

**T. C.
İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI**

**ULUSLARARASI ÖĞRENCİLERİN MANEVİ
KAYNAKLARI, GENEL AİDİYETLERİ VE STRES
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Esra BAYKAL

**Danışman:
Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL**

**İSTANBUL
2024**

T. C.
İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

ULUSLARARASI ÖĞRENCİLERİN MANEVİ
KAYNAKLARI, GENEL AİDİYETLERİ VE STRES
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

Esra BAYKAL

Danışman:
Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL

İSTANBUL
2024

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.

İSTANBUL 29 MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Manevi Danışanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda 201322YL18 numaralı Esra BAYKAL'ın hazırladığı “*Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Genel Aidiyetleri ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” konulu yüksek lisans tezi ile ilgili tez savunma sınavı, 17/12/2024 günü (14:00 - 16:00) saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin başarılı olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL

İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi

(Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)

Dr. Öğr. Üyesi Nur AKBULUT KILIÇOĞLU

İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi

Prof. Dr. Ali Ulvi MEHMEDOĞLU

Marmara Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Esra BAYKAL

17/12/2024

ÖZ

Bu araştırmanın amacı İstanbul da öğrenim gören lisans ve lisansüstü uluslararası öğrencilerin manevi kaynakları, genel aidiyetleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın yöntemi nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma modelidir. Araştırmanın örneklemini İstanbul da öğrenim gören 245 uluslararası öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, Kişisel Bilgi Formu, Maneviyat Ölçeği, Genel Aidiyet Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, uluslararası öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin aidiyet ve manevi kaynaklarla negatif yönlü ve anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Ayrıca, uluslararası öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin manevi kaynaklar tarafından negatif yönlü ve anlamlı düzeyde yordandığı sonucu elde edilmiştir. Sosyodemografik değişkenler bakımından manevi kaynaklar, aidiyet ve algılanan stres düzeylerinin anlamlı farklılık gösterdiğine dair bulgular elde edilmiştir. Manevi kaynakların sınıf ve gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilirken, cinsiyet bakımından anlamlı farklılık saptanmamıştır. Aidiyet puanlarının sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermediği; algılanan stres düzeylerinin ise kadın öğrencilerde anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulgularına göre, katılımcıların algılanan stres düzeylerinin genel aidiyet tarafından negatif yönlü ve anlamlı düzeyde %13,9 oranında yordandığı tespit edilmiştir. Maneviyat Ölçeği toplam değişkeninin katkısı anlamlı değildir ve varyans %0,3'tür. Toplamda, aidiyet ve manevi kaynaklar birlikte stres düzeylerini %14,2 oranında yordamaktadır, fakat bu oran aidiyet değişkeninden kaynaklanmaktadır. Bulgular doğrultusunda aidiyetin algılanan stres üzerinde koruyucu bir etkisi olabileceği düşünülmektedir. Elde edilen bulgular daha önceki yapılan araştırmalarla karşılaştırılarak değerlendirilmiş; ileri araştırma ve uygulamalara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler:

Maneviyat, Manevi İyi Oluş, Aidiyet, Stres, Uluslararası Öğrenciler

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the relationship between spiritual resources and sense of belonging and stress levels of undergraduate and graduate international students studying in Istanbul. The research is a correlational research model, which is one of the quantitative research methods. The sample of the research consists of 245 international students studying in Istanbul. Personal Information Form, Spirituality Scale, General Belonging Scale, Perceived Stress Scale were used as data collection tools in the research. The obtained data were analyzed using SPSS 27.0 package software. According to the findings of the research, it was determined that the perceived stress levels of international students were negatively and significantly related to belonging and spiritual resources. In addition, it was concluded that the perceived stress levels of international students were negatively and significantly predicted by spiritual resources. Findings were obtained that spiritual resources, belonging and perceived stress levels showed significant differences in terms of socio-demographic variables. While it was found that spiritual resources showed significant differences according to class and income level, no significant difference was found in terms of gender. Belongingness scores did not show significant differences according to socio-demographic variables. However, it was concluded that perceived stress levels were significantly higher in female students. According to the findings of the hierarchical regression analysis, it was determined that the participants' perceived stress levels were negatively and significantly predicted by general belongingness by 13.9%. The contribution of the total variable of the Spirituality Scale is not significant and the variance is 0.3%. In total, belongingness and spiritual resources together predict stress levels by 14.2%, but this rate is due to the belongingness variable. In line with the findings, it is thought that belongingness may have a protective effect on perceived stress. The findings were evaluated by comparing them with previous studies; suggestions for further research and applications were presented.

Keywords:

Belonging, Stress, International Students, Spirituality, Spiritual Well-being

ÖNSÖZ

Toplumların birbiriyle etkileşime girmelerinin başka bir unsuru da eğitimidir. Toplumlar mevcut bilgilerini yenileri ile harmanlayarak bambaşka şeyler üretirler, gelişime açık hale gelirler. Bu minvalde eğitimin küresel boyuta taşınması kaçınılmaz olmuş ve bu da bizi uluslararası öğrenci kavramı ile tanıştırmıştır. Fakat bu sistemin de öğrenciler bazında birtakım sorunları olmaktadır. Mesleğim gereği uluslararası öğrencilerle çalışma ve farklı kültürler tanıma fırsatına sahip olmam sebebiyle onların karşılaştıkları zorlukları ve bunların nasıl üstesinden gelebildiklerini veya gelemediklerini, maneviyatlarının ve aidiyetin zorluklarla baş etme konusunda etkili olduğuna şahit oldum. Tezimi de bu konu üzerinden seçerek literatüre katkı sağlamak istedim.

Yolculuğumun tez aşamasında danışmanım olarak bana çizdiği yol haritası için, akademik bir çalışmanın nasıl olacağı hususunda rehberlik ederken emekleri ve hızlı dönüşleri için, iş hayatından farklı olarak yaşadığım bu süreçte başka farkındalıklar edinmeme ve öğrenmeme vesile olduğu için değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL'a en kalbi teşekkürlerimi iletiyorum. İlk defa deneyimlediğim bu yolculuğumda, bana inanıp beni yüreklendiren ve kendisini her daim örnek aldığım kıymetli hocam Prof. Dr. Ahmet KOÇ'a emekleri için çok teşekkür ederim. Bizlere emek veren, bilgi ve tecrübelerini bizimle içtenlikle paylaşırken gösterdikleri güleryüz, nezaket ve anlayışları için kıymetli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Figen KASAPOĞLU, Dr. Öğr. Üyesi Nur AKBULUT KILIÇOĞLU, Doç. Dr. Gülşah TAŞCI, Prof. Dr. Ahmet Ayhan ÇİTİL, Prof. Dr. Ali AYTEN hocalarıma ayrı ayrı teşekkürlerimi iletiyorum.

Bu zorlu süreçte her türlü desteğini hep yanımda hissettiren sevgili anneme ve babama, beni her daim destekleyen ve cesaretlendiren sevgili kız kardeşime, görev yerimde beni motive etmeye çalışan tüm öğrencilerime samimiyetleri ve güzel kalpleri için, benimle her bilgiyi paylaşan, zor zamanlarda destekleyen dönem arkadaşlarıma, bu yolculuğumda her zaman yanımda olmaya çalışan, hassasiyet gösteren tüm ablalarıma, arkadaşlarıma ve kardeşlerime çok teşekkür ederim. Bu nimetleri bana nasip eden Rabbime hamd ve şükürler olsun.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	ii
BEYAN.....	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
KISALTMALAR.....	x
TABLO LİSTESİ.....	xi
GİRİŞ.....	1
1. Problem Durumu.....	1
2. Araştırmanın Amacı.....	4
2.1. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri	4
3. Araştırmanın Önemi.....	5
4. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
5. Araştırmanın Varsayımları.....	6
6. Araştırmanın Tanımları.....	6
I. BÖLÜM: KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
1.1. Maneviyat Kavramı.....	7
1.1.1. Maneviyat Tanımları	8
1.1.2. Maneviyat ve Din	10
1.1.3. Maneviyat ve Ruh Sağlığı İlişkisi	12
1.1.4. Spiritüalizm Kavramı	13
1.1.5. Manevi İyi Oluş.....	13
1.1.6. Manevi İyi Oluşla İlgili Araştırmalar (Yurtiçi ve Yurtdışı).....	15
1.2. Aidiyet Kavramı.....	16
1.2.1. Aidiyet ile İlgili Araştırmalar	19
1.3. Stres Kavramı ve Kökeni	20
1.3.1. Stres ile İlgili Kuramlar	22
1.3.2. Stres Kaynakları ve Belirtileri.....	24
1.3.3. Stres ile Başa Çıkma Yolları	25
1.4. Uluslararası Öğrenciler	27
1.4.1. Uluslararası Öğrenci Hareketliliği.....	28
1.4.2. Dünya’da ve Türkiye’de Uluslararası Öğrenci Hareketliliği	29
1.4.3. Uluslararası Öğrencilerin Ülke Seçiminde Dikkate Aldığı Hususlar ve Türkiye’yi Seçme Nedenleri.....	30
1.4.4. Uluslararası Öğrencilerin Yaşadıkları Sorunlar	31
1.4.5. Uluslararası Öğrencilerin Ekonomik, Kültürel, Akademik Katkıları.....	31

II. BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	33
2.1. Araştırmanın Modeli	33
2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	33
2.3. Veri Toplama Aracı	33
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	33
2.3.2. Maneviyat Ölçeği	34
2.3.3. Genel Aidiyet Ölçeği.....	35
2.3.4 Algılanan Stres Ölçeği.....	36
2.4. Verilerin Toplanması	37
2.5. Verilerin Analizi	37
III. BÖLÜM: BULGULAR.....	39
3.1. Betimleyici İstatistikler	39
3.2. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Cinsiyete Göre İncelenmesi..	40
3.3. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi.....	41
3.4. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi.....	43
3.5. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların İlgili Ölçek Puanlarına Göre İncelenmesi.....	44
3.6. Algılanan Stres ile Aidiyet ve Manevi Kaynaklar Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyonu İncelemesi	45
3.7. Algılanan Stres Yordayıcıları Hiyerarşik Regresyon Analizi İncelemesi.....	46
IV. BÖLÜM: TARTIŞMA	49
4.1. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stres Düzeylerinin Cinsiyete Göre Tartışılması.....	49
4.1.1. Manevi Kaynakların Cinsiyete Göre Tartışılması.....	49
4.1.2. Aidiyetin Cinsiyete Göre Tartışılması.....	50
4.1.3. Stres Düzeylerinin Cinsiyete Göre Tartışılması.....	51
4.2. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stresin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması	53
4.2.1. Manevi Kaynakların Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması.....	53
4.2.2. Aidiyetin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması	54
4.2.3. Stresin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması	56
4.3. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stresin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması	58
4.3.1. Manevi Kaynaklarının Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması	58
4.3.2. Aidiyetlerinin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması.....	59
4.3.3. Stresin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması	60
4.4. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynak, Aidiyet ve Stres Düzeylerinin Aralarındaki İlişkiye Dair Bulguların Tartışılması	62

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	65
1. Sonuç.....	65
2. Öneriler	66
2.1. Araştırmanın Bulgularına Dayalı Öneriler	66
2.2 Gelecekte Yapılacak Araştırmalar İçin Öneriler	67
KAYNAKLAR	69
EKLER.....	82
EK 1: Kişisel Bilgi Formu	82
EK 2: Maneviyat Ölçeği	83
EK 3: Genel Aidiyet Ölçeği	85
EK 4: Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)	86
EK 5: Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurul Kararı.....	87
EK 6: Katılımcı Bilgilendirme ve Onam Formu.....	88
ÖZGEÇMİŞ	89

KISALTMALAR

Kısaltma	Bibliyografik Bilgi
ASÖ	Algılanan Stres Ölçeği
Akt.	Aktaran
Çev.	Çeviren
Ed.	Editör

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri	39
Tablo 2: Katılımcıların Yaş, Kardeş Sayısı ve Türkiye'de Yaşama Sürelerine İlişkin Dağılımı	40
Tablo 3: Cinsiyete göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar boyutlarının farklılaşmasına ilişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları	41
Tablo 4: Gelir Düzeyine Göre Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri ve ANOVA Sonuçları	42
Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Değişkenlerin tek yönlü ANOVA Sonuçları.....	43
Tablo 6: Katılımcıların Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynaklarla İlgili Ölçek Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	44
Tablo 7: Katılımcıların Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Bulguları	45
Tablo 8: Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizine Yönelik Model Özetleri.....	46
Tablo 9: Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizine Yönelik ANOVA Sonuçları	46
Tablo 10: Algılanan Stresin Yordayıcılarını İncelemek için Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları.....	47

GİRİŞ

1. Problem Durumu

Küreselleşmenin hat safhaya ulaştığı ve buna bağlı olarak birçok alanda küresel rekabetin arttığı günümüzde, bireyler daha iyi bir geleceğe sahip olma isteğiyle kariyer planlamaları yapmakta, kişisel ve mesleki bağlamda gelişmek için ulaşabildikleri en iyi eğitimi almaya çalışmaktadırlar. Dünyanın farklı yerlerinde, maddi ve manevi birçok zorluğu ve riski de göze alan, başka ülkelere eğitim için giden binlerce uluslararası öğrenci vardır (Bayramdrdyeva, 2019). Farklı kültür, inanç ve değerlerden gelen uluslararası öğrenciler, eğitim faaliyetlerinin dışarı taşınması konusunda önemli bir rol oynamış ve üniversitelere uluslararası bir kimlik kazandırmışlardır (Bulut ve ark., 2020). Yükseköğretim için gelen uluslararası öğrencilerin sayılarında yıldan yıla artış olurken, 2019 senesinde 150 bin uluslararası öğrenci sayısına ulaşıldığı kayıtlara geçmiştir. Afrika, Asya, Avrupa, Güney Amerika, Amerika ve Avusturalya kıtalarından gelen öğrenci sayıları gittikçe artmaktadır (Bayramdrdyeva, 2019).

1990'lı yılların başlarında Türkiye eğitimde uluslararasılaşma süreci içine girmeye başlamış ve özellikle 1989 yılında Sovyetler Birliği'nin dağılmasıyla birlikte bağımsızlığını ilan eden Türki Cumhuriyetlerden birçok öğrenci Türkiye'ye gelmiştir. Türkiye'ye her seviyede yükseköğrenim için gelen uluslararası öğrenci sayısı özellikle 2016 yılına gelindiğinde 100 bini geçmiştir. Farklı ülkelerden gelen bu öğrenciler geldikleri ülkede yeni yaşam alanlarına uyum sağlama ve etkileşim sürecinde çeşitli kültürel, sosyolojik ve psikolojik problemlerle karşılaşabilmektedir (Bulut ve ark., 2020).

Son yıllarda Türkiye'de uluslararası öğrenci sayısı ise her geçen yıl biraz daha artmaktadır. 2013-2014 yılında kayıtlı uluslararası öğrenci sayısı yaklaşık 48 bin iken 2018-2019 yılında yaklaşık 154 bini bulmuştur. Özellikle akademik çalışmaların artması, bilimin gelişmesi uluslararası öğrenci hareketliliğini dünya genelinde arttırmıştır. Tüm bu gelişmelerin yanında Türkiye'de üniversitelerin sayıca artışı, uluslararası öğrencilere verilen burs imkânları, devletlerarası yapılan anlaşmalar ve üniversitelerin niteliksel gelişimleri uluslararası öğrenci hareketliliğine önemli bir katkı sağlamıştır. Aynı zamanda uluslararası öğrencilerin ülke için ekonomik ve beşerî kaynak oluşturması, uluslararası

öğrencileri çekmesi için ülkeleri rekabete sokmuş olup bu sayede uluslararası öğrencilerin gittikleri ülkelere önemli ekonomik katkılar sağladıkları görülmüştür (Türel, 2020).

Türkiye'ye uyum sürecinde olan uluslararası öğrenciler için uyum sürecine katkı sağlayacak birtakım etmenlerin göz önüne alınması gerekmektedir. Uluslararası öğrencilerin eğitim sebebi ile Türkiye'ye gelmeden önce çok azının Türkiye'yi görme şansı bulunduğu ve bu öğrenciler için yeni bir kültüre uyum sağlamanın kolay olmadığı bilinmektedir. Sosyal uyum, üniversite öğrencisinin üniversite yaşamının kişilerarası ilişkilerine ve sosyal taleplerine olan bakış açısı ile ilgili olup bu kavram öğrencinin sosyal aktivitelere katılımı, üniversitede yeni ilişkiler kurması ve eski ilişkilerini etkili ve gerekli bir şekilde yönetebilmesi anlamını taşımaktadır. (Özçetin, 2013). Uyum süresinde bazı öğrenciler kolay adapte olurken bazı öğrenciler memleket özlemi ve yabancılık hissiyatı ile bulunduğu sosyal ortama uyum sağlamak konusunda zorluklar yaşar (Aliyev ve Öğülmüş, 2015). Kültürel değişiklikler, uluslararası öğrencilerin uyum sürecini etkileyen önemli bir kavramdır. Bu kavram uluslararası öğrencilerin yeni ve yabancı bir kültürle karşılaşması sonucunda karşımıza çıkarken farklı kültürden olan ve yabancı bir ülkeye yerleşen bireylerin karşılaştığı zorlukları da yansıtmaktadır (Gritsenko, 2002).

Öğrenciler, karşılaştıkları ve bazen kontrol edemedikleri bu zorlukların aşılmasında önemli bir başa çıkma mekanizması olan maneviyattan destek alırlar (Dalcalı,2020). Maneviyat kişiye, yaşamında karşılaştığı birtakım zorluklarla başa çıkma gücü verir. Frame'in maneviyat tanımına göre; din, ruh ve ben ötesini (transpersonal) içermekle birlikte derin bir bütünlük duygusu, bağlanma ve sonsuz olana kendini açmak olarak ifade edilmektedir. Pargament ise maneviyatı, insan deneyiminin bir boyutu olan deneyimsel dünyanın ötesinde olan inançlar ve uygulamalar olarak tanımlamakta, maneviyatın dinin kalbi ve ruhu olduğunu ifade etmektedir (Tunç, 2021).

Yaşamın anlamının fark edilmesinde, maneviyat ve manevi yönelimlerin önemli bir yeri vardır. Bu her iki kavram kişinin özgüvenini oluşturmada ve yaşamını konforlu bir biçimde sürdürmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Maneviyat kavramı, içinde birçok mefhum barındıran çok geniş bir anlamı ifade etmektedir ve sağlıklı olan yakın ilişkisi yadsınamaz bir gerçektir. Literatüre bakıldığında manevi inançlara sahip kişilerin hayatlarında daha az stres kaygı gibi durumlar yaşandığı gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra bedensel, ruhsal ve sosyal boyutlarda da olumlu etkisinin altı çizilmiştir. Bu alanda Chaves ve arkadaşları üniversite öğrencilerinde maneviyat ve kaygı üzerine bir çalışma

yapmışlar ve bu çalışma ile maneviyatın koruyucu özelliğinin öğrencilerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarında da olumlu ve koruyucu bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Maneviyata başka bir açıdan bakıldığında ise yaşamda bir amaç edinmek ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu açıdan irdelendiğinde ise Adams ve arkadaşlarının yapmış oldukları araştırmalar göstermiştir ki yaşamda bir amaç edinmek kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerinde de olumlu etkiler oluşturmuş ve maneviyatın sağlıklı olan bağı açık bir şekilde ortaya konulmuştur (Dalcı, 2020).

İnsan toplumun bir parçasıdır ve toplum ile birey arasında oluşan sosyal bağlar, onun mutluluk ve başarısının önemli bir göstergesidir. Aidiyet kavramı bu sosyal ilişkilerin temelindedir ve bu temeli güçlendiren bir değişken olarak görülmektedir. (Duru, 2015). Aidiyet kelimesinin Türk Dil Kurumunda ve literatür de yer alan tanımına göre “ilişkin”, “ilgi” olarak ifade edilmekte ve bireyin kendisini bir konuya, yere, topluluğa, varlığa ilişkilendirmesi ve ilgi duymasıdır (Yusufoğlu ve Cerev, 2019). İnsan, aidiyet duygusuyla doğar, büyür, yaşar ve ölür. Aidiyet duygusu sosyal ve duygusal bağlılığın bir bileşenidir. Temel bir gereksinim olarak aidiyet; birey, aile ve toplum açısından önemlidir. Aidiyet gereksinimi kişiden kişiye değişse de insanın kendini bir yerin parçası olarak görme isteği değişmez bir ihtiyaçtır ve bu ihtiyaç özelde bireylerin genelde toplumların ilerleyebilmesinde çok önemli bir kısıttır. Aidiyet insan ilişkileri için bir ihtiyaçtır ve bu ihtiyacın giderilmesi içinde bazı bireyler manevi kaynaklara yönelirler (Duru, 2015).

Yapılan bir çalışmada topluluk ya da grubun üyeleri kişisel bağlılık ve aidiyet duygusuna sahipse o grubun üyesi olarak kendilerini kabul etmektedir. Başka bir deyişle, birey aidiyet ve güven duygusu geliştirmeksizin, kendisini bir kişinin, grubun ve toplumun parçası olarak kabullenmez. Çünkü aidiyet duygusunun kaybı kişinin kendisini güvensiz, köksüz, yalıtılmış hissetmesine neden olur (Duru, 2007) ve karamsarlık, umutsuzluk seviyesinin artışı ile depresyon, kaygı, stres ve intihar riskini de yükseltmektedir (Hill, 2006). Aidiyet, sosyal bağlılığın bir göstergesidir ve koruyucu bir kalkan gibi yalnızlık, yabancılaşma, yalıtılmışlık yaşantılarına karşı bireyin ruh sağlığını koruyan bir işlev görür (Mellor ve ark., 2008).

Günümüzde insanın hissettiği ruhsal boşluk, çaresizlik duygusu ve acıların ortaya çıkardığı durumların sonucunda çeşitli duygu, düşünce ve davranış bozuklukları ile karşılaşmaktadır ve bu bozukluklar patolojik olarak ifade edilmekle birlikte patolojik

rahatsızlık olarak bilinen depresyon artık bir tür salgına dönüşmüştür. Psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde kullanılan ilaçların da çoğu zaman bireylerin yaşadığı manevi boşlukları kapatmakta yetersiz kaldığı görülmektedir. İnsanlar hızlı ve modern yaşamın beraberinde getirdiği stres, mutsuzluk, boşluk hissi sebebiyle bu boşluğun sebebi olan hatta bu boşluğu tamamlamaya yönelik manevi kaynaklara yönelebilmektedirler. Kriz ve travmatik deneyimler insan hayatında rutini değiştirmekte ve uyum gerektirmektedir. Bu sebeptendir ki insanların yenilmezliğe ilişkin yanılsamaları ve güvencesiz olduklarına ilişkin farkındalıklarını ortaya çıkarmaktadır. Bireyin kendisi ve sevdiklerine yönelik tehdit olarak algılanan bu belirsiz durumla karşılaşması ise kişiyi bir anlam, teselli ve güç arayışına dair manevi kaynaklara yönlendirmektedir (Tunç, 2021).

Yapılan çalışmalarda, uluslararası öğrencilerin uyum sürecinde karşılaştıkları olumsuzluklarla baş etmede tercih ettikleri manevi kaynakların, aidiyet ve stres düzeyi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Manevi kaynakların aidiyet ve stres düzeyinde iyi oluş etkisi gözlemlenmiş ve böylelikle uluslararası öğrencilerin uyum sürecini pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Bu bağlamda bu çalışma, uluslararası öğrencilerin manevi kaynakları, aidiyetleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla planlanmıştır.

2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı, İstanbul’da öğrenim görmekte olan uluslararası lisans ve yüksek lisans öğrencilerinin manevi kaynakları, aidiyetleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişkisini incelemektir.

2.1. Araştırmanın Problemi ve Alt Problemleri

Araştırmanın problem cümlesi ‘İstanbul da öğrenim gören uluslararası lisans ve yüksek lisans öğrencilerinin maneviyatları, aidiyetleri ve stres düzeyleri arasında ilişki var mıdır?’ şeklinde belirlenmiş ve araştırmanın alt problemleri aşağıda verilmiştir.

- Uluslararası öğrencilerin, manevi kaynaklar, aidiyet ve stres düzeyleri; cinsiyet, sınıf, gelir düzeyine göre anlamlı bir fark göstermekte midir?
- Uluslararası öğrencilerin, manevi kaynaklar ile aidiyet düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

- Uluslararası öğrencilerin, manevi kaynaklar ile stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Uluslararası öğrencilerin, aidiyet ve stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Uluslararası öğrencilerin manevi kaynakları, aidiyet ve stres düzeylerini yordamakta mıdır?

3. Araştırmanın Önemi

Ülkemizde yıldan yıla artış gösteren uluslararası öğrencilerin başka bir ülkenin eğitim sistemine ve kültürüne entegre olmaya çalışırken yaşadıkları problemler hakkında bilgi sahibi olmak, bundan sonra ülkemize gelecek olan öğrenciler için bu süreci kolaylaştıracak önlemler alınması açısından önemlidir. Bu önlemler alındıkça uluslararası öğrenci çeşitliliği artacak hem ülkemiz hem de öğrenciler açısından daha çok tercih edilebilir noktaya gelecektir. Bu bağlamda Barg (2013: 5) kolej ve üniversitelerin uluslararası öğrencilere vadettikleri ve verdikleri imkanların niteliklerine dikkat etmeleri gerektiğini, bunları gözden kaçırmalarının veya gerekli özeni göstermemelerinin kurum saygınlığını zedeleyeceğini ve uluslararası öğrencilerin sayıca azalmasına neden olabileceğini belirtmiştir. Bu araştırma, İstanbul'da öğrenim gören uluslararası öğrencilerin manevi kaynaklarının ve aidiyet düzeylerinin stres faktörü üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Öğrencilerin bu kaynakları kullandıklarında kültürel, sosyal ve akademik uyum süreçlerinde de olumlu etkiler sağlayabileceği öngörülmektedir. Literatürde aidiyet, sosyal uyum, adaptasyon ve stres konularında çalışmalar bulunmasına rağmen, manevi kaynakların genel aidiyet ve stresle ilişkisini ele alan araştırmalar sınırlıdır. Bu çalışma, manevi değerlerin stres ve kaygıyla baş etmede önemli bir rol oynayabileceğini ortaya koyarak literatüre katkı sağlamayı hedeflemektedir. Elde edilen bulgular, uluslararası öğrencilerin Türkiye'deki eğitim süreçlerini kolaylaştıracak ve gelecekte daha etkili uyum stratejilerinin geliştirilmesine yardımcı olabilecektir.

4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma 2023-2024, 2024-2025 eğitim öğretim yılında İstanbul ilinde öğrenim görmekte olan, uluslararası lisans ve yüksek lisans öğrencilerinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

5. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan uluslararası öğrenciler, kullanılan ölçme araçlarını samimi ve objektif olarak yanıtlamışlardır.

6. Araştırmanın Tanımları

Maneviyat: Maddi olmayan, soyut, görülmeyen, inançla ilgili, öze, manaya, ruha ait olan, ruhani gibi anlamlara gelen manevi kelimesinin çoğuludur (Göcen, 2016: 168). Maneviyat, bireyin yaşam ötesinde anlamlandırdığı soyut ve somut alanların tamamıdır. İç dünyasındaki tecrübelerini, inanç, değer ve anlamlarını kapsar. İnsanın var olma duygusunu ve anlam arayışını besler (Myers, Sweeney ve Witmer, 2000; Bozkurt, 2021).

Aidiyet: Kişilerin sosyal bağlar oluşturma ve bu bağların sürekliliğini sağlama motivasyonudur (Baumeister, 2011, s.121). Bireyler arası tatmin edici ilişkiler geliştirmeyi ve sürdürmeyi kapsayan evrensel bir istektir (Levett- Jones, Lathlean, Maguire ve McMillan, 2007).

Stres: Kişinin mevcut dengesinin işleyişini, içinden veya dışından gelen; duygusal, bilişsel, sosyal işleyişi bozma eğilimi gösteren ve kişiyi bu dengeyi korumaya ve bozulan dengesini tekrar yapılandırmaya yönelik yeni davranışlara zorlayan gerçek ya da algılanan uyaranlara verdiği fiziksel-ruhsal-bilişsel tepkiler olarak karşımıza çıkmaktadır (Cufta, 2016)

I. BÖLÜM:

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. Maneviyat Kavramı

Son yıllarda hayatımıza giren ve akademik alanda da kendisine yer edinen ‘maneviyat’ tanımına değinmeden önce bu kavramı hem etimolojik açıdan hem de sözlük ve terim anlamları açısından incelemek faydalı olacaktır. Bunun yanı sıra bazı dillerdeki karşılığı da ele alınacaktır. Etimolojik olarak maneviyat kavramını ele aldığımızda bu kavramın Arapça’dan dilimize geçtiğini görürüz. ‘Kastetmek’, ‘demek’, ‘istemek’ manalarına gelmekte ve (ع – ن – ی) üç harfli kök fiilinden türemektedir. Kapsamlı tanımında ise; ‘anlam ile ilgili, dini, ruhi, soyut ve tinsel’ anlamlarına gelmektedir (Almaany Sözlük, 29 Mayıs 2024). Arapçada maneviyat, manevi ve mana kelimelerinden türemiş, “maddi olmayan, manevi şeyler”, “görülme, duyularla sezilebilen, soyut, ruhani, tinsel, maddi karşıtı”, “duyu organları dışında kalp (gönül) ile kavranıp bilinen şeye ait olan” şeklinde ifade edilmiştir (Çelik İnce ve Akhan Utaş, 2016). Türk Dil Kurumu sözlüğünde (TDK, t.y.), sıfat olarak bulunan ‘manevi’ kelimesi; gözle görülüp elle tutulamayan, madde ve cisimle ilgisi bulunmayan, inançla ilgili, manaya, içe, öze, ruha ait olan; şeklinde tanımlanmakla beraber ‘maneviyat’ isim olarak ise; maddi olmayan manevi şeyler, inanç, ahlak, erdem vb. değerler bütünü, karşılaşılan zorluk ve tehlikeler karşısında inanç ve ahlaki değerlere bağlılıktan doğan dayanma gücü olarak tanımlanmıştır (TDK). (Türk Dil Kurumu, Sözlük 2024) İngilizce de maneviyat (spiritualite), Latince kökenli bir kelime olup, “spiritus”tan türetilmiştir. Latince “spiritus” nefes, soluk anlamına gelmektedir. Daha geniş ifadeyle maneviyat, bireyin ilahi bir ruh ile bağ kurma arayışı dışında, yaşamının amacını oluşturan öğeleri de içine alarak yaşamı hissetmektir (Otuzoğlu, 2017)

Son çalışmalarda maneviyat; iç benlik, doğa veya varoluşsal endişelerle bağlantılı olarak, varoluşsal kaygılar dahil olmak üzere dini ve din dışı unsurları kapsayıcı bir kavram olarak tanımlanmaktadır. Yani maneviyat; insanın yaşamla olan bağı ve içindeki kaynaktır. Kişinin içinde var olan derin iç kaynaklarıyla bağ kurması, bu bağın bir sonucu olarak da kendini, diğer varlıklarla bütünün parçası olduğunu fark etmesi ve bu bütün ile ahenkli bir şekilde yaşamasıdır (Akpınar ve Aşti, 2021). Maneviyat, insanın yaşamın ötesinde anlamlandırdığı, soyut ve somut alanların bütünü olarak karşımıza çıkar. İçsel

deneyimlerini, inançlarını ve anlamlarını kapsar. İnsanın varlık duygusunu ve anlam arayışını besler (Akt. Bozkurt, 2021). Maneviyat bireylerin kendilerini anlamasına, kendileriyle başkalarını kıyas ediyorken, kendilerine olan saygılarını korumalarına yardımcı olur. Kişilere sorunlarının üstesinden gelebilmeleri için ümit, güç, rahatlama ve huzurlu bir ruh hali verirken; hastalıkların önlenmesinde ve sıhhatlerinin daha iyi olmasını sağlamakta, acı ve ağrıyı azaltmakta, hastalıklarını kabullenmeyi kolaylaştırmakta, stres ve depresyonu aza indirmekte ve bunlarla baş etme, yaşam kalitesini yükseltme, kişilerin sosyal sorumluluk almalarını sağlamada, kişinin yaşamdaki değerlerini ve dünya görüşünü değiştirmesi bakımından faydalı olur ve birçok konuda kişilere fayda sağlar (Erişen ve Sivrikaya, 2017).

1.1.1. Maneviyat Tanımları

Maneviyat, varlığın temel bir yönüdür ve kişiye hayatın zorluklarıyla baş etmesi için yaşam boyu devam eden bir güç ve enerji verir (Miller ve Thoresen, 2003). Bir terim olarak maneviyat çok boyutludur ve anlam açısından keskin ayırt edici çizgileri yoktur. Dolayısıyla alan yazınında maneviyatın tanımları ile ilgili ortak bir fikir birlikteliği yoktur (Akt. Akman, 2020).

Maneviyat günümüze değin psikolojinin konusu olmaktan ziyade, dini inanç ve uygulamaların da içinde bulunduğu bir şekilde kendine yer edinmiştir. Ancak bireyin kutsalla olan ilişkisinde ve onu arayışında, farklı tanımların ortaya çıkmasına sebep olan sanayileşme, küreselleşme, sekülerleşme ve postmodernizm gibi faktörler, değişimlere yol açmıştır (Düzgüner, 2013).

Maneviyat tanımlamaları, uluslararası seviyede gerçekleştirilen çalışmalar ile ülkemize ait çalışmalarda elde edilen tanımlar birbirinden farklıdır. Batıda kişiyi dünyaya bağlayan ve varlığına anlam getiren inanç, kişinin kendisi ve yaşam arasındaki gördüğü değerler ve oluş, deneyim edinme biçimi, kutsalı arama süreci olarak tanımlanmaktadır. Ülkemizde ise ruhsallık, tinsellik olarak tanımlandığı gibi din kavramından ayrı olarak düşünülememektedir. Kişisel anlam dünyası, iç huzuru ve aşkın varlıkla kurulan özel bağ olarak da ifade edilen maneviyat, dini ve kültürel farklılıklardan dolayı batı ile farklı yaşanmakta ve farklı tanımlamalar içermektedir (Gümüş, 2020).

Emmons (1999), maneviyatı benliğin ötesinde ilahi olana yönelme olarak ifade etmiştir. Powell (2002), maneviyatı insanın kendisine ve doğaya temas ederken, bütün olma halini, ümidi ve harmoniyi yakalamaya çalışması, hayata anlam katacak aktivitelerde bulunması olarak açıklamıştır. Pargement'e (1997) göre ise, maneviyat, kutsalı aramaktır (Akt. Akman,2020).

Frame'in maneviyat tanımında ise; derin bir bütünlük hissi, bağlanma ve sonsuz olana kendini açarken; din, ruh ve ben ötesini (transpersonal) içermek olarak tanımlamaktadır. Pargament ise maneviyatı, kişinin deneyimsel dünyasının ötesi olan inançlar ve uygulamalar olarak açıklarken, maneviyatın dinin kalbi ve ruhu olduğunu ifade etmektedir (Tunç, 2021).

Apak (2017) farklı kaynaklardan maneviyat kavramını; sır, büyük güç veya Tanrı ile bağlantılı-aşkınlık, yaşama verilen anlam ve amaç, bireyin kendisine veya başkalarına bağlılık ve ilişki, koşulsuz sevgi ile bağlanma ve bireyin dünya ile ilişkili inançları şeklinde derlemiştir.

Yılmaz ve Okyay (2009) çalışmalarında maneviyatı, kişilerin hayatın bütün alanlarıyla ilgili dünya görüşünü yansıtan subjektif bir kavram olarak ifade etmektedir. Manevi boyut herkesin içinde olan fakat farkındalık seviyesi kişiden kişiye değişen bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Yeşilkayalı (2016), kişinin deneyimleriyle maneviyat kavramının kişiye özel tanımlarının söz konusu olabileceğinin altını çizmiştir.

Boztilki ve Ardıç ise maneviyatı, kişinin dünyadaki yerini, hayatın anlamını anlayıp kabul etme çabasıdır diye tanımlar. Maneviyat aynı zamanda kazanılmış deneyim ve tecrübelerin sonucudur. Kişiye anlamlı gelen durumları içermesi sebebiyle, yaşamın amacına yönelik ulaştığı cevapları oluşturur (Akt. Apak, 2017).

Düzgüner maneviyat kavramını, insanın içsel dünyasını, duygu, düşünce, psikoloji, inanç, ahlaki değerlerini, dinini içine alan bir kavram olarak tanımlamaktadır. (Düzgüner, 2013).

Beki (2009) ise maneviyatı, kişinin hayat anlam ve amacını yakalamaya çalıştığı manevi bir alan olarak tanımlamaktadır. Bu alan; inanılan yüce güç ile kurulan öznel bağ, kişinin kendisinin etrafı ile ilişki kurması, kişinin doğa, sanat, müzik, ailesi ve sosyal çevresiyle kurduğu değerler bütünü ve inanç duyduğu bir bağ olabilir.

Uslu maneviyatı tasavvuf açısından yorumlamış ve buna göre maneviyatın görünmezliğine değinmiştir. Maneviyatın gizli olması gerektiğini, gizli olmazsa kendinden birşeyler kaybedeceğini ve safi haline zarar geleceğini öne sürmüştür (Gümüş,2020).

1.1.2. Maneviyat ve Din

Maneviyat ve dinin bireylerin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkisi olduğuna dair Carl Jung'un dini *“kelimenin tam anlamıyla ve en mükemmel şekliyle psikoterapötik sistemlerdir. Onlar muazzam bir şekilde ruhsal sorunların tüm boyutlarını ifade ederler; onlar ruhun itirafı ve beyanıdır ve aynı zamanda ruhun tabiatının ifşasıdır”* şeklinde belirtilmektedir (Köylü, 2007). Din ve manevîyât (spirituality) hayatın vazgeçilmez bileşenleridir ve genel olarak her birey dinî veya manevî bir eğilime sahiptir (Ayten ve Anık, 2014). Bu kavramlar, yapıları itibariyle sosyal, bilişsel, davranışsal, duygusal ve kültürel öğeleri barındıran, iç içe geçmiş, çok boyutlu ve çapraşıktırlar. Alanyazında bazı araştırmacılar bu tanımların eş anlamlı olarak kullanılabileceğini, bazıları ise bu iki kavramın birbirini açıklamada yeterli olmayacağını ve ikisinin birbirinden farklı olduğunu savunmakta ve kavramları ayırtırmaktadır (Acar, 2023).

Hill ve arkadaşlarına göre ise; son yıllarda maneviyata karşı ilginin artması sebebiyle din ve maneviyat kavramları konusunda anlaşmazlıklar çıkmıştır. Her iki kavramda çok boyutlu kavramlardır ve tek bir tanımlama yapmak yeteri kadar tanımlamayacaktır. Geçmişte yapılan bazı tanımlama girişimleri de bu açıdan yeterli olarak yansıtamamıştır çünkü din ve maneviyatın ayırt edici özellikleri vardır. Maneviyat ve dinin ortak hedefi, insanın anlam arayışında kutsalı arama ve nihai anlama ulaşmak çabası olmakla beraber, halihazırda din kendi bünyesinde zaten kutsalı aramaktadır. Maneviyat ise kişiye özgü bir yaşantının tezahürünü göstermektedir (Akt. Gümüş, 2020)

Zastrow'a (2014) göre ise maneviyat ve din ayrı kavramlar olmakla birlikte bazı durumlarda birbiri ile bağlantı halindedir. Maneviyatın temel bileşenleri hayatın anlamına dair kişiye özgü arayış, kimlik duygusu ve değerler sisteminden oluşmaktadır buna karşın manevi inanç ve uygulamaların resmi içeriğini ise din kavramının ifade ettiği belirtilmektedir.

Artan’a göre ise maneviyat kişisel bir arayış, benlik duygusu ve bir değerler sistemine sahip olmayı ifade etmektedir. Din ise manevi inanış ve faaliyetlerin resmi bir kurum dahilinde olması demektir (Akt. Gümüş, 2020).

Dein (2006) din ve maneviyat hakkında; maneviyatı daha yüce bir güçle bireysel bir bağ olarak tanımlarken, dinin ise dindar olmadan maneviyat halinde olmanın mümkün olabileceğini ortaya koymuştur.

Esendir ve Kaplan’ın (2018) çalışmalarında, din-insan bağlantısını genel anlayıştan ayrıştırarak, kişinin İlâhi Güce olan sorumlulukları dahilinde kontrol edilmesi gereken bir anlayış yerine insanın ruh ve beden sağlığına, yaşamın güçlüklerinin üstesinden gelmeye, yaşamı anlamlandırmasına yardımcı olan bir değerler sistemi olarak gören manevi anlayışa bırakmakta olduğunu ifade etmektedirler.

Topuz (2014) ise din ve maneviyat hakkında; dini, inançlar sisteminin başlangıç noktası olduğunu kabul etmekle beraber maneviyatı bu sistemden daha geniş bir kavram olarak ele almıştır. Bu yüzden bir dine inanmış olsun ya da olmasın her bireyin içinde mutlaka manevi bir taraf olduğunu çalışmasında belirtmektedir.

Maneviyat ve din kavramlarının kişiler üstündeki tesiri kişiye özgü ve coğrafi olarak yoğunluklarında farklılıklar gösterse de inanış ve maneviyatla olan bir bağ söz konusudur. Hayatın anlam ve amacında, günlük faaliyetlerdeki seçimlerde maneviyatın önemli bir kavram olduğu görülmektedir (Akıncı,2017).

Tüm bu tanımlamalara ve ayrıştırmalara rağmen, maneviyat ve din kavramlarının günlük yaşantıda birbirinin yerine kullanıldığıyla çoğunlukla karşılaşırız. Bazılarının kendilerini “dindar değil ama manevi”, “ne manevi ne dindar”, “hem manevi hem dindar” ve “manevi değil ama dindar” şeklinde tanımladığını görebilmekteyiz (Acar, 2023).

Son olarak Worthington ve Aten (2009), maneviyat ve din ile ilgili kişinin tecrübe edeceği dört farklı tanımlamanın olduğunu ileri süren görüşlerini paylaşmaktadır. Bunlar:

- 1) Dini Maneviyat: Belirli bir din aracılığıyla (İslam, Hristiyanlık ve Musevilik gibi) topluma tanımlanmış olan Yaratıcıya sevgi ile beraber yakınlık ve bağlanma duygusu olarak ifade edilmektedir. Dini maneviyatın ana unsuru ulvî bir Yaratıcı (Allah)’nın bulunmasıdır.
- 2) Hümanist Maneviyat: İnsanlıkla ve insani olanla aradaki bağlanma duygusudur. Genel olarak bir insan topluluğuna olan bağlılık, yakınlık ve ait olma duygusunun hâkim olduğu maneviyat çeşididir. Sevgi ve fedakârlık gibi

yüce olarak görülen erdemlerin, ilişkileri anlamlandırması ve güzelleştirmesi gibi insani olan değerleri barındırmasıdır.

- 3) Doğa Maneviyatı: Çevre ve doğaya olan yakınlığı ifade eden bağıllık duygusu olmakla beraber, hümanist maneviyata benzer bir şekilde olduğu görülmektedir. Örneğin birinin, gün doğumunu görmek ve bir doğa harikasını izlemek veya gitmek, kişide huşu ve merak duygusu gibi güzel hisler uyandıracaktır.
- 4) Kozmos Maneviyatı: Yaratıcı, yaratılış ve varoluşla ilgili bağlanma duygusudur. Kozmos maneviyatı, Kâinatın görkemli, uçsuz bucaksız bir sistem içindeki oluşumu ve yaratılışını, milyarlarca yıldız sistemi içindeki küçüklüğüyle bir sonsuzluk hissini tefekkür ederek uyandırılabilir. Bu açıdan doğa maneviyatını deneyimleyen bireyler, kendini değersiz düşünebilir ancak kâinatın ve kozmosun eşsiz güzellikleri kişide birlik ve bütünlük hissini ortaya çıkmasında rol oynayabilir.

1.1.3. Maneviyat ve Ruh Sağlığı İlişkisi

Ruh sağlığını kalıtım ve çevrenin etkilediği bilinmektedir. Kişinin büyüdüğü ve yetiştiği aile ortamı, yetiştirilme tarzı, aile bütünlüğünün bozulması (bireyin ebeveyn kaybı ya da parçalanmış aile içinde yetişmesi), toplumun birey üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri, inandığı dinin ya da bir dine inanmayışı, maneviyatı, aldığı akademik eğitimi gibi faktörler çevresel etmenleri oluşturmaktadır. 1970’li yıllarda özellikle maneviyatın ruh sağlığı alanında iyi oluşun temel unsurlarından biri olarak ifade edilmesiyle ön plana çıkmıştır (Akt. Tosyalıoğlu, 2021).

Ruh sağlığını yordamak üzere ruhsal bozuklukları ifade etmek ve tespit etmek hususunda psikopatolojik durumlar haricinde kişinin kendi kişilik yapısına olan aykırılığı ve çevresinin burada ortaya çıkan farklılığa ilişkin yapılacak gözlemlerin ifade edilmesinde önemli bir yere sahip olduğu, öznel değerlendirmelerin önemli olduğu görülmektedir ve bu bağlamda “bireyin kendisi ve çevresiyle kurduğu ilişkide bir denge ve uyum içinde olması”nın önemi vurgulanmaktadır (Horozcu, 2010; Yörükoğlu, 1993). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) sağlığı, fiziksel, zihinsel ve sosyal olarak tam bir iyilik hali olarak tanımlamakta olup bu tanımlamaya ek olarak yapılan çalışmalarda maneviyatın

ruhsal sağılığı tanımlamada belirleyici olduğu gör÷lmektedir (Tosyalıoğlu, 2021). Koenig (2004) tarafından iyi oluş, dindarlık ve maneviyat arasındaki ilişkinin yordandığı araştırmalarda dini duygulara sahip bireylerin bu duygulara sahip olamayan bireylere göre daha olumlu duygular yaşadıkları belirtilmiştir.

1.1.4. Spiritüalizm Kavramı

Spiritüalizm kavramına ilişkin yapılan tanımlamalarda ortak bir fikir birliği sağlanamadığının bilinmesine karşın spiritüalizm; kişinin inancını ve iç huzurunu kapsayan çok boyutlu bir kavram olarak açıklanmasının yanı sıra kişinin kendisi ile birlikte, diğer kişilerle olan ilişkilerini, evrendeki yerini, doğa, Tanrı veya yüksek bir güç gibi çevresi ile olan ilişkisini açıklamaktadır. Spiritüalizm; hayatın amacını ve anlamını kavrama ve kabul etme gayreti olarakta tanımlanmaktadır (Fadıloğlu, 2017; Erol, 2020).

1.1.5. Manevi İyi Oluş

Maneviyat kavramı zaman içinde üzerinde oldukça fazla çalışılan bir kavram olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda maneviyatla ilgili kavramları incelemek üzere birçok çalışma yapılmış olup öne çıkan kavramlardan biri de “Manevi İyi Oluş” (Spiritual Well- Being) kavramı olduğu gör÷lmektedir (Pargement, 2007; akt. Tan, 2023). Manevi iyi oluş kavramı, maneviyat kavramını açıklamada önemli bir şekilde öne çıkmaktadır (Tan, 2023).

Maneviyat kavramının araştırılması sürecinde ortaya çıkan manevi iyi oluş kavramı, maneviyat kavramının daha çok açıklanabilir olmasında önemli bir rol oynamaktadır. Maneviyatın insanların iyi olma haline katkıları göz önüne alındığında, bu katkıların bireylerdeki olumlu etkilerini görebilmek ve bu iyi oluş halinin türlerini ölçebilmek üzere manevi iyi oluş kavramı üzerinde çalışmalara gereksinim duyulmuş ve din psikolojisi alanında yapılan çalışmalarda son yıllarda fazlaca ilgi görmüştür (Tan ve Yıldız, 2022).

Manevi iyi oluş kavramı ilk kez 1971 yılında ik kez yaşlılık ile ilgili düzenlenen bir konferansta yer almış olup bu kavram Poloutzian ve Ellison tarafından kavramsallaştırıldığı bilinmektedir (Gürsu ve Ay, 2018). Manevi iyi oluş kavramı Council On Aging (1975) tarafından *hayatın; tanrı, benlik, toplum ve çevreyle olan ilişkisinde*

bütünlüğü büyütüp kutsayan olumlama olarak tanımlanmıştır (Akt. Kardaş, 2017). Manevi iyi oluş kavramını Moberg ve Brusek (1978) iki boyut üzerinden açıklamaya çalışmış olup bu boyutlardan ilkinin bireyin belirli bir dini inanç sistemi içerisinde ya da yüksek/aşkın bir güç ile kurduğu ilişkiyi içermekte iken ikinci boyut olarak dini inanç sisteminden bağımsız olarak kişinin, yaşamın anlamı ve amacına ilişkin hisleri üzerinden ifade edilmektedir. Seaward'a göre (1991) karmaşık bir kavram olarak gördüğü manevi iyi oluşun birçok faktör tarafından etkilendiği, hayatta edinilen anlamlı bir amaç, kuvvetli bir kişisel değer sistemi, bireyin kendisi ve kendisi dışındakiler ile derinlemesine kurduğu ilişkide önemli üç etken olarak öne çıktığını ifade etmektedir. Bireylerin bu amaçlar doğrultusunda eyleme geçtiklerinde yaşamlarındaki sosyal ve kültürel alanlarda ortaya çıkabilecek sorunlar ile daha güçlü şekilde baş edebildikleri belirtilmektedir (Akt. Kardaş, 2017).

Varoluşsal iyilik manevi iyi oluşun alt boyutlarından olup insanın yaşamına ilişkin felsefi bir zemin oluşturmaktadır. Varoluşsal iyiliğin odak noktasında bireyin anlam bulma çabası yatmaktadır. Birey yaşamında karşı karşıya kaldığı herşeyi anlamaya dönük içsel bir eğilime sahip olmakla birlikte hayatını güvenli bir biçimde sürdürmesi için anlama gayreti içinde olduğu bilinmektedir. Kişilerin anlam arayışı kendisiyle ve çevresiyle ilişki içerisinde olmasına neden olmaktadır. Bu sayede kişiler kendi varlıklarına ve çevrelerine verdikleri anlamlar doğrultusunda yaşamlarını sürdürebilmekte ve yön verebilmektedirler. (Acar, 2014). Dinsel iyilik ise manevi iyi oluşun diğer boyutlarından biri olup bireyin tanrı ile ya da en üstün güç ile olan ilişkisine işaret etmektedir. Kişilerin hayatı anlamlandırmaya ilişkin gayretlerinin dini bir inanç sistemine bağlanma eğilimlerini artırdıkları görülmekle beraber varoluşsal iyiliğin dinsel bir zemininin olması şartını içermemektedir (Akt. Gürsu ve Ay, 2018).

Manevi iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalarda 'iyi oluş' kavramının evrensel olarak standart bir değerlendirmesinin henüz yapılamadığı bilinmektedir (Fisher ve Ng, 2017, akt. Tan, 2023). Bireyin manevi iyi oluş kavramında iletişimde bulunduğu dört temel alandan bahsedilmektedir. Bunlar;

Manevi iyi oluşun kişisel alanı (Personal Domain); kişinin kendisi ile ilişkisini, hayattaki amacı ve değerlerini, öz farkındalığını, kimliğini, öz- değer arayışını, öz şefkatini, ruhunu, yaşamın itici gücünü içermektedir.

Manevi iyi oluşun toplumsal alanı (Communal Domain); bireyin kendisi ve kişilerarası ilişkilerinin kalitesi ve derinliğini, ahlakını, kültürünü, dini ile kurduğu bağı, kimliğini, sevgisini, bağışlama gücünü, güvenini, umudunu ve insanlığa olan inancını içermektedir.

Manevi iyi oluşun çevresel alanını (Environmental Domain); bireyin fiziksel ve biyolojik olana özenli davranma düzeyini, huşu ve merak duygusu hissetmesini, insanlığa duyduğu inancını, din, yönetim ve tabiat ile olan iletişimini içermektedir.

Manevi iyi oluşun metafizik /aşkın alanı (Transcendental Domain); bireyin benliğinin ötesindeki aşkın bir varlık ile yani kozmik bir güç, aşkın gerçeklik ve Tanrı ile ilişkisini, inancı ve ibadetlerini içermektedir (Singh ve Makar, 2005; akt. Tan, 2023). Bireyin manevi iyi oluşa ilişkin bu dört temel alanla kurmuş olduğu ilişkinin etkisiyle manevi iyi oluşuna sebep olabilecek nüveye, öze ve güce sahip olduğu ifade edilmektedir (Tan, 2023).

1.1.6. Manevi İyi Oluşla İlgili Araştırmalar (Yurtiçi ve Yurtdışı)

Ryff (1989) Manevi iyi oluş ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyerek araştırmasındaki psikolojik iyi oluşa ilişkin boyutların manevi iyi oluş kavramını açıklamak üzere ifade edilen “aşkın olan ile kurulan iletişim” boyutunun yer almadığı görülmekte, dolayısı ile psikolojik iyi oluşun tümüyle manevi iyi oluşu kapsayamadığını ortaya koymaktadır.

Hodges (2002), nitel bir çalışma olarak yetişkinlik döneminde kişilerin gelişimi, maneviyat ve duygusal iyi oluş arasındaki ilişkisini yordamak üzere araştırma yaptığı, yapılan araştırma da maneviyat ve duygusal iyi oluş arasında bir ilişki bulunduğu, kişilerin manevi olarak bir topluluğa üye olmasının sağlıklı kişilerarası ilişkiler geliştirmesini ve sosyal destek sistemlerini güçlendirmesini sağladığına ilişkin bulgular tespit etmiştir.

Cirhiroğlu (2006), üniversite öğrencileri üzerinde psikolojik iyilik hali ile utanç eğilimi, dini yönelimler ve benlik kurguları arasındaki ilişkiyi incelediği doktora tezinde; 328 öğrenciye dini yönelim ve benlik kurgusu ölçeğini uyguladığı, içsel ve dışsal dini yönelimin psikolojik iyi oluşu genel olarak yordamadığı ve bir artışa sebep olmadığı sonucuna ulaştığı görülmektedir.

Göcen (2014), yetişkinler üzerinde psikolojik iyi olma ve şükür arasındaki ilişkiyi incelemiş olup çalışma sonucunda şükretmek ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna varıldığı görülmüştür.

Toprak (2018), maneviyat, yaşam amaçları ve iyi oluş arasındaki ilişki konulu hazırlamış olduğu yüksek lisans tezinde maneviyat ve yaşam amaçları ile iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşmıştır.

Manevi iyi oluş ile ilgili çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalarda manevi iyi oluş kavramı birçok kavram ve kuramlarla ilişkilendirildiği görülmekte olup bu kavramın özellikle psikolojik iyi oluş (psychological well-being) kavramı ile aynı anlamda kullanılmadığı ancak psikolojik iyi oluş kuramı ile ilişkilendirilerek araştırmalara konu olduğunun dikkatini çekmektedir (Tan, 2023).

Holder, Coleman ve Wallace (2010), 320 çocuk üzerinde (8-12 yaş aralığında) maneviyat ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiş olup yapılan araştırmada maneviyatı yüksek bulunan çocukların mutluluk puanlarının da aynı şekilde yüksek olduğu, mizacın mutluluk üzerinde belirleyici olduğu ve maneviyatın bireysel ve toplumsal boyutlarının çocukların mutluluğunda yordayıcı bir etken olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kashdan ve Nezlek (2012), 87 kişi üzerinde maneviyat ve iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş olup yapılan araştırmada kişilerin 1239 gün boyunca manevi deneyimlerini ve iyi oluşlarını günlük tutmak suretiyle raporlamalarını istemiş olup uygulama sonucunda kişilerin günlük maneviyat deneyimleri ile yaşamdaki anlam, benlik saygısı ve olumlu duygulanım arasında pozitif bir ilişki olduğu, maneviyatın kişilerin sağlık ve iyi oluşları üzerinde pozitif sonuçları olduğuna ulaşılmıştır. Buna ek olarak kişilerin raporlarında maneviyatın yüksek olduğu günlerde aynı zamanda iyi oluşlarının da yüksek olduğu günler olarak tespit edilmiştir. Yapılan çalışmalar maneviyat ve ruh sağlığı arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

1.2. Aidiyet Kavramı

Aidiyet duygusu, bireylerin doğumundan itibaren aile, sosyal çevre ve sosyal yaşamında yer almaktadır. Aidiyet duygusunun psikolojik ve davranışsal yönü olduğu bilinmekle beraber kişilerin psikolojilerine ve çevrelerine yansıdığı görülmektedir (Ayaz, 2021).

Aidiyet kavramının kelime anlamı “mensubiyet”, “ait olma” ve “ilişkinlik” olarak ifade edilmekte olup bireyin bir nesneye, insana, topluma yahut sosyal bir kuruma karşı ilişkilenebilirliği olarak ifade edilmektedir. Aidiyet ifade edilirken bireyin kimi zaman seçimleri sonucunda kimi zaman ise seçmek zorunda kaldıklarına ait olduğu şeklinde de belirtilmektedir (Yurtdaş, 2018). Diğer yandan aidiyet, bireylerin dünyaya gelmeleriyle birlikte başlayan ve hayatları süresince farklı şekillerde açığa çıkan bir duygu olarak da karşımıza çıkmaktadır (Yusufoğlu ve Cerev, 2019). Bireylerin tüm yaşantıları boyunca başka bir insana ihtiyaç duydukları bilinmektedir (Ayaz, 2021). İnsanların bu duydukları ihtiyacın temelinde ait olma duygusunun bulunduğu, aidiyet duygusunun ise insanların ihtiyaç duyduklarında gerekli desteklerin yapılacağına ve gereksinim duyduklarında bu gerekliliklerin karşılanacağına dair hissettikleri duygu olarak da ifade edilmektedir (Akt. Ayaz, 2021).

Kişiler dünyaya gelmelerinden itibaren aile üyeleri ve akrabaları ile ilk ilişkilerini kurmalarının yanı sıra doğdukları evde ilk bağlantılarını oluşturdukları mekân olarak görülmektedir. Tüm bireyler için bir aile veya bir eve sahip olmaları söz konusu olmayabilir buna karşın bu kişilerin yakınında bulunan bireyler ve bulundukları mekanlara aidiyet duygusu geliştirdikleri görülmektedir. Kişilerin aidiyet duygularının herhangi bir sebeple negatif olarak değişmesi aidiyetsizlik hissini ortaya çıkarmakta, aidiyetsizliğin ise bireylerde yalnız hissetmelerine ve bulundukları çevrede dışlanma duygusu yaşamalarına sebep olmaktadır. İnsanlar sosyal varlıklardır ve bu yönüyle yalnız yaşamak insanı zorlayan bir deneyim olarak kendini göstermekte, dolayısıyla kişilerin aile, akraba ve yakın çevresi ile ilişki ve iletişim içinde olması gerektirdiğini öne çıkarmaktadır (Mızrak, 2021).

Aidiyet, kişilerin toplum ve toplumun bir kesimi ile ilişki kurması anlamına gelmekte olup ait olma ihtiyacı kişilerin temel ihtiyaçlarından biri olarak görülmekte ve bu ihtiyacın giderilmesinin bireylerin günlük yaşantılarında önemli bir yeri olduğu bilinmektedir (Dağdeviren, 2017). Bireyin aidiyet geliştirdiği bir gruba dahil olması ve o grup içinde kendine atfedilen değeri bulması ile sevgi ve saygınlık görme ihtiyaçları benzer şekilde giderilmekte, kişi güven içerisinde hareket etme duygusuna dair tatmin hissetmektedir (Aytaç, 2000). Bireylerin bir yere bağlılık geliştirmesi kadar özgür hissediyor olmasının da önemli olduğu, bir tarafıyla özgürlüğüne önem verirken diğer yandan tutunabilmesinin, tutunabildiği kadar da kendisini güvende hissetmesinin aidiyet

kavramı ile ön plana çıktığı görülmektedir (Güneş, 2018). Aidiyet bireylerin kendini evinde hissetmesi duygusu ile birlikte de ifade edilmektedir (Suner, 2006). Bireylerin kendine ait olan bir oda, ev ya da mekânın varlığına ihtiyaç duymakta, bireyler için sahip oldukları barınma mekanları aynı zamanda bireysel olarak aktivitelerini gerçekleştirdikleri, kendileri için mahrem bir alanı ifade etmektedir (Akt. Ayaz).

Aidiyet kavramı ilkel topluluklarda insanların yerleşik düzene geçmelerinde, barınma ihtiyaçlarını gidererek güvende kalabilmeleri için bir grubun içinde yer almak üzere ifadelendirildiği başka bir alandır (Levett vd., 2007). Bu yönüyle Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi teorisinde belirttiği üzere kişilerin barınma ve güvenlik ihtiyacından sonra toplumsal bir statü elde ederek bir gruba ya da kişilere aidiyet geliştirmesinin önemli bir ihtiyaç olduğu vurgulanmıştır (Kuşat, 2003). Aidiyet kavramı bütünleşme ve ayrışma süreci olarak tanımlanabilmektedir. Bir gruba uyum sağlayabilmeyi ya da o gruptan ayrılmayı sağlamaktadır. Hangi gruba ait olacağını bireylerin seçimleri etkin olsa da aile, etnik kimlik, vatan gibi kategoriler kişilerin seçimlerinden bağımsız olarak aidiyet geliştirdikleri alanlardır. Diğer yandan siyaset, eğitim, ekonomik çevre gibi etmenler ise bireylerin seçimleri sonucunda aidiyet geliştirebildikleri boyutlardır. Bu ifadelerden hareketle kişilerin doğumundan itibaren kendi çabası ve sosyal çevrenin getirdiği boyutlarla bütünleşmesi aidiyet duygusu kavramı ile açıklanabilmektedir (Yurtdaş, 2018).

Öz belirleme kuramında bireyin psikolojik gelişiminin, bütünlüğünün ve iyi oluşunun doğuştan geldiği öne sürülen önemli psikolojik ihtiyaçlar olarak belirtilmektedir. Kişilerin bu ihtiyaçları ise yeterlik, özerklik ve ilişkili olma kavramları ile ifade edilmektedir. Kuramda belirtilen yeterlik kavramı, bireyin ustalık ya da etkinlik duygusunu deneyimlemesi olarak ifade edilirken, olumlu ve olumsuz geri bildirimlerin bu ihtiyacın karşılanması hususunda önemli görülmektedir. Özerklik kavramı ise kişilerin temel değer ve inanç sistemini yansıttığı düşünülen davranış eylemi olarak belirtilmekte, ödüllerin ve tehditlerin özerklik kavramını olumsuz etkilediği, içsel motivasyonun azalmasına yol açtığı, kişilerin daha az yaratıcılık geliştirmesi ve problem çözme hususunda yeterli becerinin kazanılamadığı belirtilmektedir. İlişkili olma kavramı ise kişilerin içsel motivasyonlarının korunmasında rol oynamakta, ait olma duygusu ile bireylerin başkaları ile bağlantılı olma ihtiyacı olarak ifade edildiği görülmektedir (Deci ve Ryan, 2000).

Hagerty ve arkadaşları (1993) insan ilişki teorisini geliştirmiş olup teoriye göre birey, diğer insanlar, nesneler, çevreler, toplum ve kendisi ile ilişki kurmakta ve sürdürmektedir. Teori, bireylerin hayat içinde yaşamda kalmak, gelişmek ve büyümek için diğerleri ile ilişki kurmaları ve sürdürmeleri gerektiği kanaatine dayanmaktadır. Bireylerin anlamlı ilişkiler kurmasının önemli olduğu bu doğrultuda ilişkili olma diğer bir deyişle ait olma; insanların kendisi dışında olan kişilere, nesnelere, gruplara veya doğal ortamlara katılımları ve bu katılımla beraber hissettikleri rahatlık veya rahatsızlık düzeyi olarak tanımlanmaktadır. Dolayısı ile bireyin başka biri ile rahatlık, iyi oluş ve kaygıyı azaltma duygusu meydana getiren bir şekilde aktif olarak ilgilenirse bu durumun kişide bağlılığı meydana getirdiği gözlemlenmektedir. Ait olma duygusunun ilişkiler üzerinde belirleyici şekilde aktif bir rol aldığı bilinmektedir (Akt. Saygın, 2019).

Aidiyet duygusu bireylerin psikolojik olarak iyi oluşlarını desteklemekte, kişilerarası ilişkilerini geliştirmeye yönlendirmektedir. Aidiyet ihtiyacının karşılanması halinde bireylerin mutluluk ve neşe gibi pozitif duygularına ilişkin deneyimler yaşamasına yardımcı olmakta, ihtiyacın karşılanmaması halinde ise kaygı, kıskançlık, depresyon, stres ve yalnızlık gibi duyguların yaşanmasına yol açabilmektedir. Bu yönüyle ait olma insanların davranışlarını, duygularını, bilişsel ve motivasyonel süreçlerini açıklayabilmektedir (Akt. Saygın, 2019). Bireylerde aidiyet duygusu düzeyi düşük ise güvensizlik ve başarısızlık hissinin arttığı, umutsuzluk, kaygı, stres duygularının kişinin hayatında kapsamlı hale geldiği gözlemlenmektedir (Duru, 2007).

1.2.1. Aidiyet ile İlgili Araştırmalar

Duru ve Balkıs (2015), birey- çevre uyumu, üniversiteye aidiyet duygusu, akademik doyum ve akademik başarı değişkenleri arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri yapısal eşitlik modeli çerçevesinde incelemişlerdir. Araştırmada 19-32 yaş arasında bulunan 300 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucuna göre, aidiyet duygusunun, birey-çevre uyumu ve akademik doyum ilişkisinde kısmi aracılık rolü üstlendiğini, akademik doyumun, birey-çevre uyumu ve akademik başarı, üniversiteye aidiyet duygusu ve akademik başarı ilişkisinde tam aracılık rolü üstlendiği tespit edilmiştir.

Yusufoğlu ve Cerev (2019) tarafından gençlerde aidiyet düzeyinin akademik başarıya etkisi üzerine araştırma yapılmıştır. Araştırma verileri, üniversite öğrencilerine anket ve aile aidiyet ölçeği uygulanarak toplanmıştır. Araştırma sonucuna göre gençlerin akademik başarıları ile aile aidiyet düzeyleri arasında ilişki olduğu, aile aidiyet düzeyi yüksek olan gençlerde akademik başarının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Akkuş ve Akkuş (2020) tarafından Türkiye'ye gelen uluslararası öğrencilerin akademik başarıları üzerinde üniversiteye yönelik aidiyet duygularının etkisini ve bu etkide sosyalleşmenin aracı rolünü tespit etmek üzere bir araştırma yapılmıştır. Araştırma kapsamında üniversite öğrencilerine anket uygulanmış olup araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin üniversite aidiyet duygusunun akademik başarıları üzerine doğrudan bir etkisinin olmadığı yanı sıra sosyalleşmenin aracılık etkisi ile dolaylı bir etkisinin olduğu, Turizm Fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sosyalleşmelerinin diğer fakülte öğrencilerine karşı daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Altıntaş ve Akar (2022) tarafından yapılan çalışmada Türkiye'ye yükseköğrenim görmek için gelen göçmelerin deneyimlerine yer verilerek kimlik, aidiyet, vatandaşlık ve uyumları incelenmiş olup çalışmada Asya, Afrika, Ortadoğu ve Avrupa ülkelerinden gelerek Isparta ve Bursa'da öğrenim gören 40 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin kendilerini Türkiye'ye ait hissetmekte zorlanmadıkları, bu aidiyeti yaşamlarındaki unsurlarda farklı şekilde tezahür ettiği ve kişilerin ülkelerine dönme konusunda tereddüt etmedikleri tespit edilmiştir. Yanı sıra çalışmada uyum ve aidiyet hususunda dil ve din iki önemli unsur olarak görülmekle birlikte yabancı uyruklu öğrencilerin kimlik, uyum, aidiyet ve vatandaşlık ile ilgili deneyimlerinin birbirinden bağımsız olarak görülmediği fakat tarihsel ve kültürel nedenlere bağlı olarak etnik değişimler geçirdiği görülmüştür.

1.3. Stres Kavramı ve Kökeni

Stres kavramı Türk Dil Kurumu sözlüğünde “ruhsal gerilim” olarak tanımlanmaktadır. Selye (1956), Stres ile ilgili ilk tanımı ortaya koyan kişi olup 1956 yılında “bir organizmanın dış uyaranlara tepkisi” şeklinde tanımlamıştır. Dış uyaranları tanımlamak üzere stresör terimini kullanarak, stresörlerin insan bedeninde sebep olduğu değişikliklere

uyum sağlamayı da stresin başka bir tanımı olarak ortaya koyulmuştur. Selye'ye göre organizmanın stresörlere karşı savaş ya da kaç şeklinde tepki verdiğini, potansiyel zararlı bir durum ile karşı karşıya kaldığında nasıl tepki vereceğini belirlediğini ifade etmektedir. Yanı sıra Selye stresi iki kategoriye ayırmıştır. İyi stres; organizmanın olumlu duygu ve düşünceler üretmesini sağlayarak pozitif yönde bir etki oluşturmaktadır. Kötü stres; organizmanın olumsuz duygu ve düşünceler üreterek beden üzerinde zararlı yönde bir etki oluşturmaktadır. Hayatın her alanında karşı karşıya kalınan stres, kişilerin bir tehdit algılaması ya da zorluk karşısında gösterdikleri içe dönük bir tepki yahut çevresi ile etkileşimi sonucunda kimi durumlarda zaman baskısı kimi durumlarda ise beklenmedik bir olay yahut tepki sonucunda maruz kalınan bir durum olarak ifade edilmektedir (Durna, 2006).

Stres, kişilerin üzerinde belirli bir etki oluşturan ve onların davranışlarını, diğer insanlarla kurdukları ilişkiyi etkileyen bir kavram olarak ifade edilmektedir. Stresin ortaya çıkması için kişinin içinde bulunduğu ya da yaşamını sürdürdüğü ortam ve sosyal çevrede meydana gelen değişikliklerin bireyi etkilemesi gerektiği, bu değişikliklerin ise kimi bireyi çok fazla etkilemekte iken kimi bireyleri daha az etkilemekte olduğu bilinmektedir (Pehlivan, 1995).

Stres kavramı bireylerin günlük yaşamında sıklıkla yer alarak hayatlarının önemli bir parçası haline gelmiştir. Stres kişilerin yaşam kalitesini etkilemekte, strese uzun süre maruz kalmanın kişilerde çok çeşitli sağlık sorunlarına sebep olduğu bilinmektedir (Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy, 2013). Öncü bilim adamlarından Selye'nin (1956) stresi tanımlarken “vücuda yüklenilen herhangi bir özel olmayan isteme karşı, vücudun tepkisi” şeklinde ifade etmiştir (Akt. Güçlü,2001).

Stres kelimesinin kökeni Latince “estricia” dan gelmektedir. 17. Yüzyılda stres kelimesi “felaket, bela, musibet, dert, keder, elem” gibi anlamlarda kullanılmış olup 18. ve 19. Yüzyıllarda ise stres kavramının anlamı değişerek “güç, baskı, zor” gibi yeni anlamlar ile kişilere, organlara, objelere ve ruhsal yapıya ilişkin kullanıldığı görülmektedir (Güçlü, 2001). Stres, bireyin, fiziksel ve sosyal çevredeki uyumsuz koşullar sebebiyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı gayret olarak tanımlanmaktadır (Cüceloğlu, 1994).

1.3.1. Stres ile İlgili Kuramlar

Stresin insan yaşamındaki etkisini anlamak için geliştirilen çeşitli kuramlar vardır. Bunlar psikoloji ve tıp alanında büyük önem taşımakta olduğu gibi insanı ilgilendiren her meslek dalında da aydınlatıcı olabilmektedir. Bu kuramlar; stresin nasıl oluştuğunu, bireyler üzerindeki etkilerini ve başa çıkma mekanizmalarını anlamada kolaylık sağlar.

Genel Uyum Sendromu (General Adaptation Syndrome)

Selye tarafından 1936'da ortaya çıkan Genel Uyum Sendromu, stresin bedensel tepkilerini açıklayabilen en eski ve etkili kuramlardan biridir. Selye, organizmanın strese karşı verdiği 3 aşamalı bir tepkiden bahsetmektedir. Bunlar;

Alarm Aşaması: Stres faktörü ile ilk karşılaşılın andır. Vücudun 'savaş ya da kaç' tepkisi ile adrenalini yükselir, kalp atışları hızlanır ve enerji harekete geçer.

Direnç Aşaması: Stresin devam ettiği durumda vücuttaki dengeyi sağlamak için uyum gösteren mekanizmadır. Bu aşamada vücut stresle başa çıkmak için kaynaklarını kullanmaktadır.

Tükenme Aşaması: Stresin uzun süreli ve şiddetli durumunda, vücudun kaynakları tükenir ve fiziksel-psikolojik sorunlar baş gösterir (Ivancevich ve Matteson, 1990).

Selye bu çalışması ile stresin sadece psikolojik değil aynı zamanda fizyolojik etkilerini de anlamamıza yardımcı olur. Aynı zamanda modern tıp için de stresle ilgili çalışmaların temelini oluşturmuştur. Selye'nin çalışmaları, stres yönetimi ve sağlıklı yaşam tarzlarının önemini anlamamıza katkılar sağlamıştır.

Bilişsel Değerlendirme Kuramı

Lazarus (1999) tarafından geliştirilen bu kuram, stresin bireylerin olayları nasıl algılayıp yorumladığı ile ilgili olduğunu savunur. Buna göre;

Birincil Değerlendirme: Kişi karşılaştığı olayın kendisi için ne anlama geldiğini değerlendirir. Olayın kendi için tehdit edici, zarar verici veya önemsiz olup olmadığına karar verir.

İkincil Değerlendirme: Birey, olayla başa çıkmak için hangi kaynaklara sahip olduğunu ve nasıl tepki vereceğini değerlendirmektedir.

Lazarus, stresin şiddetinin ve etkisinin, bireyin bilişsel değerlendirmesine bağlı olduğunu savunur. Aynı olaya farklı kişiler farklı tepkiler verebilmektedir bu da farklı stres seviyelerine yol açabilir. Bu kuram, stresle başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesinde önemlidir ve bireysel farklılıkları vurgular.

Transaksiyonel Stres Modeli (Lazarus ve Folkman, 1984)

Lazarus ve Folkman tarafından 1984 yılında geliştirilmiştir. Stresin birey ve çevresi arasındaki dinamik bir etkileşim olduğunu belirtir. Buna göre;

-Stres, bireyin çevresel talepler ile kişisel kaynakları arasındaki uyumsuzluktan doğar.

-Baş etme süreci hem bilişsel değerlendirmeyi hem de duygusal tepkileri içerir.

-Başa çıkma mekanizmaları, problem odaklı (sorun çözmeye yönelik) ve duygu odaklı (duygusal tepkileri düzenlemeye yönelik) olarak ikiye ayrılır.

Lazarus ve Folkman (1984), stresin dinamik ve sürekli bir süreç olduğunu, bireyin aktif bir şekilde çevresiyle etkileşim içinde olduğunu vurgular. Transaksiyonel yaklaşım, psikoloji alanında stres yönetimi ve terapi tekniklerinin geliştirilmesine önemli katkılar sağlamıştır.

Psikososyal Stres Modeli

Bu kuram, stresin sosyal çevre ve kişinin psikolojik durumu arasındaki etkileşimden kaynaklandığını savunmaktadır (Taylor ve Aspinwall, 1996). Psikososyal stres modelinde yer alan unsurlar aşağıda verilmiştir:

Sosyal Destek: Aile, arkadaşlar ve toplumun bireye sağladığı duygusal destek, stres üzerinde doğrudan etkilidir.

Rol Çatışmaları ve Beklentiler: Toplumsal rollerin getirdiği beklenti ve sorumluluklar, kişinin stres seviyesini arttırabilir.

Yaşam Olayları ve Geçişler: İş değişikliği, evlilik, şehir veya ülke değişimi, göç gibi önemli yaşam şartlarını değiştiren durumları psikososyal stres faktörlerini oluşturur.

Bu kuram, kişinin sosyal bağlamını ve ilişkilerini göz önüne alarak, stresin sadece içsel değil aynı zamanda dış faktörlerden de etkilendiğini vurgular. Psikososyal stres, özellikle modern toplumlarda artan sosyal baskılar ve hızlı mecburi değişimler nedeniyle daha da önem kazanmaktadır.

1.3.2. Stres Kaynakları ve Belirtileri

Lazarus ve Folkman (1984) stres konusunda yapmış oldukları çalışmalarda stresi “kişinin uyumunu bozan ve sınırlarının dışına iten çevresel baskılar” olarak tanımlamıştır. Strese sebep olan ve katkı sağlayan çeşitli değişkenler olduğu bilinmekte, stres meydana getiren, kişilerin psikolojik ve fizyolojik iyilik hali üzerinde etkisi olan her şeyin stres için bir kaynak olabileceği belirtilmektedir (Aytaç, 2017). Stresin en önemli kaynağı olarak bireylerin yaşam deneyimleri olduğu ifade edilmekle birlikte önemli yaşam olaylarının kümülatif bir şekilde, bireyin karşılaştığı diğer önemli yaşam olayları ile birleşerek bireyde hastalığa yakalanmaya ilişkin olasılığı artırdığı bilinmektedir (Eşigül, 2013).

Stres, bireyin yaşamında birçok farklı alanda kendisini gösteren fiziksel, bilişsel ve duygusal bir tepki olarak ifade edilmektedir. Kişiler stresle karşı karşıya kaldıklarında bir takım stres tepkileri ortaya koymaktadırlar. Uykuya dalmakta güçlükler yaşanması, sürekli kaygı ve yetersizlik duyguları, sindirim sorunları, aşırı alkol ve sigara kullanımı, hipertansiyon, toplumdaki bireylerle ilişki ve iletişim kurmakta güçlük çekmek ve bir takım psikolojik denge problemleri strese karşı verilen stres tepkileri arasında yer almaktadır. Stres kaynakları genel olarak fiziksel, sosyal ve toplumsal, psikolojik ve bilişsel alanlarda olmak üzere dört grupta ifade edilmektedir (Güçlü, 2001).

1. *Fiziksel Belirtiler:* Stres etkeninden bağımsız bir şekilde tutarlı bir biçimde meydana gelen bedensel reaksiyonlardır. Otonom sinir sistemi stres kaynaklarına “savaş” ya da “kaç” tepkisi ortaya koymaktadır. Bireyler bu reaksiyonlar sonucunda yorgunluk, halsizlik, baş ağrısı, enerji düşüklüğü, uyku bozuklukları, diş gıcırdatma, kas ve sırt ağrıları, aşırı terleme, gastrointesninal güçlükler ve tansiyon sorunları yaşamaktadırlar.
2. *Sosyal ve Toplumsal Belirtiler:* Kişilerin sosyal ve toplumsal yaşam deneyimleri ile beraber strese bağlı olarak birtakım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Diğer bireylere karşı güven duyma zorluğu, başkalarının eylemlerinde kusur bulma, hakaret etme, suçlama, diğerleri ile iletişimi kesme veya darılma/gücenme ve buna bağlı olarak içe dönük bir şekilde yaşama, sürekli telaşlı hissetme, planlanan randevu ve programlara katılım sağlamama ya da iptal etme davranışı gösterme gibi davranış biçimleri ortaya çıkmaktadır.

3. *Psikolojik Belirtiler:* Ruh halinin sürekli ve hızlı bir biçimde değişmesi, düşük benlik saygısı, kaygı veya şüphe duyguları, depresif duygulanım ve ağlama isteğinin duyulması, sürekli gergin ve öfkeli olma, öfkeyi kontrol etmekte güçlük yaşanması, sürekli ve düzensiz şekilde öfke patlamaları, tükenmişlik hissi gibi duygusal belirtiler ortaya çıkmaktadır.
4. *Bilişsel Belirtiler:* Stresin bireylerde karar verme ve odaklanma mekanizmasında güçlükler yaşanmasına, iş yaşamında verimsizliğe, sürekli başarısızlık düşüncesine, unutkanlık ve dikkat eksikliğine, birden fazla görevi yerine getirmekte güçlük yaşanmasına ve mantıklı karar vermekte zorlanmaya neden olduğu bilinmektedir.

1.3.3. Stres ile Başa Çıkma Yolları

Stres yönetiminde beden ve zihinde oluşan değişimlerin farkına varıyor olmanın önemli olduğu bilinmektedir. Strese sebep olan düşünce kalıplarını fark ederek kullanmamak ya da oldukça az kullanmak, stresle başa çıkmada etkili olabileceği düşünülmektedir. Yanı sıra doğru nefes alıp vermek, düzenli spor ve egzersiz yapmak, sağlıklı düşünmek ve hissetmeye yardımcı olabildiği, pasif ve hareketsiz bir yaşam sürdürmenin kişilerin stresini perçinlediği belirtilmektedir. Stresle başa çıkmada diğer önemli bir noktanın düzenli uyku ve sağlıklı beslenme olduğu vurgulanmaktadır. Düzensiz uyku, uykusuzluk ve sağlıksız beslenme stres ile ilişkili kısır döngüye neden olmaktadır. Kişilerin zaman yönetimini sağlayabiliyor olmaları da stres yönetimini kolaylaştıran başka bir unsur olarak göze çarpmaktadır (Kaba, 2019).

Stres ile başa çıkma konusu literatürde farklı şekillerde açıklanmaktadır. Lazarus ve Folkman (1984), stresle başa çıkmayı problem odaklı başa çıkma ve duygu odaklı başa çıkmak şeklinde iki grupta açıklamıştır. Kişilerin stresli yaşam olayları ile baş edebilmesine ilişkin inançlarının olmasını problem odaklı başa çıkma olarak belirtilirken; strese sebep olan durumlara ilişkin bireylerin bir şey yapamayacaklarına dair inançlarının var olmasını ise duygu odaklı başa çıkma tarzı olarak tanımlanmaktadır.

Şahin ve Durak (1995) stresle başa çıkma tarzlarını problem odaklı (aktif) ve duygu odaklı (pasif) olarak iki grupta incelemiştir. Lazarus ve Folkman'ın (1980) stresle başa çıkmaya ilişkin tanımlamalarından hareketle iki grupta inceleyen Şahin ve Durak

(1995), problem odaklı (aktif) stresle başa çıkma tarzını; kendi içinde kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama olarak üç alt boyuta ayırmış olup duygu odaklı (pasif) stresle başa çıkma tarzını ise kendi içinde çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım olarak iki alt boyuta ayırarak incelenmiştir.

Stresle başa çıkma bireyler tarafından sağlandığında ve yaşamına dönük amaç ve umutlarını engelleyen etmenleri aşması durumunda kendisine cesaret verecek bir unsur haline gelecektir. Stresle başa çıkamama durumu bireyi hastalığa, başarısızlığa hatta erken ölüme bile neden olabileceği ifade edilmektedir. Stres birey için mutluluğu, sağlığı, güvenliği, kendisine duyduğu saygıyı, zihinsel dengesini tehdit edebilecek durumlar için erken uyarı sistemi olarak görülmektedir. Bazı bireyler strese karşı diğer bireylere göre daha dayanıklı olabilmektedirler. Bireyler bahsi geçen durumlara ilişkin uyum ve dengeyi sağlayamadıklarında hastalık, depresyon, özsaygının kaybı ve başarısızlık durumları ortaya çıkabilmektedir. Stresten yaşam deneyimleri içinde kaçmak mümkün görünmemektedir bu yüzden stresle başa çıkmayı öğrenmek, yaşamın getirdiği olanaklardan güvenle yararlanabilmeyi sağlamaktadır (Norfolk, 1989). Stresle başa çıkmada etkili yöntemlerden birisi gevşeme teknikleri olduğu bilinmektedir. Özellikle 1989 yılı itibari ile 1860'a yakın, hakkında yayın yapılan Gevşeme Terapisinin, YÖK (Yüksek Öğretim Kurulu) dökümantasyon merkezinden alınan bilgi ile psikoterapi ve psikolojik danışma alanında önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir (Yıldırım, 1991).

Roth ve Holmes (1987), stresli yaşam olaylarından kaynaklanan fiziksel ve psikolojik sağlıkla ilişkili gevşeme eğitimi ve aerobik eğitiminin etkilerini incelemek üzere bir araştırma yapmışlardır. Yapılan çalışmada beş haftalık uygulamalı eğitim sonucunda bireylerin yaşam streslerinin önemli ölçüde azaldığı görülmüş olup aerobik eğitiminin de stresin azalmasında etkili olduğu görülmüştür (Akt. Yıldırım, 1991).

Gevşeme egzersizleri, stres karşısında bireye gevşeme becerisini öğretmeyi amaçlamaktadır. Bu uygulamalar herhangi bir durumda ve kolayca yapılabilir. Kazanılan bu beceri bireyler için bir otomobili kullanmak, bisiklete binmek ya da yüzmeyi öğrenmek gibi herhangi bir beceri gibi öğrenilebilmektedir. Gevşeme becerisini kazanabilmek için zaman ayırmak ve sıklıkla alıştırma yapmak gerekmektedir. Bireyler bu uygulamaları öğrendiğinde birçok yerde uygulayabilme imkânı edinebilir (Öst, 1986).

1.4. Uluslararası Öğrenciler

Bu bölümde uluslararası öğrenciler kavramını temellendiren küreselleşmeden ve küreselleşmenin eğitim üzerindeki rolü irdelenmiştir. Uluslararasılaşma, uluslararası öğrenci hareketliliği, Dünya’da ve Türkiye’de uluslararası öğrenci hareketliliği, uluslararası öğrencilerin ülke seçiminde dikkat ettikleri hususlar ve Türkiye’yi seçme nedenleri, yaşadıkları sorunlar (kültürel, ekonomik, adaptasyon), uluslararası öğrencilerin ekonomik, kültürel, akademik katkıları veya sadece katkıları gibi konular ele alınmış olup uluslararası öğrenci sistematığı ve işleyişinin unsurları ifade edilmiştir.

Uluslararası öğrenciler kavramına değinmeden önce küreselleşme kavramının incelenmesi konuyu daha iyi irdelememizi sağlayacak ve bu sistemin oluşma biçiminin kaynağı hakkında bize bilgi verecektir. Küreselleşme, globalleşme, yeni dünya düzeni, post-modernizm, yerelleşme, neoliberalizm gibi kavramlar çoğu zaman birbirlerinin yerlerine kullanılmaktadır (Sönmez, 2002:1) Küreselleşme başka ülke ve toplumlardaki kuruluşların beraber hareket etmesine olanak sağlayan bir sistemdir. Küreselleşme bu sayede bir merkeze bağlı kalmadan hareket etmesine imkân tanımıştır. Bunun sadece iş hayatında değil eğitimde de etkisi olduğu yadsınamaz bir gerçektir (Çetinsaya, 2014). Küreselleşmenin etrafında toparlanan bu etkisi sayesinde bilimsel ve akademik gelişim artmıştır (Sadık, 2014). İçinde bulunduğumuz dijital ve teknolojik çağın da pozitif getirileri sayesinde bilgiye ulaşım kolaylaşmış, iletişim ağı daha kuvvetli hale gelmiştir. Bu da küresel düzende yeni birtakım gelişmeleri açığa çıkartmıştır. Teknolojik gelişmeler ve ilerlemeler sayesinde, şimdi her türlü bilgiye anında ve çabucak ulaşılabilmekte; ekonomik gelişmelerle, yeni global ekonomiler biçimlenmekte; sosyal değişimlerle de her bir sosyal sistem, yeni iletişim biçimleri ve yeni sosyal etkileşimler oluşturacak biçimde değişikliğe uğramaktadır. Küreselleşmenin yarattığı yeni yapı, insanlar arasında bağlantıların, köprülerin kurulmasını sağlamaktadır. Öte yandan küreselleşme günümüzde, sosyal ilişkilerin bir araya gelmesi, toplanması olarak da tanımlanmaktadır. Bu yüzden, küreselleşme sürecinde, sosyal ilişkiler bir ön koşul olmakta ve kültürler arası etkileşim önem kazanmaktadır (Cafıoğlu ve Somuncuoğlu, 2000).

Kültürler arası etkileşimin önemi arttıkça ülkeler arasında rekabet, etkileşim ile doğru oranda artmıştır. Bu rekabeti ülkeler kendileri lehine çevirmeleri küresel gelişmeleri takip etmeleri ile mümkündür ve küreselleşen sistemle etkili olabilmeleri de

eğitim sistemleri ile mümkün olabilmektedir (Çalık ve Sezgin, 2005). Eğitim sistemleri ise küresel düzeyde ülkeleri eğitimde uluslararasılaşma yoluna sevk etmiştir. Uluslararasılaşmanın ortak yürütülen iş birlikleri, projeler, öğrenci değişim programları, çevrimiçi (online) kurslar gibi çok sayıda türü oluşmuş olsa da (Özerdem, 2017) eğitimde uluslararasılaşma kapsamında yükseköğretimin ön plana çıktığı bir durumu beraberinde getirir. Yükseköğretimde uluslararasılaşma, eğitim programlarının içerik, bilim ve dil öğrenimlerini ifade eder (Akt. Kahraman,2024).

Türkiye'nin yükseköğretimde uluslararasılaşma çalışmaları temelde 4 esasa dayanmaktadır. Bunlar;

1. Akademik gelişme ve etkileşim
2. Ekonomik kalkınma ve dayanışma
3. Sosyal ve kültürel etkileşim
4. Siyasi ve diplomatik ilişkilerin geliştirilmesi (YTB, 2023)

1.4.1. Uluslararası Öğrenci Hareketliliği

Uluslararasılaşmanın doğal bir sonucu ise uluslararası öğrenci hareketliliğidir. Gelişimi ve bilgiyi önemseyen toplumlarda vasıflı bireylerin önemi de artmaktadır. Dolayısıyla bu ihtiyaç iç kaynaklardan karşılanamadığında dış kaynaklardan karşılanma yollarına gidilmiştir. Bu durum da ülkelerin uluslararası düzeydeki öğrenci hareketliliğine eğilmesini ve bu alanda çalışmalar yapılmasını gerekli kılmıştır (Akt. Sadık, 2017). Uluslararası eğitim, ekonomik getirisi ve nitelikli insan yetiştirmesinin yanı sıra bilimsel araştırmalar açısından akademiye katkı sağlar uluslararası rekabet gücünü de arttırmasının yanı sıra uluslararası öğrencilerin ve eğitimcilerin bulunması eğitimi nitelik olarak daha iyi hale getirmiş, kültürler arası etkileşimin gelişmesine de olanak sağlamıştır (Özer, 2012, s.10) Büyük bir hızla gelişen ve değişen küresel sistemde ülkelerin bu gelişmeye ayak uydurmaları da kendi gelişimleri açısından ilerleme sağlayacaktır.

Teknolojinin de gelişmesi ile uluslararası öğrencilerin eğitim sistemleri hakkında bilgi alması ve iletişim kurması da kolay ulaşılabilir hale gelmesi sebebiyle uluslararası öğrenci hareketliliğinin büyümesine olanak sağlamıştır. Öte yandan yüksek öğrenimde uluslararasılaşma bilinen gelişmiş ülkelerde talep edilirliliği fazla olsa da yatırımlar, üniversitelerde uygulanan Erasmus, Mevlâna gibi değişim programları ve üniversitelerin

yaptığı ikili anlaşmalar sayesinde gelişmekte olan ülkelerde de bu sayı her geçen gün artmaktadır (Akpınar ve Küçüköksel, 2022).

1.4.2. Dünya’da ve Türkiye’de Uluslararası Öğrenci Hareketliliği

Toplumlarasası hareketliliğin tarihsel süreçteki seyri incelendiğinde, Avrupa Birliği’nin de konuya çok fazla önem verdiği, bu konuda hazırlanan projelere ayırdığı bütçeden kolaylıkla anlaşılmaktadır. Ortak Avrupa kültürünün yaşatılmasının yanı sıra çok kültürülük ve kültürler arası iletişim konuları öne çıkmaktadır. Öğrenci ve öğretim elemanı değişimi gibi programların yanı sıra mesleki eğitim amaçlı değişim programları Avrupa Birliği tarafından uzun yıllar uygulanmaya konmuştur. Öğrenci hareketliliğine katkı sağlayan öğrenci değişim programları bazı gelişmiş ülkelerde ön sırada ABD ‘de kullanılan Fullbright gelmektedir. İngiltere de Chevening bursları, Almanya’nın DAAD Bursları, Fransa’nın Eiffel Bursları öğrenci değişim programları uygulamasıdır (Sadık, 2017).

Türkiye’de uluslararası öğrencilere yönelik ilk düzenleme 1983 Tarihli ve 2922 Sayılı ‘Türkiye’de Öğrenim Gören Yabancı Uyruklu Öğrencilere İlişkin Kanun’ ile oluşturulmuştur. Kanunda doğrudan uluslararası öğrenci kavramı kullanılmamış olsa da kanun uluslararası öğrenci tanımını kapsar nitelikte olmuştur. Kanunun 2. Maddesi; ‘Bu kanun; ilgili kurum ve kuruluşlar ile çeşitli anlaşmalar çerçevesinde Hükümetimizce yabancı hükümetler emrine verilen burslardan yararlanmak suretiyle veya kendi imkanlarıyla Türkiye’ye gelen yabancı uyruklu öğrencileri kapsar. Türk Silahlı Kuvvetlerine bağlı okullara kabul edilen yabancı uyruklu öğrenciler, bu Kanun’un kapsamı dışındadır.’ şeklinde yapılmıştır. Mevzuatımızda ilk ‘uluslararası öğrenci’ tanımı 1985 tarihli ‘Türkiye’de Öğrenim Gören Yabancı Uyruklu Öğrencilere İlişkin Yönetmelik’ te yapılmış ‘her derece ve daldaki eğitim kurumlarında öğrenim gören veya Türkçe kurslarına katılan T.C. uyruğunda bulunmayan kişi’ olarak tanımlamıştır. 2010 Tarihli ve 5978 Sayılı Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı Teşkilat ve Görevleri Hakkındaki Kanun’da ise yabancı öğrenci, “kamu kurum ve kuruluşlarınca ülkemizde eğitim görmesi uygun görülenler ile uluslararası anlaşmalar çerçevesinde eğitim amacıyla Türkiye’ye gelen yabancı uyruklu öğrenci” olarak tanımlanmıştır (T.C.

Kalkınma Bakanlığı, 2015:18). Daha sonra bu tanımlama da ‘uluslararası öğrenci’ olarak literatüre geçmiştir.

Yüksek Öğretim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Erol Özvar, katıldığı bir konferansta Türkiye’de öğrenim görmekte olan uluslararası öğrenci sayısını 350 bin olarak açıklamıştır. Türkiye’nin, Dünya genelinde en çok tercih edilen ilk 10 ülke arasında olduğunu vurgulayarak, bu öğrencilerin 198 farklı ülkeden geldiğini ve böylece ülkemizin küresel bir eğitim merkezi haline geldiğini eklemiştir. Türkiye’nin uluslararası öğrenci sayısını dünya genelinde ilk 5 içinde bulunması hedefinden bahsetmiştir. (Aynı zamanda uluslararası öğrencilerin sığınmacı ya da göçmen olarak algılanmasının yanlış bir tutum olarak nitelendirirken bunun Türk vatandaşı öğrenciler için bir hak kaybı olmadığını belirtmiş ve uluslararası öğrencilerin eğitim masraflarının yüzde 95 gibi yüksek bir oranını kendi imkanlarıyla karşıladığını belirtmiştir (Göç Araştırmaları Vakfı, 2024).

1.4.3. Uluslararası Öğrencilerin Ülke Seçiminde Dikkate Aldığı Hususlar ve Türkiye’yi Seçme Nedenleri

Uluslararası öğrenciler ülke seçimlerinde daha çok gelişmiş ülkeleri tercih etseler de gelişmekte olan ülkeler de tercihleri arasında yer almaktadır. Eğitim süreçleri bittiğinde iş imkanları da olası gidilecek ülkeyi tercih sebebi yapmaktadır. Barınma, burs, eğitimin niteliği, kültürel yakınlık gibi etkenler ülke seçiminde genel rol oynamaktadır.

Uluslararası Öğrencilerin Türkiye seçimlerinde; eğitimin niteliği, eğitim ve yaşam faaliyetlerinin maliyeti, burs imkanları, Türkiye’nin kültürel, dini ve etnik yapısı ile Türk okullarında çalışan eğitimcilerin önerilerini dikkate aldıkları görülmektedir (Özer, 2003). Bununla beraber o ülkede okuyan bir kardeşi veya yakını da bulunduğu yerin avantajlarını ve dezavantajlarını da aktarması ülke seçiminde büyük rol oynamaktadır. Buna ek olarak öğrencilerin geldiklerinde karşılaştıkları ya da gelmeden tanıdıkları aracılığıyla haberdar oldukları aracı kurumların, uluslararası öğrencileri barınma burs anlamında desteklemeleri de gelecek öğrenciler açısından bir güven ortamı oluşturmakta ve ülke seçiminde etkililiği yüksek olabilmektedir (Özer, 2012). Uluslararası öğrencilerin üniversite tercihlerinde ise Türkiye’nin ekonomisi, eğitim-öğretim imkanları, gidecekleri şehirdeki imkanlar gibi durumlara dikkat etmelerinin yanı sıra kültürel anlamda yakın

hissetmeleri de eklenebilir. Türkiye’yi tercih eden öğrenciler büyük oranda Asya, Orta Doğu ve Afrika ülkelerinden gelmekte ve yoğunluklu olarak İstanbul, Ankara, Bursa, Kocaeli ve İzmir gibi büyük şehirleri tercih etmektedirler (Ertepinar, 2017a)

1.4.4. Uluslararası Öğrencilerin Yaşadıkları Sorunlar

Uluslararası öğrenci hareketliliğinde yer alan ülkeler her ne kadar kendilerini bu alanda konumlandırırsalar ve kapsamlı araştırmalar yapmış olsalar da Pedersen’e göre; (1991: 9) eğitimciler bu konuda geniş bir görüş ve bilgiden eksiktirler. Bu durum öğrencilerin akademik süreçlerinde aksamaya neden olmaktadır. Hsiao-ping ve diğerlerinin (2015: 12) yaptıkları araştırmalar neticesinde, dil ile ilgili zorluklar, akademiye uyum sorunlarının beraberinde hocalar ve akranlarla iletişim yoksunluğu ve bunların sonucu olarak da stres, kaygı, soyutlanmışlık, dışlanmışlık hissi yaşanmasına neden olur bu da uyum sürecini zorlaştırır. Dahası, maddi zorluklar, barınma imkanlarındaki kısıtlılık gibi durumları da eklemek mümkündür. Uyum sürecinin doğru yürütülmesi uyumlanmayı kolaylaştıracak ve uluslararası öğrencilerin entegrasyonu sağlanması sonucu akademik ve sosyal yaşantılarının daha verimli ve interaktif geçmesine yardımcı olacaktır.

Kültürel uyum süreci U eğrisi modeli şeklinde 4 aşama olarak ele alınmıştır. (Nkoko, 2016)

1. Balayı (Heyecan Hissi); yeni kültür karşısında merak barındıran bir heyecan duygusu ile kendi kültürü ile benzerlik arayışı
2. İki Kültürlülük (Ustalaşma); kültürel farklılıkları anlama ve bu konuda farkındalık geliştirme, bağımsızlık ve tatmin, iki kültürlü kimlik
3. Kriz (Korku Hissi); farklılıklarla karşılaşması neticesinde yaşanan karmaşa ve korku hissi dolayısıyla yeni kültürü reddetme
4. Uyum Sağlama (İyileşme); içinde bulunduğu kültürün normlarını öğrenme sonucu oluşan rahatlık ve yeni kültüre saygı

1.4.5. Uluslararası Öğrencilerin Ekonomik, Kültürel, Akademik Katkısı

Son yıllarda gündeme getirilen konulardan biri uluslararası öğrencilerin katkılarıdır. Ülkelerin uluslararası öğrenci hareketliliğinde rekabet içinde olmaları yadsınamaz bir gerçek olarak uluslararası öğrencilerin geldikleri ülkeye ekonomik katkılarıdır. Bununla

beraber bilime olan katkıları ve eğitim süreleri sona erdiğinde ise eğitim aldıkları sektörlere yönelik nitelikli iş gücü olarak katkıda bulunmaktadırlar. Öte yandan kendi kültürlerine ait (yemek, giysi, gelenek ve görenekler) paylaşımında bulunmaları da yine kültürel anlamda katkılarını göstermektedir.



II. BÖLÜM:

ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

2.1. Araştırmanın Modeli

İstanbul ilinde öğrenim gören uluslararası lisans ve yüksek lisans öğrencilerinin, manevi kaynakları, aidiyetleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma modeline göre tasarlanmıştır. Korelasyonel çalışmalar, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılmaktadır (Büyüköztürk vd., 2021, s. 16).

2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, Türkiye’de lisans ve yüksek lisans öğrenimi görmekte olan uluslararası öğrencilerden oluşmaktadır. YÖK verilerine göre son beş yılda uluslararası öğrenci sayısında düzenli bir artış görülmektedir. 2023-2024 yılı verilerinde ise, Türkiye’de öğrenim gören uluslararası öğrenci sayısı 336.366’yı bulmuştur (YÖK, 2024). Çalışma grubu ise 2023-2024, 2024-2025 eğitim öğretim döneminde İstanbul’da lisans ve yüksek lisans eğitimine devam eden uluslararası öğrenciler arasından basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Örneklem büyüklüğü 245 kişiden oluşmuştur. Araştırma verileri; kişisel Bilgi Formu, Maneviyat Ölçeği (Şirin, 2018), Genel Aidiyet Ölçeği (Duru, 2015), Algılanan Stres Ölçeği (Eskin, 2013) ile toplanmıştır.

2.3. Veri Toplama Aracı

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu formda öğrencilerden cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü üniversite, öğrenim gördüğü fakülte/bölüm, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, sosyoekonomik düzey, geldiği ülke, Türkiye’de kaç yıldır yaşadığı (toplamda 9 madde) hakkında bilgi toplamak için araştırmacı tarafından geliştirilmiştir (Bkz. Ek-1).

2.3.2. Maneviyat Ölçeği

Maneviyat Ölçeği, bireylerin, hayatın anlamını arama, ilahî (aşkın) olanla kurulan bağ, nihaî gerçeği ya da en yüksek değeri aramak, yaratılışın gizemini kavramak, Allah'a bağlanma hissi, inancın özelleştirilmesi, evrenle bütünlük hissi gibi insan maneviyatının çeşitli boyutlarını değerlendirmeye ilişkin gençlere ve yetişkinlere yönelik bir ölçektir. Araştırmada kullanılan "Maneviyat Ölçeği" Şirin (2018) tarafından geliştirilmiştir. Gerekli literatür çalışması yapıp daha önce hazırlanan ölçekler de incelendikten sonra oluşturulan madde havuzu, kapsam geçerliği için 11 akademisyenin görüşlerine sunularak yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi öncesinde verilerin faktör analizine uygunluğu KMO ve Barlett testleri ile analiz edilmiş ve KMO değeri 0.93 bulunmuştur. Bu değer literatürde belirlenen değerlere göre mükemmel düzeyde olduğunu göstermektedir. Ölçek maddelerinin faktör analizine uygunluğu tespit edildikten sonra ölçeğin yapı geçerliliğini ortaya koymak için elde edilen verilere açımlayıcı faktör analizi yapılmış ve faktör analizinde maddeler toplam açıklanan varyansı % 49,68 ve özdeğeri 1'den büyük olan 7 faktör altında toplandığı görülmüştür. Sonrasında yapılan doğrulayıcı faktör analizinde de değerlerin kabul edilebilir uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliğini tespit etmek için ise "Spiritüel İyi Oluş (Ekşi ve Kardaş; 2017)" ölçeği kullanılmıştır. Ölçekler birlikte 128 üniversite öğrencisine uygulanmış ve iki ölçek arasında pozitif düzeyde ($r = .75$; $p < 0.01$) anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur

Ölçeğin güvenirliği Cronbach Alpha değerleri, Guttman ve iç tutarlılığın belirlenmesi için Spearman-Brown iç tutarlılık katsayıları hesaplanarak belirlenmiş ve ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri 0,90, toplam Guttman değeri 0,91 ve toplam Spearman Brown değeri ise 0,89 olarak bulunduğundan ölçeğin istatistiksel olarak güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçek 7 alt boyuttan oluşmaktadır. 9, 12, 20, 21 ve 23. maddeler manevi başa çıkma boyutunu, 19. ve 22. maddeler aşkınlık boyutunu, 3, 11, 24, 25 ve 27. maddeler manevi yaşantı boyutunu, 7, 14, 15 ve 17. maddeler anlam arayışı boyutunu, 6, 8, 13 ve 26. maddeler manevi hoşnutluk alt boyutunu, 1, 2, 4 ve 18. maddeler bağlantı alt boyutunu ve 5, 10 ve 16. maddeler tabiatla uyum alt boyutunu meydana getirmektedir. Maneviyat Ölçeği 5'li Likert tipinde olup 24'ü olumlu ve 3'ü olumsuz 27 maddeden oluşmaktadır. Maddeler; (1) Bana Hiç Uygun Değil, (2) Bana

Uygun Değil, (3) Bana Biraz Uygun, (4) Bana Oldukça Uygun, (5) Bana Tamamen Uygun şeklinde puanlanmıştır. 3 olumsuz madde ters puanlanacaktır. Maneviyat ölçeğinden yüksek puan almak bireyde maneviyatın yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Ölçekten en yüksek 132, en düşük 90 puan alınmaktadır. Netice olarak elde edilen bu veriler ışığında ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu anlaşılmıştır (Bkz. Ek-2).

2.3.3. Genel Aidiyet Ölçeği

Malone ve arkadaşları (2012) tarafından geliştirilen Genel Aidiyet Ölçeği, aidiyeti iki boyutta (Kabul edilme/İçerilme-Reddedilme/Dışlanma) değerlendiren bir ölçme aracıdır. Ölçek 7’li (“Kesinlikle Katılmıyorum”dan “Tamamen Katılıyorum”a) dereceleme türü 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Genel Aidiyet Ölçeği Reddedilme/Dışlanma alt ölçeği puanları ters çevrilerek hem genel aidiyet duygusunu ölçmekte hem de puanlar ters çevrilmeksizin Kabul edilme ve Reddedilme alt boyutları için ayrı ayrı da kullanılabilir. Ölçekten alınan yüksek puan ulaşılmış aidiyet duygusunun göstergesi olarak değerlendirilmektedir. Genel Aidiyet Ölçeğinde minimum 12, maksimum 84 puan alınmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması ABD’nin güneybatısındaki bir üniversitenin; yaşları 19-20 arasında değişen, 1169 birinci sınıf öğrencileri üzerinde, üç farklı çalışma grubu kullanılarak yapılmıştır. Gerek açıklayıcı gerekse doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin iki boyutlu yapısını destekler niteliktedir. Açıklayıcı faktör analizi sonuçları iki faktörün varyansın %68,3’ünü açıkladığını göstermektedir. Maddelerin faktör yükleri .58 ile .94 arasında değişmektedir. İki boyut arasındaki korelasyon katsayısı -.67’dir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .94 olarak rapor edilmektedir (Malone ve ark., 2012). Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları da beklentilerle tutarlı olarak iki boyutlu yapıyı destekler niteliktedir (CFI = .97; TLI = .96; RMSEA = .08; SRMR = .03). Doğrulayıcı faktör analizi yapılan çalışma grubunda elde edilen iç tutarlılık katsayısı .95’dir. Ölçeğin birleştirici, ayırt edici ve yordama geçerlikleriyle ilgili analiz sonuçları Aidiyet Ölçeği’nin yalnızlık, sosyal bağlılık, sosyal güven, yaşam doyumu, depresyon, mutluluk ve beş faktör kişilik özellikleriyle beklenen yönde korelasyonlar verdiğini göstermektedir (Malone ve ark., 2012).

On iki maddeden oluşan ölçeğin özgün İngilizce formu, ölçeği geliştiren araştırmacıdan izin alınarak, önce Erdinç Duru (2015) tarafından Türkçe'ye çevrilmiş, çeviri sonra Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri bölümünde, iyi derecede İngilizce bilen dört öğretim üyesi tarafından kontrol edilmiştir. Daha sonra Yabancı Diller bölümünden bir öğretim üyesi Türkçe'ye çevrilen ölçeği tekrar İngilizceye çevirmiştir. Ölçeğin son şekli, Eğitim Bilimleri bölümünden dört öğretim üyesi tarafından çeviriler karşılaştırılarak elde edilmiştir. Ölçeğin açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi için ayrı ayrı çalışma grupları kullanılmıştır. Önce açımlayıcı faktör analizi (N=240), daha sonra bulunan yapının test edilmesi için doğrulayıcı faktör analizi (N=202) yapılmıştır. Faktör analizi yapılmadan önce maddeler arasında kısmi korelasyonların ve korelasyon matrisinin faktör analizi için uygun olup olmadığı incelenmiştir. Ayrıca analizlerde parametrik istatistiksel tekniklerin kullanılabilmesi için, verilerin normal bir dağılım gösterip göstermediğine bakılmıştır. Yapılan analizler çarpıklık ve basıklık değerlerinin beklenen sınırlar içerisinde olduğunu göstermiştir (Çarpıklık için= - .1.27, Basıklık için= 1.93). Daha sonra verilerin birleştirici, ayırt edici ve yordayıcı geçerliğine bakılmış; iç güvenirlik ve test-tekrar test güvenirliği için veriler ayrıca analiz edilmiştir. Ölçek maddeleri Ek-3'te yer almaktadır.

2.3.4 Algılanan Stres Ölçeği

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ) Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe ASÖ'nün 14,10 ve 4 maddelik üç formu bulunur ve hepsinin de güvenirlik ve geçerlilikleri sınanmıştır. Addeden oluşan ASÖ kişinin hayatındaki birtakım durumların ne derece stresli algılandığını ölçmek için tasarlanmıştır. Katılımcılar her maddeyi “Hiçbir zaman (0)” ilâ “Çok sık (4)” arasında değişen 5'li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirmektedir. Maddelerden olumlu ifade içeren 7'si tersten puanlanmaktadır. On dört maddelik uzun formunun yanı sıra ASÖ'nün 10 ve 4 maddelik olmak üzere iki formu daha bulunmaktadır. Bu çalışmada üç formun da güvenirlik ve geçerliği sınanmaktadır. ASÖ-14'ün puanları 0-56 arasında değişmektedir. Yüksek puan kişinin stres algısının fazlalığına işaret etmektedir.

Algılanan Stres Ölçeği ilk olarak birinci yazar tarafından Türkçeye çevrilmiş daha sonra her iki dili bilen ikinci ve üçüncü yazarlar tarafından çeviriler kontrol edilmiştir. Maddelerin büyük çoğunluğu için ortak karara varılmış, ortak karara varılamayan maddeler ilk üç yazar tarafından yeniden ele alınarak özgün ve Türkçe çevirilerinin dilbilimsel ve kavramsal açıdan denkliliğini sağlamak için anlaşmazlıklar tartışılarak anlaşmaya varılmıştır (Van de Vijver ve Leung 1997). Daha sonra veri toplama araçları gönüllü katılımcılara sınıf ortamında uygulanmıştır.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırmaya uygunluğu tez danışmanı ile belirlenen veri toplama araçlarını kullanabilmek için ilk olarak ölçekleri geliştiren veya uyarlayanlardan gerekli izinler alınmıştır. İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan gerekli onay alındıktan sonra (Karar No: 2024/02-7 bkz. Ek-5) formlar hazırlanmış ve 2024 Şubat ile 2024 Kasım tarihleri arasında Google Formlar/Fiziki Form aracılığıyla Katılımcı Onay Formu (bkz. Ek-6), Kişisel Bilgi Formu, Maneviyat Ölçeği, Genel Aidiyet Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır. Formların doldurulması 10-15 dk. kadar zaman almıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Bu araştırmada, katılımcılardan elde edilen veriler çeşitli istatistiksel yöntemler kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizi için SPSS istatistik programı kullanılmıştır. İlk olarak, betimsel istatistikler hesaplanarak katılımcıların yaş, sınıf düzeyi, algılanan stres ve manevi kaynaklarla ilgili genel eğilimleri özetlenmiştir. Bu kapsamda, aritmetik ortalamalar, standart sapmalar ve yüzdelikler raporlanmıştır.

Cinsiyete göre katılımcıların algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar açısından farklılıklarını değerlendirmek için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Bu test ile erkek ve kadın katılımcılar arasındaki ortalama farklarının istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı incelenmiştir. Gelir düzeyine göre algılanan stres ve manevi kaynaklar arasındaki farkları değerlendirmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Anlamlı fark tespit edilen değişkenler için gruplar arası farklılıkların hangi düzeylerde olduğunu belirlemek amacıyla Post Hoc testlere başvurulmuştur. Sınıf

düzeyine göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar arasındaki farklılıkları değerlendirmek için parametrik olmayan Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Bu analiz, gruplar arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemiştir. Algılanan stres ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson Korelasyonu yapılmıştır. Algılanan stresin yordayıcılarını incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Katılımcıların genel eğilimlerini özetlemek amacıyla, her bir değişken için aritmetik ortalamalar, standart sapmalar, minimum ve maksimum değerler hesaplanmıştır. Ayrıca, gelir düzeyi ve sınıf düzeyi gruplarına göre sıralama ortalamaları ve yüzdeler raporlanmıştır. Tüm analizlerde, anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak belirlenmiştir. Verilerin normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri göz önünde bulundurularak değerlendirilmiştir. Bu analizlerle, araştırma sorularına sistematik bir şekilde yanıt verilmiş ve bulgular detaylı bir şekilde yorumlanmıştır.

III. BÖLÜM:

BULGULAR

Bu bölümde verilerin analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Betimleyici İstatistikler

Bu bölümde katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 1’de katılımcıların demografik özelliklerinin dağılımı verilmektedir.

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Kategori	Frekans (F)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	83	33.9
	Kadın	162	66.1
Sınıf	1. Sınıf	136	55.5
	2. Sınıf	38	15.5
	3. Sınıf	18	7.3
	4. Sınıf	30	12.2
	Hazırlık	11	4.5
	Yüksek Lisans	12	4.9
Gelir Düzeyi	Düşük	29	11.8
	Orta	196	80.0
	Yüksek	20	8.2
Toplam		245	100.0

Tablo 1’de, çalışmaya katılan uluslararası öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi ve gelir düzeyine göre dağılımları görülmektedir. Katılımcıların %66.1’i kadın, %33.9’u erkeklerden oluşmaktadır. Sınıf düzeyi dağılımına bakıldığında, katılımcıların büyük bir kısmının (%55.5) birinci sınıf öğrencisi olduğu dikkat çekmektedir. Hazırlık sınıfı ve yüksek lisans öğrencileri, toplam katılımcıların daha küçük bir kısmını oluşturmaktadır (sırasıyla %4.5 ve %4.9). Gelir düzeyine göre dağılım incelendiğinde ise, katılımcıların büyük çoğunluğunun (%80.0) orta gelir seviyesinde olduğu, düşük gelir grubunun %11.8

ve yüksek gelir grubunun %8.2 oranında yer aldığı görülmektedir. Toplam katılımcı sayısı 245'tir.

Tablo 2'de katılımcıların yaş, kardeş sayısı ve Türkiye'de yaşama sürelerine ilişkin dağılımı verilmektedir.

Tablo 2: Katılımcıların Yaş, Kardeş Sayısı ve Türkiye'de Yaşama Sürelerine İlişkin Dağılımı

Değişken	Ort. ($\bar{X}$)	N	Standart (Ss)	Sapma
Yaş	22.31	245	13.362	
Kardeş Sayısı (Kendisi Hariç)	3.24	244	3.030	
Kaç Yıldır Türkiye'de Yaşıyorsunuz?	4.36	245	4.098	

Tablo 2'de, katılımcıların yaş ortalaması, kardeş sayısı ve Türkiye'de yaşadıkları yıl sayısına ilişkin tanımlayıcı istatistikler sunulmuştur. Katılımcıların yaş ortalaması 22.31 olup, standart sapma 13.362'dir, bu da yaş aralığının oldukça geniş olduğunu göstermektedir. Kardeş sayısı (kendisi hariç) ortalama olarak 3.24'tür ve bu değişken için standart sapma 3.030 olarak hesaplanmıştır. Türkiye'de yaşama süresi ortalaması ise 4.36 yıl olarak belirlenmiş ve bu değişkende standart sapma 4.098'dir.

3.2. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Cinsiyete Göre İncelenmesi

Katılımcıların cinsiyete göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar açısından farklılıklarını değerlendirmek için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Bu test ile erkek ve kadın katılımcılar arasındaki ortalama farklarının istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı incelenmiştir. Katılımcıların cinsiyetlerine göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynak puanlarının aritmetik ortalama, standart sapma ve t testi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyete göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar boyutlarının farklılaşmasına ilişkin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	df	p (2-tailed)	Fark ($\bar{X}$)
ASÖ Toplam	Erkek	83	38.80	6.499	-3.475	243	0.001**	-
	Kadın	162	41.64	5.818				2.841
Genel Aidiyet	Erkek	83	61.34	13.101	0.145	243	0.885	0.245
	Kadın	162	61.09	12.145				
Maneviyat Ölçeği Toplam	Erkek	83	105.98	15.697	0.160	243	0.873	0.322
	Kadın	162	105.65	14.510				

* p < .05; ** p < .01.

Bulgulara göre, algılanan stres (ASÖ Toplam) açısından kadınların stres düzeylerinin ($\bar{X} = 41.64$, Ss = 5.82) erkeklere ($\bar{X} = 38.80$, Ss = 6.50) kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t(243) = -3.475$, $p = .001$). Bu bulgu, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde algılanan strese sahip olduğunu göstermektedir. Bunun dışında, toplam maneviyat ölçeği puanları açısından erkekler ve kadınlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Genel aidiyet puanları da erkekler ($\bar{X} = 61.34$, Ss = 13.10) ve kadınlar ($\bar{X} = 61.09$, Ss = 12.15) arasında istatistiksel olarak farklılık göstermemektedir ($t(243) = 0.145$, $p = .885$). Toplam maneviyat ölçeği puanları açısından erkekler ($\bar{X} = 105.98$, Ss = 15.70) ve kadınlar ($\bar{X} = 105.65$, Ss = 14.51) arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($t(243) = 0.160$, $p = .873$).

3.3. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi

Katılımcıların gelir düzeyine göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar arasındaki farkları değerlendirmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Anlamlı fark tespit edilen değişkenler için gruplar arası farklılıkların hangi düzeylerde olduğunu belirlemek amacıyla Post Hoc testlere başvurulmuştur. Analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Gelir Düzeyine Göre Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri ve ANOVA

Sonuçları

Değişken	Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
ASÖ Toplam	Düşük	29	41.03	5.281	0.558	0.573
	Orta	196	40.76	6.353		
	Yüksek	20	39.30	5.904		
	Toplam	245	40.67	6.192		
Genel Aidiyet	Düşük	29	58.34	14.304	2.848	0.060
	Orta	196	61.02	12.177		
	Yüksek	20	66.80	11.039		
	Toplam	245	61.18	12.451		
Maneviyat Ölçeği Toplam	Düşük	29	111.31	13.483	2.356	0.097
	Orta	196	104.92	14.661		
	Yüksek	20	106.00	17.874		
	Toplam	245	105.76	14.891		

* $p < .05$; ** $p < .01$.

Betimsel bulgular ve ANOVA sonuçlarına göre, değişkenler arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Algılanan Stres (ASÖ Toplam) açısından, düşük gelir grubunun ortalama puanı ($\bar{X} = 41.03$, $Ss = 5.28$), orta gelir grubunun ($\bar{X} = 40.76$, $Ss = 6.35$) ve yüksek gelir grubunun ($\bar{X} = 39.30$, $Ss = 5.90$) puanlarından daha yüksektir. Ancak, bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($F(2, 242) = 0.558$, $p = .573$). Bu durum, gelir düzeyinin algılanan stres üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Genel Aidiyet değişkeninde, yüksek gelir grubunun ortalama puanı ($\bar{X} = 66.80$, $Ss = 11.04$) diğer iki gruptan daha yüksektir. Orta gelir grubunun puanı ($\bar{X} = 61.02$, $Ss = 12.18$) ve düşük gelir grubunun puanı ($\bar{X} = 58.34$, $Ss = 14.30$) sırasıyla daha düşük seviyelerdedir. Ancak, bu fark da anlamlılık sınırında kalmıştır ($F(2, 242) = 2.848$, $p = .060$).

Maneviyat Ölçeği Toplam gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Ancak, betimsel bulgulara göre yüksek gelir grubu bu değişkenlerde genellikle daha yüksek ortalamalara sahiptir.

3.4. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi

Katılımcıların sınıf düzeyine göre algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklar arasındaki farklılıkları değerlendirmek için parametrik olmayan Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Değişkenlerin tek yönlü ANOVA Sonuçları

Değişken	Sınıf Düzeyi	N	Ort.	SS	F Değeri	p Değeri	Post Hoc (Tukey)	η^2
ASÖ Toplam	1. Sınıf/Hazırlık	147	40,71	6,235	2,028	0,134	Anlamlı fark yok	0,016
	2-3. Sınıf	56	41,70	6,636				
	4. Sınıf ve üzeri	42	39,17	5,189				
Genel Aidiyet	1. Sınıf/Hazırlık	147	59,95	13,262	2,532	0,082	Anlamlı fark yok	0,020
	2-3. Sınıf	56	61,70	11,039				
	4. Sınıf ve üzeri	42	64,76	10,677				
Maneviyyat Ölçeği Toplam	1. Sınıf/Hazırlık	147	103,31	15,478	5,186	0,006*	1. Sınıf < 2-3. ve 4. Sınıf	0,041
	2-3. Sınıf	56	109,64	14,050				
	4. Sınıf ve üzeri	42	109,19	12,148				

Farklı sınıf düzeylerindeki öğrencilerin Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ) Toplam, Genel Aidiyet ve Maneviyyat Ölçeği puanları arasındaki farklılıkların incelenmesi amacıyla tek yönlü ANOVA uygulanmıştır. ASÖ Toplam ve Genel Aidiyet puanları açısından yapılan ANOVA analizlerinde, sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir fark

bulunmamıştır ($F(2, 242) = 2,028, p = 0,134$ ve $F(2, 242) = 2,532, p = 0,082$). Bu durum, öğrencilerin algılanan stres ve genel aidiyet düzeylerinin sınıf düzeyinden bağımsız olarak benzer olduğunu göstermektedir. Ancak, Maneviyat Ölçeği Toplam puanları açısından sınıf düzeylerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($F(2, 242) = 5,186, p = 0,006$). Post-hoc analiz sonuçlarına göre, 1. sınıf/hazırlık düzeyindeki öğrencilerin maneviyat puanları, 2-3. sınıf ve 4. sınıf üzerindeki öğrencilerin puanlarına göre anlamlı derecede daha düşüktür. Bu bulgu, ilerleyen sınıflarda manevi algının arttığını işaret edebilir. Eta kare (η^2) değerlerine bakıldığında, maneviyat ölçeği için $\eta^2 = 0,041$ bulunmuş olup bu, orta düzeyde bir etki büyüklüğüne işaret etmektedir. Genel olarak, sınıf düzeyi maneviyat üzerinde anlamlı bir etkiye sahipken, algılanan stres ve aidiyet üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.5. Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakların İlgili Ölçek Puanlarına Göre İncelenmesi

Katılımcıların algılanan stres, aidiyet ve manevi kaynaklarına ilişkin ölçek puanlarının tanımlayıcı istatistikleri Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6: Katılımcıların Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynaklarla İlgili Ölçek Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	N	Ort. ($\bar{X}$)	Standart Sapma (Ss)	Çarpıklık	Basıklık
Genel Aidiyet	245	61.18	12.451	-0.527	-0.041
ASÖ (Algılanan Stres Ölçeği) Toplam	245	40.67	6.192	-0.181	0.615
Maneviyat Ölçeği Toplam	245	105.76	14.891	-0.749	0.133

Genel Aidiyet: Genel Aidiyet Ölçeğinin toplam puanını temsil eden bu değişkende, katılımcıların aidiyet duygularının genel seviyesi 61.18 ($Ss = 12.451$) olarak belirlenmiştir. Çarpıklık (-0.527) ve basıklık (-0.041) değerleri, dağılımın normal dağılıma yakın olduğunu işaret etmektedir. ASÖ (Algılanan Stres Ölçeği) Toplam boyutunda katılımcıların algıladıkları stres düzeyini ölçen bu ölçekten alınan toplam puan ortalaması 40.67 ($Ss = 6.192$) olarak bulunmuştur. Çarpıklık (-0.181) ve basıklık (0.615)

değerleri, stres puanlarının genel olarak dengeli bir dağılıma sahip olduğunu göstermektedir. Maneviyat Ölçeği Toplam puanında katılımcıların tüm manevi kaynaklarla ilgili genel düzeylerini temsil eden bu ölçekten alınan toplam puan ortalaması 105.76 (Ss = 14.891) olarak hesaplanmıştır. Çarpıklık (-0.749) ve basıklık (0.133) değerleri, genel olarak dengeli bir dağılıma işaret etmektedir. Bu çalışmada yer alan değişkenlerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelendiğinde, çoğu değişkenin dağılımının normal dağılıma yakın olduğu gözlemlenmektedir. Tabachnick ve Fidell (2019), bir değişkenin dağılımının normal dağılıma uygunluğunu değerlendirmek için çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 aralığında olmasını önermektedir.

3.6. Algılanan Stres ile Aidiyet ve Manevi Kaynaklar Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyonu İncelemesi

Katılımcıların algılanan stres ile aidiyet ve manevi kaynaklar arasındaki pearson korelasyonu analizi Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7: Katılımcıların Algılanan Stres, Aidiyet ve Manevi Kaynakları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Bulguları

	1	2	3	4	5	6
1. Yaş	1					
2. Kardeş Sayısı (Kendisi Hariç)	.060	1				
3. Kaç Yıldır Türkiye’de Yaşıyor	.013	.164*	1			
4. ASÖ Toplam	-.038	-.021	.014	1		
5. Genel aidiyet	.013	-.057	.043	-.373**	1	
6. Maneviyat Ölçeği Toplam	.092	.319**	.210**	-.115	.154*	1

** p < 0.01 * p < 0.05

Tablo 7’de değişkenler arasındaki korelasyonlar incelenmiştir ve elde edilen bulgular incelendiğinde, yaş değişkeni, diğer değişkenlerle anlamlı bir ilişki göstermemiştir ($p > .05$). Bu durum, yaştan katılımcıların stres, aidiyet veya manevi kaynaklarla ilgili algılarında belirleyici bir faktör olmadığını göstermektedir. Kardeş sayısı, manevi kaynaklarla güçlü ve pozitif ilişkiler göstermiştir. Bu sonuç, kardeş

sayısının bireylerin manevi yaşamlarını şekillendirmede etkili olabileceğini düşündürmektedir. Türkiye'de yaşama süresi, manevi kaynaklarla pozitif ilişkiler göstermiştir. Bu bulgular, Türkiye'de uzun süre kalan bireylerin manevi kaynaklarını daha güçlü şekilde kullandığını gösterebilir. Algılanan stres, manevi kaynaklarla ve aidiyet boyutlarıyla genellikle negatif ilişkiler göstermiştir. Genel Aidiyet ($r = -.373$, $p < .01$) ile anlamlı negatif ilişkiler bulunmaktadır. Bu, aidiyet duygusunun artmasının stres seviyesini düşürdüğünü göstermektedir. Genel aidiyet ve Maneviyat Ölçeği Toplam ($r = .154$, $p < .05$) ile pozitif anlamlı ilişkilere sahiptir. Bu bulgular, aidiyet duygusunun manevi yaşam üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Maneviyat ölçeği toplamı, neredeyse tüm manevi kaynaklarla güçlü pozitif ilişkiler göstermiştir ve çalışmanın manevi boyutlarını genel olarak özetlemektedir.

3.7. Algılanan Stres Yordayıcıları Hiyerarşik Regresyon Analizi İncelemesi

Algılanan stresin yordayıcılarını incelemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 8: Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizine Yönelik Model Özetleri

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahmin Hatası	F	Sig. F Değişimi
1	0.373	0.139	0.136	5.757	39.27	0.000
2	0.377	0.142	0.135	5.758	20.10	0.332

* $p < .05$; ** $p < .01$.

Tablo 9: Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizine Yönelik ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	Sig.
1	1301.640	1	1301.640	39.27	0.000
2	1332.970	2	666.485	20.10	0.000

* $p < .05$; ** $p < .01$.

Tablo 8 ve Tablo 9'da verilen model özeti değerleri doğrultusunda, yapılan hiyerarşik regresyon analizi, Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ_Toplam) puanını yordamada Genel Aidiyet ve Maneviyat Ölçeği Toplam değişkenlerinin katkısını incelemiştir. İlk

modelde yalnızca Genel Aidiyet değişkeni yer almış ve ASÖ_Toplam puanının varyansının %13.9'unu açıkladığı görülmüştür ($R^2 = 0.139$). Bu modelin anlamlı olduğu bulunmuştur ($F(1,243) = 39.27$, $p < 0.001$). İkinci modelde Maneviyat Ölçeği Toplam değişkeni eklendiğinde açıklanan varyans sadece %0.3 oranında artmış ($R^2 = 0.142$), ancak bu artış istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (F değişimi = 0.945, $p = 0.332$). Bu sonuç, ikinci modele eklenen değişkenin, modele anlamlı bir katkı sağlamadığını göstermektedir.

Tablo 10: Algılanan Stresin Yordayıcılarını İncelemek için Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

Model	B	SE B	β	t	p
Model 1					
Sabit	52.021	1.848		28.153	< 0.001**
Genel Aidiyet	-0.185	0.030	-0.373	-6.267	< 0.001**
Model 2					
Sabit	54.322	3.003		18.090	< 0.001**
Genel Aidiyet	-0.181	0.030	-0.364	-6.041	< 0.001**
Maneviyat Ölçeği Toplam	-0.024	0.025	-0.059	-0.972	0.332

Bağımlı değişken: Algılanan Stres / * $p < .05$; ** $p < .01$.

Tablo 10'da bağımsız değişkenler incelendiğinde, Genel Aidiyet değişkeninin her iki modelde de ASÖ_Toplam puanını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. İlk modelde ($B = -0.185$, $p < 0.001$) ve ikinci modelde ($B = -0.181$, $p < 0.001$) elde edilen katsayılar, Genel Aidiyet puanındaki bir birimlik artışın ASÖ_Toplam puanında sırasıyla 0.185 ve 0.181 birimlik bir azalma ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Öte yandan, Maneviyat Ölçeği Toplam değişkeni ikinci modele dahil edildiğinde, bu değişkenin ASÖ_Toplam üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı bulunmuştur ($B = -0.024$, $p = 0.332$). Bu sonuç, Maneviyat Ölçeği toplam puanındaki değişimlerin Algılanan Stres üzerinde belirgin bir etkisi olmadığını göstermektedir. Durbin-Watson değerinin 1.771 olması, modelde otokorelasyon olmadığını ve modelin varsayımlarına uygun olduğunu göstermektedir. Ayrıca, standart hata değerlerinin düşük olması, regresyon katsayılarının güvenilir bir şekilde tahmin edildiğini ifade etmektedir. Bulgular doğrultusunda, Genel

Aidiyet değişkeninin Algılanan Stres üzerinde gl bir negatif ilişki sergilediğini, ancak Maneviyat leęi toplam puanının bu ilişki üzerinde anlamlı bir katkı sağlamadığını ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, stres seviyelerini tahmin etmede Genel Aidiyetin önemli bir yordayıcı olduğunu, ancak Maneviyat leęi toplam puanının bu bağlamda dikkate alınmasının gerekli olmadığını göstermektedir. Ek olarak, açıklanan varyansın düşük olması (algılanan stres %13,9 ve algılanan stres + manevi kaynaklar %14.2 olmak üzere), AS_Toplam üzerinde etkili olan diğer potansiyel faktörlerin de dikkate alınması gerektiğini düşündürmektedir.



IV. BÖLÜM:

TARTIŞMA

4.1. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stres Düzeylerinin Cinsiyete Göre Tartışılması

4.1.1. Manevi Kaynakların Cinsiyete Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin manevi kaynak puanlarında cinsiyetler açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde daha önce yapılan araştırmaların mevcut çalışmanın bulgularından farklı bulgular elde ettiği görülmektedir. Uluslararası öğrenciler arasında manevi kaynakların araştırılması, özellikle maneviyatın refah ve başa çıkma mekanizmalarını nasıl etkilediği konusunda önemli cinsiyet farklılıklarını ortaya koymaktadır. Araştırmalar, (Alorani ve Alradaydeh 2017; Özcan 2024) kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla genellikle daha yüksek düzeyde manevi iyi oluş bildirdiklerini göstermektedir. Örneğin, Alorani ve Alradaydeh (2017), kadın üniversite öğrencilerinin daha fazla manevi iyi oluş sergilediğini tespit etmiş ve bunu kadınlar arasında daha güçlü dini motivasyonlara bağlamıştır. Bu bulgu, kız öğrencilerin manevi zekâda daha yüksek puan aldıklarını ve bunun da genel mutluluklarını artıracak manevi kaynaklarla daha derin bir ilişki içinde olduklarını belirtmiştir. Maneviyat alanındaki bu tür cinsiyet farklılıkları, kadınların daha yüksek manevi iyi oluş gösterdiği hemşirelik ve ebelik öğrencilerini kapsayanlar da dahil olmak üzere çeşitli çalışmalarda tutarlıdır (Özcan, 2024).

Bu cinsiyet farklılıklarının sonuçları, özellikle de yeni kültürel ortamlara geçiş sırasında genellikle benzersiz zorluklarla karşılaşan uluslararası öğrenciler bağlamında derindir. Zuzarte (2021), ortaöğretim sonrası kurumların, özellikle kültürleşme süreçlerinde uluslararası öğrencileri desteklemek için kültürel olarak duyarlı manevi hizmetleri dahil etmeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Sonuç olarak, uluslararası öğrenciler arasında cinsiyet ve maneviyatın kesişimi, kız öğrencilerin yurtdışındaki eğitimleri sırasında iyi oluş ve başa çıkma stratejilerini artıracak manevi kaynaklardan daha fazla yararlanma eğiliminde olduklarını ortaya

koymaktadır. Mevcut çalışmada anlamlı bulgu elde edilememiş oluşunun örneklem dağılımı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

4.1.2. Aidiyetin Cinsiyete Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin genel aidiyet puanlarında cinsiyetler açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Uluslararası öğrenciler arasında aidiyet puanlarının incelenmesi, özellikle bu puanlarda önemli cinsiyet farklılıklarının bulunmadığı düşünüldüğünde, ilgi çekici bir manzara ortaya koymaktadır. Araştırmalar (Cortina vd. 2017; Vaz vd. 2015; Lamis ve Lester 2012; Budge vd. 2020) aidiyetin öğrencilerin genel refahını ve akademik başarısını etkileyen kritik bir faktör olduğunu göstermektedir, ancak bulgular, cinsiyetin uluslararası öğrenciler arasında bu deneyimleri şekillendirmede önemli bir rol oynamayabileceğini göstermektedir.

Cortina ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan bir çalışma, aidiyetin kültürel faktörlerden etkilendiğini vurgulamakta ve kolektivist kültürlerden gelen öğrencilerin cinsiyet farklılıklarını aşan bir aidiyet duygusu yaşayabileceğini öne sürmektedir. Bu durum, uluslararası öğrencilerin genellikle kültürel uyum ve sosyal entegrasyonla ilgili ortak zorlukları paylaştığı ve bunun da aidiyet puanlarındaki cinsiyet farklılıklarını gölgede bırakabileceği fikriyle örtüşmektedir. Ayrıca, Vaz ve arkadaşlarının (2015) bulguları, sosyal yeterlilik ve başa çıkma becerileri gibi kişisel özelliklerin cinsiyetten bağımsız olarak aidiyete önemli ölçüde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu da öğrencilerin bireysel özelliklerinin aidiyet duygularını belirlemede cinsiyetlerinden daha etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Dahası, Lamis ve Lester'in (2012) çalışması, engellenmiş aidiyetin diğer yordayıcılar göz önünde bulundurulduğunda intihar düşüncesini önemli ölçüde yordamadığına dair kanıtlar sunarak aidiyet deneyiminin karmaşık ve çok yönlü olduğunu göstermektedir. Bu karmaşıklık hem erkek hem de kız öğrenciler akademik ortamlarında benzer sosyal dinamikler ve baskılarla karşılaşabileceğinden, uluslararası öğrenciler arasında aidiyet puanlarında gözlenen cinsiyet farklılıklarının olmamasına katkıda bulunabilir.

Ayrıca, Budge ve arkadaşları (2020) tarafından ikili olmayan öğrencilerde azınlık stresi üzerine yapılan araştırma, cinsiyet kimliğine bakılmaksızın tüm öğrenciler için aidiyeti teşvik eden kapsayıcı ortamların öneminin altını çizmektedir. Bu bakış açısı, aidiyetin doğası gereği cinsiyete bağlı olmaktan ziyade, destekleyici kurumsal uygulamalarla geliştirilebilecek ortak bir deneyim olduğu fikrini pekiştirmektedir.

4.1.3. Stres Düzeylerinin Cinsiyete Göre Tartışılması

Bu araştırmaya katılan uluslararası kız öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde algılanan strese sahip olduklarını göstermektedir. Literatür de bu araştırmayı destekleyen benzer sonuçlara ulaşmış çalışmalar mevcuttur. (Anbumar vd. 2017; Graves vd. 2021; Misigo 2015; Altunkol 2011; Martínez-Caro vd. 2022; Ogbueghu vd. 2019; Izza vd. 2022; Jiang 2023) Anbumar vd. (2017). Anbumar (2017), uluslararası üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyleri ve başa çıkma stratejilerinde cinsiyet farklılıkları üzerine yaptığı çalışmada kız öğrencilerin stres seviyelerinin erkek öğrencilerden fazla olduğunu ve daha çok başa çıkma stratejileri kullandıklarını bildirmiştir. Graves vd. (2021) yaptığı benzer çalışmada da sonuçlar yine aynı şekilde çıkmıştır. Misigo (2015)'nın Kenya'daki üniversite öğrencileri arasında algılanan stres seviyelerinin ve başa çıkma stratejilerinin cinsiyet farklarını incelediği çalışmada, kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha yüksek stres seviyelerine sahip olduğunu ve daha fazla başa çıkma stratejilerine başvurduklarını ortaya çıkarmıştır. Altunkol (2011), üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeylerinin arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada kız öğrencilerin stres seviyeleri erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Kadınların daha fazla stres yaşama eğilimi, Martínez-Caro ve arkadaşlarının (2022), COVID-19 salgını da dahil olmak üzere zorlu dönemlerde kız öğrencilerin psikolojik stres açısından daha yüksek risk altında olduğunu tespit eden çalışması da aynı sonuca ulaşmıştır. Bu durum, kız öğrencilerin genellikle genel stres düzeylerine yükselten benzersiz stres faktörleriyle karşı karşıya kaldıklarını gösteren bulgularla uyumludur. Ogbueghu ve arkadaşları (2019), kız lisans öğrencilerinin, özellikle hemşirelik programları gibi yüksek stresli ortamlarda, erkek meslektaşlarına göre daha fazla stres algıladıklarını bildirmiştir.

Ayrıca, Izza ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan araştırma da bu bulguları destekleyerek, kız öğrenciler arasındaki stres düzeylerinin çeşitli akademik disiplinlerde erkek öğrencilerden sürekli olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir. Jiang (2023) tarafından yapılan çalışmada, lisansüstü öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma, kadın öğrencilerin iş-yaşam dengesi ve kişilerarası dinamiklerle ilgili yüksek stres seviyeleri bildirdiklerini vurgulayarak, akademiye kadınların karşılaştığı zorluklara vurgu yapmıştır. Bu durum, kız öğrenciler arasında algılanan daha yüksek stresin, erkek akranlarına kıyasla onlar için daha belirgin olan belirli stres faktörleriyle bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir.

Uluslararası öğrencilerde kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre barınma, yemek, sosyal faaliyetler, arkadaşlık ilişkileri, akademik başarı gibi faktörlerden daha çok etkilendikleri gözlemlenmektedir. Geldikleri ülkenin kültürü, ailenin gelenekleri, dini inançları gibi faktörler erkek öğrencilere kıyasla daha fazla tutundukları için stres seviyelerini yükselteceği düşünülmektedir. Bununla beraber eğitimin son sınıflarına geldiğinde kariyer hedefleri, ailenin evlilik baskısı da yine kız öğrencilerin stres düzeylerini etkilediği görülmektedir. Algılanan stres düzeyi örneklemin büyüklüğü, zaman gibi faktörlerden dolayı değişiklik gösterebilir. Bu sebeple araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermeyen çalışmalar da mevcuttur.

Literatürde araştırmanın bulgularını desteklemeyen, algılanan stresin cinsiyet üzerinde herhangi bir fark olmayan veya istatistiksel açıdan fark oluşturmak için yeterli kanıt oluşturmayan çalışmalar mevcuttur (Gupta ve Nc 2021; Sandhu ve Asrabadi 1994; Akhtar ve Kröner-Herwig 2015; Hechanova-Alampay vd 2002; Alzukari ve Wei 2024; Yahyagil ve Deniz, 2004) Örneğin, Gupta ve Nc (2021), kadınların daha yüksek düzeyde algılanan stres göstermesine rağmen, verilerin üniversite öğrencileri arasında stres düzeylerinde önemli bir cinsiyet farkı oluşturmak için yeterli kanıt sağlamadığını bulmuştur. Bu durum, kadınların daha yüksek stres bildirmesine rağmen, farklılıkların tüm bağlamlarda istatistiksel olarak anlamlı olmayabileceğini göstermektedir. Sandhu ve Asrabadi (1994)'de uluslararası öğrencilerin kültürleşme stresi düzeylerini inceledikleri çalışmada cinsiyet farklılıklarına dair anlamlı bir fark bulunmamıştır.

4.2. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stresin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması

4.2.1. Manevi Kaynakların Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin maneviyat ölçeği değişkenlerinde sınıf düzeylerinin anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır. Üst sınıfların ve hazırlıkların manevi kaynaklarını daha güçlü kullandığı veya deneyimlediği görülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde, sınıf değişkeni bakımından manevi kaynakların farklı araştırmalarda farklı bulgular sağladığı görülmektedir. Söz konusu farklılığın farklı kişisel faktörlerle ilişkilendirilebileceği düşünülmektedir. Uluslararası öğrencilerin manevi kaynakları, akademik yolculukları boyunca gelişen deneyimlerini, zorluklarını ve başa çıkma mekanizmalarını yansıtacak şekilde, öğrenim gördükleri yıla bağlı olarak önemli ölçüde değişebilir. Araştırmalar (Kerez 2023; Musa 2015; Al-Qahtani'nin 2019; Alorani ve Alradaydeh 2017; Napone 2023; Jafari vd. 2010) üniversitenin farklı yıllarındaki öğrencilerin, akademik performanslarını ve genel ruh sağlıklarını etkileyebilecek farklı manevi esenlik düzeyleri sergilediklerini göstermektedir.

Birinci sınıf öğrencileri genellikle üniversiteye yüksek beklentiler ve heyecanla girerler, bu da başlangıçta manevi bağlılıklarını artırabilir. Ancak, akademik baskıların ve kültürel uyumların gerçekleriyle karşılaştıkça, manevi iyi oluşları dalgalanabilir. Örneğin Kerez (2023), depresyon belirtileri yaşayan öğrencilerin daha düşük düzeyde manevi iyi oluş bildirdiklerini tespit etmiştir; bu da ilk yıllarda karşılaşılan stres faktörlerinin manevi iyi oluşlarını olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir. Buna karşılık Musa (2015), manevi inanç ve uygulamaların umutsuzluk ve strese karşı koruyucu faktörler olarak hizmet ettiğini vurgulayarak, manevi uygulamalara aktif olarak katılan birinci sınıf öğrencilerinin bu zorluklarla daha iyi başa çıkabileceğini öne sürmüştür.

Öğrenciler ikinci ve üçüncü yıllarına ilerledikçe, genellikle artan akademik talepler ve sorumluluklarla karşı karşıya kalırlar ve bu da manevi uygulamalarını etkileyebilir. Al-Qahtani'nin (2019) araştırması, üçüncü sınıf öğrencilerinin, iş yükü altında ezilen son sınıf meslektaşlarına kıyasla manevi gelişim için genellikle daha fazla

zamana sahip olduklarını göstermiştir. Bu durum, üçüncü sınıf öğrencilerinin manevi bağlılığa olanak tanıyan daha dengeli bir yaşam tarzından faydalanabileceğini, son sınıf öğrencilerinin ise artan akademik baskılar arasında manevi uygulamalarını sürdürmekte zorlanabileceğini göstermektedir.

Dahası, maneviyatın ruh sağlığı üzerindeki etkisi özellikle eğitimin ilerleyen yıllarında belirginleşmektedir. Alorani ve Alradaydeh (2017), yüksek manevi refah düzeylerinin üniversite öğrencileri arasında daha düşük depresyon ve saldırganlık düzeyleriyle ilişkili olduğunu bulmuştur. Bu korelasyon, öğrenciler çalışmalarında ilerledikçe, manevi kaynaklarını geliştirenlerin daha iyi ruh sağlığı sonuçları yaşayabilecekleri anlamına gelir ki bu da üniversitenin genellikle stresli olan son yıllarında çok önemlidir.

Ayrıca, öğrenciler mezuniyete yaklaştıkça maneviyatın rolünün giderek daha önemli hale geldiğini ileri süren araştırma bulgularının literatürde yer aldığı görülmektedir. Örneğin, Napone (2023) tarafından yapılan araştırma, maneviyatın bir amaç ve ilham duygusu sağlayarak akademik performansı olumlu yönde etkileyebileceğini ve bunun özellikle mezuniyet sonrası hayatın belirsizlikleriyle karşı karşıya kalan öğrenciler için faydalı olduğunu göstermektedir. Bu durum, manevi iyi oluş ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi vurgulayan Jafari ve arkadaşlarının (2010) bulgularıyla da örtüşmekte olup, manevi bağlılığı yüksek olan öğrencilerin daha iyi ruh sağlığı sonuçları bildirme eğiliminde olduğunu göstermektedir.

4.2.2. Aidiyetin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin aidiyetlerinin sınıf düzeylerine göre sıralaması istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Literatürde araştırma sonuçlarını destekleyen ilgili araştırmalarda (Kılıç ve Öksüz, 2020; Akman Özdemir, 2023; Büyükalim, 2020; Ergün, Akçaoğlu ve Ünver, 2018) Kılıç ve Öksüz (2020)'ün üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışma da genel aidiyetin sınıf düzeylerine göre anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Aynı şekilde Akman Özdemir (2023)'in akademik güdülenme ile üniversiteye aidiyet duygusu arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada aidiyet ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum, öğrencilerin üniversiteye

olan aidiyet hislerinin sınıf seviyesinden bağımsız olarak benzer düzeylerde olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, üniversite ortamının tüm sınıf düzeylerindeki öğrencilere benzer aidiyet duygusu sağladığını ve sınıf seviyesinin aidiyet üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını düşündürmektedir. Ergün, Akçaoğlu ve Ünver (2018)'in yaptıkları araştırma da sınıf düzeyleri arasında aidiyet duygusu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; bu da üniversitenin itibar ve marka değerinin tüm sınıf düzeylerindeki öğrenciler üzerinde benzer etkiler oluşturduğunu göstermektedir.

Benzer araştırmalarda da görüldüğü üzere sınıf düzeyinin aidiyet üzerinde belirleyici bir görevi bulunmamaktadır. Fakat literatürde araştırma sonuçlarından farklı çalışmalar da bulunmaktadır. Araştırmalar (Sotardi vd. 2022; Daniels vd. 2023; Yılmaz 2023; Vaz vd. 2014), aidiyetin akademik başarıyı ve duygusal esenliği etkileyen önemli bir faktör olduğunu ve bu puanların öğrenim yılına bağlı olarak önemli ölçüde değişebileceğini göstermektedir. Sotardi ve arkadaşları (2022), birinci sınıf öğrencilerinin üniversite hayatına geçişte genellikle belirgin bir aidiyet duygusu ve sosyal uyum zorlukları yaşadıklarını tespit etmiştir. Çalışmaları, aidiyetin başarı motivasyonu ve öznel iyi oluşla bağlantılı olduğunu vurgulayarak, birinci sınıf öğrencilerinin daha sonraki yıllardaki akranlarına kıyasla aidiyet duygusuyla daha fazla mücadele edebileceğini öne sürmektedir. Bu durum, öğrenciler yeni sosyal ortamlar ve akademik beklentiler arasında gezinirken, üniversite yaşamına ilk uyumun özellikle zorlayıcı olabileceği fikriyle uyumludur.

Buna karşılık Daniels ve arkadaşları (2023), öğrencilerin eğitimleri boyunca, özellikle de birinci sınıftan üçüncü sınıfa kadar ilerledikçe, aidiyet puanlarının sabitleme veya iyileşme eğiliminde olduğunu gözlemlemiştir. Bulguları, aidiyet puanlarındaki önemli farklılıkların öncelikle birinci sınıf öğrencileri arasında gözlemlendiğini göstermektedir; bu da öğrencilerin akademik ve sosyal çevreleriyle daha fazla bütünleştikçe aidiyet duygularının arttığını düşündürmektedir. Bu gelişme, dış baskılara karşı dayanıklılık sağlayabilir ve genel üniversite deneyimlerini geliştirebilir.

Buna ek olarak, Yılmaz (2023) tarafından yapılan araştırmada, aidiyet ile sosyal kaygı, yalnızlık ve depresyon arasındaki olumsuz ilişki saptamıştır ve daha fazla aidiyet hisseden öğrencilerin iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Bu durum, öğrencilerin duygusal iyi oluşunu desteklemek için özellikle üniversitenin ilk yıllarında aidiyet duygusunu geliştirmenin önemini pekiştirmektedir. Ayrıca, Vaz ve arkadaşlarının

(2014) çalışması, bazı çalışmaların geçişler sırasında aidiyette düşüşler rapor etmesine rağmen, bulgularının, öğrencilerin akademik yılları boyunca ilerledikçe aidiyet puanlarının önemli ölçüde düşmeyebileceğini gösterdiğini belirtmektedir. Bu durum, birinci sınıf öğrencileri başlangıçta zorluklar yaşasa da ilk yıllarını başarılı bir şekilde geçirenlerin eğitimlerine devam ettikçe aidiyet duygularını koruyabileceklerini ve hatta geliştirebileceklerini göstermektedir.

4.2.3. Stresin Sınıf Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin algılanan stres düzeyleri sınıf düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Literatürde araştırma sonuçlarını destekleyen ilgili araştırmalar (Bayram ve Birgel, 2008; Yurtsever, 2009; Özden, 2010; Pettit ve DeBarr 2011; Doğan ve Eser, 2013; Bataineh, 2013; Savcı ve Aysan, 2014; Özcan Özkan, 2018) da öğrencilerin stres düzeylerinin sınıf seviyelerine göre anlamlı bir fark saptamadığı yönünde sonuçlar elde etmiştir. Öğrencilerin sınıf düzeyine göre stres seviyelerinde anlamlı bir fark olmamasının sebebi, üniversite boyunca benzer akademik baskılarla karşılaşmaları olabilir. Akademik başarısızlık korkusu, yoğun ders yükü, kaynak eksikliği, motivasyon düşüklüğü, sınavlara yeterince hazırlanamama ve sınav kaygısı gibi etkenler bu baskılar arasında yer alır. Ayrıca, öğretim üyelerinin adil davranmaması, arkadaş gruplarıyla zayıf iletişim, rekabet ortamı, aile baskısı, kalabalık sınıflar ve yetersiz fiziksel şartlar da öğrenciler için stres kaynağı olabilir (Bataineh, 2013; Busari, 2012, 2014). Uluslararası öğrenciler için de buna ek olarak dil problemleri, sosyal adaptasyon ve ekonomik problemleri de ekleyebiliriz.

Araştırmada elde edilen bulguların aksine literatürde mevcut araştırmalar vardır. İlgili araştırmalar arasında (Ossai vd. 2019; Kural ve Özyurt 2021; Javed 2021; Iorga vd. 2018; Alsaleem vd. 2021) Ossai ve arkadaşları (2019), öğrencilerin akademik seviyeleri ilerledikçe algılanan stres puanlarında kademeli bir artış olduğunu ve son sınıf öğrencileri tarafından bildirilen en yüksek stres seviyeleriyle sonuçlandığını ortaya koyan bir çalışma yürütmüştür. Bu bulgu, öğrenciler mezuniyete yaklaştıkça, eğitimlerini tamamlama, gelecekteki kariyerlerine hazırlanma ve akademik beklentileri karşılama baskılarının artan stres seviyelerine katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu durum, son yıllarında bitirme projeleri, stajlar ve iş arama gibi yoğun akademik taleplerle karşılaşan birçok

öğrencinin deneyimleriyle örtüşmektedir. Bununla birlikte, bazı çalışmalar stres seviyelerinin her zaman doğrusal bir ilerleme izlemeyebileceğini gösterdiğinden, bulgular farklı popülasyonlar arasında değişebilmektedir.

Kural ve Özyurt (2021) tarafından yapılan araştırmada, stres düzeylerinin akademik yıldan etkilenebileceğini, ancak kişilik özelliklerinin de öğrencilerin stresi nasıl algıladıkları ve yönettikleri konusunda önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Bulguları, daha yüksek düzeyde vicdanlılık ve uyumluluğa sahip öğrencilerin, akademik yıllarından bağımsız olarak daha düşük algılanan stres yaşayabileceklerini göstermektedir. Bu durum, üniversitede ilerlemeyle ilişkili baskıları azaltabilecek başa çıkma mekanizmaları ve stres yönetimi stratejilerindeki bireysel farklılıkların önemini vurgulamaktadır.

Javed (2021), COVID-19 salgını nedeniyle çevrimiçi öğrenime geçiş sırasında algılanan stresin özellikle yüksek olduğunu ve tüm yıllardaki öğrencileri etkilediğini bulmuştur. Bu durum, küresel olaylar gibi dış faktörlerin stres düzeylerini artırabileceğini ve öğrencileri üniversitedeki yıllarından bağımsız olarak aynı şekilde etkileyebileceğinin altını çizmektedir. Çalışma, öğrencilerin önemli bir yüzdesinin orta ila yüksek düzeyde stres bildirdiğini ve bunun da e-öğrenmeye geçişin akademik deneyimlerine ek bir karmaşıklık katmanı eklediğini gösterdiğini kaydetmiştir. Iorga ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan araştırma özellikle tıp öğrencilerini incelemiş ve algılanan stres düzeylerinin son sınıflarda birinci sınıflara kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koyarak, öğrenciler ilerledikçe akademik ve klinik sorumluluklardan kaynaklanan kümülatif stresin artabileceğini belirtmiştir.

Alsaleem ve arkadaşları (2021), algılanan stres düzeylerinin, farklı eğitim yıllarında önemli ölçüde değişebilen finansal kaygılar ve akademik baskılar gibi faktörlerden etkilendiğini bildirmiştir. Bu durum, üniversitede geçirilen yılın algılanan stresi anlamada kritik bir faktörü olsa da öğrencilerin içinde bulunduğu daha geniş bağlamın dikkate alınması gerektiğini göstermektedir.

4.3. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Aidiyetleri ve Stresin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması

4.3.1. Manevi Kaynaklarının Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin manevi kaynaklarının gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Düşük gelir grubuna sahip öğrencilerin manevi kaynakları daha fazla kullandığı görülmüştür. Literatürde ilgili araştırmalar (Alorani ve Alradaydeh 2017; Bozek vd. 2020; Ullah 2024; Kalhori vd 2018) mevcut çalışmanın bulgularından farklı sonuçlar elde etmiştir. Daha önceki çalışma bulgularının gelir seviyesinin artışı ile manevi kaynakların daha yüksek oluşu arasında anlamlı bağlantılar saptamıştır. Elde edilen sonucun, manevi kaynakların dini inanç bağlamında farklılık göstermesinden kaynaklı bir durum olabileceği tahmin edilmektedir. Uluslararası öğrenciler arasında manevi kaynakların, özellikle de gelir düzeyleriyle ilişkili olarak araştırılması, maneviyat, iyi oluş ve sosyo-ekonomik faktörler arasında karmaşık bir etkileşim olduğunu ortaya koymaktadır. Manevi iyi oluş, üniversite öğrencileri arasında sürekli olarak daha yüksek yaşam memnuniyeti ve duygusal sağlık düzeyleriyle ilişkilendirilmiştir. Alorani ve Alradaydeh, üniversite öğrencilerinin önemli bir çoğunluğunun yüksek düzeyde manevi iyi oluş bildirdiğini ve bunun da algılanan sosyal destek ve yaşam memnuniyeti ile olumlu yönde ilişkili olduğunu bulmuştur (Alorani & Alradaydeh, 2017). Bu durum, daha fazla maddi kaynağa sahip olan öğrencilerin, manevi esenliklerini artıran manevi uygulamalara ve destek sistemlerine daha iyi erişebileceklerini göstermektedir.

Dahası, manevi iyi oluş ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Örneğin, manevi iyi oluşun duygusal ve varoluşsal iyi oluşla pozitif, depresyon belirtileriyle de negatif ilişkili olduğu belirtilmiştir (Bozek vd., 2020). Bu bağlantı, gelir düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin daha düşük düzeyde stres ve depresyon yaşayabileceğini ve böylece manevi sağlıklarını geliştirebileceğini göstermektedir.

Gelir düzeyleri de manevi gelişim için kaynakların mevcudiyetini etkilemektedir. Daha yüksek gelirli öğrenciler, manevi gelişimi teşvik eden ders dışı etkinliklere, atölyelere ve inzivalara daha fazla erişime sahip olabilir. Ullah (2024), öğrenciler

arasında manevi zekânın geliştirilmesinin duygusal zekânın ve toplumsal bağlılığın artmasına yol açabileceğini öne sürmektedir. Buna karşın, düşük gelirli kesimlerden gelen öğrenciler bu tür fırsatlardan yoksun olabilir ve bu da manevi keşif ve gelişimlerini sınırlandırabilir.

Ayrıca, manevi kaynakların başa çıkma mekanizmaları üzerindeki etkisi de önemlidir. Kalhori ve arkadaşları (2018), manevi iyi oluşun öğrenciler arasında algılanan stresin azalması ve dayanıklılığın artmasıyla doğrudan ilişkili olduğunu bulmuştur. Bu durum, genellikle daha iyi maddi koşullarla ilişkilendirilen yüksek manevi refah düzeyine sahip öğrencilerin stres ve sıkıntıları yönetme konusunda daha becerikli olabileceğini düşündürmektedir. Buna karşılık, maddi zorluklarla karşılaşan öğrenciler stresle daha fazla mücadele edebilir ve bu da manevi iyi oluşu ve genel ruh sağlığını olumsuz etkileyebilir.

4.3.2. Aidiyetlerinin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin aidiyetlerinin gelir düzeylerine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Literatürde ilgili araştırmalar (Cortina vd. 2017; Rienties ve Tempelaar 2013; Nguyen ve Herron 2021; Vaz vd 2014; Sotardi vd. 2022); uluslararası öğrencilerin gelir düzeyleri ile aidiyet puanları arasındaki ilişki, mali durumun üniversite ortamındaki aidiyet duygularını önemli ölçüde etkilemediğini göstermektedir. Aidiyetin ekonomik durumdan ziyade sosyal ve kültürel faktörlerden etkilendiğini gösteren çalışmaların literatürde yer aldığı görülmektedir

Cortina ve arkadaşları (2017), aidiyetin kültürel bağlamlar tarafından şekillendirildiğini, kolektivist kültürlerden gelen öğrencilerin gelir düzeylerinden bağımsız olarak genellikle güçlü bir aidiyet duygusu bildirdiklerini vurgulamaktadır. Bu bulgu, kültürel arka planın ve topluluk vurgusunun aidiyeti teşvik etmede finansal kaynaklardan daha kritik bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Benzer şekilde, Rienties ve Tempelaar (2013), uluslararası öğrenciler arasındaki sosyal entegrasyonun gelirden ziyade kültürel boyutlardan etkilendiğini bulmuş ve aidiyetin sosyal bağlantılar ve kültürel adaptasyonla daha yakından bağlantılı olduğunu göstermiştir.

Ayrıca, Nguyen ve Herron (2021) tarafından yapılan çalışma, düşük gelirli öğrencilerin, destekleyici sosyal ağlara erişimleri olduğu sürece, genellikle yüksek gelirli akranlarından önemli ölçüde farklı olmayan aidiyet duyguları bildirdiklerini vurgulamaktadır. Bu durum, finansal kısıtlamaların zorluklar yaratsa da öğrencilerin topluluklarıyla etkileşime girip ilişkiler kurduklarında aidiyet duygusunu mutlaka azaltmadığını göstermektedir.

Vaz ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan araştırma, sosyal kabul ve başa çıkma stratejileri gibi kişisel özelliklerin, gelir düzeylerinden bağımsız olarak aidiyet puanlarına önemli ölçüde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu durum, aidiyetin şekillenmesinde bireysel özelliklerin ve sosyal etkileşimlerin kalitesinin maddi durumdan daha önemli olduğu fikriyle örtüşmektedir. Ayrıca, Sotardi ve arkadaşlarının (2022) çalışması, aidiyetin bağlamsal bir yapı olduğu ve ekonomik koşullar tarafından kesin olarak belirlenmek yerine başarı motivasyonu ve öznel refah gibi çeşitli faktörlerden etkilenebileceği fikrini desteklemektedir. Bu durum, uluslararası öğrencilerin gelir düzeylerinden bağımsız olarak akademik ve sosyal faaliyetlere katılımları yoluyla bir aidiyet duygusu geliştirebileceklerini göstermektedir.

4.3.3. Stresin Gelir Düzeylerine Göre Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin algılanan stresin gelir düzeylerine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır. Literatürde ilgili araştırmalar (Skromanis vd. 2018; Abdelazem 2024; Koo vd. 2021; Srinivasa 2021; Kim vd. 2023); uluslararası üniversite öğrencileri arasında algılanan stres ve gelir düzeyleri arasındaki ilişki, finansal durumun stres düzeylerini önemli ölçüde etkilemediğini göstermektedir. Daha önce yapılan araştırmalar, söz konusu dinamiği incelemiş ve algılanan stresin ekonomik koşullardan çok sosyal, kültürel ve akademik faktörlerden etkilendiğini göstermektedir.

Örneğin, Skromanis ve arkadaşları (2018) uluslararası öğrencilerin psikolojik sıkıntı da dahil olmak üzere çeşitli sağlık sorunları bildirmelerine rağmen algılanan stres düzeylerinin gelire göre önemli ölçüde farklılık göstermediğini bulmuştur. Bu, finansal kısıtlamalara rağmen uluslararası öğrencilerin kültürel uyum ve sosyal entegrasyon zorlukları gibi diğer faktörler nedeniyle benzer stres düzeyleri yaşayabileceğini göstermektedir. Çalışma, birçok uluslararası öğrencinin finansal durumlarından ziyade

karşılaştıkları stres faktörlerine atfedilebilecek sağlık açısından tehlikeli davranışlarda bulunduğunu vurgulamıştır.

Benzer şekilde, Abdelazem (2024) tarafından yapılan araştırmada, uluslararası öğrenciler arasında kültürel uyum stresini yönetmede sosyal desteğin önemini vurgulayarak, finansal desteğin çok önemli olmasına rağmen algılanan stres düzeyleriyle doğrudan ilişkili olmadığını göstermektedir. Bu sonuç, finansal kaynakların bazı stres faktörlerini hafifletebilmesine rağmen, öğrencilerin kültürel uyum ve sosyal entegrasyonla ilgili önemli zorluklarla karşılaşabilecekleri için genel algılanan stresi mutlaka azaltmadığını göstermektedir.

Koo ve meslektaşları (2021) birinci sınıftaki uluslararası öğrencilerin gelir düzeylerinden önemli ölçüde etkilenmeyen yüksek düzeyde kültürel uyum stresi yaşadıklarını belirtmektedir. Bulguları, yeni bir akademik ortama geçişin ve ilişkili sosyal dinamiklerin stres düzeylerini şekillendirmede finansal faktörlerden daha kritik bir rol oynadığını göstermektedir. Ek olarak, Srinivasa (2021) tarafından yapılan araştırmada, uluslararası öğrencilerin gelirlerinden bağımsız olarak, yerli öğrencilerden önemli ölçüde farklı olmayan stres seviyeleri yaşadıklarını göstermektedir. Bu sonuç uluslararası öğrencilerin karşılaştığı stres faktörlerinin, mali durumlarından ziyade, farklı bir eğitim sistemindeki deneyimleriyle daha fazla ilişkili olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, Kim ve arkadaşları (2023), sosyal etkileşimlerinin ve aidiyet duygusunun, uluslararası lisansüstü öğrenciler arasında gelir seviyelerinden daha fazla akademik stresi yordadığını bulmuştur. Bu sonuç, mali koşullardan bağımsız olarak, stresi azaltmada sosyal ve akademik destek sistemlerinin önemini vurgulamaktadır.

Kardeş Sayısı ve Türkiye’de Geçirilen Süre

Katılımcıların kardeş sayısı ve bulundukları ülkede geçirdikleri süre ile manevi kaynaklar arasındaki ilişkiye yönelik bulgular incelendiğinde, Türkiye’de geçirilen süre arttıkça ve katılımcıların kardeş sayısı arttıkça manevi kaynaklar puanlarının artış gösterdiği sonucu elde edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde, Kardeş sayısı ile uluslararası öğrencilerin manevi kaynakları arasındaki ilişki, aile dinamikleri, sosyal sermaye ve bireysel manevi gelişimle kesişen incelikli bir çalışma alanıdır. Araştırmalar (Workman 2016; Yeter 2019), kardeşlerin varlığı ve sayısının, manevi kaynakları ve başa çıkma mekanizmaları da dahil olmak üzere bir çocuğun gelişiminin çeşitli yönlerini etkileyebileceğini göstermektedir. Ayrıca, kardeş ilişkilerinin kalitesi de manevi

kaynakların şekillenmesinde önemli bir rol oynayabilir. Yeter (2019) üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerini aile aidiyeti ve manevi yönelimlerine göre yordanması üzerine yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin manevi yönelim düzeyleri kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte kardeş sayısı arttıkça maneviyata yönelimde artış göstermektedir.

Bu tartışmadaki temel kavramlardan biri, kardeş sayısı arttıkça her bir çocuk için mevcut olan kaynakların (ebeveyn ilgisi, mali destek ve duygusal rehberlik dahil) azalabileceğini öne süren kaynak seyreltme modelidir. Ancak bu modeli destekleyen kanıtlar karışıktır. Workman (2016), kardeş eklemelerinin karmaşıklığını ve bilişsel gelişim üzerindeki etkilerini tartışmakta, ancak manevi kaynaklara özel olarak değinmemektedir. Bu nedenle, kaynak seyrelmesinin manevi kimlik üzerindeki etkisine ilişkin iddianın daha fazla kanıtlanması gerekmektedir.

4.4. Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynak, Aidiyet ve Stres Düzeylerinin

Aralarındaki İlişkiye Dair Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin, Genel Aidiyet değişkeninin Algılanan Stres üzerinde güçlü bir negatif ilişki sergilediğini, ancak Maneviyat Ölçeği toplam puanının bu ilişki üzerinde anlamlı bir katkı sağlamadığını ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, stres seviyelerini tahmin etmede Genel Aidiyetin önemli bir yordayıcı olduğunu, ancak Maneviyat Ölçeği toplam puanının bu bağlamda dikkate alınmasının gerekli olmadığını göstermektedir.

Araştırmalar (Musa 2015; Hsiao vd. 2010; Casu vd. 2018; Alorani ve Alradaydeh 2017; Pérez-Rojas vd 2021) daha yüksek manevi kaynağın, üniversite öğrencileri arasında daha düşük algılanan stresle ilişkili olduğunu göstermektedir. Örneğin, Musa (2015), psikolojik ve manevi iyi oluş düzeylerinin daha düşük olduğu gözlemlenen öğrencilerde daha yüksek stres seviyeleri bildirdiğini ve manevi kaynakların strese karşı bir tampon görevi görebileceğini öne sürmüştür. Bu, manevi bir topluluğa ait olma duygusu gibi manevi iyi oluş boyutlarının hemşirelik öğrencileri arasında depresif eğilimleri ve stres seviyelerini azaltabileceğini belirten Hsiao ve diğerlerinin (2010) bulgularıyla uyumludur. Bu çalışmalar, stresli akademik ortamlarda dayanıklılığı ve başa çıkma stratejilerini teşvik etmede ruhsal kaynakların önemini vurgulamaktadır.

Dahası, Musa (2015) tarafından yapılan araştırmada, manevi inançların ve uygulamaların üniversite öğrencileri arasında sağlığı ve refahı artıran koruyucu faktörler olarak rolünü vurgulamaktadır. Manevi iyi oluşu teşvik etmenin, kültürel ve sosyal uyumla ilgili zorluklarla sık karşılaşan uluslararası öğrenciler için önemli olan daha güçlü bir aidiyet duygusuna katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Aidiyet duygusunun özellikle önemli olmasının sebebi, aidiyet duygusunun varlığı düşük seviyelerde umutsuzluk ve intihar düşüncelerinin olması ile ilişkilendirilmiştir ve bu da manevi kaynakların koruyucu rolünü daha da vurgulamaktadır.

Casu ve diğerleri (2018), maneviyatın paylaşılan bir başa çıkma kaynağı olarak hareket edebileceği, yaşam kalitesini artırabileceği ve stresi azaltabileceği fikrini desteklemektedir. Bu, yeni bir kültürel ortamda izolasyon ve kopukluk hissi yaşayabilecek uluslararası öğrenciler için özellikle önemlidir. Üniversiteler, manevi başa çıkma stratejilerini teşvik ederek öğrencilerin karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olabilir, böylece genel aidiyet duygularını artırabilir ve algılanan stresi azaltabilir.

Dahası, Alorani ve Alradaydeh (2017) tarafından yapılan çalışmada, manevi iyi oluş ile sosyal destek arasındaki ilişkiyi vurgulayarak, daha yüksek manevi iyi oluş sahip öğrencilerin daha yüksek yaşam memnuniyeti ve sosyal destek seviyeleri bildirdiğini göstermektedir. Bu sonuç, manevi kaynakların yalnızca stresi yönetmeye yardımcı olmakla kalmayıp aynı zamanda gelişmiş sosyal bağlantılar yoluyla bir aidiyet duygusu da geliştirdiğini göstermektedir.

Öte yandan, algılanan stres ve aidiyet arasındaki ilişkiye yönelik bulgular doğrultusunda, aidiyet ve algılanan stres düzeyleri ile negatif yönlü ve anlamlı ilişki saptanmıştır. Literatürde mevcut çalışmanın bulgularıyla uyumlu sonuçların elde edildiği görülmektedir. Pérez-Rojas ve meslektaşları (2021) tarafından yapılan araştırma, aidiyet duygusunun uluslararası öğrenciler arasında intihar düşüncelerini azaltmak için çok önemli olduğunu ve kampüs topluluklarına bağlı hissedenlerin aşırı stres yaşama olasılığının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu, aidiyet duygusunun özellikle yeni bir eğitim ve kültürel ortamın karmaşıklıklarında gezinen öğrenciler için stresin olumsuz etkilerine karşı koruyucu bir faktör olarak hizmet edebileceği fikrini güçlendirmektedir.

Bulgular doğrultusunda, uluslararası üniversite öğrencileri arasında algılanan stres, manevi kaynaklar ve aidiyet arasındaki ilişki karşılıklı bir etki ile karakterize edilmektedir. Daha yüksek manevi kaynak, daha düşük algılanan stresle ilişkilendirilirken, güçlü bir aidiyet duygusu stres seviyelerini daha da azaltabilir. Bu nedenle, üniversiteler uluslararası öğrencilerin refahını artırmak için manevi kaynakları destek sistemlerine entegre etmeyi ve aidiyet duygusunu teşvik etmeyi düşünmelidir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

1. Sonuç

Bu araştırmada İstanbul'da öğrenim gören uluslararası lisans ve yüksek lisans öğrencilerinin manevi kaynakları, genel aidiyetleri ve stres düzeyleri arasındaki ilişki incelenmeye çalışılmıştır. Ele alınan değişkenlerin cinsiyet, sınıf düzeyleri, gelir düzeyi, kardeş sayısı, Türkiye'de geçirilen süre açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre,

- Uluslararası öğrencilerin manevi kaynak puanlarında cinsiyetler açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.
- Uluslararası öğrencilerin genel aidiyet puanlarında cinsiyetler açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin algılanan stres düzeyleri puanında cinsiyetlere göre anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadınların algılanan stres düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin maneviyat ölçeği değişkenlerinde sınıf düzeylerinin anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır. Üst sınıfların ve hazırlıkların manevi kaynaklarını daha güçlü kullandığı sonucu elde edilmiştir.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin aidiyetlerinin sınıf düzeylerine göre sıralaması istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin algılanan stres düzeyleri sınıf değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin manevi kaynaklarının gelir düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmuştur. Düşük gelir grubuna sahip öğrencilerin stresle başa çıkmak için manevi kaynakları daha fazla kullandığı görülmüştür.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin aidiyetlerinin gelir düzeylerine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.
- Araştırmaya katılan uluslararası öğrencilerin algılanan stresin gelir düzeylerine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

- Uluslararası öğrencilerin kardeş sayısı ile manevi kaynaklar ve aidiyet düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki saptanmıştır.
- Uluslararası öğrencilerin Türkiye’de geçirdikleri süre ile manevi kaynaklar ve aidiyet düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki saptanmıştır.
- Manevi kaynaklar ile algılanan stres düzeyi arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki saptanmıştır.
- Manevi kaynaklar ile aidiyet arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki bulunmuştur.
- Algılanan stres düzeyleri, manevi kaynaklar tarafından negatif yönlü ve anlamlı düzeyde yordanmaktadır.

2. Öneriler

Uluslararası üniversite öğrencileri arasında algılanan stres, manevi kaynaklar ve aidiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmanın bulgularına dayanarak, öğrencilerin manevi iyi oluşunu ve akademik başarısını artırmak için öneriler aşağıda verilmiştir:

2.1. Araştırmanın Bulgularına Dayalı Öneriler

Bu çalışmada, 245 üniversite öğrencisinin manevi kaynakları, aidiyet ve algılanan stres düzeyleri çeşitli sosyodemografik değişkenler bakımından karşılaştırılmıştır. Ayrıca, algılanan stres düzeyleri ile öğrencilerin aidiyet ve manevi kaynakları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın kısıtlılığı olarak örneklem sayısının elde edilen bulguları sınırlandırabileceği düşünülmektedir. İleri araştırmalarla daha büyük örneklem sayısı ile araştırma değişkenleri yeniden incelenebilir. Ayrıca, öğrenim gördükleri bölüm bakımından uluslararası öğrencilerin algılanan stres, manevi kaynaklar ve aidiyet düzeyleri karşılaştırılabilir. Daha yüksek örneklem sayısı belirlenerek cinsiyet farklılıklarına dair detaylı bir değerlendirme yapılabilir. Son olarak, karma yöntem benimsenerek, küçük örneklem gruplarıyla nitel çalışma yürütülerek uluslararası öğrencilerin deneyimlerine dair detaylı bilgi elde edilebileceği düşünülmektedir. Ayrıca, çeşitli öğrenci grupları arasında algılanan stres, manevi kaynaklar ve aidiyet duygusu arasındaki ilişkileri keşfetmek için sürekli araştırmalara ihtiyaç vardır. Boylamsal çalışmalar, bu faktörlerin zaman içinde nasıl evrimleştiğine dair

daha derin içgörüler sağlayabilir ve hedeflenen müdahalelerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

2.2 Gelecekte Yapılacak Araştırmalar İçin Öneriler

Üniversiteler, danışmanlık ve destek hizmetlerine manevi kaynakları dahil etmeyi düşünmelidir. Farkındalık, meditasyon ve manevi danışmanlık gibi manevi kaynakları geliştiren programlar, öğrencilerin stresi daha etkili bir şekilde yönetmelerine yardımcı olabilir. Araştırmalar, manevi uygulamaların stresi azaltan ve genel iyi oluşu artıran başa çıkma mekanizmaları olarak hizmet edebilir. Kurumlar, uluslararası öğrenciler arasında aidiyet duygusunu teşvik eden kapsayıcı ortamlar yaratmak için aktif olarak çalışmalıdır. Bu, oryantasyon programları, akran rehberliği ve sosyal bağlantıları teşvik eden kültürel değişim girişimleri yoluyla başarılabilir. Güçlü bir aidiyet duygusunun algılanan strese karşı bir tampon görevi gördüğü ve ruh sağlığını iyileştirdiği gösterilmiştir.

Uluslararası öğrencilere yönelik, maneviyat ve toplum desteği unsurlarını içeren stres yönetimi tekniklerine odaklanan atölye çalışmaları yapılabilir. Bu atölyeler öğrencilere stresle başa çıkmaları için pratik araçlar sağlarken aynı zamanda manevi gelişimi ve sosyal bağlantıları da teşvik edebilir.

Öğretim üyeleri ve personele manevi kaynaklar ve aidiyet duygusunun önemi konusunda eğitim programları, uluslararası öğrencilere daha iyi destek sağlamalarına yardımcı olabilir. Bu öğrencilerin karşılaştığı zorlukları anlamak, daha empatik ve etkili öğretim süreçlerini destekleyebilir

Uluslararası öğrencileri deneyimlerini paylaşabilen ve rehberlik sağlayabilen yerel öğrencilerle veya üst sınıf öğrencileriyle buluşturan akran destek programları oluşturulabilir. Bu tür programlar aidiyet duygularını artırabilir ve uluslararası öğrenciler için sıklıkla stres kaynağı olan izolasyon duygularını azaltabilir.

Öğrencilerin maneviyat, stres yönetimi ve toplum katılımıyla ilgili kaynaklara erişebilecekleri çevrimiçi platformlar oluşturmak için teknolojiden yararlanılabilir. Sanal destek grupları ayrıca öğrencilere deneyimlerini ve başa çıkma stratejilerini paylaşmaları için güvenli bir alan sağlayabilir. Üniversiteler bu önerileri uygulayarak uluslararası öğrencilerin algıladıkları stresi ele alan, manevi kaynaklarını ve aidiyet duygularını geliştiren daha destekleyici bir ortam oluşturabilir.



KAYNAKLAR

- Abdelazem, S. (2024). Effectiveness of pender's model-based program on acculturative stress, lifestyle, and social adjustment among international university students. *Egyptian Journal of Health Care*, 15(2), 830-844. <https://doi.org/10.21608/ejhc.2024.357673>
- Acar, H. (2014). Manevi İyi Oluş ile Dindarlık Arasındaki İlişki Üzerine Bir Değerlendirme. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18 (2), 391-412. <https://doi.org/10.18505/cuifd.254730>
- Acar, R. (2023). *Üniversite öğrencilerinin maneviyat ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Akhtar, M., & Kröner-Herwig, B. (2015). Acculturative stress among international students in context of socio-demographic variables and coping styles. *Current psychology*, 34 (4), 803-815.
- Akıncı, H. (2017) *Madde Bağımlılığı ve Manevi Destek*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akkuş, Ç., Akkuş, G. (2020). Türk Dünyası Öğrencilerinin Aidiyet Duygularının Akademik Başarılarına Etkisinde Sosyalleşmenin Aracılık Rolü. *Türk Dünyası İncelemeleri Dergisi*. 20(2), 355-382.
- Akman, A. E. (2020). *Maneviyat düzeylerine göre stres, bilgece farkındalık ve ayrışma-bütünleşme farklılıkları*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akpınar, T., Küçükgöksel, Ç. (2022). Dünya’da ve Türkiye’de uluslararası öğrenci hareketliliği ve ülkelere katkıları. *Balkan and Near Eastern Journal Of Social Sciences*, 8(02), 140-151.
- Aliyev, R., Öğülmüş, S. (2015). Türkiye’deki yabancı uyruklu öğrencilerin kültürlerarası etkileşim algısının incelenmesi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(12).
- Almaany Arapça Türkçe Sözlük. Erişim 29 Mayıs 2024. <https://www.almaany.com>
- Alorani, O. and Alradaydeh, M. (2017). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3),291-298. <https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1352522>

- Al-Qahtani, M. (2019). Comparison of health-promoting lifestyle behaviours between female students majoring in healthcare and non-healthcare fields in ksa. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 14(6), 508-514. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2019.10.004>
- Alsaleem, M., Alsaleem, S., Shehri, S., Awadalla, N., Mirdad, T., Abbag, F., & Mahfouz, A. (2021). *Prevalence and correlates of university students' perceived stress in southwestern saudi arabia*. *Medicine*, 100(38), e27295. <https://doi.org/10.1097/md.00000000000027295>
- Altunkol, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel esneklikleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Alzukari, R., & Wei, T. (2024). Gender differences in acculturative stress of international students: A meta-analysis. *Journal of International Students*, 14(5), 141-158.
- Anbumalar, C., Dorathy Agines, P., Jaswanti, V. P., Priya, D., Reniangelin, D. (2017). Gender differences in perceived stress levels and coping strategies among college students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(4), 103. <https://doi.org/10.25215/0404.103>
- Apak, H. (2017) *Sosyal Hizmet ve Maneviyat: Sosyal Çalışmacılar Üzerine Bir Alan Araştırması*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ayaz, E. (2021). Aidiyet Kavramı ve Türlerine Yönelik Literatür Taraması. *International Academic Social Resources Journal*. Vol:6. Issue:32, E-ISSN: 2636-7637
- Aytaç, S. (2000), *İnsanı Anlama Çabası / Psikolojiye Giriş*, Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Aytaç, S. (2017). Stres Kaynakları ve Stresin Psikolojik Semptomlarının Öfke Kontrolü ile İlişkisi: Polis Memurları Üzerine Bir Araştırma. *Sosyal Siyaset Konferansları*, 2(69): 1-27.
- Ayten, A., & Anık, E. (2014). Lgbt Bireylerde Dinî İnanç, Din ve Tanrı Tasavvuru, Dinî Ve Manevî Başa Çıkma Süreci. *Dinbilimleri Journal*, 14(2).
- Barg, S. J. (2013). *Expectations v. Reality: A Study About Chinese Students' Expectations And Experiences At A Midwestern University in America*. (Master's Thesis). University of Nebraska-Lincoln.
- Barış, E. (2023). *Bağlanma stilleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide irrasyonel düşünceler, aidiyet ve çalışma kaygısının rolü*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Tokat Gazi Osmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic stress among undergraduate students: The case of Education Faculty at King Saud University. *International Interdisciplinary Journal of Education*, 2(1), 82-88.

- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 43, 667-672.
- Bayramdurdyeva, G. (2019). Uluslararası Öğrencilerin Başarılarını Etkileyen Faktörler. *Uluslararası Beşerî Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 5(11), 509-524.
- Beki, A. (2016). Manevi Destek Hizmetleri. İstanbul: AUZEF.
- Bhullar, M., Zhang, Q., & Jiang, K. (2023). Spiritual wellbeing of international students: a new zealand case study. *Journal of Studies in International Education*, 28(3), 482-500. <https://doi.org/10.1177/10283153231187141>
- Bożek, A., Nowak, P., & Blukacz, M. (2020). The relationship between spirituality, health-related behavior, and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>
- Bozkurt, C. (2021). *Metaforik hikayelerle yapılandırılmış maneviyat temelli psiko-eğitim çalışmasının lise öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarına etkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İbn Haldun Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Budge, S., Domínguez, S., & Goldberg, A. (2020). Minority stress in nonbinary students in higher education: the role of campus climate and belongingness. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 7(2), 222-229. <https://doi.org/10.1037/sgd0000360>
- Bulut, E., Gündoğdu, İ. (2020). Uluslararası Öğrencilerin Psiko-sosyal Sorun ve İhtiyaçları: Nitel Bir Çalışma. *Nitel Sosyal Bilimler*, 2(1), 60-73.
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the effects of stress inoculation techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599-609.
- Büyükalım, M. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Genel Aidiyet, Nomofobive Yaşam Doyumu Arasındaki Yordayıcı İlişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö., E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Yayınları.
- Casu, G., Ulivi, G., Zaia, V., Martins, M., Barbosa, C., & Gremigni, P. (2018). Spirituality, infertility-related stress, and quality of life in brazilian infertile couples: analysis using the actor-partner interdependence mediation model. *Research in Nursing & Health*, 41(2), 156-165. <https://doi.org/10.1002/nur.21860>
- Cirhinlioğlu, F. G. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Utanç Eğilimi, Dini Yönelimler, Benlik Kurguları ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişkiler*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Cortina, K., Arel, S., & Smith-Darden, J. (2017). School belonging in different cultures: the effects of individualism and power distance. *Frontiers in Education*, 2. <https://doi.org/10.3389/feduc.2017.00056>
- Cufta, M. (2016). Stres ve dini inanç. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (5), 50-70.
- Çalık, T ve Sezgin, F., (2005). Küreselleşme, Bilgi Toplumu ve Eğitim. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 13(1), 55-66
- Çetinsaya, G. (2014). Büyüme, kalite, uluslararasılaşma: Türkiye yükseköğretimi için bir yol haritası. Yükseköğretim Kurulu Raporu, Ankara.
- Dağdeviren, O. (2017). Ait. İstanbul: Abaküs Kitap Yayın Dağıtım Hizmetleri, (1.Baskı), ISBN: 978-605-9129-81-7.
- Dalcalı, B. K. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Manevi Yönelimleri ve Sağlık Algıları. *Journal of Contemporary Medicine*, 10(4), 591-595.
- Daniels, R., Pattyn, T., Schoenmakers, B., Buramba, E., & Denis, K. (2023). Belongingness in undergraduate medical student placements: *an international comparison study*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-2845376/v1>
- Deci EL, Ryan RM. (2000) The "What" and "Why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior, *Psychological Inquiry*. 11;227-268.
- Dein, S.(2006) Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi İçin Öneriler. Kımter, N. (çev), *EKEV Akademi Dergisi*, 739-750.
- Doğan, B. ve Eser, M. (2013) “Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yöntemleri: Nazilli MYO Örneği, *Electronic Journal of Vocational Colleges*, Aralık UMYOS Özel Sayı, 29-39.
- Doğan. C. (1994). *İnsan ve Davranışı. Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Durna, U. (2006). Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi, *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 133-150.
- Duru, E. (2007). Sosyal Bağlılık Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*. Sayı:26. 85- 94.
- Duru, E. (2015). Genel aidiyet ölçeğinin psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 37-47.
- Duru, E. ve Balkıs, M. (2015). Birey- Çevre Uyumu, Aidiyet Duygusu, Akademik Doyum ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkilerin Analizi. *Ege Eğitim Dergisi*. (16)1: 122-141.

- Düzgüner, S. (2013). *Maneviyat algısı ve diğer kâmlıkla ilişkisi: Kan bağışı örneğinde Türkiye ve Amerika karşılaştırmalı nitel bir araştırma*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ergün, M., Akcaoğlu, M. Ö., & Ünver, N. (2018). Üniversite itibari, markalaşma ve öğrencilerde aidiyet duygusu. *Pegem Atıf İndeksi*, 473, 488-500.
- Erişen, M., & Sivrikaya, S. K. (2017). Manevi bakım ve hemşirelik. Gümüşhane Üniversitesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 184-190.
- Erol, F. (2020). Spiritüel Bakımın Hemşirelik Sürecine Yansıması. *Journal of Innovative Healthcare Practices* 1(1), 30-39.
- Ger, A. M., Ertepinar, H., Sayı, A. K., Suna, H. T., Türk, Z., & Akdemir, Z. G. (2017). *Uluslararası Öğrencilerin Üniversite ve Ülke Seçimini Etkileyen Faktörler*. İstanbul Aydın Üniversitesi. Yükseköğretim Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi ve Eğitim Fakültesi.
- Esendir, N., ve Kaplan, H. (2018) Sağlık Çalışanlarının Maneviyat ve Manevi Destek Algısı: İstanbul Örneği. *EKEV Akademi Dergisi*, 317-332.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Güvenirlilik ve geçerlik analizi. *New Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Eşiğül, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Stres ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkide Sosyal Problem Çözmenin Aracı ve Düzenleyici*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fadıloğlu, Ç. (2017). "Palyatif Bakım", Ed: Y. Yıldırım, Ç. Fadıloğlu, "*Palyatif Bakım Semptom Yönetimi ve Yaşam Sonu Bakım*", 1. Baskı, Ankara, Ankara Nobel Tıp Kitapevleri, 1-12.
- Göcen, G. (2014). *Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Göcen, G. (2016) "Şükür maneviyatın neresinde?". *Maneviyat psikolojisi*. ed. Mustafa Atak. 167-191. İstanbul: Elit Kültür Yayınları.
- Göç Araştırmaları Vakfı (2024). Erişim Tarihi: 06.08.2024 <https://gocvakfi.org/turkiyedeki-guncel-yabanci-ogrenci-sayisi-aciklandi-yuzde-95i-kendi-imkanlari-ile-ogrenim-goruyor/>
- Graves, B. S., Hall, M. E., Dias-Karch, C., Haischer, M. H., Apter, C. (2021). Gender differences in perceived stress and coping among college students. *Plos One*, 16(8), e0255634 <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255634>
- Gritsenko V. (2002). Socio-psychological adaptation of immigrants in Russia. Moscow: Publishing house «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences.

- Gupta, K. and Nc, K. (2021). Empathy and perceived stress among college students. *The International Journal of Indian Psychology*, 9(2). <https://doi.org/10.25215/0902.027>
- Güçlü, N. (2001). Stres Yönetimi. Gazi Üniversitesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Cilt 21, Sayı 1. 91-109.
- Gümü. B. B., (2020). *Sosyal hizmet ve bazı sosyal bilim alanlarında maneviyat üzerine yapılan çalışmaların karşılaştırmalı analizi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Güneş, A. (2018). *Aile ile Bağlanma Aidiet*. İstanbul: Timaş Yayınları, 7.Baskı, ISBN: 978-605-08-2267-0.
- Gürsu, O. ve Ay, Y. (2018). Din, Manevi İyi Oluş ve Yaşlılık. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. Cilt:11. Sayı:61. Issn: 1307-9581. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2018.3007>
- Harold G. K., Adam B. C. (2004). "Religion and Mental Health". *Encyclopedia of Applied Psychology*, C.3 ss.255-257.
- Hechanova-Alampay, R., Beehr, T. A., Christiansen, N. D., Van Horn, R., K. (2002). Adjustment and strain among domestic and international student sojourners. *School Psychology International*, 23(4), 458-474
- Hill LH. (2006). Sense of belonging as connectedness, American Indian worldview, and mental health. *Archives of Psychiatric Nursing*. 20(5), 210–216.
- Hisli Şahin, N. ve Durak, A. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği, üniversite öğrencileri için uyarlaması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34): 56-73.
- Hodges. S., (2002). Mental Health, Depression and Dimensions of Spirituality and Religion. *Journal of Adult Development*, 9(2): 109-115.
- Holder. M. D., Coleman. B., Wallace. J. M. (2010) Spirituality, Religiousness and Happiness in Children Aged 8-12 Years. *Journal of Happiness Studies*, 11(2) s.144
- Horozcu, Ü. (2010). Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal; İnanç, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi*, 7 (1), 209-240.
- Hsiao, Y., Chien, L., Wu, L., Chiang, C., & Huang, S. (2010). Spiritual health, clinical practice stress, depressive tendency and health-promoting behaviours among nursing students. *Journal of Advanced Nursing*, 66 (7), 1612-1622. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05328.x>
- Hsiao-ping, W., Esther Garza and Norma Guzman. (2015). *International Student's Challenge and Adjustment to College*. Texas A and M University-San Antonio, Texas:USA.

- Iorga, M., Dondaş, C., & Zugun-Eloae, C. (2018). Depressed as freshmen, stressed as seniors: the relationship between depression, perceived stress and academic results among medical students. *Behavioral Sciences*, 8(8), 70. <https://doi.org/10.3390/bs8080070>
- Ivancevich, J. M., Matteson, M. T., & Konopaske, R. (1990). *Organizational behavior and management*. McGraw-Hill.
- Izza, U., Shah, S., Siddiqui, S., Rehman, S., Asad, W., & Ambreen, U. (2022). Assessment of level of stress in undergraduate medical students of a private medical college in Pakistan. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 16(10), 495-498. <https://doi.org/10.53350/pjmhs221610495>
- İnayet. P. (1995). *Yönetimde Stres Kaynakları*. Pegem Yayınları.
- İnayet. P. (2000). *İş Yaşamında Stres*. (1. Baskı). Pegem Yayınları.
- Jafari, E., Dehshiri, G., Eskandari, H., Najafi, M., Heshmati, R., & Hoseinifar, J. (2010). Spiritual well-being and mental health in university students. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 5, 1477-1481. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.311>
- Javed, S. (2021). Perceived stress among university students in oman during covid-19-induced e-learning. *Middle East Current Psychiatry*, 28(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00131-7>
- Jiang, W., Gong, Z., Xu, E., Hu, W., Jin, H., & Li, X. (2023). Occupational Stress and Coping Strategies in Chinese Medical Research Graduate Students: An Investigation into the Origins of Stress and Recommendations for Effective Mitigation. *Research Square*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3259323/v1>
- Kahraman, M. Ü. (2024). *Yükseköğretimde Uluslararası Öğrenci Hareketliliği Üzerine Yapılan Çalışmaların Değerlendirilmesi: Bir Meta Sentez Çalışması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kalhor, R., Mohammadzadeh, H., Foroughinia, A., & Kianipour, N. (2018). Correlation of spiritual well-being psychological capital among university students-iran. *International Journal of Engineering & Technology*, 7(4.7), 141-144. <https://doi.org/10.14419/ijet.v7i4.7.20530>
- Kalkınma Bakanlığı (2015). *Yükseköğretimin uluslararasılaşması çerçevesinde Türk üniversitelerinin uluslararası öğrenciler için çekim merkezi haline getirilmesi. Araştırma Projesi Raporu*. Ankara: Kalkınma Bakanlığı
- Kardaş, S. (2017). *Sanal Kimlik ve Spiritüel İyi Oluşun Üniversite Öğrencilerinin Narsistik Eğilimlerini Yordayıcılığı*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Kashdan, T. B. and Nezlek, J. B. (2012). "Whether, When, And How Is Spirituality Related to Wellbeing? Moving Beyond Single Occasion Questionnaires to Understanding Daily Process", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38:11, 1523–1535.
- Kerez, M. (2023). The relationship between covid-19 fear, depression, and spiritual well-being in university students. *Göbeklitepe Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(14), 1-8. <https://doi.org/10.55433/gsbld.248>
- Kılıç, S., ve Öksüz, Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişki. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(2), 216-225.
- Kim, D., Woo, Y., Song, J., & Son, S. (2023). The relationship between faculty interactions, sense of belonging, and academic stress: a comparative study of the post-covid-19 college life of korean and international graduate students in south korea. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1169826>
- Koo, K., Baker, I., & Yoon, J. (2021). The first year acculturation: a longitudinal study on acculturative stress and adjustment among the first year international college students. *Journal of International Students*, 11(2). <https://doi.org/10.32674/jis.v11i2.1726>
- Köylü, M. (2007). Ruh Sağlığı ve Din: Batı Toplumu Açısından Bir Değerlendirme. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23(23), 65-92.
- Kural, A. and Özyurt, B. (2021). Why some students adjust easily while others can not? stress and adjustment to university: personality as moderator. *Journal of College Student Retention Research Theory & Practice*, 25(3), 594-612. <https://doi.org/10.1177/15210251211002179>
- Kuşat, A. (2003). "Bir Değerler Sistemi Olarak 'Kimlik' Duygusu ve Atatürk", *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15: 45-61.
- Lamis, D. and Lester, D. (2012). Risk factors for suicidal ideation among african american and european american college women. *Psychology of Women Quarterly*, 36(3), 337-349. <https://doi.org/10.1177/0361684312439186>
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer Publishing Co.
- Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stres, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Levett J T., Lathlean, J., Maguire, J., ve Mcmillan, M., (2007). "Belongingness: A Critique of The Concept and Implications for Nursing Education", *Nurse Education Today*, Elsevier Ltd., 27: 210-218.

- Liu, J., Sekine, M., Tatsuse, T., Fujimura, Y., Hamanishi, S., & Zheng, X. (2015). Association among number, order and type of siblings and adolescent mental health at age 12. *Pediatrics International*, 57(5), 849-855. <https://doi.org/10.1111/ped.12629>
- Martínez-Caro, L., Sánchez-Sánchez, J., Ucero-Lozano, R., Atienza-Carbonell, B., Balanzá-Martínez, V., & Clemente-Suárez, V. (2022). Gender differences in psychological stress factors of physical therapy degree students in the covid-19 pandemic: a cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 810. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020810>
- Maslow, A. (2024). Aidiyet ve ait olma ihtiyacı. [https://fihristkitap.com/aidiyet-ve-ait-olma-ihtiyaci/#:~:text=Maslow%EF%BF%A2%EF%BE%80%EF%BE%99a%20\(1987\)%20g%C3%B6re,ve%20kim%2C\[Erişim Tarihi: 07/07/2024\]](https://fihristkitap.com/aidiyet-ve-ait-olma-ihtiyaci/#:~:text=Maslow%EF%BF%A2%EF%BE%80%EF%BE%99a%20(1987)%20g%C3%B6re,ve%20kim%2C[Erişim Tarihi: 07/07/2024])
- Mellor D. Stokes M. Firth L. Hayashi Y., Cummins R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 45:213–218.
- Misigo, B. L. (2015). Gender difference in the perceived level of stress and coping strategies among university students in Kenya: A case of public universities. *International Academic Journal of Social Sciences and Education*, 1(4), 44-52.
- Musa, A. (2015). Spiritual beliefs and practices, religiosity, and spiritual well-being among jordanian arab muslim university students in jordan. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 17(1), 34-49. <https://doi.org/10.1080/19349637.2014.957609>
- Namlı Altıntaş, İ., ve Alkar, E. (2022). Yabancı Uyruklu Üniversite Öğrencilerinin Türk Kimliği ve Vatandaşlığı ile ilgili Algı ve Deneyimleri. *Yükseköğretim Dergisi*. 12(2), 245-256.
- Napone, V. (2023). Spirituality and academic performance: exploring the interplay for students. *International Journal of Membrane Science and Technology*, 10(3), 648-656. <https://doi.org/10.15379/ijmst.v10i3.1585>
- Nguyen, D. and Herron, A. (2021). Keeping up with the joneses or feeling priced out?: exploring how low-income students' financial position shapes sense of belonging. *Journal of Diversity in Higher Education*, 14(3), 429-440. <https://doi.org/10.1037/dhe0000191>
- Nkoko, M. M. (2016). *Yurtdışında Eğitimin Zorlukları: Türkiye, Akdeniz Üniversitesi Uluslararası Öğrenciler Örneği*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Norfolk, D. (1989). *İş Hayatında Stres*. (Çev. Leyla Serdaroğlu). Form Yayınları.

- Ogbueghu, S., Aroh, P., Igwe, R., Dauda, J., Eze, D., Opara, I., & Eneogu, N. (2019). Gender differences in perceived stress among economics education undergraduate students in south-east, nigeria. *Global Journal of Health Science*, 11(14), 46. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v11n14p46>
- Ossai, E., Alo, A., Onwe, B., Okoro, D., Ezeagu, N., & Ogbonnaya, L. (2019). Prevalence and predictors of perceived stress: a study among medical students of ebonyi state university abakaliki, nigeria. *Asian Journal of Advanced Research and Reports*, 1-9. <https://doi.org/10.9734/ajarr/2019/v3i129779>
- Otuzoğlu, M. (2017). *Onkoloji Hastalarının Manevi Bakım Gereksinimlerini Belirlemeye Yönelik Ölçeğin Geliştirilmesi*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özcan, H., Dinçer, Y., Poturoğlu, B., & Kaya, S. (2024). The comparison of spiritual well-being and empathic tendencies in midwifery students: A cross-sectional study from Turkey. *Heliyon*, 10(7). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28691>
- Öst, L., G. (1987). Applied Relaxation: Description of a Coping Technique and Review of Controlled Studies. *Behaviour Research and Therapy*, 25(5). 397-409.
- Özçetin, S. (2013). *Yükseköğrenim gören yabancı uyruklu öğrencilerin sosyal uyumlarını etkileyen etmenler*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özdemir, P. A. (2023). Akademik güdülenme ile üniversiteye aidiyet duygusu arasındaki ilişki. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 150-160.
- Özden, E. Ç. (2010). Polis Meslek Yüksek okulu öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özer, M. (2012). Türkiye’de uluslararası öğrenciler. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 1, 10-13.
- Özerdem, F. (2016). Uluslararasılaşma-Ne Kadar, Kime ve Sonuç? *İstanbul Aydın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (1), 77-95.
- Özkan, B. (2018). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin stres düzeyi, stresle baş etme yöntemleri ve farklı demografik özelliklere göre incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. *Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa*.
- Pargament, K. I., & Park, C. L. (1997). In Times of Stress: The Religion - Coping Connection. Ed. B. Spilka and D. McIntosh, *Theoretical Advances in The Psychology of Religion Boulder* (s. 43-53). CO: Westview Press. [doi:https://doi.org/10.4324/9780](https://doi.org/10.4324/9780)
- Pederson, P. B. (1991). Counseling International Students. *Counseling Psychology*, 19, 10-58.

- Pérez-Rojas, A., Choi, N., Yang, M., Bartholomew, T., & Pérez, G. (2021). Suicidal ideation among international students: the role of cultural, academic, and interpersonal factors. *The Counseling Psychologist*, 49(5), 673-700. <https://doi.org/10.1177/00110000211002458>
- Pettit, M. L. ve DeBarr, K. A. (2011). Perceived stress, energy drink consumption, and academic performance among college students. *Journal of American College Health*, 59(5), 335-341.
- Rienties, B. and Tempelaar, D. (2013). The role of cultural dimensions of international and dutch students on academic and social integration and academic performance in the netherlands. *International Journal of Intercultural Relations*, 37(2), 188-201. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2012.11.004>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well- being. *Journal of personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sadık, E. (2017). *Küreselleşme Sürecinde Uluslararası Öğrenci Hareketliliğinin Sorunları: Türkiye'deki Kosovalı Öğrenciler Örneği*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Savcı, M., ve Aysan, F. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi ile Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 44-56.
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
- Skromanis, S., Cooling, N., Rodgers, B., Purton, T., Fan, S., Bridgman, H., ... & Mond, J. (2018). Health and well-being of international university students, and comparison with domestic students, in tasmania, australia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6), 1147. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061147>
- Sotardi, V., Surtees, N., Vincent, K., & Johnston, H. (2022). Belonging and adjustment for lgbtq+ and non-lgbtq+ students during the social transition to university. *Journal of Diversity in Higher Education*, 15(6), 755-765. <https://doi.org/10.1037/dhe0000305>
- Srinivasa, S. (2021). College student's stress and associated demographic correlates. *International Journal of Social Science Studies*, 9(6), 1. <https://doi.org/10.11114/ijss.v9i6.5363>
- Şimşir, Z., Hamarta, E., Dilmaç, B. (2020). Stresle başa çıkmanın yordayıcısı olarak yaşamın anlamı ve manevi deneyim. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 10(2), 509-528.
- Şirin, T. (2018). Maneviyat Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 13(18), 1283-1309.

- Tan, H. N., (2023). *Manevi İyi Oluş Uygulaması Yoluyla Yaşam Doyumu, Manevi Yönelim ve Mutluluk Yönelimlerinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tan, H. N., Yıldız, M. (2022). Manevi İyi Oluş Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması. *Dini Araştırmalar Dergisi*, 25 (63), 447-476. <https://doi.org/10.15745/da.1175149>
- Taylor, S. E., & Aspinwall, L. G. (1996). Mediating and moderating processes in psychosocial stress: Appraisal, coping, resistance, and vulnerability. In H. B. Kaplan (Ed.), *Psychosocial stress: Perspectives on structure, theory, life course, and methods* (pp. 71–110). New York: Academic Press.
- TDK, 2024. Türk Dil Kurumu. <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 07/07/2024).
- TDK, Türk Dil Kurumu. Erişim Tarihi: 13.06.2024
- Toprak, Y. (2018). *Maneviyat, Yaşam Amaçları ve İyi Oluş Arasındaki İlişki*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tosyalıoğlu, M. B. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Maneviyat ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tunç, E. (2021). Covid-19 Pandemi Döneminde Öğretmenlerin Manevi Kaynakları ve Mental İyi Oluşları. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi*, (4), 75-96.
- Türel, MT. (2021). Uluslararası Öğrencilerin Sosyokültürel Uyum. *Avrasya Beşeri Bilim Araştırmaları Dergisi*. 1(2), 73-89.
- Türk Dil Kurumu Erişim 11 Şubat 2024. <http://www.tdk.gov.tr>.
- Ullah S, Naeem N, Hassan M. & Sagheer U. (2024) Connecting the dots: Exploring the relationship Between Spiritual Intelligence and Happiness Levels of undergraduate medical students. *Research Square*; DOI: 10.21203/rs.3.rs-3928258/v1.
- Vaz, S., Falkmer, M., Ciccarelli, M., Passmore, A., Parsons, R., Tan, T., ... & Falkmer, T. (2015). The personal and contextual contributors to school belongingness among primary school students. *Plos One*, 10(4), e0123353. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0123353>
- Worthington, E. L., & Aten, J. D. (2009). Psychotherapy with religious and spiritual clients: An introduction. *Journal of Clinical Psychology*, 65(2), 123-130. DOI: 10.1002/jclp.20561
- Yahyagil, M. Y., & Deniz, Y. (2004). Bir sağlık kuruluşu çalışanlarının örgüt iklimi ile stres unsurlarını algılamaları ve işi bırakma niyetleri. *Sağlık Yöneticileri Derneği Yayını*, 2. Ulusal Sağlık Kuruluşları Yönetimi Kongresi, Kongre Bildirileri, 58-73.

- Yeşilkayalı, E. (2016). Sosyal Çalışmada Maneviyata Duyarlı Müdahale. *The Journal of Academic Social Science Studies*. 53. (227-237).
- Yeter, S. İ. (2019). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinin aile aidiyeti ve manevi yönelimlerine göre yordanması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi] Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yıldırım, İ. (1991). Stres ve Stresle Başa Çıkma Gevşeme Teknikleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 175-189.
- Yılmaz, M. (2023). Examining the mediating role of forgiveness in the relationship between university students' belongingness and flourishing. *International Journal of Educational Research Review*, 8(4), 1002-1013. <https://doi.org/10.24331/ijere.1362852>
- Yörükoğlu, A. (1993). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*, İstanbul:Özgür Yay.
- Yurtdaş, B. (2018). Aidiyet ve Ait Olma İhtiyacı [çevrimiçi]. Fihrist Kitap. Erişim Tarihi: 07/07/2024. [https://fihristkitap.com/aidiyet-ve-ait-olma-ihciyacii/#:~:text=Maslow%E2%80%99a%20\(1987\)%20g%C3%B6re,ve%20kim](https://fihristkitap.com/aidiyet-ve-ait-olma-ihciyacii/#:~:text=Maslow%E2%80%99a%20(1987)%20g%C3%B6re,ve%20kim)
- Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığı (2023). Erişim tarihi: 01.08.2024 <https://ytb.gov.tr/daireler/uluslararası-ogrenciler/uluslararası-ogrenci-hareketliliği>
- Yurtsever, H. (2009). *Kişilik Özelliklerinin Stres Düzeyine Etkisi ve Stresle Başa Çıkma Yolları: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma* [Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi], Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yusufoğlu, Ö. Ş., ve Cerev, G. (2019). “Gençlerde Aidiyet Düzeyinin Akademik Başarıya Etkisi: Fırat Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Örneği”, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 29(2): 289-302.
- Yüksek Öğretim Kurumu, (2024 Mart). İstatistikler: Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi. <https://istatistik.yok.gov.tr/> adresinden 21.12.2024 tarihinde erişilmiştir.
- Zastrow, C. (2014). *Sosyal Hizmete Giriş*. (Çev. Kılıç, G.) Ankara: Nika Yayınevi.
- Zuzarte, M. (2021). *Incorporating spirituality into post-secondary institutions' policies and services as it relates to international students*. [Thesis]. Toronto Metropolitan University. Thesis. <https://doi.org/10.32920/ryerson.14645490.v1>

EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Öğrenciler, Aşağıda bazı ölçek maddeleri yer almaktadır. Sizden istenen her maddeyi okuyup, doğru cevaplamaktır. Soruları cevaplandırırken hiçbir madde boş bırakılmamalıdır.

1) Cinsiyetiniz:

(a) Kadın (b) Erkek

2) Yaşınız:

3) Okumakta olduğunuz üniversite:

4) Fakülte/Bölüm:

5) Sınıf Düzeyiniz:

a) Hazırlık b) 1. Sınıf c) 2. Sınıf d) 3. Sınıf
e) 4. Sınıf f) 5. Sınıf g) 6. Sınıf

6) Kardeş Sayınız (Kendiniz hariç):

7) Gelir Durumunuz:

a) Düşük b) Orta c) Yüksek

8) Hangi ülkeden geldiniz?

9) Kaç yıldır Türkiye’de yaşıyorsunuz?

EK 2: Maneviyat Ölçeği

Elinizdeki ölçek bireyin maneviyatının farklı boyutlarını ölçmek üzere hazırlanmıştır. Ölçekte 27 Adet soru bulunmaktadır. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin numarasını işaretleyiniz Lütfen her ifadeye mutlaka tek yanıt veriniz ve kesinlikle boş bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.		(1) Bana Hiç Uygun Değil	(2) Bana Uygun Değil	(3) Bana Biraz Uygun	(4) Bana Oldukça Uygun	(5) Bana Tamamen Uygun
1.	Allah'ın beni sevdiğini hissediyorum					
2.	Bir sorunla karşılaştığımda dua ederim					
3.	Dini etkinliklere katılırım					
4.	Dua ettiğimde Allah'a kendimi yakın hissederim					
5.	Enerjisine inandığım şeyleri üzerimde taşıyırım					
6.	Hayata dair bir hoşnutluk duygusu hissediyorum					
7.	Hayata gelmemin bir amacı olduğuna inanırım					
8.	Hayatımda büyük bir boşluk varmış gibi hissediyorum					
9.	Maneviyatım bana güç verir.					
10.	Yediğim şeylerin enerjisinin beni etkilediğine inanıyorum					
11.	Hayatımı manevi kabullerime göre yaşarım					
12.	Maneviyat stresli durumlarla başa çıkmamı sağlar.					
13.	Hayatımın amacını halen bulabilmiş değilim					
14.	Hayatta hiçbir şey sebepsiz olmaz					
15.	Hayatta iyilikle kötülüğün bir savaşı var					
16.	Her canlının taşıdığı bir enerji vardır					
17.	Her insan hayatının anlamını bulmaya çalışmalıdır					
18.	İlâhî bir gücün beni koruduğunu hissederim.					
19.	Kâinatta, aşkın (ilâhî) bir varlığın olduğuna inanıyorum.					

20.	Maneviyat hayatın anlamıyla ilişkilidir.					
21.	Maneviyata önem veririm.					
22.	Kâinatta her şeyin bir bütünün parçası gibi birbirine bağlı olduğuna inanırım.					
23.	Maneviyatım davranışlarım üzerinde etkilidir.					
24.	Maneviyatımı güçlendirmek için bazı manevi egzersizler (zikir, meditasyon, dua vb.) yaparım.					
25.	Maneviyatla ilgili bir eğitim olduğunu görürsem katılmaya çalışırım.					
26.	Olduğum kişi olmaktan mutlu değilim.					
27.	Maneviyat konusunda eğitim almak gerektiğine inanıyorum.					

EK 3: Genel Aidiyet Ölçeği

Açıklama: Bu ölçek, insanların diğer insanlarla ilişkilerinde kendilerini nasıl hissettiklerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte bulunan ifadelere ne ölçüde katıldığınızı, size en uygun seçeneğe (X) işareti koyarak belirtiniz.

(1) Kesinlikle Katılıyorum

(7) Kesinlikle Katılmıyorum

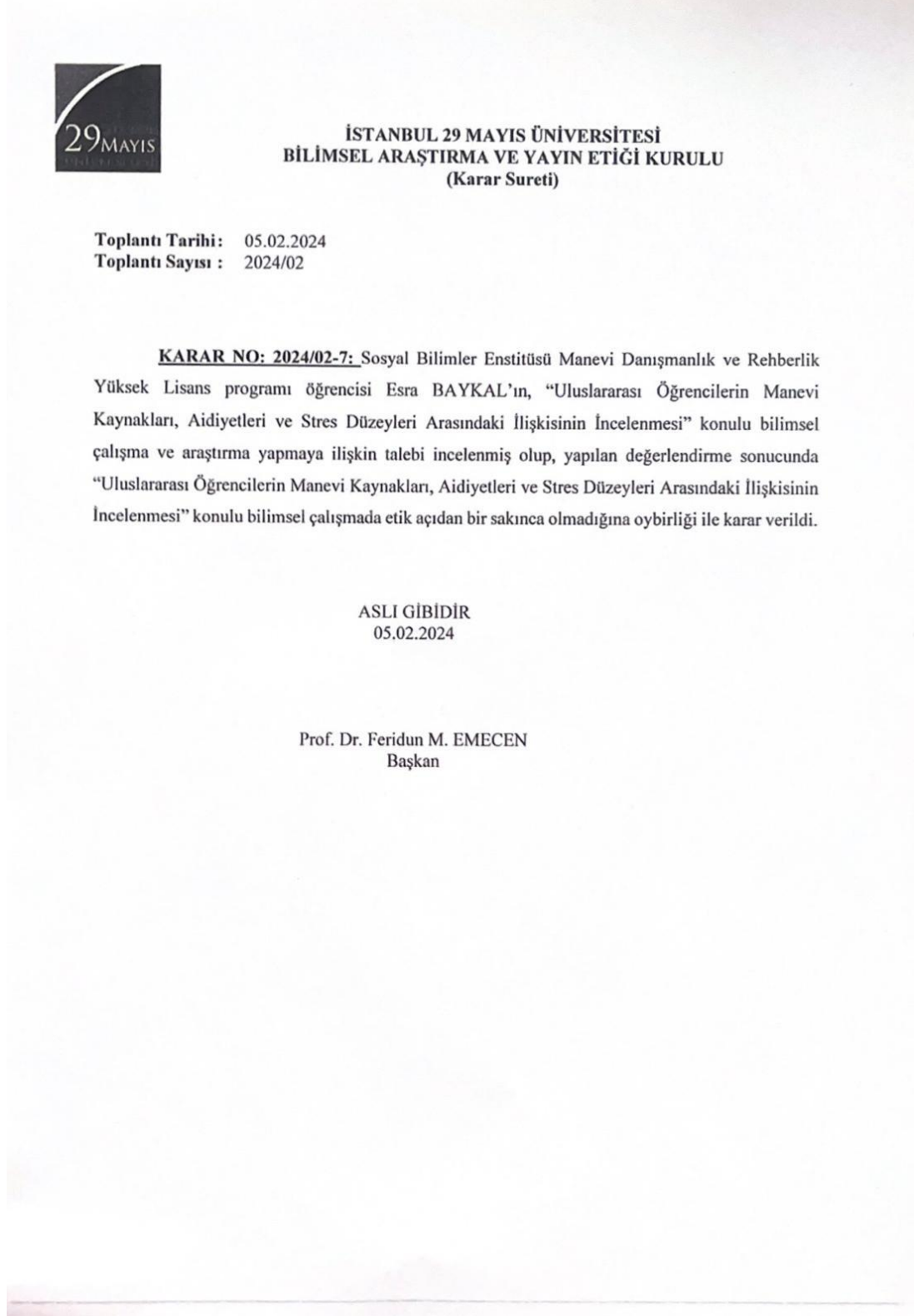
		1	2	3	4	5	6	7
1	İnsanlarla bir arada iken, onlarla birlikte olduğumu hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
2	Ailem ve arkadaşlarımla yakın/samimi bağlarım var.	1	2	3	4	5	6	7
3	Başkaları tarafından kabul edildiğimi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
4	Aidiyet duygusuna sahibim	1	2	3	4	5	6	7
5	İlişkilerimde ve paylaşımlarımda kendimi diğer insanlara eşit görürüm	1	2	3	4	5	6	7
6	Çevremdeki insanlarla bağlarım olduğunu hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
7	Ailem ve arkadaşlarım beni planlarına dâhil etmezler	1	2	3	4	5	6	7
8	Kendimi dışlanmış hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
9	Sanki insanlar beni önemsemiyor/umursamıyor gibi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
10	Diğerlerine bağlanamadığım için onlardan uzak duruyorum	1	2	3	4	5	6	7
11	Kendimi dış dünyadan soyutlanmış hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7
12	İnsanlarla birlikteyken kendimi yabancı gibi hissediyorum	1	2	3	4	5	6	7

EK 4: Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

Aşağıda geçtiğimiz ay içerisindeki kişisel deneyimleriniz hakkında bir dizi soru yöneltilmektedir. Her soruyu dikkatlice okuyarak size en uygun seçeneğin altındaki kutuya bir çarpı işareti koyarak cevaplayınız. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan yanıtları vermenizdir.

ALGILANAN STRES ÖLÇEĞİ	Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Oldukça Sık	Çok Sık
1. Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duydunuz?					
2. Geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?					
3. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta sinirli ve stresli hissettiniz?					
4. Geçen ay, ne sıklıkta gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiniz?					
5. Geçen ay, hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktığınızı ne sıklıkta hissettiniz?					
6. Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duydunuz?					
7. Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?					
8. Geçen ay, ne sıklıkta yapmanız gereken şeylerle başa çıkamadığınızı fark ettiniz?					
9. Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?					
10. Geçen ay, ne sıklıkta her şeyin üstesinden geldiğinizi hissettiniz?					
11. Geçen ay, ne sıklıkta kontrolünüz dışında gelişen olaylar yüzünden öfkeleniniz?					
12. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta başarmak zorunda olduğunuz şeyleri düşünürken buldunuz?					
13. Geçen ay, ne sıklıkta zamanınızı nasıl kullanacağınızı kontrol edebildiniz?					
14. Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?					

EK 5: Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurul Kararı



EK 6: Katılımcı Bilgilendirme ve Onam Formu

Uluslararası Öğrencilerin Manevi Kaynakları, Genel Aidiyetleri ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Sevgili Katılımcı,

Bu araştırma İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Manevi Danışmanlık ve Rehberlik yüksek lisans programına devam eden Esra BAYKAL tarafından yürütülmektedir. Araştırmanın amacı uluslararası öğrencilerin uyum sürecinde; manevi kaynaklar ve aidiyetin stres düzeyleri ile ilişkisini incelemektir. Araştırma, ortalama 10-15 dakikanızı alacaktır. Çalışmaya katılım zorunlu olmayıp gönüllülük esasına dayalıdır. Çalışmadan, istediğiniz bir anda, açıklama yapmaksızın çekilme hakkına sahipsiniz. Araştırmadan çekilmeniz durumunda, yanıtlarınız yok edilecektir ve araştırmada kullanılmayacaktır. Eğer araştırmaya katılmayı ve tamamlamayı kabul ederseniz, bu araştırmanın sonuçları bireysel olarak değerlendirilmediği için kimliğinizi (ad, soyad vb.) açığa çıkaracak hiçbir soru yoktur. Tüm bilgiler sadece araştırma amaçlı olup gizli tutulacaktır. Veriler, araştırma tamamlandıktan sonra en çok 6 yıl boyunca muhafaza edilecektir. Verilerin analizinden sonra, araştırma ile ilgili bir rapor yayınlanacaktır.

Şimdiden özveriniz için teşekkür ederiz.

ÖZGEÇMİŞ

Adı, Soyadı	Esra	BAYKAL	
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce	Arapça	
Düzeyi	Orta	Başlangıç	
Eğitim Durumu	Başlama- Bitirme Yılı	Kurum Adı	
Lise	1999	2003	Merzifon Anadolu İmam Hatip Lisesi
Önlisans	2011	2013	Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi İlahiyat
Lisans	2004	2009	Anadolu Üniversitesi İktisat Fakültesi Kamu Yönetimi
Yüksek Lisans	2021	2024	İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı
Çalıştığı Kurum/lar	Başlama- Ayrılma Yılı	Çalışılan Kurumun Adı	
Üye Olduğu Bilimsel ve Mesleki Kuruluşlar			
Katıldığı Proje ve Toplantılar			
Yayınlar:			
Diğer:			
İletişim (e-posta):			
Tarih:		17 / 12 / 2024	
İmza:			
Adı Soyadı:		Esra BAYKAL	

