



Atıfta Bulunmak İçin / Cite This Paper: Avşaroğlu, S. (2019). "Merhamet Eğitimi Programının Üniversite Öğrencilerinin Merhametli Olma Düzeylerine Etkisi", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(3): 2484-2500.

Geliş Tarihi / Received Date: 10.04.2019

Kabul Tarihi / Accepted Date: 22.04.2019

Araştırma Makalesi

MERHAMET EĞİTİMİ PROGRAMININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN MERHAMETLİ OLMA DÜZEYLERİNE ETKİSİ

Doç. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU

Necmettin Erbakan Üniversitesi / Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

seloavsar@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-0953-2922

Öz

Merhamet, başkasının derdine ve çeşitli sıkıntılara ilgi gösterip bu durumlarına ortak olma, şefkat gösterme ve onunla beraber olma şeklinde tanımlanmaktadır. Aynı zamanda diğerlerinin kendinden apayrı biri olduğunu bilerek, ona eşduyum gösterip hemhal olma düzeyidir. Bu çalışmada, merhamet eğitimi programının, üniversite öğrencilerinin merhametli olma düzeylerini etkileyip etkilemediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada, ön-test son-test deney ve kontrol grubu model kullanılmıştır. Çalışmanın bağımsız değişkeni, merhamet eğitimi programı, bağımlı değişkeni ise merhametli olma düzeyidir. Merhamet eğitimi programı, deney grubuna haftada bir defa 75 dakikalık grup oturumları şeklinde, 8 hafta boyunca uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise ön-test ve son-test ölçümlerinden başka herhangi bir işlem yapılmamıştır. Çalışma, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin Ön-test, son-test merhamet puanlarının belirlenmesi için Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan "Merhamet Ölçeği" kullanılmıştır. Merhamet Ölçeği, likert formunda 24 ifadeden ve altı alt boyuttan oluşmaktadır. Elde edilen puanlara göre gruplama işlemi yapılmış ve 10 öğrenci deney, 10 öğrenci de kontrol grubuna seçilmiştir. Verilerinin analizinde, Mann-Whitney U Testi ile Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında ise .05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre deney ve kontrol grubunun ön-test puan ortalamaları benzerlik göstermesine rağmen son-test puan ortalamalarında deney grubu lehine anlamlı düzeyde yükseldiği görülmüştür. Deney grubu son-test puanlarının, ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde yükseldiği bulunmuştur. Kalıcılık testi açısından ise deney grubu izleme test puanlarının son-test puanları ile benzerlik taşıdığı ve merhamet eğitimi programının, öğrenciler üzerinde oldukça kalıcı olduğu anlaşılmıştır. Araştırma bulgularına göre merhametli olma tutumunun, öğrenme ile ilişkili olduğu, çeşitli etkinliklerle geliştirildiği ve kalıcı hale gelebildiği gözlenmiştir. Araştırmanın bu bulguları ışığında, okullarda psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri bünyesinde merhamet tutumlarını geliştirici etkinliklerin yapılmasının önemli olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Merhamet, Merhametli Olma, Merhamet Eğitimi Programı, Şefkat Gösterme, Üniversite Öğrencileri

THE EFFECT OF THE COMPASSION EDUCATION PROGRAM ON COMPASSION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Compassion is defined as sharing and showing interest to others' troubles and problems, as well as feeling sorry and showing mercy. At the same time it is a level of sharing one and the same problem by showing empathy no matter the fact that he is different. The aim of this research is to test the impact of the compassion training program on the level of compassion of university students. This research was conducted by pre-test and post-test based experimental model. The independent variable of the study is the program of compassion education and the dependent

variable is the level of compassion. The Compassion Training Program was administered to the experimental group once a week for 75 minutes as group sessions and lasted 8 weeks. No action has been taken on the control group except pre-test and post-test measurements. The study was conducted on the students of Kyrgyz Turkish Manas University in 2017-2018 academic year. A compassion scale, adapted to Turkish by Akdeniz and Deniz (2016) were used to determine pre-test and post-test scores of the students. Compassion Scale consists of 24 expressions and six sub-dimensions in the likert form. Grouping was performed according to the obtained scores and 10 students were selected for the control and experimental groups each. Mann-Whitney U Test and Wilcoxon Signed Ranks Test were used in the analysis of the data. 0.05 significance level was taken into consideration in the interpretation of the results. According to the findings obtained in the study, although the pre-test mean scores of the experiment and control groups were similar, it was seen that the post-test mean scores increased significantly in favor of the experimental group. Experimental group post-test scores were found to be significantly increased compared to pre-test scores. In terms of retention test, it was found that experimental group test scores were similar to post-test scores and compassion training program was quite effective on students. According to the results of the study, it was observed that the attitude of compassion was related to learning, developed with various activities and became effective. According to these results, it can be said that it is important to conduct activities to improve the attitude of compassion in psychological counseling and guidance services in schools.

Keywords: Compassion, Compassionate, Compassion Program, Kindliness, University Students

1. GİRİŞ

Genel anlamda merhamet, içsel bir duygudur. Bireyde oluşan içsel bir duygudur ve geliştirilebilir özelliğindedir. Merhamet, sadece yakınlık duyulanlara değil herkese ve tüm canlılara karşı gösterilen bir tutumdur. Bireyin çevresindeki kişilerin sıkıntılarını fark ettiklerinde yardımseverliğe dönüşen bir tutumdur (Avşaroğlu ve Güleş 2015: 368). Yardımseverlik, iyi değerlerin ve sahip olunan imkânların paylaştıkça çoğalacağına inanan erdemli insanların ortaya koyabileceği bir davranış biçimidir (Çelik, 2014: 2). Gilbert ve Procter'e göre (2006: 354-355) merhamet; başkasının acısını ortadan kaldırma isteğidir. Türkçe sözlükte merhamet kelime olarak, bir kimsenin veya bir başka canlının karşılaştığı kötü durumdan duyulan üzüntü ve acıma olarak tanımlanmaktadır (TDK, 1979: 1009). Acının kaynağını anlamaya yönelik bilişsel, duyuşsal ve davranışsal süreci kapsamaktadır. Dolayısı ile merhamet; duygu, düşünce ve davranışın birleşimi ile oluşan bir tutumdur. Merhamet, diğerlerinin sıkıntılarını empatik bakma (Ersoy ve Köşger, 2016: 1) şefkat gösterme (Uslu ve Demir-Korkmaz, 2016: 109) ve ondan kurtulması için yardım etme sürecidir. Sadece hislerde ve düşüncelerde kalırsa merhamet olmaktan çıkar. Bu durum daha çok acıma olarak tanımlanır veya merhamet yorgunluğu (Şirin ve Yurttaş, 2015: 123-124) denilen bir tutuma dönüşebilir. Dolayısıyla merhametin en mühim özelliği ve diğer benzer kavramlardan farklı tarafı, sıkıntı ve acıları gidermeye dönük bir tutumun olmasıdır.

Merhamet, başkasının sıkıntılarını fark edip onunun derdine ortak olma, acıma, şefkat gösterme (Hökelekli, 2008: 78) olarak tanımlandığı zaman içinde birçok boyutu barındıran zengin bir kavram olduğu anlaşılmaktadır. Sayar ise (2015: 70) karşıdaki kişinin ayrı

olduğunun bilinmesine rağmen duygudaşlık yapabilme hali olarak tanımlamıştır. Merhamet kavramı, herkes için insani bir değerdir (Aktaş ve Bozdoğan, 2016: 40-42; Schopenhauer, 2014: 88). Bunu da vurgulamak için “insancıl” kavramı ile eş anlamlı görmüştür. Bu bağlamda insanlık için ve yaşam için oldukça gerekli bir kavram olduğu söylenebilir. Böylelikle yarara dönük çeşitli tutumlar geliştirilirken zarar ve acı verecek çeşitli durumlara da engel olma biçiminde anlamlaştırılarak zengin boyutları görülebilir.

Schopenhauer (2014: 88), merhamet kelimesini “insancıl” kelimesi ile eş anlamlı tutmuş ve tüm insanlık olarak görmüştür. Comte-Sponville (2004: 147-148) ise merhametin erdemlilik olduğunu vurgulamıştır. Tarhan’a (2011: 96) göre merhamet, mutluluk sağlayan bir duygudur. Gör (2013: 18) merhameti, başkasının zayıflık, sıkıntı ve sorunlarına yakınlık gösterme ve üstesinden gelmesi için destek sağlama olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda merhamet, yaşıyor olmanın ve verilen desteklerin karşılığında duyulan şükran olarak yansımasıdır (Kardaş ve Yalçın, 2018: 3). Böylelikle minnettarlık, teşekkür etme, kadirşinaslık, kıymet bilme, vefa gibi diğer erdemli davranışlarla ilişkiler zenginleşmektedir.

Merhametli olmak, insanlara önyargı geliştirmeden davranmak (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008: 1152) demektir. Kötülük yapan birinin ettiklerine rağmen görmezden gelmek ya da toleranslı olmaktır. Böylece merhamet başkasının acısından zevk duymanın tersi bir durumdur (Hökelekli, 2008: 79). İnsanlık, ahlaki ve insani değerleri görmezden gelmemelidir. İnsanın ahlaklı davranabilmesi için erdemli olması gerekmektedir (Uğurlu, 2015: 205). Merhamet, yardım etmeyi, affetmeyi, vefayı ve katkı sağlamayı gerektirir. Aynı zamanda bir incelik barındırır (Aydın, 2014: 5; Hökelekli, 2013a: 71; Hökelekli, 2013b: 189). Yani insan ilişkilerinde diğerlerine saygılı davranmayı ister. Bununla birlikte koşulsuz merhamet, sınırsız hoşgörü yaklaşımı yoktur. Dolayısıyla hukuk sisteminde suçluya merhamet edilmemesine rağmen adil davranılır. Merhametli davranıp suçun affedilmesi gibi bir yaklaşım yoktur (Aydın, 2014: 2). İslam kaynaklarında merhamet kelimesi, genellikle rahmet kelimesi ile birlikte kullanılır (Çağrı, 2004: 184). Rahmet; merhamet göstermek, sevme ve acıma ile koruma (Birşık, 2007: 419) olarak yaygın bir anlam taşımaktadır. Merhametin anlamını felsefi boyuttan açıklayan Comte-Sponville (2004: 142) merhameti insan olmakla eş değer olarak görmektedir.

Merhametli tutumun çeşitli kavramlarla ilişkisi söz konusudur (Akdeniz ve Deniz, 2016: 51). Bunlardan birisi toplumsal bir değer olan acıma kavramıdır. Acıma, Türkçe sözlükte, bir kişinin ya da canlının mutsuzluğuna karşı duyulan üzüntü olarak tanımlanmaktadır (Demiray, 1988: 4). İnsani özelliğini muhafaza eden bireyler, farklılıkları anlayabilirler. Acısı olanları fark edip görenler, onların sıkıntısını anlayabilirler. Dolayısıyla

bir insanın yaşam öyküsünü bilip anlamadan yorumlamak zor iştir (Sayar, 2015: 71). Bununla birlikte insanoğlu acıyı bireysel olarak algılayıp kendi acısını merkeze alma eğilimi vardır. Bunun için insanlığın ve bireyin acısını dindirecek ilacın merhamet olduğu söylenebilir (Uğurlu, 2015: 211). Merhamet, acıma davranış değildir. Acısı olana acırız ama ifade etmekte zorlanırız. Buna rağmen ona merhamet gösteririz (Hökelekli, 2013b: 192). Merhamet ile sevgi arasında da güçlü bir bağ vardır. Sevgi hayatın en temel duygularındandır ve yaşam için elzemdir (Özmen, 1999: 194-195). Sevgide koşulsuzluk vardır. Vermeyi, almayı, paylaşmayı, karşılıklılığı ve fedakârlığı barındırır (Ercan, 2014: 435). Bir insanın diğerlerini sevmesi için önde öz-sevgiyi yaşmalıdır. Öz-sevgisi olmayan birinin diğerlerini sevmesi mümkün değildir Aydın ve Gürler (2014: 45). İhtiyaçlar piramidinde de sevgi ihtiyacı üçüncü sırada yerini almaktadır. Sevgi ihtiyacını gideremeyen bireyin çeşitli patolojik belirtiler göstermesi kaçınılmazdır. Esasında tüm temel gereksinimlerin karşılanmaması durumunda çeşitli fizyolojik, fiziksel ve ruhsal şikâyetlerin olması kaçınılmaz hale gelmektedir.

Merhamet kavramı ile şefkat arasında da çok sıkı bir ilişki vardır. Bu kavramların zaman zaman yerine kullanıldığı görülmektedir. Şefkat, Türkçe sözlükte, acıyıp esirgeme, sakınma olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 1981: 926). Merhamet ve şefkatin birbirini tamamlayan kavramlar olduğu söylenebilir. Bu durumu, Hökelekli (2008: 79) merhametin büyük oranda şefkat içerdiğine değinmiştir. Acıma ve koruma duygusu ile sevmeye şefkat denir (Uslu ve Demir-Korkmaz, 2016: 109-110). Sevgi duygusu olmadan şefkat ve merhamet değerlerinden (Aydın, 2014: 3-4) söz etmek mümkün görünmemektedir. Merhameti besleyen kavramlardan biri de vicdandır. Vicdan; doğruyu yanlıştan, iyiyi kötüden ayıran içsel bir denge ve bilinçtir (Doğan, 1981: 1025). Tarhan'a (2016a: 250) göre vicdan, insanın kötülük yapmasına engel koymaktadır. Vicdanlı davranış aynı zamanda iyi davranış olarak görülmektedir. Vicdanlı olma ile yoğun çıkarıcı davranışların önüne geçilebilir. Kendi değerlerini önemsemek kadar karşı tarafın ne düşündüğünün de farkında olarak yaşayıp davranışlar sergilemelidir (Schopenhauer, 2014: 52-53-55). Böylece kişi doruk yaşantılara ulaşarak huzura kavuşmaktadır.

Psikolojinin, insan ilişkilerinde olması gereken en önemli kavramlardan birinin empati olduğu vurgulaması kuramsal bir görüşür. Empatinin tanımındaki “duygudaşlık ve bunu karşıya yansıtabilme” düzeyi hesaba alındığında merhamet kavramı ile yakın ilişkisi olan bir kavram olduğu söylenebilir. Çünkü empati, insanın, kendisini karşısındakinin yerine koyarak onun duygularını doğru yorumlamasıdır (Dökmen, 2013: 157). Bu yönüyle empatik tutum, bireyin kendini anlayan ve onu fark eden birilerinin olduğu duygusunu artıracaktır. Psikoloji alan yazında tanımlanan bir de sempati kavramı vardır. Empatik tutumla zaman zaman

kariştirılan bu kavram, karşıdaki kişinin yerine kendine koyma işlemidir (Dökmen, 2013: 161). Haliyle yanlı anlamalar ve davranışlar geliştirilebilir. Aynı zamanda ise o kişinin problemlerini üstlenmeye dönük bir duygu gelişebilir (Waal, 2014: 142). Merhamet kavramı ile ilişkisi olan kavramlardan biri de affediciliktir (Özteke-Kocan, Kesici ve Baloğlu, 2017: 195-196). Affetme olumlu bir kişilik özelliği (Sarıçam ve Biçer, 2015: 111) olarak kabul edilmektedir. Kişilik özelliği deyince psikoloji ve pedagojiyi de hesaba katmak gerekmektedir. Çünkü insanların gelişimini inceleyen bilim alanı psikolojidir. Dolayısıyla özü itibariyle merhamet kavramı psikolojik bir kavramdır (Hacıkeleşoğlu ve Kartopu, 2017: 204). İnsanın ruhsal açıdan karmaşık olduğu bununla birlikte öğrenmelere açık olmasından dolayı pedagojik yaklaşımların oldukça etkili olduğu gerçeğini bilmekte fayda vardır. Scobie ve Scobie'ye göre (1998) affediciliğin altında yatan temel güç sevgidir. Buna göre affedicilik; öfke duygularından vazgeçip yerine merhametli tutum geliştirme çabasıdır (Akt: Sarıçam ve Akın, 2013: 38). Affetme, oldukça etkili ve ülfetli (dostluk, kaynaşma) bir davranıştır. Kişi affetmeyi sağladığında psikolojik olarak doyum elde etmektedir (Halllowal, 2004: 18; Tarhan, 2016: 160). Hökelekl'i'ye (2013b: 297) göre affetme, öfke duygularından arınıp, empatiye dönüştürme sürecidir.

Merhametli davranış, sosyal çevre ile geliştirilebilir. Bunun yolu da eğitimidir (Aydın ve Gürler, 2014: 48). Eğitimin temel amacı, insanın yeti alanlarını geliştirmektir. Bu durum sadece öğretmekle değil eğitimin çeşitli boyutlarıyla sağlanabilir. Okul sisteminin en temel görevlerinden biri değerler eğitimidir (Ulusoy, 2007: 155). Böyle bir eğitimin sonunda öğrencilerin kendine güveni gelip saygınlık kazanacaktır. Dolayısıyla değerlerin öğretimine çağdaş eğitim sisteminde yer verilmelidir (Jazaieri, 2018: 24-26) Merhamet değeri, öğrencilerin ve öğretmenlerin olduğu ve toplu olarak zamanın geçtiği okul ikliminde şuurlu bir eğitim anlayışıyla geliştirilebilir (Aydın, 2014: 5). Bu tür insani tutumların geliştirilmesi ile sağlıklı bireylerin sayısı da artacaktır (Küçükaydın, 2015: 25). Bu sebeple değerlerin öğretilmesi, bireylerin içsel huzuru açısından da önemlidir (Yılmaz, 2014: 18). Bu tür eğitim çıktıları ile öğrenciler, insanların acılarından ve sıkıntılarında haberdar olup (Aydın ve Gürler, 2014: 44-45) uygun tutumlar geliştirilebilir. Eğitim çalışmaları ile bireylere farkındalık düzeyleri artırıcı bir bilinç kazandırılabilir. Merhametli bir kişinin farkındalığı da yüksektir. Hem kendine hem diğerlerine karşı geliştirebileceği erdemli bir davranıştır. Merhamet, başkalarının acısına duyarlı olmayı ve çözülmesi harekete geçmeyi gerektirir (Neff, 2003a: 224). Böylelikle kendine merhametli tutum sayesinde ruh sağlığını koruyabilir. Çeşitli olumsuzluklara karşı uyum becerisini artırarak psikolojik açıdan yaşamın anlamlarını daha açık ifade edebilir. Neff (2003a: 224) kendine merhametin, kendine anlayış olduğunu

vurgulamıştır. Bu boyutlardan çıkarılacak en mühim sonuç, olumlu bir benlik algısı geliştirmektir. Çünkü kişinin kendi duygularını objektif olarak kabul etmesi (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007) durumu vardır. Bireyin zorlandıklarında ve zorlanmalarında kendini tolere (hoş görmek, tahammül etmek) etmesidir. Bunun için bireylerin özgüvenlerini (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008: 1151) geliştirici aile, okul ve çevre sistemlerini geliştirmenin yararları olacaktır. Başkalarının çeşitli ıstıraplarını gören kişinin kendi acısında düşmeler görünmektedir (Schopenhauer, 2014: 41) Bu acıların giderilmesine dönük önlemlerin ve hizmetlerin olması ile toplumsal açıdan “sosyal ağ” ya da “paylaşım ağı” sayesinde insanlar daha güzel bir ortamda olmanın huzurunu yaşayacaklardır.

Alan yazında merhametin nasıl bir duygu olduğu, merhamet duygusunun davranışa dönüşmesinde nelerin etkili olduğu ve boyutlarında ne gibi kavramları barındırdığı alan yazın katkısıyla belirlenmiştir. Yapılan bu araştırmada ise gençliğin merhamet duyguları daha da artırılabilir mi düşüncesini test edilmiştir. Çünkü etkililik ve müdahale çalışmaları kazanımlara dönüktür. Bu kazanımlar öğrenmeye ve gelişmeye dönüktür. Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerine yönelik olarak geliştirilen “Merhamet Eğitimi Programı”nın üniversite öğrencilerinin merhametli tutum düzeyleri üzerindeki etkisinin deneysel olarak sınanmasıdır. Araştırma, bu amaç doğrultusunda planlanmıştır. Merhamet eğitimi programı uygulanan deney grubu ile merhamet eğitimi programına katılmayan kontrol grubunun merhamet puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık var mıdır? Bu amaca ulaşmak için analiz etmeye dönük aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir.

1. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin merhamet tutum ölçeği ön-test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
2. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin merhamet tutum ölçeği son-test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark vardır.
3. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin merhamet tutum ölçeği kalıcılık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark vardır.
4. Deney grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği ön-test son-test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark vardır.
5. Deney grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği ön-test ve kalıcılık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark vardır.
6. Deney grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği son-test ve kalıcılık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
7. Kontrol grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği ön-test son-test puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

8. Kontrol grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği ön-test ve kalıcılık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.
9. Kontrol grubu öğrencilerinin, merhamet tutum ölçeği son-test ve kalıcılık puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur.

2. YÖNTEM

Bu araştırma, “Merhamet Eğitimi Programı”nın, merhametli tutum üzerindeki etkisinin incelendiği deneysel bir çalışma niteliğindedir. Araştırmanın bağımsız değişkenini merhamet eğitimi programı, bağımlı değişkenini ise deneklerin “Merhamet Ölçeği”ne verdikleri cevaplarından elde edilen merhamet puanları oluşturmaktadır.

Araştırmada deney-kontrol gruplu, ön-test, son-test ve kalıcılık ölçümlü deneysel desen kullanılmıştır.

Tablo 1. Deneysel Desen

Ön-Test		Deneysel İşlem	Son-test	İzleme Ölçümü
Deney	X	Merhamet Eğitimi Programı	X	X
Kontrol	X	-----	X	X

2.1. Çalışma grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi Edebiyat Fakültesi’nde bulunan Psikolojik Danışma ve Rehberlik öğrencileri oluşturmuştur. Araştırma kapsamında çalışmaya katılmak isteyen öğrencilere kişisel bilgi formu ve merhamet ölçeği uygulanmış, ardından bu veriler bilgisayar ortamına aktararak değerlendirme yapılmıştır.

Deney ve kontrol gruplarının merhamet ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Öğrencilerin merhamet ölçeğinden almış oldukları puanların, buldukları gruplara göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı saptanmıştır. Bu sonuç, deneysel işlem öncesinde deney ve kontrol gruplarının benzer olduğunu göstermektedir.

2.2. Veri Toplama Araçları

2.2.1. Merhamet Ölçeği

Araştırmada kullanılan ölçek, Pommier (2011) tarafından geliştirilmiş, (Akdeniz ve Deniz, 2016: 52) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Merhamet Ölçeği, 24 maddelik bir likert tipi ölçektir. Ölçek 6 boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; sevecenlik, umursamazlık, paylaşımların bilincinde olma, bağlantısızlık, bilinçli farkındalık, ilişki kesme şeklindedir. Umursamazlık,

bağılantısızlık, ilişki kesme alt boyutları tersten puanlanmaktadır. Diğer boyutlar ise olumlu cevap seçeneği 5, olumsuz cevap seçeneği 1 olacak şekilde puanlanmaktadır. Alt boyutların ayrı ayrı puanlanması gerektiği zaman tersten puanlama gerek görülmemiştir.

Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa güvenilirliği 0,60 ile 0,75 arasındadır. Cronbach Alfa analizlerine göre Sevecenlik alt ölçeği için .80, umursamazlık alt ölçeğinde .65, paylaşımların bilincinde olma .65, bağılantısızlık alt ölçeğinde .66, bilinçli farkındalık alt ölçeğinde .71, ilişki kesme alt ölçeğinde .70 ve ölçeğin bütününde ise .78 güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır (Akdeniz ve Deniz, 2016: 54-55).

2.3. Verilerin analizi

Hipotezlerin test edilmesinde; grup içinde ve gruplar arasında ön-test, son-test ve izleme ölçümleri arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Wilcoxon Sıralı İşaretler Testi ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 2. Deney ve Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Ön-test Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Ön-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	p
Deney	10	10.80	108.00	47.00	.819
Kontrol	10	10.20	102.00		

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmaya katılan deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test puanlarının anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir ($U=47.000$, $p>.05$). Deney grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test puanlarının sıra ortalaması 10.80 iken kontrol grubu öğrencilerinin sıra ortalamaları 10.20 olarak saptanmıştır. Buna göre deney ve kontrol grubu öğrencilerinin, merhametli tutum düzeylerine ilişkin farklılığın olmadığı gözlenmiştir; deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin merhamet tutumu açısından benzer puanlar aldıkları görülmektedir.

Tablo 3. Deney ve Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Son-test Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Son-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	p
Deney	10	15.50	155.00	.000	.000*
Kontrol	10	5.50	55.00		

* $P<.01$

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılan deney ve kontrol grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği son-test puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($U=.000$, $p<.05$). Tabloya göre deney grubu öğrencilerinin, Merhamet Tutum Ölçeği son-test puanlarının sıralar ortalaması 15.50 iken kontrol grubundaki öğrencilerin sıra ortalamaları 5.50 olarak saptanmıştır. Buna göre deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin merhamet tutum düzeylerine ilişkin farklılık gözlenmiş; deney ve kontrol grubu öğrencilerinin merhamet tutumu açısından istatistiksel açıdan farklı oldukları görülmüştür. Buna göre merhamet eğitimi uygulanan deney grubu öğrencilerinin merhametli tutumları, kontrol grubu öğrencilerden daha yüksektir. Bu sonuç, merhamet eğitiminin, öğrencilerin merhametli tutumları üzerine olan olumlu etkisini göstermektedir.

Tablo 4. Deney ve Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Kalıcılık Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Son-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	p
Deney	10	15.50	155.00	.000	.000*
Kontrol	10	5.50	55.00		

* $P<.01$

Tablo 4 incelendiğinde, çalışmaya katılan deney ve kontrol grubu öğrencilerinin, Merhamet Tutum Ölçeği kalıcılık test puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($U=.000$, $p<.05$). Tablo incelendiğinde, deney grubundaki öğrencilerin Merhamet Tutum Ölçeği son test puanlarının sıralar ortalaması 15.50 iken kontrol grubundaki öğrencilerin sıra ortalamaları 5.50 olarak saptanmıştır. Yukarıdaki tablo 3 ve 4'te deney grubunun son-test ve kalıcılık puanları ile kontrol grubunun son-testi ve kalıcılık puanları çok yakın olduğu için aynı çıkmış görünmektedir. Oysa puanlar farklı olmasına rağmen sıralama üzerinden analiz yapıldığı için sonuç aynı görülmektedir.

Tablo 5. Deney Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Ön-test – Son-test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Ön-test Son-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	0	.00	.00	-2.810a	0.005*
Pozitif Sıra	10	5.50	55.00		
Eşit	0				

a: negatif sıralar temeline dayalı * $p<.05$

Tablo 5 incelendiğinde, çalışmaya katılan deney grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test, son-test puanlarının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur ($z= -2.810$, $p<.05$). Puanların sıra ortalaması ve toplamları dikkate alındığında, bu farkın son-

test lehine olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre deney grubundaki öğrencilerin tamamının Merhamet Tutum Ölçeği son-test puan ortalamalarının, ön-test puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yükseldiği görülmektedir.

Tablo 6. Deney Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Ön-test - Kalıcılık Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Ön-test Son-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	0	.00	.00		
Pozitif Sıra	10	5.50	55.00	-2.810a	.005*
Eşit	0				

a: negatif sıralar temeline dayalı *p<.05

Tablo 6 incelendiğinde, araştırmaya katılan deney grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test, kalıcılık puanlarının anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur ($z = -2.810$, $p < .05$). Puanların sıra ortalaması ve toplamları dikkate alındığında bu farkın kalıcılık testi lehine olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre deney grubundaki öğrencilerin tamamının Merhamet Tutum Ölçeği kalıcılık testi puan ortalamalarının, ön-test puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yükseldiği belirlenmiştir.

Tablo 7. Deney Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Son-test – Kalıcılık Puan Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Son Test- Kalıcılık	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	3	3.67	11.00		
Pozitif Sıra	2	2.00	4.00	-.966b	.334
Eşit	5				

b: pozitif sıralar temeline dayalı

Tablo 7 incelendiğinde, araştırmaya katılan deney grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği son-test - kalıcılık testi puanlarının anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($z = -.966$, $p > .05$).

Tablo 8. Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Ön-test – Son-test Puan Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Ön-test Son-test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	3	4.00	12.00		
Pozitif Sıra	4	4.00	16.00	-.378a	.705
Eşit	3				

a: negatif sıralar temeline dayalı

Tablo 8 incelendiğinde, araştırmaya katılan kontrol grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test – son-test puanlarının anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($z = -.378$, $p > .05$).

Tablo 9. Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Ön-test - Kalıcılık Puan Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Son-test Kalıcılık	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	2	2.00	4.00		
Pozitif Sıra	1	2.00	2.00	-.577b	.564
Eşit	7				

b: pozitif sıralar temeline dayalı

Tablo 9 incelendiğinde, araştırmaya katılan kontrol grubu öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği ön-test - kalıcılık puanlarının anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($z = -.577, p > .05$).

Tablo 10. Kontrol Grubu Öğrencilerinin Merhamet Tutum Ölçeği Son-test – Kalıcılık Puan Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Son Test- Ön Test	n	Sıralar Ortalaması	Sıralar Toplamı	z	p
Negatif Sıra	4	3.50	14.00		
Pozitif Sıra	2	3.50	7.00	-.816b	.414
Eşit	4				

b: pozitif sıralar temeline dayalı

Tablo 10 incelendiğinde, araştırmaya katılan kontrol grubundaki öğrencilerin Merhamet Tutum Ölçeği son-test - kalıcılık puanlarının anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur ($z = -.816, p > .05$).

4. TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Modern insan yaşamı ile geleneksel anlayışlar arasında ilişkiler her geçen gün zayıflamaktadır. Geleneksel anlayışta örneğin “yardımlaşma” toplumsal yaşamın olmazsa olmazı olarak görülürken modern yaşam alanında artık yerini bireysel çabalar ve rekabetçi yaşam almıştır. Bu yüzden kentsel yaşamda “kimse kimseye değmeden yaşamak” istemektedir. Çünkü yakınlaşma için bazı bağların olması gerekmektedir. Bu bağların en güçlülerinden biri de güven ve sevgidir. Bunların yetersizliği ile duyarsızlaşma ve kendini geri çekme artmaktadır. Duyarsızlaşma arttıkça yardımlaşma azaldığı için toplumsal bağlar da zayıflamaktadır (Sayar, 2015: 77). İnsanlarda var olan kötü davranışları, erdemli olmaya götüren bir tutumu felsefi olarak sorgulayan Schopenhauer, bunun merhamet olduğunu savunmuştur. Böylece kişi bencillikten kurtulacak (Uğurlu, 2015: 204, 208, 209) ve gerçek sevgiyi yaşayacaktır. Gerçek sevginin temelinde merhamet duygusu yatmaktadır (Schopenhauer, 2014: 59).

Bu araştırmada merhamet, deneysel olarak test edilmiştir. Başka bir ifadeyle Akdeniz ve Deniz (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmış merhamet ölçeği ile ön-test işleminde,

belirlenmiş merhamet düzeyleri artırılabilir mi sorusuna cevap aranmıştır. Araştırma ön-test, son-test kontrol gruplu deneysel model olarak oluşturulduğu için ön-test sonrası deney ve kontrol gruplarının oluşmasında puan ortalamaları dikkate alınmıştır. Deney ve kontrol gruplarının merhamet puan ortalamaları istatistiksel açıdan farklı değildir. Son-test ölçümlerinde, deney grubunun son-test puanlarının ön-test merhamet puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde arttığı söylenebilir. Kontrol grubu merhamet puan ortalamalarının ise anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bu bulgulara göre merhametli tutumun geliştirilebileceği görüşü savunulabilir. Merhametli tutumların öğrenilmeye başlandığı ortamların en başında aile kurumu akla gelir. Bir annenin merhamet duygularıyla yavrusuna şefkat göstermesi onun en doğal davranışıdır. Çocuğun benliğini kazanması için bu davranışın bile bir ölçüsü vardır (Aydın, 2014: 1). Anne alturistik (özgecil) bir tutum göstermesi, çocuğun kişilik gelişiminde olumsuzluklar yaşamasına neden olabilir (Yavuzer, 2016: 107). Diğer taraftan gerektiği kadar sevgi, şefkat, bakım ve güven eğitimi verilirse çocuğun ilerleyen zamanlarda insani değerleri daha rahat sergileyeceği ve toplumsal yönünü paylaşma açacağı söylenebilir.

Merhamet kaynak olarak sadece bir duygu değildir. Diğer taraftan sadece bir eğitim, öğrenme ya da psikolojik telkin de değildir. Zaman zaman yanlış kullanıldığı gibi acıma ya özgecil bir davranış da değildir. Merhamet tüm canlılarda olan, insanlarda daha karmaşık bir yapı gösteren ve tüm kültürlerde olan duygu temelli bir erdemli bir davranıştır. Özellikle insanlar için gerekli ve önemli bir duygudur. Diğer taraftan ilahi bir katkısı olduğu (Topçu, 2005: 95). Hemen tüm canlılarda gözlendiği söylenebilir. Sayar ve Manisalıgil (2016: 492) de merhametin erdemli bir değer olduğunu ve bireyin içinden geldiğini savunmuşlardır. Merdin (2006: 10) yaratılışları gereği doğalarında merhametin olduğunu vurgulamaktadır. Buna bir neden bulmayı istersek sevgi temel kavramdır (Schopenhauer, 2014: 106-107).

Araştırmada, son-test ve kalıcılık testi merhamet puan ortalamaları arasında bir farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur. Araştırmada son-test merhamet değerlerinin, ön-test merhamet puan ortalamalarına göre anlamlı şekilde yükseldiği bulunmuştu. Bu artış, merhamet eğitim programının merhametli tutuma etki ettiği şeklinde açıklanabilir. Kalıcılık puanlarının, son-test puan ortalamalarına göre düşmemesi, öğrencilerin almış oldukları merhamet eğitimi programının yararlı olması ile açıklanabilir. Program sürecinde, farkındalık, yüzleştirme, davranışa dönüştürme, ev ödevleri ve diğer oturumlarda duygudumlarının tartışılması gibi birçok etkinlikler yapılmıştır. Bir davranışın kalıcı hale gelmesi yani tutuma dönüşmesi için çeşitli yaşantılar gerçekleşir. Bu yaşantılar içerisinde duygusal ve bilişsel anlamda açığa kavuşmuş fikirler oluşur. Böylelikle birey kendi ve diğerleri ile ilgili daha naif

düşünceler geliştirir. Schopenhauer, (2014: 81) kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyup merhamet duyması ile iyilik, merhamet ve cömertlik yaptıklarını vurgulamaktadır. O halde etkinliklerde, ev içi yaşamda, sosyal yaşam alanlarında, karar verirken ve tercihler yaparken “sen olsan ne yapardın” ile durumları önce iç muhasebede yani vicdan denilen mekanizma ile ilişkilendirmekte yarar olduğu söylenebilir. Bireylerin bu duyguları kazanmaları (Biberici, 2010: 118) için küçük yaşlardan itibaren sorumluluk verilebilir. Onların, zararsız evcil hayvanların bakımında etkinliği artırılabilir. Sosyal çevrede yardım kuruluşları, duyarlı ve farkındalığı pekiştiren öğrenci toplulukları, kurumsal proje ve etkinliklerin faydalı olduğu söylenebilir. Anne baba eğitimi çerçevesinde özellikle merhamet eğitimi verilmesi, anne-baba ve çocuk ilişkisi ile merhametli davranışların küçük yaşlardan itibaren pekiştirilmesi sağlanabilir. Okul müfredatında merhamet kavramına dönük içeriklerin zenginleştirilmesi, öğrenci ve doğa eğitimleri ile etkileşimin artırılması sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Akdeniz, S. (2014). *Farklı merhamet düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinde depresyon, anksiyete, stres ve duygusal zekanın incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akdeniz, S., ve Deniz, M.E. (2016). The Turkish adaptation of compassion scale: The validity and reliability study. *The Journal of Happiness Well-Being*, 4 (1), 50-61.
- Aktaş, Z., ve Bozdoğan, A.E. (2016). Fen bilimleri dersi insan ve çevre ünitesiyle bütünleştirilmiş etkinliklerin ortaokul öğrencilerinin merhamet değerini kazanmalarına etkisi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, (14)32, 39-57.
- Avşaroğlu, S., ve Güleş, E. (2019). Özel gereksinimli çocuğa sahip anne babaların yaşam doyumlarının öz-anlayış ve merhamet düzeyleri açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 365-376. DOI: 10.24106/kefdergi.2960
- Aydın, M.Z. (2014). *Merhamet*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Aydın, M.Z., ve Akyol-Gürler, Ş. (2014). *Okulda değerler eğitimi* (4. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Biberici, F. (2010). *2-7 yaş arası çocuklarda sevgi ve merhamet değerlerinin hadisler ışığında öğretimi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Birşik, A. (2007). *Rahmet*. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. Cilt: 34. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Comte-Sponville, A. (2004). *Büyük erdemler risalesi* (Çev. I. Ergüden). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Çağrıncı, M. (2004). *Merhamet*, Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi. Cilt: 29. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Çelik, Z. (2014). *İlkokul 4. Sınıf öğrencilerinin yardımseverlik tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Demiray, K. (1988). *Acıma maddesi*, Temel Türkçe Sözlük (3. Baskı). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Deniz, M.E. , Kesici, Ş. ve Sümer, A.S. (2008). The validity and reliability of the turkish version of the self-compassion scale. *Social Behavior And Personality*, 36(9), 1151-1160.
- Doğan, D.M. (1981). *Büyük Türkçe sözlük*. Ankara: Birlik Yayınları.
- Dökmen, Ü. (2013). *İletişim çatışmaları ve empati* (49. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ercan, R. (2014). Öğretmenlerde çocuk sevgisi. *Electronic Turkish Studies*, 9(8), 435-444.
- Ersoy, E.G., ve Köşger, F. (2016). Empati: Tanımı ve önemi, *Osmangazi Journal of Medicine*, 38, 1-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.20515/otd.33993>
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy Clinical Psychology Psychother*, 13, 353-379. DOI: 10.1002/cpp.507

- Gör, F. (2013). *İlköğretim din kültürü ve ahlak bilgisi öğretim programında merhamet değeri*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzurum.
- Hacıkeleşoğlu, H., ve Kartopu, S. (2017). Merhamet ve dindarlık: Üniversite öğrencileri üzerine ampirik bir araştırma. *International Journal of Social Science Studies*, 59, 203-227. Doi number: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7234>
- Hökelekli, H. (2008). Merhamet. *Dem Dergisi*, 1(4), 78-84.
- Hökelekli, H. (2013a). *Ailede, okulda, toplumda değerler psikolojisi ve eğitimi* (2. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Hökelekli, H. (2013b). *Psikoloji, din ve eğitim yönüyle insani değerler*. İstanbul: Dem Yayınları.
- Jazaieri, H. (2018) Compassionate education from preschool to graduate school: Bringing a culture of compassion into the classroom. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 11(1), 22-66, <https://doi.org/10.1108/JRIT-08-2017-0017>
- Kardaş, F., Yalçın, İ. (2018). Şükran: Ruh sağlığı alanında güncel bir kavram. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- Current Approaches in Psychiatry*, 10(1), 1-18. doi: 10.18863/pgy.334494.
- Neff, K.D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250.
- Neff, K.D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-101.
- Özmen, F. (1999). Etkili eğitimin gerçekleştirilmesinde duyuşsal alanın Önemi-sevgi eğitimi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 193-198.
- Özteke-Kozan, H.İ., Kesici, Ş., ve Baloğlu, M. (2017) Affedicilik ve duyguları yönetme becerisi arasındaki çoklu ilişkinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15(34), 193-215.
- Sarıçam, H., ve Akin, A. (2013). Affedicilik ölçeğinin türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 37-46.
- Sarıçam, H., ve Biçer, B. (2015). Affedicilik üzerinde ahlaki değer ve öz-anlayışın açıklayıcı rolü. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 109-122.
- Sayar, K. (2015). *Merhamet*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Schopenhauer, A. (2014). *Merhamet* (Çev:Z. Kocatürk). İstanbul: Dergah Yayınları.
- Şirin, M., ve Yurtaş, A. (2015). Hemşirelik bakımının bedeli: Merhamet yorgunluğu. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(2), 123-130.
- Tarhan, N. (2011). *Duyguların Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2015). *Aile Okulu* (21. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2016). *Değerler Psikolojisi ve İnsan* (9. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Türk Dil Kurumu, (1932). *Türkçe Sözlük*, Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları (2. Cilt).
- Uğurlu, A. (2015). *Istırap ve Merhamet*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ulusoy, K. (2007). Sosyal bilgiler öğretmenlerinin tarih ve ahlak eğitimi ilişkisi üzerine görüşleri (Sakarya il örneği). *Değerler Eğitimi Dergisi*, 5(13), 155-177.
- Uslu, Y., ve Demir-Korkmaz, F. (2016). Yoğun bakımda hemşirenin hissi tarafı “şefkat” ve bakım. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 20(2), 108-115.
- Waal, F. D. (2014). *Empati Çağı* (Çev: K. Yılmaz). Ankara: Akılçelen Yayınları.

EXTENDED ABSTRACT

Compassion is one's spiritual feeling, which comes from within. The feeling and attitude of compassion can be improved. Compassion is a feeling, which is peculiar not only to human beings, but also to all living things. One's feeling of compassion turns to behavior, when he is aware of sufferings and frustration of others. Helping behavior within the frameworks of compassion feeling is an important aspect. Charity is a kind of behavior, which can be formed by sincere people, who believe that opportunities increase as they are shared. Compassion is a desire to eliminate one's frustration. The compassion behavior includes cognitive, emotional and behavioral process of understanding the source of frustration. So, compassion is an attitude, which derives from the combination of feelings, thoughts and

behavior. Compassion is a process of taking action to empathy for people's troubles, show compassion and make efforts to get rid of those troubles. Compassion is a rich concept, which includes many aspects, if it is defined as showing interest to others' troubles and problems, as well as feeling sorry and showing mercy. Although it is known that the other person is unique, it is a state of identification with him by showing empathy.

In fact, the concept of compassion is important for all mankind. Therefore, it might seem that it is synonymous to the concept of "humane". In this context, it can be said that it is a necessary concept for humanity and for life. In this way, while developing various helpful attitudes, the rich dimensions can be seen by making sense of the various situations that will cause harm and pain. In other words, emotional and virtue aspect of compassion should be focused on.

The aim of this research is to test the impact of the compassion training program on the level of compassion of university students. The hypotheses created for this purpose were analyzed and the effect of education of compassion on compassionate behavior was examined.

This research was conducted by pre-test and post-test based experimental model. Experimental model has experimental and control groups. Compassion education program was applied to experimental group and it lasted 8 weeks. The data collection tool used in the research is a compassion scale, which was originally developed by Pommier (2011) and adapted to Turkish by Akdeniz and Deniz (2016). No action has been taken on the control group in this process. The study group consists of students, studying at Psychological Counseling and Guidance department of Faculty of Humanities in Kyrgyz Turkish Manas University in 2017-2018 academic year. A form consisting of personal information form, compassion scale was applied to the students who wanted to participate in the study. This data was then computerized and evaluated. The Mann Whitney U test was used to determine whether there was a significant difference between the mean scores of the experimental and control groups on the compassion scale. According to the result of the Mann Whitney-U test, conducted to determine whether the scores of the students on the compassion scale differ significantly according to their groups, no significant difference between the groups was found. The experimental groups were divided into groups named as 10 experimental and 10 control groups.

In testing hypotheses; Wilcoxon Sequential Signs Test and Mann Whitney U Test were used to test the significance of the difference between pre-test, post-test and monitoring measurements among groups and between groups.

According to the results of the study, it was found that there was no significant difference in the Mercy Scale pre-test scores of the students in the experimental and control groups who participated in the study. According to this, it was observed that there was no difference in the levels of compassion between the experimental and control group students. It was found that there was a statistically significant difference in the Mercy Scale post-test scores of the experimental and control group students. Accordingly, there was a difference in the levels of compassion attitude of the students in the experimental and control groups; and it was observed that the experimental and control group students were statistically different in terms of the attitude of compassion. According to this, it can be said that the compassionate attitudes of the experimental group students, who participated in compassion education program, are higher than the control group students. This result shows the positive effect of compassion education on students' compassionate attitudes.

It was found that there was a significant difference between the experimental and control group students. It can be said that the compassionate attitudes of the experimental group students developed during the experimental process and when they reached the post-test, the levels of compassionate attitude significantly improved in comparison with the control group. At the same time, when the retentivity test was performed, the result of a similar test applied to the experimental group indicates that the compassion education program was effective. It can be said that the education given after the post-test is permanent and provides permanent effects on the students' compassionate behaviors in their daily lives.

Being compassionate means to have a non-judgmental understanding attitude towards people. It means to ignore or tolerate one's misdoings. Thus, compassion is the opposite of feeling pleasure in someone else's suffering. If humanity is concerned with the physical and ignores the moral ones, various problems will arise. Human beings have to give up their selfish feelings. During the course of compassion, all the elements that constitute conceptual compassion were taken into account. While giving compassion training every week, these gains were taken into consideration and students' feelings were increased and encouraged to turn into behavior. It has made the researcher and the participants even more happy to see that the procedures are psychologically effective.

Some suggestions can be developed basig on the results of the research. Throughout the study, it was observed that the sense of compassion was developed and these activities worked while turning it into behavior. For this purpose, activities that increase feelings of compassion can be conducted. It was found that mercifull behaviors such as doing goodness, helping others to solve their problems, charity and compassion give peace. For this,

contributions can be made to parents and teachers in child development to help them organize school activities for compassionate attitude development. Psycho-educational programs and group guidance activities can be done to develop compassionate attitudes in school psychological counseling and guidance services.