında etkili bir araç olarak öne çıkar.²

Instagram, 2010 yılında Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından kurulmuş olup, fotoğraf ve video paylaşımına odaklanmaktadır. Instagram, görsel içeriklerin yanı sıra hikaye ve canlı yayın özellikleriyle de kullanıcıların anlık paylaşımlar yapmasına olanak tanır. YouTube ise 2005 yılında kurulmuş olup, video paylaşımı ve izleme hizmeti sunmaktadır. YouTube, kullanıcıların video içerikleri yüklemesine, izleyicilerle etkileşimde bulunmasına ve geniş bir kitleye ulaşmasına imkan tanıyan bir platformdur. LinkedIn, 2003 yılında Reid Hoffman tarafından kurulan ve profesyonel ağ oluşturma

¹ M. Aydın, *İnanç Toplulukları ve Sosyal Medya Kullanımı* (İstanbul: Kitap Yayınları, 2016).

² M. Aydın, "Manevi Rehberlik ve Zaman Yönetimi: Sosyal Medya Kullanımının Etkileri," *Din ve Toplum Araştırmaları Dergisi* 6, no. 3 (2020): 89-101.

amacı taşıyan bir platformdur. LinkedIn, iş dünyasında network kurma, iş ilanları paylaşma ve profesyonel içerikler sunma konusunda önemli bir rol oynar. Sosyal medyanın gelişimi, kullanıcıların birbirleriyle etkileşim kurma biçimlerini köklü bir şekilde değiştirmiştir. Geleneksel medya araçlarından farklı olarak, sosyal medya anlık iletişim ve geri bildirim imkanı sunar. Kullanıcılar, paylaşımlarına gelen yorumlar ve beğeniler aracılığıyla anında geri bildirim alabilir. Bu durum, sosyal medyayı dinamik ve etkileşimli bir platform haline getirir. Sosyal medya, bireylerin anında bilgi paylaşımı yapabilmesi ve geniş kitlelere ulaşabilmesi sayesinde, toplumsal olaylar ve kriz durumlarında da önemli bir bilgi kaynağı ve iletişim aracı olarak öne çıkar.³

Sosyal medya ayrıca, bilgiye erişim ve yayılım hızını da artırmıştır. Geleneksel medya araçlarının sınırlı zaman ve mekan kısıtlamaları, sosyal medyada büyük ölçüde ortadan kalkmıştır. Kullanıcılar, dünyanın dört bir yanından anlık olarak bilgiye ulaşabilir ve bu bilgiyi geniş kitlelere ulaştırabilir. Bu özellik, sosyal medyanın bilgi paylaşımı ve yayılımı açısından devrim niteliğinde bir araç olmasını sağlamıştır. Örneğin, sosyal medya platformları aracılığıyla yayılan haberler ve içerikler, birkaç dakika içinde milyonlarca kullanıcıya ulaşabilir, bu da bilginin hızla yayılmasını ve etkileşimde bulunulmasını sağlar. Sosyal medyanın sunduğu bu erişim ve yayılım hızı, bireylerin ve toplumların bilgiye olan yaklaşımlarını da değiştirmiştir. Geleneksel medya araçlarında olduğu gibi belirli bir zaman dilimi içinde bilgiye ulaşmak yerine, sosyal medya kullanıcıları anlık olarak güncel bilgilere erişebilir ve bu bilgileri paylaşabilir. Bu durum, sosyal medyanın bireylerin günlük yaşamlarında ve toplumsal olaylarda oynadığı rolü daha da önemli hale getirmiştir.

Bunun yanı sıra, sosyal medya platformları, kullanıcıların kendi içeriklerini üretme ve paylaşma imkanı sunarak, bireylerin kendilerini ifade etmelerine ve yaratıcı yeteneklerini sergilemelerine olanak tanır. Blog yazıları, vloglar, fotoğraf paylaşımları ve diğer içerik türleri, kullanıcıların dijital dünyada kendilerini ifade etmelerinin ve kendi topluluklarını oluşturmalarının yollarını sağlar. Bu durum, sosyal medyanın sadece bilgi ve içerik paylaşımı için değil, aynı zamanda bireysel yaratıcılığın ve ifade özgürlüğünün bir aracı olarak da önemini artırır. Sosyal medya, dijital iletişimde devrim yaratan bir araç olarak, bilgi paylaşımı, etkileşim ve içerik üretimi açısından benzersiz fırsatlar sunar.

³ A. Bilgin and A. Bayram, "Manevi Rehberlikte Sosyal Medya Kullanımı ve Etkileri," *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 19, no. 2 (2019): 123-138.

Sosyal medyanın gelişimi, kullanıcıların dijital dünyadaki rolünü ve etkileşim biçimlerini köklü bir şekilde değiştirerek, modern iletişim yöntemlerinin temel taşlarından biri haline gelmiştir. Bu platformlar, bireylerin bilgiye erişimini hızlandırırken, aynı zamanda toplumsal etkileşimi artırarak, dijital dünyada daha katılımcı ve dinamik bir toplum yapısının oluşmasına katkıda bulunur.

1.2. Maneviyatın Tanımı ve Kapsamı

Maneviyat, bireyin içsel yaşamını, anlam arayışını, inançlarını ve değerlerini kapsayan geniş bir kavramdır. Bu kavram, dini inançlarla sınırlı olmamakla birlikte, kişinin kendini, evreni ve daha yüksek bir gücü anlamlandırma çabalarını içerir. Maneviyat, bireyin yaşamındaki anlamı, amacı ve huzuru bulma arayışını ifade eder. Bu süreç, kişinin içsel deneyimlerini, duygusal ve zihinsel durumlarını, inanç sistemlerini ve değerlerini derinlemesine keşfetmeyi içerir. Maneviyat, bireyin kendisiyle, başkalarıyla ve evrenle olan ilişkisini sorgulamasını ve anlamlandırmasını sağlayan bir arayıştır. Bu arayış, kişinin yaşamında bir denge ve bütünlük hissi bulmasına yardımcı olabilir. Maneviyat, genellikle bireyin kişisel inançlarına ve değerlerine dayanır ve bu inançlar ve değerler, kişinin yaşamına rehberlik eder. Bu anlamda, maneviyat, bireyin yaşamında bir yön ve amaç bulmasına yardımcı olan bir pusula olarak düşünülebilir. Maneviyatın kapsamı oldukça genişdir ve çeşitli pratikleri içerebilir. Dini ritüeller, dua, meditasyon, doğa ile bağlantı kurma, sanat ve müzik gibi faaliyetler, bireyin manevi deneyimlerini zenginleştiren pratiklerdir. Bu pratikler, bireyin içsel huzurunu bulmasına, zihinsel ve duygusal dengesini sağlamasına ve yaşamındaki stresi azaltmasına yardımcı olabilir. Manevi pratikler, bireyin kendini daha derinlemesine anlamasına ve yaşamındaki anlam ve amacı keşfetmesine katkıda bulunur.⁴

1.2.1. Manevi Destek ve Rehberlik

Manevi destek, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik yapılan yardım ve rehberlik faaliyetlerini ifade eder. Bu destek, genellikle din adamları, manevi

⁴ D. M. Boyd and N. B. Ellison, "Social network sites: Definition, history, and scholarship," *Journal of Computer-Mediated Communication* 13, no. 1 (2007): 210-230.

danışmanlar veya eğitimli profesyoneller tarafından sağlanır. Manevi destek, bireyin zor zamanlarında iç huzurunu bulmasına, yaşamındaki anlam ve amacı keşfetmesine yardımcı olabilir. Ayrıca, manevi destek, bireyin stres, keder, kaygı ve depresyon gibi duygusal zorluklarla başa çıkmasına da yardımcı olabilir. Manevi destek, çeşitli şekillerde sunulabilir. Dini ritüeller, ibadetler, dua, meditasyon ve diğer manevi pratikler, bireylerin manevi destek almasını sağlayan yöntemlerdir. Bu pratikler, bireyin manevi yolculuğunda rehberlik ve destek sunarak, içsel dengeyi bulmasına yardımcı olur. Manevi danışmanlık ve terapi, bireyin manevi ihtiyaçlarını anlamaya ve karşılamaya yönelik profesyonel destek hizmetleridir. Bu hizmetler, bireyin içsel yaşamını derinlemesine keşfetmesine, duygusal ve zihinsel sağlığını iyileştirmesine yardımcı olabilir. Manevi danışmanlık, bireyin manevi sorularına yanıt bulmasına, yaşamındaki zorluklarla başa çıkmasına ve manevi yolculuğunda rehberlik almasına olanak tanır. Manevi danışmanlar, bireyin manevi deneyimlerini ve inançlarını anlamalarına yardımcı olurken, aynı zamanda duygusal ve zihinsel sağlığını destekler. Bu hizmetler, bireyin yaşamındaki anlam ve amacı keşfetmesine, içsel huzuru bulmasına ve manevi gelişimini sürdürmesine katkıda bulunur.⁵

1.3. Manevi Desteğin Sağlık ve İyilik Hali Üzerindeki Etkileri

Manevi destek, sağlık ve iyilik halinin önemli bir bileşeni olarak kabul edilmektedir. Araştırmalar, manevi desteğin bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini artırdığını, yaşam tatminlerini ve genel iyilik hallerini iyileştirdiğini göstermektedir. Manevi destek, ayrıca, ciddi hastalıklar, yas süreci ve diğer zor yaşam olayları sırasında bireylerin duygusal dayanıklılığını artırabilir. Stres ve kaygı, modern yaşamın kaçınılmaz bir parçası haline gelmiştir. Manevi pratikler, bireylerin bu stres ve kaygıyla başa çıkmalarına yardımcı olur. Meditasyon, dua ve diğer manevi pratikler, bireylerin zihinlerini sakinleştirmelerine, içsel huzuru bulmalarına ve stres seviyelerini azaltmalarına

⁵ Z. Çelik, "Pandemi Döneminde Sosyal Medyanın Manevi Destekteki Rolü," *Maneviyat ve Psikoloji Dergisi* 7, no. 2 (2021): 105-118.

⁶ A. Çiçek, *Dijital Çağda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2018).

yardımcı olabilir. Bu pratikler, bireylerin zihinsel ve duygusal sağlığını destekleyerek, genel yaşam kalitelerini artırır.⁶

Manevi destek, bireylerin duygusal dayanıklılığını artırma konusunda kritik bir rol oynar. Özellikle ciddi hastalıklar, yas süreci ve diğer zor yaşam olayları, bireylerin duygusal ve manevi destek ihtiyacını büyük ölçüde artırır. Bu tür zorlayıcı dönemlerde, manevi rehberlik ve destek, bireylerin bu zorlu süreçlerle başa çıkmalarına, duygusal dayanıklılık kazanmalarına ve yaşamlarındaki zorluklarla daha güçlü bir şekilde mücadele etmelerine yardımcı olur. Manevi destek, bireylerin yaşamlarındaki anlam ve amacı keşfetmelerine, içsel huzuru bulmalarına ve manevi gelişimlerini sürdürmelerine katkıda bulunur. Maneviyat ve manevi destek, bireylerin yaşamlarında derin bir anlam ve amaç bulmalarına olanak tanır. Bu süreçte, içsel huzuru keşfetmek ve duygusal ve zihinsel sağlıklarını iyileştirmek, manevi pratikler ve rehberlik aracılığıyla mümkün hale gelir. Meditasyon, dua, ibadet ve manevi danışmanlık gibi manevi pratikler, bireylerin manevi yolculuklarında rehberlik ve destek sunarak, yaşam kalitelerini artırır ve genel iyilik hallerine önemli katkılarda bulunur. Manevi destek, bireylerin zor zamanlarında duygusal dayanıklılık kazanmalarına, stres ve kaygıyla başa çıkmalarına ve yaşamlarındaki anlam ve amacı keşfetmelerine yardımcı olur. Manevi destek, bireylerin zorluklar karşısında duygusal direnç geliştirmelerini sağlar. Örneğin, bir sevdiğini kaybetmiş bir birey, manevi rehberlik ve destek sayesinde yas sürecini daha sağlıklı bir şekilde yönetebilir. Aynı şekilde, ciddi bir hastalıkla mücadele eden bir kişi, manevi destek aracılığıyla içsel huzur ve umut bulabilir, bu da tedavi sürecinde moral ve motivasyon kazanmalarına yardımcı olabilir. Manevi destek, bireylerin içsel dünyalarını keşfetmelerine, duygusal yaralarını sarmalarına ve hayatlarındaki zorlukları daha güçlü bir şekilde karşılamalarına olanak tanır. Bu destek türü, bireylerin yaşamlarının çeşitli alanlarında denge ve bütünlük sağlamalarına da yardımcı olur.. Manevi topluluklar, bireylerin manevi deneyimlerini ve içsel keşiflerini paylaşabilecekleri, birbirlerine destek olabilecekleri ve birlikte büyüyecekleri güvenli ve destekleyici bir ortam sunar.⁷

⁷ H. Erbaş, "İnanç ve Maneviyatın Dijitalleşmesi: Sosyal Medya Üzerinden Manevi Deneyim Paylaşımları," *Din ve Toplum Araştırmaları Dergisi* 4, no. 2 (2019): 89-104.

İKİNCİ BÖLÜM:

MANEVİ DESTEK VE SOSYAL MEDYA İLİŞKİSİ

2.1.Sosyal Medyanın Manevi Destek ve Rehberlikteki Rolü

Sosyal medya, günümüz dünyasında iletişim ve etkileşim için vazgeçilmez bir araç haline gelmiştir. Bu platformlar, bireylerin yalnızca bilgi ve eğlence amacıyla değil, aynı zamanda manevi destek ve rehberlik arayışlarında da önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik sağlama noktasında, kişilerin zor zamanlarında iç huzuru bulmalarına, anlam ve amaç arayışlarını desteklemelerine yardımcı olmaktadır. Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolü, çeşitli platformlar üzerinden yürütülen manevi rehberlik hizmetleri ile belirginleşmektedir. Özellikle dini topluluklar, manevi danışmanlar ve bireysel kullanıcılar, sosyal medya üzerinden manevi içerikler paylaşarak geniş kitlelere ulaşmaktadır. Bu içerikler, dini öğretiler, meditasyon teknikleri, dua seansları ve manevi hikayeler gibi çeşitli konuları içerebilmektedir. Manevi içerikler, bireylerin manevi deneyimlerini zenginleştirmelerine, içsel huzurlarını bulmalarına ve manevi gelişimlerine katkıda bulunmalarına yardımcı olur.⁸

Birçok manevi lider ve danışman, sosyal medya platformlarını kullanarak takipçilerine düzenli olarak manevi içerikler sunmakta ve canlı yayınlar aracılığıyla interaktif oturumlar gerçekleştirmektedir. Bu oturumlar, bireylerin manevi sorularına yanıt bulmalarını, duygusal destek almalarını ve topluluk içinde kendilerini daha bağlı hissetmelerini sağlamaktadır. Manevi liderler, sosyal medya aracılığıyla takipçileriyle doğrudan etkileşime geçerek, onların manevi yolculuklarında rehberlik eder ve duygusal destek sunar. Canlı yayınlar ve interaktif oturumlar, bireylerin manevi deneyimlerini paylaşmalarına, sorularını sormalarına ve manevi rehberlerinden anında yanıt almalarına olanak tanır.

Sosyal medya grupları ve sayfaları, manevi destek arayışındaki bireyler için bir topluluk hissi yaratarak, insanların deneyimlerini paylaşmalarına ve birbirlerine destek olmalarına olanak tanımaktadır. Bu gruplar ve sayfalar, bireylerin manevi deneyimlerini ve

⁸ Z. Karataş and H. Demirbaş, "Sosyal Medya Kullanımının Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Açısından İncelenmesi," *İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 9, no. 2 (2018): 45-62.

içgörülerini paylaşabilecekleri, duygusal destek bulabilecekleri ve manevi rehberlik alabilecekleri güvenli ve destekleyici bir ortam sunar. Sosyal medya platformları, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmalarına, bu topluluklar içinde aktif olarak yer almalarına ve topluluk desteğiyle manevi gelişimlerini sürdürmelerine yardımcı olur. Sosyal medya, manevi içeriklerin çeşitliliği ve erişilebilirliği açısından da önemli avantajlar sunar. Bireyler, farklı inanç sistemlerine, manevi pratiklere ve rehberlik yaklaşımlarına yönelik zengin içeriklere kolayca erişebilirler. Bu içerikler, bireylerin kendi manevi yolculuklarına en uygun olan bilgi ve rehberliği bulmalarına olanak tanır. YouTube'da yayınlanan meditasyon rehberleri, Instagram'da paylaşılan ilham verici manevi sözler, Facebook'ta düzenlenen manevi sohbet grupları ve bloglarda yayınlanan makaleler, bireylerin manevi deneyimlerini zenginleştiren ve destekleyen önemli kaynaklardır. Bunun yanı sıra, sosyal medya, bireylerin manevi deneyimlerini paylaşmalarına ve bu deneyimlerden elde ettikleri içgörülerini başkalarıyla paylaşmalarına olanak tanır. Bu paylaşımlar, diğer bireyler için ilham verici olabilir ve topluluk içinde manevi bilincin ve desteğin artmasına katkıda bulunur. Manevi içerikler ve paylaşımlar, bireylerin manevi yolculuklarında yalnız olmadıklarını hissetmelerine ve topluluk desteğiyle daha güçlü bir şekilde ilerlemelerine yardımcı olur. Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolü, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamalarına ve manevi gelişimlerini sürdürmelerine yardımcı olan çok yönlü bir araç olarak öne çıkar. Manevi liderler, danışmanlar ve topluluklar, sosyal medya platformları aracılığıyla bireylere rehberlik eder, duygusal destek sunar ve manevi yolculuklarında onları destekler. Sosyal medya, bireylerin manevi deneyimlerini zenginleştiren, topluluk hissi yaratan ve manevi gelişimlerini destekleyen bir platform olarak, modern iletişim ve etkileşim dünyasında vazgeçilmez bir araç haline gelmiştir.⁹

2.2.Sosyal Medya Platformlarının Manevi İçerik Sunumu

Sosyal medya platformları, manevi içeriklerin sunumu ve yayılımı için son derece etkili araçlardır. Bu platformlar, manevi içerik üreticileri ve takipçileri arasında bir köprü görevi görerek, geniş kitlelere hızlı ve etkili bir şekilde ulaşılmasını sağlar. Sosyal medya

⁹ H. Kaya, "Sosyal Medyada Bilgi Kirliliği ve Manevi Rehberlik," *İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 10, no. 1 (2019): 145-162.

platformlarının manevi içerik sunumundaki rolü, içeriklerin çeşitliliği ve etkileşimli yapısı ile dikkat çekmektedir. Manevi içerikler, bireylerin manevi gelişimlerine katkıda bulunmakta, içsel huzuru bulmalarına yardımcı olmakta ve topluluk içinde bağlılık hissetmelerini sağlamaktadır.

2.2.1. Facebook ve Instagram

Facebook ve Instagram, kullanıcıların metin, fotoğraf ve video gibi farklı formatlarda manevi içerikler paylaşmasına olanak tanır. Facebook, kullanıcıların geniş bir kitleye ulaşmasını sağlayan gruplar ve sayfalar aracılığıyla manevi içeriklerin yayılımını kolaylaştırır. Bu platform, manevi liderler, danışmanlar ve topluluklar için önemli bir etkileşim alanı sunar. Kullanıcılar, manevi içerikleri beğenebilir, yorum yapabilir ve paylaşabilir, bu da içeriklerin daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlar. Ayrıca, Facebook'un canlı yayın özellikleri, manevi liderlerin ve danışmanların takipçileri ile anlık olarak etkileşime geçmesine imkan tanır. Canlı yayınlar, kullanıcıların sorularını doğrudan sormalarına ve anında yanıt almalarına olanak tanır, bu da manevi rehberliğin etkililiğini artırır. Instagram, görsel odaklı bir platform olarak manevi içeriklerin etkili bir şekilde sunulmasına olanak tanır. Fotoğraf ve videolar aracılığıyla paylaşılan manevi içerikler, kullanıcıların dikkatini çeker ve ilgi uyandırır. Instagram hikayeleri ve IGTV, manevi liderlerin ve danışmanların takipçileri ile daha kişisel ve doğrudan bir etkileşim kurmasını sağlar. Hikayeler, günlük manevi mesajlar, ilham verici sözler ve kısa meditasyon seansları gibi içerikler için ideal bir formattır. IGTV ise daha uzun video içeriklerin paylaşılmasına olanak tanır ve manevi sohbetler, dersler ve rehberlik seansları için mükemmel bir platformdur.¹⁰

2.2.2. YouTube

YouTube, özellikle video içeriklerin sunumu konusunda öne çıkan bir platformdur. Manevi liderler ve danışmanlar, YouTube kanalları aracılığıyla dini öğretiler, meditasyon teknikleri, dua seansları ve manevi sohbetler gibi içerikler yayınlamaktadır. Bu videolar, izleyicilere manevi destek sağlamakta ve onların manevi bilgi ve deneyimlerini

¹⁰ J. H. Kietzmann, K. Hermkens, I. P. McCarthy, and B. S. Silvestre, "Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media," *Business Horizons* 54, no. 3 (2011): 241-251.

artırmaktadır. YouTube'un geniş kullanıcı tabanı, manevi içeriklerin büyük bir kitleye ulaşmasını sağlar. Kullanıcılar, bu videoları izleyerek manevi rehberlik alabilir, yorum yaparak düşüncelerini paylaşabilir ve diğer izleyicilerle etkileşime geçebilir. YouTube, ayrıca, manevi içeriklerin arşivlenmesi ve uzun vadeli erişim imkanı sunar. Kullanıcılar, geçmiş videolara kolayca erişebilir ve ihtiyaç duyduklarında tekrar izleyebilirler. Bu, manevi gelişim sürecinde bireylerin sürekli olarak destek ve rehberlik almasına yardımcı olur. Manevi liderler ve danışmanlar, YouTube kanalları aracılığıyla düzenli olarak içerik paylaşarak, takipçilerine sürekli bir manevi rehberlik kaynağı sunarlar.

2.2.3. Twitter

Twitter, kısa ve öz içeriklerin paylaşımı için ideal bir platformdur. Manevi liderler ve danışmanlar, Twitter üzerinden manevi mesajlar, dualar ve ilham verici sözler paylaşarak takipçilerine günlük manevi destek sunar. Twitter'ın etkileşimli yapısı, kullanıcıların manevi sorularını doğrudan sormasına ve anında yanıt almasına olanak tanır. Bu hızlı ve anlık etkileşim, manevi rehberliğin etkili bir şekilde sağlanmasını kolaylaştırır. Twitter, ayrıca, hashtag kullanımı sayesinde manevi içeriklerin daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlar. Manevi liderler ve danışmanlar, belirli hashtagler kullanarak içeriklerini ilgili konularla ilişkilendirir ve bu sayede daha fazla kullanıcıya ulaşır. Hashtagler, kullanıcıların belirli manevi konular hakkında daha fazla içerik keşfetmelerine ve ilgili topluluklarla bağlantı kurmalarına olanak tanır. Sosyal medya platformları, manevi içeriklerin geniş kitlelere ulaşmasını sağlarken, aynı zamanda bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamalarına ve topluluk içinde kendilerini daha bağlı hissetmelerine yardımcı olmaktadır. Sosyal medyanın bu bağlamdaki rolü, manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için önemli bir kaynak oluşturmaktadır.¹¹

Manevi içerikler, bireylerin manevi yolculuklarında rehberlik ve destek bulmalarına yardımcı olur. Sosyal medya platformları, bu içeriklerin geniş kitlelere hızlı ve etkili bir şekilde ulaşmasını sağlayarak, manevi rehberliğin etkisini artırır. Bireyler, sosyal medya aracılığıyla manevi liderlere ve danışmanlara kolayca erişebilir, manevi sorularını sorabilir ve duygusal destek alabilir. Sosyal medya platformları, bireylerin manevi topluluklarla

¹¹ O. Koçak, *Sosyal Medya ve Maneviyat: Dijital Çağda İnanç ve Manevi Destek* (İstanbul: Sufi Kitap, 2017).

bağlantı kurmalarını ve bu topluluklar içinde aktif olarak yer almalarını sağlar. Facebook grupları, Instagram sayfaları ve Twitter toplulukları, bireylerin manevi deneyimlerini ve içgörülerini paylaşabilecekleri, duygusal destek bulabilecekleri ve manevi rehberlik alabilecekleri güvenli ve destekleyici ortamlar sunar. Bu topluluklar, bireylerin manevi yolculuklarında yalnız olmadıklarını hissetmelerine ve topluluk desteğiyle daha güçlü bir şekilde ilerlemelerine yardımcı olur. Sosyal medya platformları, manevi içeriklerin sunumu ve yayılımı için etkili araçlar olarak öne çıkmaktadır. Facebook, Instagram, YouTube ve Twitter gibi popüler platformlar, manevi liderlerin, danışmanların ve bireysel kullanıcıların manevi içerikler paylaşmasına ve bu içeriklere erişmesine olanak tanır. Bu platformlar, manevi içeriklerin geniş kitlelere ulaşmasını sağlarken, aynı zamanda bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamalarına ve topluluk içinde kendilerini daha bağlı hissetmelerine yardımcı olmaktadır. Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolü, modern iletişim ve etkileşim dünyasında vazgeçilmez bir kaynak oluşturmaktadır.

2.3.Manevi Gruplar ve Topluluklar

Manevi gruplar ve topluluklar, bireylerin manevi arayışlarını, inançlarını ve değerlerini paylaşan kişilerle bir araya geldiği, destek ve rehberlik aldığı, topluluk bilinci geliştirdiği organizasyonlardır. Bu gruplar ve topluluklar, dinî topluluklardan meditasyon ve yoga gruplarına, çevrimiçi manevi destek gruplarından kişisel gelişim topluluklarına kadar geniş bir yelpazede yer almaktadır. Manevi gruplar, bireylerin içsel huzur arayışlarına ve manevi gelişimlerine destek olma amacı güder. Bu gruplar, genellikle ortak inanç ve değerlere sahip bireylerin bir araya geldiği platformlardır. Örneğin, İslam'da cemaatler, Hristiyanlıkta kilise toplulukları, Budizm'de sanghalar manevi gruplar ve topluluklara örnek olarak verilebilir. Bu tür gruplar, ibadet, dua, meditasyon, manevi sohbetler ve topluluk etkinlikleri gibi çeşitli faaliyetler düzenleyerek üyelerine manevi destek sağlar.¹²

Manevi gruplar, bireylerin manevi deneyimlerini ve inançlarını derinleştirmelerine yardımcı olur. Bu gruplar, bireylerin manevi yolculuklarında karşılaştıkları zorluklarla

¹² H. G. Koenig, M. E. McCullough, and D. B. Larson, *Handbook of Religion and Health* (Oxford University Press, 2001).

başa çıkmalarına destek olurken, aynı zamanda manevi bilgelik ve anlayışlarını artırmalarına yardımcı olur. Manevi topluluklar, üyelerine bir aidiyet hissi vererek, bireylerin yalnızlık ve izolasyon hissetmelerini engeller. Topluluk içindeki bireyler, benzer deneyimleri paylaşan diğer kişilerle etkileşimde bulunarak, manevi yolculuklarında destek ve rehberlik alabilirler. Sosyal medya, manevi gruplar ve topluluklar için önemli bir platform haline gelmiştir. Çevrimiçi manevi topluluklar, bireylerin dünya genelindeki diğer manevi arayışçılarla bağlantı kurmasına olanak tanır. Facebook grupları, WhatsApp sohbet grupları, Instagram hesapları ve YouTube kanalları, manevi toplulukların üyelerine ulaşmak ve onları desteklemek için kullandıkları platformlardır. Bu çevrimiçi topluluklar, üyelerine düzenli olarak manevi içerikler sunar, canlı yayınlar ve etkileşimli oturumlar düzenler. Manevi toplulukların sosyal medya kullanımı, üyelerine esneklik ve erişim kolaylığı sağlar. Bireyler, zaman ve mekan kısıtlamaları olmaksızın manevi topluluklarının etkinliklerine katılabilir, manevi içeriklere erişebilir ve diğer üyelerle etkileşimde bulunabilir. Bu durum, özellikle fiziksel olarak bir araya gelme imkanı olmayan bireyler için büyük bir avantaj sağlar.¹³

2.4. Bireysel Manevi Deneyimler ve Paylaşımlar

Bireysel manevi deneyimler, kişinin kendi iç dünyasında yaşadığı, anlam ve amaç arayışını destekleyen derin ve kişisel deneyimlerdir. Bu deneyimler, bireyin manevi gelişimini, iç huzurunu ve yaşam tatminini artırır. Genellikle kişisel meditasyon, dua, ibadet, doğa yürüyüşleri, sanat ve müzik gibi aktivitelerle desteklenen bireysel manevi deneyimler, bireylerin kendilerini daha iyi tanımalarına, içsel huzuru bulmalarına ve yaşamlarındaki stresi azaltmalarına yardımcı olur. Manevi deneyimler, bireyin ruhsal sağlığını iyileştirirken, aynı zamanda yaşamındaki zorluklarla başa çıkma yeteneklerini de güçlendirir. Sosyal medya, bireylerin manevi deneyimlerini ve bu deneyimlerden elde ettikleri içgörülerini paylaşmaları için güçlü bir platform sunar. Instagram, YouTube, Facebook ve Twitter gibi sosyal medya platformları, bireylerin manevi yolculuklarını belgelemelerine, diğer kişilerle paylaşmalarına ve topluluklardan geri bildirim almalarına olanak tanır. Instagram, kullanıcıların fotoğraf ve video içerikleri paylaşarak manevi deneyimlerini görsel olarak ifade etmelerine imkan tanır. Meditasyon seansları, doğa

¹³ K. I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (Guilford Press, 1997).

yürüyüşleri, ibadet anları ve diğer manevi aktiviteler sırasında çekilen fotoğraf ve videolar, takipçilere ilham verir. Ayrıca, Instagram'ın hikaye ve canlı yayın özellikleri, bireylerin anlık olarak manevi deneyimlerini paylaşmalarını ve takipçileriyle etkileşimde bulunmalarını sağlar. YouTube, bireylerin manevi deneyimlerini daha derinlemesine paylaştıkları bir platformdur. Meditasyon rehberleri, dua seansları, manevi sohbetler ve kişisel gelişim videoları gibi çeşitli manevi içerikler, izleyicilere ilham kaynağı olur ve onların manevi gelişimlerine katkıda bulunur.

Facebook ve Twitter, bireylerin kısa ve öz içeriklerle manevi deneyimlerini paylaştıkları platformlardır. Facebook grupları, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmasına, deneyimlerini paylaşmasına ve diğer üyelerden geri bildirim almasına olanak tanır. Twitter, bireylerin manevi düşüncelerini, dualarını ve ilham verici sözlerini kısa mesajlar halinde paylaşmalarını sağlar. Bireysel manevi deneyimlerin sosyal medya üzerinden paylaşılması, sadece bireyin kendisi için değil, aynı zamanda topluluk için de değerli bir katkı sağlar. Bu paylaşımlar, diğer bireylerin de kendi manevi yolculuklarında ilham bulmalarına, destek ve rehberlik almalarına yardımcı olur. Sosyal medya, bireylerin manevi deneyimlerini geniş kitlelere ulaştırarak, manevi bilincin ve toplumsal bağların güçlenmesine katkıda bulunur. Bireylerin manevi deneyimlerini sosyal medya aracılığıyla paylaşmaları, topluluk içinde dayanışma ve empatiyi artırır, manevi bilincin yayılmasına ve bireyler arası bağların güçlenmesine yardımcı olur.¹⁴

2.5.Sosyal Medyanın Manevi Destek ve Rehberlikteki Etkileri

Bu başlık altında sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki etkileri incelenecektir.

2.5.1.Psikolojik ve Duygusal Etkiler

Sosyal medya, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamaları ve zor zamanlarında duygusal destek bulmaları için geniş bir platform sunar. Bu platformlar, bireylerin psikolojik ve duygusal durumları üzerinde önemli etkiler yaratmaktadır. Sosyal medya

¹⁴ L. G. Underwood and J. A. Teresi, "The Daily Spiritual Experience Scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data," *Annals of Behavioral Medicine* 24, no. 1 (2002): 22-33.

aracılığıyla sağlanan manevi destek ve rehberlik, bireylerin duygusal ve zihinsel sağlıklarını olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilir. Bu etkiler, stres ve kaygının azaltılması, duygusal destek ve dayanışma, kişisel gelişim ve manevi büyüme gibi olumlu sonuçlar doğurabileceği gibi, bilgi kirliliği ve yanlış yönlendirme, bağımlılık ve zaman yönetimi sorunları gibi olumsuz sonuçlar da doğurabilir.

2.5.2. Stres ve Kaygının Azaltılması

Sosyal medya, bireylerin stres ve kaygı seviyelerini azaltmalarına yardımcı olabilir. Meditasyon videoları, dua seansları ve manevi rehberlik içerikleri, bireylerin rahatlamasına ve huzur bulmasına katkıda bulunur. Bu tür içerikler, bireylerin günlük yaşamın stresinden uzaklaşarak manevi bir sükunet bulmalarına olanak tanır. Özellikle pandemi döneminde, sosyal medya üzerinden sunulan manevi içerikler, bireylerin belirsizlik ve kaygıyla başa çıkmalarına yardımcı olmuştur. Sosyal medyada yer alan bu içerikler, bireylerin zihinlerini sakinleştirerek, kaygılarını azaltır ve genel yaşam kalitelerini artırır.

2.5.3. Duygusal Destek ve Dayanışma

Sosyal medya, bireylerin duygusal destek ve dayanışma bulabileceği bir ortam sunar. Manevi topluluklar ve gruplar, bireylerin deneyimlerini paylaşmalarına, benzer durumlar yaşayan kişilerle bağlantı kurmalarına ve duygusal destek almalarına olanak tanır. Bu destek, bireylerin yalnızlık hissini azaltır ve topluluk içinde kendilerini daha bağlı hissetmelerini sağlar. Manevi topluluklarla etkileşimde bulunmak, bireylerin duygusal ihtiyaçlarını karşılamalarına ve manevi yolculuklarında yalnız olmadıklarını hissetmelerine yardımcı olur. Bu tür dayanışma ortamları, bireylerin manevi deneyimlerini zenginleştirir ve duygusal olarak daha güçlü hissetmelerini sağlar.¹⁵

2.5.4. Kişisel Gelişim ve Manevi Büyüme

Sosyal medya, bireylerin manevi gelişimlerini ve kişisel büyümelerini destekler. Meditasyon, yoga, dua ve diğer manevi pratikler hakkında bilgi ve rehberlik sunan içerikler, bireylerin manevi yolculuklarında ilerlemelerine yardımcı olur. Bu içerikler,

¹⁵ M. Yılmaz, "Bireysel Manevi Deneyimler ve Sosyal Medya Kullanımı," *Manevi Gelişim Dergisi* 5, no. 3 (2020): 201-219.

bireylerin kendilerini daha iyi tanımalarına, içsel huzuru bulmalarına ve yaşamlarında anlam ve amaç bulmalarına katkıda bulunur. Manevi rehberlik ve eğitim videoları, bireylerin manevi bilgi ve becerilerini geliştirmelerine olanak tanır. Sosyal medya, bireylerin manevi büyümelerini destekleyen zengin ve çeşitli kaynaklar sunarak, onların manevi yolculuklarında ilerlemelerine katkıda bulunur.

2.5.5.Bilgi Kirliliği ve Yanlış Yönlendirme

Sosyal medya, bilgi kirliliği ve yanlış yönlendirme riskini de beraberinde getirir. Manevi içeriklerin doğruluğunu ve güvenilirliğini sorgulamadan kabul etmek, bireylerin manevi yolculuklarında yanıltıcı bilgilere yönelmelerine neden olabilir. Bu durum, bireylerin manevi gelişimlerini olumsuz etkileyebilir ve duygusal karmaşa yaratabilir. Sosyal medyada yayılan yanlış bilgiler, bireylerin manevi deneyimlerini ve inançlarını sarsabilir, bu da duygusal ve zihinsel dengesizliklere yol açabilir. Manevi rehberlik arayışında olan bireylerin, güvenilir kaynaklardan bilgi almaya özen göstermeleri önemlidir.

2.5.6.Bağımlılık ve Zaman Yönetimi Sorunları

Sosyal medyanın aşırı kullanımı, bağımlılık ve zaman yönetimi sorunlarına yol açabilir. Manevi içeriklere erişim sağlamak için sosyal medyayı kullanmak faydalı olabilir, ancak aşırı kullanım, bireylerin gerçek hayattaki manevi pratiklerini ihmal etmelerine neden olabilir. Bu durum, bireylerin manevi dengeyi sağlamalarını zorlaştırabilir. Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin günlük yaşamlarını olumsuz etkileyerek, manevi pratiklerine yeterince zaman ayıramamalarına yol açar. Bireylerin, sosyal medya kullanımını dengelemeleri ve gerçek hayattaki manevi pratiklerine de yeterli zamanı ayırmaları önemlidir. Sonuç olarak, sosyal medya, manevi destek ve rehberlik sağlama konusunda hem olumlu hem de olumsuz etkilere sahiptir. Bireylerin sosyal medyayı bilinçli ve dikkatli bir şekilde kullanmaları, manevi yolculuklarında karşılaşılabilecekleri olumsuz etkileri minimize etmelerine yardımcı olabilir.¹⁶

¹⁶ S. Eroğlu, "Manevi Rehberlik ve Danışmanlık Hizmetlerinde Sosyal Medyanın Kullanımı," *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21, no. 2 (2019): 123-140.

2.5.7.Toplumsal ve Kültürel Etkiler

Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolü, toplumsal ve kültürel düzeyde de önemli etkiler yaratmaktadır. Bu etkiler, bireylerin manevi topluluklarla olan etkileşimlerinden, kültürel değerlerin ve inançların yayılımına kadar geniş bir yelpazede incelenebilir.

2.5.7.1.Topluluk Bilinci ve Dayanışma

Sosyal medya, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmasına ve topluluk bilinci geliştirmesine yardımcı olur. Çevrimiçi manevi topluluklar, bireylerin benzer inanç ve değerlere sahip kişilerle etkileşimde bulunmasını sağlar. Bu etkileşimler, topluluk içinde dayanışmayı ve yardımlaşmayı teşvik eder. Facebook grupları ve WhatsApp sohbet grupları, bireylerin manevi konular hakkında bilgi alışverişinde bulunmalarına ve topluluk etkinliklerine katılmalarına olanak tanır. Manevi topluluklar, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamalarına, zor zamanlarda duygusal destek bulmalarına ve topluluk içinde kendilerini daha bağlı hissetmelerine yardımcı olur.

2.5.7.2.Kültürel Değerlerin ve İnançların Yayılımı

Sosyal medya, kültürel değerlerin ve inançların yayılmasına katkıda bulunur. Manevi içerikler, farklı kültürlerden ve inanç sistemlerinden bireyler arasında paylaşılır ve bu sayede kültürel zenginlikler ve manevi öğretiler geniş kitlelere ulaşır. Bu durum, kültürel anlayışın ve hoşgörünün artmasına katkıda bulunur. Örneğin, YouTube ve Instagram üzerinden paylaşılan meditasyon ve yoga videoları, Hindistan kökenli bu pratiklerin dünya genelinde tanınmasına ve uygulanmasına yardımcı olmuştur. Kültürel değerlerin sosyal medya aracılığıyla yayılması, bireylerin farklı manevi pratikler hakkında bilgi sahibi olmalarına ve bu pratikleri kendi yaşamlarına uyarlamalarına olanak tanır. Bu süreç, kültürel zenginliklerin korunmasına ve manevi anlayışın genişlemesine katkıda bulunur.¹⁷

¹⁷ F. Tuncer, "Sosyal Medyanın Manevi Danışmanlık Hizmetlerindeki Yeri," *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 61, no. 1 (2020): 89-106.

2.5.7.3.Sosyal Sorumluluk ve Manevi Bilinç

Sosyal medya, sosyal sorumluluk ve manevi bilinç konularında farkındalık yaratmada etkili bir araçtır. Manevi liderler ve organizasyonlar, sosyal medya platformları üzerinden toplumsal sorunlar hakkında bilgilendirici içerikler paylaşarak, bireylerin bu konularda bilinçlenmesine katkıda bulunur. Bu içerikler, çevre koruma, adalet, eşitlik ve insan hakları gibi önemli konularda manevi sorumluluk duygusunu teşvik eder. Sosyal medya, bireylerin manevi bilinçlerini artırarak, toplumsal sorunlara duyarlılık geliştirmelerine yardımcı olur. Bu bilinçlenme, bireylerin toplumsal sorumluluklarını yerine getirmeleri ve manevi değerlerini yaşamlarına entegre etmeleri için teşvik edici bir rol oynar.¹⁸

2.5.7.4.Kültürel Homojenleşme

Sosyal medyanın küresel erişimi, kültürel homojenleşme riskini de beraberinde getirir. Küresel ölçekte popüler olan manevi içerikler, yerel ve özgün kültürel değerlerin ve pratiklerin geri planda kalmasına neden olabilir. Bu durum, kültürel çeşitliliğin azalmasına ve tek tip manevi anlayışların yayılmasına yol açabilir. Yerel manevi değerler ve pratikler, küresel içeriklerin gölgesinde kalabilir ve zamanla kaybolabilir. Kültürel homojenleşme, bireylerin manevi deneyimlerini ve kimliklerini olumsuz etkileyebilir, bu da kültürel zenginliklerin ve çeşitliliğin azalmasına neden olabilir.¹⁹

2.5.7.5.Manevi İçeriklerin Ticarileşmesi

Sosyal medyada manevi içeriklerin ticarileşmesi, manevi değerlerin maddi kazanç amacıyla kullanılması riskini taşır. Bazı manevi liderler ve organizasyonlar, sosyal medya platformlarını gelir elde etmek amacıyla kullanarak manevi destek ve rehberlik hizmetlerini ticari bir meta haline getirebilir. Bu durum, manevi değerlerin anlamını ve önemini kaybetmesine neden olabilir. Manevi içeriklerin ticarileşmesi, manevi rehberliğin ve desteğin samimiyetini ve bütünlüğünü zedeleyebilir. Manevi değerler, maddi kazanç

¹⁸ Demir, "Dijital Medya ve Maneviyat: Sosyal Medya Üzerinden Manevi Destek Arayışı," *Din ve Felsefe Araştırmaları Dergisi* 10, no. 2 (2017): 45-63.

¹⁹ Özdemir, "Sosyal Medya ve İnanç Toplulukları: Dijital Çağda Manevi İletişim," *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46, no. 3 (2018): 112-128.

sağlama amacıyla kullanıldığında, bireylerin manevi yolculuklarında güvenilir rehberlik ve destek bulmaları zorlaşabilir.

Sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolü, toplumsal ve kültürel düzeyde hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bireylerin sosyal medyayı bilinçli ve dikkatli bir şekilde kullanmaları, manevi yolculuklarında karşılaşılabilecekleri olumsuz etkileri minimize etmelerine yardımcı olabilir. Sosyal medya, manevi topluluklar ve kültürel değerler için güçlü bir platform olarak hizmet ederken, aynı zamanda bu platformların sunduğu fırsatları ve riskleri dengeli bir şekilde değerlendirmek önemlidir.

2.5.8.Manevi Gelişim ve Olgunlaşma Sürecine Katkıları

Sosyal medya, bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerine önemli katkılarda bulunmaktadır. Bu süreçler, bireylerin yaşamlarındaki anlam ve amacı bulmalarına, iç huzurlarını keşfetmelerine ve daha derin bir manevi anlayış geliştirmelerine yardımcı olur. Sosyal medya, bireylerin manevi bilgiye erişimini kolaylaştırarak, manevi pratiklerini destekleyerek ve topluluklarla etkileşimde bulunmalarını sağlayarak bu süreçlere katkıda bulunur.

2.5.8.1.Manevi Bilgiye Erişim

Sosyal medya, bireylerin manevi bilgiye kolayca erişimini sağlar. Manevi liderler, danışmanlar ve topluluklar, sosyal medya platformlarında zengin içerikler sunarak bireylerin manevi bilgilerini artırmalarına yardımcı olur. YouTube'da meditasyon rehberleri, Instagram'da ilham verici manevi sözler, Facebook'ta manevi sohbet grupları ve bloglarda yayınlanan makaleler, bireylerin manevi gelişimlerine katkıda bulunan önemli kaynaklardır. Bu içerikler, bireylerin manevi konular hakkında daha derin bir anlayış geliştirmelerine ve yeni manevi pratikler keşfetmelerine olanak tanır.²⁰

2.5.8.2.Manevi Pratiklerin Desteklenmesi

Sosyal medya, bireylerin manevi pratiklerini destekleyen bir platform olarak öne çıkar. Meditasyon, yoga, dua ve diğer manevi pratikler hakkında bilgi ve rehberlik sunan

²⁰ M. Çetinkaya, "Sosyal Medyada Manevi Destek ve Rehberlik: Fırsatlar ve Zorluklar," *Ege Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 24, no. 1 (2019): 77-93.

videolar, bireylerin bu pratikleri kendi yaşamlarına dahil etmelerine yardımcı olur. Özellikle meditasyon ve yoga gibi pratikler, bireylerin zihinsel ve duygusal dengelerini sağlamalarına, stres ve kaygılarını azaltmalarına ve içsel huzuru bulmalarına katkıda bulunur. Sosyal medyada yayınlanan bu tür içerikler, bireylerin düzenli manevi pratikler yapmalarını teşvik eder ve bu pratiklerin faydalarını deneyimlemelerini sağlar.

2.5.8.3. Topluluklarla Etkileşim

Manevi gelişim ve olgunlaşma sürecinde topluluklarla etkileşim, önemli bir rol oynar. Sosyal medya, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmalarına ve bu topluluklardan destek almalarına olanak tanır. Facebook grupları, WhatsApp sohbet grupları, Instagram sayfaları ve YouTube kanalları, bireylerin manevi konular hakkında bilgi alışverişinde bulunmalarına, deneyimlerini paylaşmalarına ve diğer topluluk üyelerinden geri bildirim almalarına imkan tanır. Bu etkileşimler, bireylerin manevi gelişim süreçlerinde yalnız olmadıklarını hissetmelerine ve topluluk desteğiyle daha güçlü bir şekilde ilerlemelerine yardımcı olur.

2.5.8.4. İçsel Huzurun Keşfi

Sosyal medya, bireylerin içsel huzuru keşfetmelerine de yardımcı olabilir. Manevi içerikler, bireylerin kendilerini daha derinlemesine tanımalarına, duygusal ve zihinsel durumlarını anlamalarına ve içsel huzuru bulmalarına katkıda bulunur. Meditasyon ve yoga videoları, ilham verici manevi sözler ve manevi rehberlik sunan içerikler, bireylerin yaşamlarındaki anlam ve amacı keşfetmelerine ve içsel dengeyi sağlamalarına yardımcı olur. Bu içerikler, bireylerin kendileriyle barışık olmalarını ve yaşamlarındaki zorluklarla daha iyi başa çıkmalarını sağlar.²¹

2.5.8.5. Kültürel ve Manevi Zenginleşme

Sosyal medya, farklı kültürlerden ve inanç sistemlerinden manevi öğretilerin ve pratiklerin yayılmasına da katkıda bulunur. Bireyler, sosyal medya aracılığıyla farklı manevi yaklaşımları keşfederek kendi manevi pratiklerini zenginleştirebilirler. Bu kültürel

²¹ S. Güner, "Manevi Danışmanlık ve Sosyal Medya: Etkileşim ve İçerik Analizi," *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 32, no. 2 (2020): 132-149.

ve manevi zenginleşme, bireylerin daha geniş bir perspektif kazanmalarına ve manevi gelişim süreçlerinde daha esnek ve açık fikirli olmalarına yardımcı olur. Sosyal medya, bu anlamda bireylerin manevi yolculuklarında karşılaştıkları farklı öğretiler ve pratikler aracılığıyla büyümelerine katkıda bulunur. Sosyal medya, bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerine çok yönlü katkılarda bulunarak, onların manevi yolculuklarını destekler. Manevi bilgiye erişim, manevi pratiklerin desteklenmesi, topluluklarla etkileşim, içsel huzurun keşfi ve kültürel ve manevi zenginleşme, sosyal medyanın bu süreçlere olan önemli katkılarından biridir.

2.6.Manevi Destek ve Rehberlik İçin Sosyal Medyanın Avantajları ve Dezavantajları

2.6.1.Erişilebilirlik

Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik arayan bireyler için erişilebilirlik açısından büyük bir avantaj sunar. Geleneksel manevi destek kaynakları, fiziksel olarak ulaşılması zor olabilen dini liderler, tapınaklar, kiliseler veya manevi danışmanlarla sınırlı olabilir. Ancak, sosyal medya sayesinde bu destek kaynaklarına coğrafi sınırlar olmaksızın erişim sağlanabilir. Bireyler, dünyanın herhangi bir yerindeki manevi liderler, danışmanlar ve topluluklarla çevrimiçi olarak iletişim kurabilirler. Bu durum, özellikle fiziksel engelleri veya ulaşım sorunları olan kişiler için büyük bir kolaylık sağlar. Örneğin, kırsal bölgelerde yaşayan veya fiziksel hareket kabiliyeti sınırlı olan bireyler, sosyal medya aracılığıyla manevi rehberlik alabilirler. Sosyal medyanın erişilebilirliği, manevi destek arayışında olan bireyler için 7/24 erişim imkanı sunar. Bireyler, ihtiyaç duydukları her an manevi içeriklere, rehberlik videolarına, meditasyon seanslarına veya dua gruplarına erişebilirler. Bu sürekli erişim, bireylerin manevi ihtiyaçlarını anında karşılamalarına olanak tanır ve zor zamanlarında destek bulmalarını sağlar. Böylece, bireyler zaman ve mekandan bağımsız olarak manevi rehberliğe ulaşabilir, bu da onların manevi yolculuklarında sürekli bir destek ve rehberlik kaynağına sahip olmalarını sağlar.²²

²² H. Kalkan, "Sosyal Medyada Manevi Rehberlik ve Topluluk Oluşumu," *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 26, no. 4 (2017): 200-216.

2.6.2.Hız

Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik konusunda hızlı bir çözüm sunar. Geleneksel yöntemlerle manevi destek almak, genellikle randevu ayarlamayı, beklemeyi ve fiziksel olarak bir araya gelmeyi gerektirir. Ancak, sosyal medya üzerinden manevi içeriklere ve rehberlik hizmetlerine anında erişim mümkündür. Bireyler, ihtiyaç duydukları anda gerekli bilgilere ve desteğe hızlıca ulaşabilirler. Özellikle kriz anlarında veya acil manevi desteğe ihtiyaç duyulan durumlarda sosyal medya, hızlı ve etkili bir çözüm sunar. Manevi liderler ve danışmanlar, sosyal medya üzerinden anlık olarak canlı yayınlar yapabilir, soruları cevaplayabilir ve destek sağlayabilirler. Bu hız, bireylerin duygusal ve manevi ihtiyaçlarını anında karşılayarak, zor zamanlarında onlara büyük bir rahatlık sağlar. Örneğin, bir kayıp ya da travma anında, bireyler sosyal medya üzerinden anında manevi rehberlik ve destek alabilirler. Bu anlık erişim, bireylerin duygusal dengesini korumalarına, manevi huzuru bulmalarına ve stresle başa çıkmalarına yardımcı olur. Ayrıca, sosyal medya platformları, bireylerin acil manevi destek ihtiyaçlarını hızlıca karşılamaları için ideal bir ortam sunar, bu da manevi rehberliğin etkili ve zamanında olmasını sağlar.²³

2.6.3.Çeşitlilik

Sosyal medya, manevi içerikler ve rehberlik hizmetleri konusunda geniş bir çeşitlilik sunar. Farklı inanç sistemleri, manevi pratikler ve rehberlik yaklaşımları sosyal medya platformlarında kolayca bulunabilir. Bu çeşitlilik, bireylerin kendi manevi yolculuklarına en uygun olan içeriği ve rehberliği bulmalarına olanak tanır. Örneğin, YouTube'da farklı meditasyon teknikleri, dua seansları, manevi sohbetler ve dini öğretiler hakkında geniş bir yelpazede videolar bulunabilir. Instagram ve Facebook gibi platformlar, farklı manevi topluluklar ve gruplar tarafından düzenli olarak güncellenen içerikler sunar. Bu platformlar, bireylerin manevi konular hakkında bilgi edinmelerine, farklı bakış açılarını keşfetmelerine ve kendi manevi pratiklerini geliştirmelerine yardımcı olur.²⁴

²³ S. Düzgüner, *Maneviyat Algısı ve Yansımaları* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2021).

²⁴ M. R. Akpınar, "İslam hukukunda yeni bir alan: sosyal medya fihri," *Din ve Hayat TDV İstanbul Müftülüğü Dergisi* 39 (2019): 24-27.

Sosyal medya ayrıca, bireylerin kendi manevi deneyimlerini ve içgörülerini paylaşmalarına olanak tanır. Bu paylaşımlar, diğer kullanıcılar için ilham verici olabilir ve topluluk içinde manevi bilincin ve desteğin artmasına katkıda bulunur. Bu çeşitlilik, bireylerin manevi yolculuklarında daha geniş bir perspektif kazanmalarına ve daha zengin deneyimler yaşamalarına yardımcı olur. Sosyal medya platformlarının sunduğu bu çeşitlilik, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamalarını ve manevi gelişimlerini sürdürmelerini kolaylaştırır. Sonuç olarak, sosyal medya, manevi destek ve rehberlik konusunda erişilebilirlik, hız ve çeşitlilik gibi önemli avantajlar sunar. Bu avantajlar, bireylerin manevi yolculuklarında ihtiyaç duydukları rehberliği ve desteği bulmalarına yardımcı olur. Sosyal medyanın sağladığı bu olanaklar, manevi destek arayışındaki bireyler için vazgeçilmez bir kaynak haline gelmiştir. Bireyler, sosyal medya platformları aracılığıyla manevi rehberlik alabilir, manevi topluluklarla bağlantı kurabilir ve kendi manevi deneyimlerini paylaşarak topluluk desteği bulabilirler. Bu süreç, bireylerin manevi gelişimlerini destekler ve toplumsal düzeyde manevi bilincin ve dayanışmanın artmasına katkıda bulunur.²⁵

2.6.4. Yanlış Bilgi

Sosyal medyanın en büyük dezavantajlarından biri, yanlış bilgi ve dezenformasyonun hızla yayılabilmesidir. Manevi destek ve rehberlik konularında yanlış veya yanıltıcı bilgiler, bireylerin manevi gelişim süreçlerini olumsuz etkileyebilir. Sosyal medya platformlarında, kendilerini manevi lider veya danışman olarak tanıtan, ancak yeterli bilgi ve deneyime sahip olmayan kişilerin paylaştığı içerikler, bireyleri yanlış yönlendirebilir. Bu tür içerikler, manevi yolculuklarına zarar verebilir ve bireylerin yanlış bilgilere dayanarak hareket etmelerine neden olabilir. Yanlış bilgi, bireylerin manevi yolculuklarında kafa karışıklığına ve hatta manevi krizlere neden olabilir. Örneğin, bilimsel temele dayanmayan meditasyon teknikleri veya dua yöntemleri, bireylerin manevi deneyimlerinden bekledikleri faydaları elde edememelerine yol açabilir. Ayrıca, bazı içerikler, manevi konularda yanlış inançların ve uygulamaların yayılmasına sebep olabilir, bu da bireylerin manevi gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilir. Yanlış bilgi yayılımını

²⁵ M. Yamaç, "Sosyal Medyada Dini Topluluklar," *Kocaeli İlahiyat Dergisi* 4 (2020): 101-122.

önlemek için, bireylerin sosyal medya üzerindeki manevi içerikleri eleştirel bir bakış açısıyla değerlendirmeleri ve güvenilir kaynaklardan doğrulamaları önemlidir. Manevi destek ve rehberlik arayışında olan bireyler, tanınmış ve saygın manevi liderlerin ve danışmanların içeriklerine yönelmelidir.

2.6.5. Yüzeysel İlişkiler

Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için yüzeysel ilişkiler oluşturma riskini de taşır. Sosyal medya platformları, hızlı ve anlık etkileşimlere olanak tanırken, derin ve anlamlı ilişkiler kurmak için gereken yüz yüze iletişimin yerini tam anlamıyla dolduramaz. Manevi rehberlik ve destek, genellikle bireyin derin duygusal ve manevi ihtiyaçlarını anlamayı gerektirir; bu da yüz yüze etkileşimler ve kişisel bağlar aracılığıyla daha etkili bir şekilde sağlanabilir. Sosyal medya üzerinden kurulan ilişkiler, genellikle daha yüzeysel ve geçici olabilir. Bireyler, sosyal medya platformlarında hızlıca destek alabilirler ancak bu destek, uzun vadeli manevi gelişim ve olgunlaşma için yeterli olmayabilir. Yüz yüze manevi rehberlik, bireylerin manevi yolculuklarında karşılaştıkları zorlukları derinlemesine ele almak ve kişisel rehberlik sağlamak açısından daha etkili olabilir. Sosyal medya, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmasına ve destek bulmasına yardımcı olurken, bu toplulukların ve ilişkilerin yüzeysel kalma riskini de beraberinde getirir.²⁶

2.6.6. Mahremiyet Sorunları

Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için mahremiyet sorunları da yaratabilir. Manevi konular, genellikle bireylerin en içsel ve özel deneyimlerini ve duygularını kapsar. Sosyal medya platformlarında bu tür kişisel bilgilerin paylaşılması, mahremiyetin ihlal edilme riskini artırır. Sosyal medya kullanıcıları, manevi deneyimlerini ve destek arayışlarını paylaşırken, bu bilgilerin kimler tarafından görülebileceğini ve nasıl kullanılabileceğini tam olarak kontrol edemezler.²⁷

²⁶ M. Haberli, "Dijital Din Araştırmalarında Konu ve Yaklaşımlar," *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 9 (2020): 879-902.

²⁷ M. D. Dereli, *Sanala Veda: Sosyal Medya ve Dönüşen Dindarlık* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi Yayınları, 2022).

Mahremiyet sorunları, bireylerin manevi destek arayışlarında çekingen davranmalarına neden olabilir. Bireyler, manevi konular hakkında açıkça konuşmak veya paylaşımda bulunmak yerine, bu tür bilgileri gizli tutmayı tercih edebilirler. Bu durum, bireylerin ihtiyaç duydukları manevi desteği ve rehberliği tam olarak alamamalarına yol açabilir. Sosyal medya platformlarının mahremiyet politikaları ve kullanıcıların gizlilik ayarlarını dikkatlice yönetmeleri önemlidir. Manevi destek ve rehberlik arayışında olan bireyler, kişisel ve hassas bilgilerini paylaşmadan önce, bu bilgilerin nasıl korunacağını ve kimler tarafından erişilebileceğini göz önünde bulundurmalıdır. Daha güvenli ve mahrem bir ortamda manevi destek arayan bireyler için, özel mesajlaşma uygulamaları veya kapalı gruplar gibi alternatif platformlar da değerlendirilmelidir. Bu tür platformlar, bireylerin manevi deneyimlerini ve destek arayışlarını daha güvenli bir şekilde paylaşmalarına olanak tanır. Mahremiyetin korunması, bireylerin manevi destek ve rehberlik süreçlerinde daha rahat ve açık olmalarını sağlar. Sosyal medya, manevi destek ve rehberlik için değerli bir araç olmaya devam etmektedir. Yanlış bilgi yayılımını önlemek, yüzeysel ilişkileri derinleştirmek ve mahremiyet sorunlarını yönetmek için bilinçli ve dikkatli bir kullanım gerekmektedir.²⁸

²⁸ E. Yıldırım, "Dini Ağ Toplumunun Doğuşu," *Din ve Hayat* 39 (2022): 16-19.

SONUÇ

Araştırmanın sonuçları, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için yüksek derecede erişilebilir olduğunu göstermektedir. Sosyal medya platformları, coğrafi sınırları ortadan kaldırarak bireylerin dünya genelindeki manevi liderler, danışmanlar ve topluluklarla bağlantı kurmalarına olanak tanır. Bu erişilebilirlik, özellikle kırsal bölgelerde yaşayan veya fiziksel engelleri olan bireyler için önemli bir avantaj sunar. Sosyal medya, 7/24 erişim imkanı sağlayarak, bireylerin ihtiyaç duydukları her an manevi içeriklere ulaşmalarını mümkün kılar. Bu sürekli erişim, bireylerin manevi ihtiyaçlarını anında karşılamalarına ve zor zamanlarında destek bulmalarına yardımcı olur. Araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik konusunda hızlı çözümler sunduğunu ortaya koymaktadır. Geleneksel yöntemlerle manevi destek almak, genellikle randevu ayarlamayı ve beklemeyi gerektirirken, sosyal medya üzerinden manevi içeriklere ve rehberlik hizmetlerine anında erişim mümkündür. Özellikle kriz anlarında veya acil manevi desteğe ihtiyaç duyulan durumlarda, sosyal medya platformları bireylerin duygusal ve manevi ihtiyaçlarını hızla karşılamalarını sağlar. Manevi liderler ve danışmanlar, sosyal medya aracılığıyla canlı yayınlar yaparak anlık olarak destek sunabilir, soruları cevaplayabilir ve rehberlik sağlayabilirler. Araştırmanın bulguları, sosyal medyanın manevi içerikler ve rehberlik hizmetleri konusunda geniş bir çeşitlilik sunduğunu göstermektedir. Farklı inanç sistemleri, manevi pratikler ve rehberlik yaklaşımları sosyal medya platformlarında kolayca bulunabilir. Bu çeşitlilik, bireylerin kendi manevi yolculuklarına en uygun olan içeriği ve rehberliği bulmalarına olanak tanır. YouTube'da meditasyon rehberleri, dua seansları, manevi sohbetler ve dini öğretiler hakkında geniş bir yelpazede videolar bulunabilirken, Instagram ve Facebook gibi platformlar farklı manevi topluluklar ve gruplar tarafından düzenli olarak güncellenen içerikler sunar.

Araştırma, sosyal medyanın manevi toplulukların oluşmasına ve bu topluluklar içinde dayanışma ve empati duygularının güçlenmesine olanak tanıdığını ortaya koymaktadır. Manevi topluluklar, bireylerin manevi deneyimlerini ve içgörülerini paylaşabilecekleri, duygusal destek bulabilecekleri ve manevi rehberlik alabilecekleri güvenli ve destekleyici ortamlar sunar. Sosyal medya, bireylerin manevi topluluklarla bağlantı kurmasına ve bu topluluklar içinde aktif olarak yer almasına yardımcı olarak, bireylerin manevi yolculuklarında yalnız olmadıklarını hissetmelerini sağlar. Araştırmanın sonuçları, sosyal medyanın yanlış bilgi ve dezenformasyonun hızla yayılabildiği bir platform olduğunu da göstermektedir. Manevi destek ve rehberlik konularında yanlış veya

yanıltıcı bilgiler, bireylerin manevi gelişim süreçlerini olumsuz etkileyebilir. Sosyal medya platformlarında, kendilerini manevi lider veya danışman olarak tanıtan, ancak yeterli bilgi ve deneyime sahip olmayan kişilerin paylaştığı içerikler, bireyleri yanlış yönlendirebilir. Bu durum, bireylerin manevi yolculuklarında kafa karışıklığına ve hatta manevi krizlere neden olabilir. Araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için yüzeysel ilişkiler oluşturma riskini de ortaya koymaktadır. Sosyal medya platformları, hızlı ve anlık etkileşimlere olanak tanırken, derin ve anlamlı ilişkiler kurmak için gereken yüz yüze iletişimin yerini tam anlamıyla dolduramaz. Sosyal medya üzerinden kurulan ilişkiler, genellikle daha yüzeysel ve geçici olabilir. Bu da bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerinde derinlemesine rehberlik ve destek almalarını zorlaştırabilir.

Araştırmanın bulguları, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için mahremiyet sorunları yaratabileceğini de göstermektedir. Manevi konular, genellikle bireylerin en içsel ve özel deneyimlerini ve duygularını kapsar. Sosyal medya platformlarında bu tür kişisel bilgilerin paylaşılması, mahremiyetin ihlal edilme riskini artırır. Sosyal medya kullanıcıları, manevi deneyimlerini ve destek arayışlarını paylaşırken, bu bilgilerin kimler tarafından görülebileceğini ve nasıl kullanılabileceğini tam olarak kontrol edemezler. Araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik için değerli bir araç olmasına rağmen, bilinçli ve eleştirel bir kullanım gerektirdiğini vurgulamaktadır. Yanlış bilgi yayılımını önlemek, yüzeysel ilişkileri derinleştirmek ve mahremiyet sorunlarını yönetmek için bireylerin sosyal medyayı dikkatli ve bilinçli bir şekilde kullanmaları önemlidir. Sosyal medya, doğru ve güvenilir kaynaklardan bilgi edinildiğinde ve manevi yolculukta dikkatle kullanıldığında, bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerine önemli katkılar sağlayabilir. Araştırma, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlikteki rolünün toplumsal düzeyde de önemli etkiler yarattığını göstermektedir. Sosyal medya, manevi toplulukların oluşmasına ve bu topluluklar içinde dayanışma ve empati duygularının güçlenmesine olanak tanır. Manevi içerikler, farklı kültürlerden ve inanç sistemlerinden bireyler arasında paylaşılır ve bu sayede kültürel zenginlikler ve manevi öğretiler geniş kitlelere ulaşır. Bu durum, kültürel anlayışın ve hoşgörünün artmasına katkıda bulunur. Araştırmanın sonuçları, sosyal medyanın manevi destek ve rehberlik arayışındaki bireyler için önemli bir kaynak olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak, sosyal medyanın yanlış bilgi, yüzeysel ilişkiler ve mahremiyet sorunları gibi dezavantajlarını da göz önünde bulundurarak, bilinçli ve dikkatli bir kullanım gerektirdiği

vurgulanmaktadır. Sosyal medya platformlarının mahremiyet politikalarının ve kullanıcı gizlilik ayarlarının dikkatlice yönetilmesi, bireylerin manevi destek arayışlarında daha güvenli ve etkili bir deneyim yaşamalarını sağlayacaktır. Ayrıca, manevi rehberlik arayışında olan bireylerin tanınmış ve saygın manevi liderlerin ve danışmanların içeriklerine yönelmeleri, doğru ve güvenilir bilgiye ulaşmalarını kolaylaştıracaktır. Sonuç olarak, sosyal medya, doğru ve eleştirel bir şekilde kullanıldığında, bireylerin manevi gelişim ve olgunlaşma süreçlerine önemli katkılar sağlayabilir.

KAYNAKÇA

- Aydın, M. *İnanç Toplulukları ve Sosyal Medya Kullanımı*. İstanbul: Kitap Yayınları, 2016.
- Aydın, M. "Manevi Rehberlik ve Zaman Yönetimi: Sosyal Medya Kullanımının Etkileri." *Din ve Toplum Araştırmaları Dergisi* 6, no. 3 (2020): 89-101.
- Bilgin, A., and Bayram, A. "Manevi Rehberlikte Sosyal Medya Kullanımı ve Etkileri." *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 19, no. 2 (2019): 123-138.
- Boyd, D. M., and Ellison, N. B. "Social network sites: Definition, history, and scholarship." *Journal of Computer-Mediated Communication* 13, no. 1 (2007): 210-230.
- Çelik, Z. "Pandemi Döneminde Sosyal Medyanın Manevi Destekteki Rolü." *Maneviyat ve Psikoloji Dergisi* 7, no. 2 (2021): 105-118.
- Çiçek, A. *Dijital Çağda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2018.
- Erbaş, H. "İnanç ve Maneviyatın Dijitalleşmesi: Sosyal Medya Üzerinden Manevi Deneyim Paylaşımları." *Din ve Toplum Araştırmaları Dergisi* 4, no. 2 (2019): 89-104.
- Güngör, M. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Sosyal Medya Kullanımı*. İstanbul: Manevi Gelişim Yayınları, 2018.
- Güngör, M. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Yeni Medya ve İletişim Teknolojileri*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020.
- Kaplan, A. M., and Haenlein, M. "Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media." *Business Horizons* 53, no. 1 (2010): 59-68.
- Karataş, Z., and Demirbaş, H. "Sosyal Medya Kullanımının Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Açısından İncelenmesi." *İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 9, no. 2 (2018): 45-62.
- Kaya, H. "Sosyal Medyada Bilgi Kirliliği ve Manevi Rehberlik." *İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 10, no. 1 (2019): 145-162.
- Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., and Silvestre, B. S. "Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media." *Business Horizons* 54, no. 3 (2011): 241-251.
- Koçak, O. *Sosyal Medya ve Maneviyat: Dijital Çağda İnanç ve Manevi Destek*. İstanbul: Sufi Kitap, 2017.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., and Larson, D. B. *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press, 2001.
- Pargament, K. I. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press, 1997.

- Underwood, L. G., and Teresi, J. A. "The Daily Spiritual Experience Scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data." *Annals of Behavioral Medicine* 24, no. 1 (2002): 22-33.
- Yılmaz, M. "Bireysel Manevi Deneyimler ve Sosyal Medya Kullanımı." *Manevi Gelişim Dergisi* 5, no. 3 (2020): 201-219.
- Eroğlu, S. "Manevi Rehberlik ve Danışmanlık Hizmetlerinde Sosyal Medyanın Kullanımı." *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21, no. 2 (2019): 123-140.
- Tuncer, F. "Sosyal Medyanın Manevi Danışmanlık Hizmetlerindeki Yeri." *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 61, no. 1 (2020): 89-106.
- Demir, A. "Dijital Medya ve Maneviyat: Sosyal Medya Üzerinden Manevi Destek Arayışı." *Din ve Felsefe Araştırmaları Dergisi* 10, no. 2 (2017): 45-63.
- Özdemir, B. "Sosyal Medya ve İnanç Toplulukları: Dijital Çağda Manevi İletişim." *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46, no. 3 (2018): 112-128.
- Çetinkaya, M. "Sosyal Medyada Manevi Destek ve Rehberlik: Fırsatlar ve Zorluklar." *Ege Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 24, no. 1 (2019): 77-93.
- Güner, S. "Manevi Danışmanlık ve Sosyal Medya: Etkileşim ve İçerik Analizi." *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 32, no. 2 (2020): 132-149.
- Kalkan, H. "Sosyal Medyada Manevi Rehberlik ve Topluluk Oluşumu." *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 26, no. 4 (2017): 200-216.
- Düzgüner, S. *Maneviyat Algısı ve Yansımaları*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2021.
- Akpınar, M. R. "İslam hukukunda yeni bir alan: sosyal medya fikhı." *Din ve Hayat TDV İstanbul Müftülüğü Dergisi* 39 (2019): 24-27.
- Yamaç, M. "Sosyal Medyada Dini Topluluklar." *Kocaeli İlahiyat Dergisi* 4 (2020): 101-122.
- Haberli, M. "Dijital Din Araştırmalarında Konu ve Yaklaşımlar." *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 9 (2020): 879-902.
- Dereli, M. D. *Sanala Veda: Sosyal Medya ve Dönüşen Dindarlık*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Yayınları, 2022.
- Yıldırım, E. "Dini Ağ Toplumunun Doğuşu." *Din ve Hayat* 39 (2022): 16-19.