

T.C.
KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI



YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİNİ DUYGULAR ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

GAMZE ÇALIŞKAN BARAN

Danışman : Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem GÜLMEZ
Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi İslam MUSAYEV
Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Hızır HACIKELEŞOĞLU

KASTAMONU-2024

TAAHHÜTNAME

Bu tezin tasarımı, hazırlanması, yürütülmesi, araştırmalarının yapılması ve bulgularının analizlerinde bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu; ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını, bilimsel etiğe uygun olarak kaynak gösterildiğini bildirir ve taahhüt ederim.

Gamze ÇALIŞKAN BARAN

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DİNİ DUYGULAR ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

GAMZE ÇALIŞKAN BARAN

KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

DANIŞMAN: DR. ÖĞR. ÜYESİ ÇİĞDEM GÜLMEZ

Dini duygular konusunun din psikolojisi içerisinde önemli yeri bulunmaktadır. Dini duygular, sıradan duygular olmayıp kişinin kutsal olanla kurmuş olduğu bağla ilişkilidir. Bu açıdan din, duygu boyutu olmaksızın düşünülemez. Bu araştırmada dini olarak nitelendirilen duyguların neler olduğunu ve hangi deneyimler neticesinde tecrübe edildiğini ortaya koymak amaçlanmıştır. Dini duygular konusu ile alakalı literatürde yer alan çalışmalar incelenmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji (olgubilim ya da görüngubilim) deseni tercih edilmiştir. Bu bağlamda 25 kişinin katılımıyla yarı yapılandırılmış görüşme yapılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde NVIVO programı kullanılmıştır. Veriler kod, kategori ve tema şeklinde oluşturulmuştur. Araştırmanın din psikolojisi sahasına, manevi rehberlere ve ruh sağlığı alanında çalışanlara fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Yapılan çalışmada 27 farklı dini duygu tespit edilmiştir. Ayrıca dinin ve dini duygunun kişinin zorluklarla baş etmesinde olumlu yönde etki sağladığı bulgusuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak araştırma, dini duyguların yaşama anlam katarak ve psikolojik iyi oluşu artırdığını ortaya koymuştur. Ayrıca, dini duyguların hem bireysel hem de toplumsal düzeyde manevi iyiliği artırıldığı ve erdemlere kaynaklık ettiği tespit edilmiştir. Bu bulgular, dinin ruh sağlığı ve fiziksel iyilik hali üzerinde olumlu etkiler oluşturduğunu göstermektedir.

ANAHTAR KELİMELE: Duygu, Din, Dini Duygu, Manevi Deneyim, Din Psikolojisi.

Ekim 2024, 182 Sayfa

ABSTRACT

MSC THESIS

A QUALITATIVE RESEARCH ON RELIGIOUS EMOTIONS

GAMZE ÇALIŞKAN BARAN

KASTAMONU UNIVERSITY INSTITUTE OF SOCIAL SCIENCE

DEPARTMENT OF PHILOSOPHY AND RELIGIOUS SCIENCES

SUPERVISOR: ASSIST. PROF. DR. ÇİĞDEM GÜLMEZ

The topic of religious emotions occupies a significant position within the discipline of the psychology of religion. These emotions are not merely ordinary feelings; rather, they are intrinsically linked to an individual's relationship with the sacred. Consequently, the concept of religion cannot be fully understood without considering its emotional dimension. This research aims to delineate what constitutes religious emotions and to explore the experiences through which they are realized. A review of the relevant literature on religious emotions has been conducted. The phenomenological method was selected as the primary research design. In this context, semi-structured interviews were carried out with 25 participants. Data analysis was conducted using NVIVO software, resulting in the formation of codes, categories, and themes. The findings of this research are anticipated to contribute valuable insights to the field of the psychology of religion, spiritual practitioners, and mental health professionals. The study identified 27 distinct religious emotions. Furthermore, it was found that religion and religious emotions have a positive impact on individuals' coping mechanisms in the face of adversity. In conclusion, the research highlights that religious emotions add meaning to life and enhance psychological well-being. Additionally, it was found that these emotions foster spiritual well-being and serve as a source of virtues at both individual and societal levels. These findings underscore the positive effects of religion on mental health and physical well-being.

KEYWORDS: Emotion, Religion, Religious Feeling, Spiritual Experience, Psychology of Religion.

October 2024, 182 Page

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitim sürecinde hayata dair yeni bilgiler öğrenmeme vesile olan danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem GÜLMEZ'e, bu süreçte daima yanımda olan desteklerini esirgemeyen büyüğüm Doç. Dr. Z. Esra K. KAYABAŞI'na, gece gündüz demeden yanımda olan arkadaşım Belma B. GÜZEL'e ve Dr. Aslıhan K. KURTOĞLU'na her türlü destekleri için teşekkür ederim.

Bizi okutan, bugünlere gelmemizde maddi-manevi seferber olan babam Abdullah ÇALIŞKAN'a ve annem Bahriye ÇALIŞKAN'a, hayatım boyunca daima varlıklarını yanımda hissettiğim ablalarım Öznur Ç. ÖKSÜZ'e ve Özge ÇOCAR'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Bu yola çıkmam konusunda en başından tezimin bitiş sürecine kadar destek veren sevgili eşim Murat BARAN'a ve ders sürecinde doğan, tezimle birlikte büyüyen biricik yavrum Amine Serra BARAN'a sonsuz teşekkürler.

Gamze ÇALIŞKAN BARAN

Kastamonu, 2024

Gazze'nin masum bebeklerine ithafen...

İÇİNDEKİLER

Sayfa

TAAHHÜTNAME	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
ŞEKİLLER VE GÖRSELLER DİZİNİ.....	xi
TABLolar DİZİNİ	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	xiii
1. GİRİŞ.....	1
1.1 Araştırmanın Problemi	1
1.2 Araştırmanın Amacı	2
1.3 Araştırmanın Önemi	3
1.4 Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.5 Literatür Taraması	4
2. KURAMSAL ÇERÇEVE	12
2.1 Duygular	12
2.1.1 Duygulara Tarihsel Açidan Yaklaşım.....	12
2.1.2 Duygunun Tanımları.....	16
2.1.3 Duyguları Açıklayan Teoriler	19
2.1.3.1 Lange-James teorisi.....	20
2.1.3.2 Cannon-Bard duygu teorisi	21
2.1.3.3 Schachter- Singer teorisi	23
2.1.3.4 Lazarus teorisi	23
2.1.3.5 Yüz ifadesine dayalı geribildirim teorisi.....	24
2.1.3.6 Nörobilişsel yaklaşım.....	25
2.1.4 Duyguların Yapısı.....	26
2.1.5 Duyguların Sınıflandırılması	29
2.2 Din.....	33
2.2.1 Dinin Tanımı.....	33
2.3 Dini Duygu Nedir?	34
2.3.1 Dini Duygunun Ortaya Çıkmasını Kolaylaştıran Unsurlar.....	37
2.3.1.1 Mekân.....	37
2.3.1.2 İbadetler, ritüeller ve gelenekler	39
2.3.1.3 Sanat ve estetik.....	40
2.3.1.4 Kişisel deneyimler.....	42
2.3.1.5 Doğa ve çevre.....	43
2.3.1.6 Kişisel hedefler ve manevî arayış	44
2.3.1.7 Toplumsal destek ve dini topluluklar.....	45
2.3.2 Dini Duyguların Sınıflandırılması	46
2.3.3 Dini Duyguların İşlevleri	47
2.3.3.1 Anlam arayışı	48
2.3.3.2 İyi oluş.....	49
2.3.3.3 Erdemlere rehberlik.....	51
2.3.3.4 Toplumsal bağlar ve ilişkiler.....	52

2.3.3.5	Manevi büyüme.....	53
2.3.3.6	Kriz ve zorluklarla başa çıkma.....	53
3.	YÖNTEM.....	55
3.1	Araştırmanın Modeli	55
3.2	Çalışma Grubu.....	56
3.3	Uygulama Süreçleri	57
3.4	Veri Toplama Araçları.....	57
3.4.1	Nitel Veri Toplama Aracı	57
3.4.1.1	Görüşme formu	57
3.5	Verilerin Analizi ve Yorumlanması	59
3.6	Geçerlik ve Güvenirlik	60
4.	BULGULAR	64
4.1	Dinin Tanımına İlişkin Bulgular	64
4.1.1	Yaşama Biçimi.....	65
4.1.2	Hayatın Anlamı.....	66
4.1.3	Huzurun Kaynağı.....	66
4.1.4	Emir ve Yasaklar Bütünü.....	66
4.1.5	Baş Etme Şekli.....	67
4.1.6	İnsan Doğasının Parçası.....	67
4.1.7	İnancın Kaynağı.....	68
4.2	Dini Duyguların Niteliksel Doğası ve Etkilerine İlişkin Bulgular	68
4.2.1	Dini Duyguları Açığa Çıkaran Unsur	69
4.2.1.1	Mekân (Kâbe, camii).....	70
4.2.1.2	Özel zamanlar.....	71
4.2.1.3	İbadet.....	71
4.2.1.4	Zikir.....	71
4.2.1.5	Ölüm.....	72
4.2.1.6	Ezan.....	72
4.2.1.7	İç sesi dinlemek (tefekür).....	72
4.2.1.8	Video-sohbet	73
4.2.2	Gündelik Duygulardan Ayırışması	73
4.2.2.1	Ayırıştıran unsur.....	74
4.2.2.1.1	Etki (misyon, amaç).....	74
4.2.2.1.2	Kalıcılık	74
4.2.2.1.3	Koşulsuz kabul.....	75
4.2.2.1.4	Kuvvet.....	75
4.2.3	Dini Duyguların Taşıdığı Anlam	76
4.2.3.1	Dini öğeler.....	76
4.2.3.2	Hayatın anlamı	77
4.2.3.3	Özdenetim	77
4.2.3.4	Allah'a yakınlık.....	78
4.2.4	Dini Duyguların Etkilerine İlişkin Bulgular	78
4.2.4.1	Psikolojik etki	79
4.2.4.1.1	Olumlu bakma.....	79
4.2.4.1.2	Rahatlık-huzur sağlama	80
4.2.4.1.3	Zorlukla mücadeleyi sağlama	81
4.2.4.2	Manevi yaşama etkisi.....	81
4.2.4.2.1	İlişki	81
4.2.4.2.2	İbadet	82

4.2.4.2.3	Erdem.....	83
4.2.4.3	İnsan ilişkisine etki.....	83
4.2.4.3.1	Nötr	83
4.2.4.3.2	Olumlu yönde ilişki	84
4.2.4.4	Fiziksel etki	84
4.2.5	Öznel Dini Duygu Derecesine İlişkin Bulgular	85
4.2.5.1	Az	85
4.2.5.2	Kuvvetli.....	86
4.2.5.3	Orta seviye	86
4.2.6	Korku	87
4.2.6.1	Gündelik (fitri) korku	88
4.2.6.2	Dini korku	89
4.2.6.2.1	Ölüm ve sonrası	89
4.2.6.2.2	Allah korkusu.....	90
4.2.7	Allah’a Yönelen Negatif Duygulara Ait Bulgular	93
4.2.7.1	Negatif duygu yaşamayan	94
4.2.7.1.1	Hikmet penceresinden bakma.....	94
4.2.7.1.2	Sorgulama durumu.....	95
4.2.7.2	Negatif duygu yaşayanlar.....	95
4.2.7.2.1	Duyguların nedeni.....	95
4.2.8	Dini Duyguların Tanımlanması ve Türleri	98
4.2.8.1	Huzur.....	99
4.2.8.2	Merhamet	99
4.2.8.3	Mutluluk.....	99
4.2.8.4	Sevgi, aşk	99
4.2.8.5	Şükür	100
4.2.8.6	Vicdan	100
4.2.8.7	Korku	101
4.2.8.8	Huşu	101
4.2.8.9	Hüzün	101
4.2.8.10	Kaygı.....	101
4.2.8.11	Ümit (umut).....	101
4.2.8.12	Teslimiyet.....	102
4.2.8.13	Şefkat.....	102
4.2.8.14	Pişmanlık.....	102
4.2.8.15	Öfke (gadap).....	102
4.2.8.16	Muhabbet	102
4.2.8.17	Mahcubiyet.....	103
4.2.8.18	Hayret.....	103
4.2.8.19	Empati	103
4.2.8.20	Aşknlık.....	103
4.2.8.21	Acziyet	103
4.2.8.22	Fedakârlık.....	104
4.2.8.23	Utanma (haya).....	104
4.2.8.24	Kin (buğz)	104
4.2.8.25	Sabır (sebat)	105
4.2.8.26	Şaşkınlık.....	105
4.2.8.27	Güven	105
4.2.9	Dini Duyguların Deneyimlenmesi ve Önceliklendirilmesi	105

4.2.10	Dini Duyguların Zayıflatan ve Kuvvetlendiren Unsurlar	106
4.2.10.1	Dini duyguları kuvvetlendiren unsurlar	107
4.2.10.2	Dini duyguları zayıflatan unsurlar	109
4.3	Dini Duygular Bağlamında Manevi Deneyimlerin Niteliksel Özellikleri ve Etkilerine İlişkin Bulgular	111
4.3.1	Manevi Deneyimin Anlatısı	112
4.3.1.1	İbadet	112
4.3.1.2	Olay/durum	112
4.3.1.3	Gezi	113
4.3.1.4	Zaman	113
4.3.1.5	Mekân	114
4.3.2	Manevi Deneyimde Duyusal Algılar	114
4.3.2.1	Gözyaşı/dokunma	114
4.3.2.2	Ses	115
4.3.2.3	Koku	115
4.3.2.4	Renk	116
4.3.3	Manevi Deneyimde Hissedilen Duygular	116
4.3.3.1	İç huzur	117
4.3.3.2	Mutluluk	117
4.3.3.3	Hüzün /üzüntü	118
4.3.3.4	Acziyet	118
4.3.3.5	Aşkınlık/ ulviyet	118
4.3.3.6	Hasret/özlem	118
4.3.4	Deneyim Anında Düşünceler	119
4.3.4.1	Özdenetim sahibi olma	119
4.3.4.2	Bilinçli yaşama	120
4.3.4.3	Affedilme, bağışlanma	120
4.3.5	Manevi Deneyimin İfade Ettiği Anlam	120
4.3.5.1	Öz değerlendirme sağlaması	121
4.3.5.2	Yaratıcıyla özel bir an sunması	122
4.3.6	Manevi Deneyimin Hatırlanma Sıklığına Ait Bulgular	122
4.3.6.1	Sürekli hatırlarım	123
4.3.6.2	Ara sıra hatırlarım	123
4.3.6.3	Nadir-hiç hatırlamam	123
4.3.7	Manevi Deneyim Sırasında Bedenin Tepkisi	124
4.3.7.1	Gevşeme, rahatlık	124
4.3.7.2	Gerginlik-kasılma	125
4.3.7.3	Sallanma	125
4.3.8	Manevi Deneyimin Ortam ve Koşulları	125
4.3.8.1	Kalabalık	126
4.3.8.2	Tenha	127
4.3.8.3	Yalnız	127
4.3.8.4	Karanlık	127
4.3.8.5	Sessiz	127
4.3.8.6	Gürültülü	127
4.3.8.7	Sıcak	127
4.3.8.8	Soğuk	128
4.3.9	Manevi Deneyimin Kişiye Etkisi Üzerine Bulgular	128
4.3.9.1	Uzun vadeli anlam	128

4.3.9.2	Geçici etki	129
4.3.9.3	Hatırlama ile iyilik hali	129
4.3.9.4	Öz değerlendirme sağlaması	129
5.	TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	130
5.1	Tartışma.....	130
5.1.1	Dinin Tanımına İlişkin Tartışma ve Yorum	130
5.1.2	Dini Duyguyu Açığa Çıkaran Unsurlara İlişkin Tartışma ve Yorum .	131
5.1.3	Dini Duygunun Gündelik Duygudan Ayırışmasına İlişkin Tartışma ve Yorum	132
5.1.4	Dini Duygunun Taşıdığı Anlama İlişkin Tartışma ve Yorum	133
5.1.5	Dini Duyguların Etkilerine İlişkin Tartışma ve Yorum.....	135
5.1.6	Korku Duygusuna Ait Tartışma ve Yorum.....	140
5.1.7	Allah’a Yönelen Negatif Duygulara Ait Tartışma ve Yorum.....	142
5.1.8	Dini Duyguların Tanımlanmasına ve Türlerine İlişkin Tartışma ve Yorum	144
5.1.9	Dini Duyguları Zayıflatan Unsurlara İlişkin Tartışma ve Yorum	145
5.1.10	Manevi Deneyim Anlatısına İlişkin Tartışma ve Yorum.....	146
5.2	Sonuç ve Öneriler	147
KAYNAKLAR		151
EK A	- Onay Formu	172
EK B	- Görüşme Soruları	173
EK C	- Dinin Öznel Tanımı	176
EK D	- Dini Duyguların Doğası.....	177
EK E	- Manevi Deneyim	180
EK F	- Etik Kurul Raporu	182

ŞEKİLLER VE GÖRSELLER DİZİNİ

Sayfa

Şekil 2.1 Lange-James teorisi duygu modeli	20
Şekil 2.2 Cannon-Bard duygu modeli	22
Şekil 2.3 Schacter-Singer duygu modeli	23
Şekil 2.4 Eş zamanlı duygu ve uyarılma	24
Şekil 2.5 Yüz ifadesine dayalı geri bildirim modeli	25
Şekil 4.1 Dinin öznel tanımı temasının gösterimi	64
Şekil 4.2 Dini duyguların niteliksel doğası ve etkilerine ilişkin temanın gösterimi...	68
Şekil 4.3 Dini duyguları açığa çıkaran unsurlara ilişkin model	69
Şekil 4.4 Gündelik duygudan ayrışması kategorisinin gösterimi	73
Şekil 4.5 Dini duygunun taşıdığı anlama ilişkin model	76
Şekil 4.6 Dini duyguların etkilerine ilişkin model	78
Şekil 4.7 Öznel dini duygu derecesine ilişkin model	85
Şekil 4.8 Korku duygusuna ilişkin modelin gösterilmesi	87
Şekil 4.9 Allah'a yönelen negatif duygu modeli.....	93
Şekil 4.10 Dini duyguların tanımlanması ve türleri adlı model	98
Şekil 4.11 Dini duyguların deneyimlenmesi ve önceliklendirilmesi	105
Şekil 4.12 Dini duyguların zayıflatıcı ve kuvvetletici unsurlara ilişkin model	106
Şekil 4.13 Dini duygular bağlamında manevi deneyimlerin niteliksel özellikleri ve etkilerine ilişkin model	111
Şekil 4.14 Manevi deneyimde hissedilen duygulara ilişkin model.....	117
Şekil 4.15 Deneyim anında düşüncelere ilişkin model	119
Şekil 4.16 Manevi deneyimin ifade ettiği anlama ilişkin model.....	121
Şekil 4.17 Manevi deneyimin hatırlanma sıklığına ilişkin model.....	122
Şekil 4.18 Manevi deneyim anında beden tepkisine ilişkin model.....	124
Şekil 4.19 Manevi deneyimin ortam ve koşullarına ilişkin bulgular	126
Şekil 4.20 Manevi deneyimin kişiye olan etkisi modeli	128

TABLÖLAR DİZİNİ

Sayfa

Tablo 2.1 Olumlu ve olumsuz duyuş örnekleri, iki boyutlu tablo örneği (Burger, 2006, s. 319)	30
Tablo C.1 Dinin öznel tanımına dair tema ve kod gösterimi	176
Tablo D.1 Dini duyguların niteliksel doğası ve etkilerine dair tema, kategori ve kod gösterimi	177
Tablo E.1 Dini duygular bağlamında manevi deneyimlerin niteliksel özellikleri ve etkilerinin tema, kategori ve kod şeklinde gösterimi.....	180



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

Simgeler

& : ile

Kısaltmalar

akt.	: Aktaran
APA	: American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Derneği)
çev.	: Çeviren
Dr.	: Doktor
M. Ö.	: Milattan Önce
NVIVO	: Nitel Veri Analizi
s.	: Sayfa
ss.	: Sayfa sayısı
TDK	: Türk Dil Kurumu
trc.	: Tercüman
vb.	: ve benzeri
vd.	: ve diğerleri
vs.	: vesaire

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, araştırmanın amacı ve önemi, sınırlılıkları, literatür taraması (konu ile yapılmış çalışmalar) hakkında bilgi verilmiştir.

1.1 Araştırmanın Problemi

Modern dünyada, bireylerin yaşamlarında önemli bir yer tutan dini duygular ve manevi deneyimler, hem kişisel hem de toplumsal düzeyde derin etkiler oluşturmaktadır. Dini duygular, bireylerin inanç sistemlerini, değerlerini ve yaşam biçimlerini şekillendirirken, manevi deneyimler bu duyguların derinleşmesine ve anlam kazanmasına katkıda bulunmaktadır. Bununla birlikte dini duyguların yapısı ve işleyişi, bireylerin manevi deneyimleri doğrultusunda değişkenlik gösterebilir. Manevi deneyimlerin bireylerin dini duygularına olan etkisi, bu duyguların yoğunluğu, ifadesi ve dönüşümünü anlamada kritik bir rol oynar. Bu bağlamda, bireylerin yaşadığı manevi deneyimlerin farklı türleri ve bu deneyimlerin dini duygular üzerindeki yansımaları, dini inanç ve pratiklerin anlaşılmasında önemli ipuçları sunabilir. Özellikle dini bağlam içerisinde duygusal deneyimlerin nasıl anlamlandırıldığı ve dini duyguların nasıl işlev gördüğü konularında derinlemesine anlayışa ihtiyaç duyulmaktadır. Beraberinde dini duyguların deneyimlenmesi sırasında hangi yaşantıların yer aldığı konusunda da deneysel açıdan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Bu nedenle dini duyguların doğası ve dini duyguların deneyimlenmesi araştırılmayı bekleyen konular arasında yer almaktadır.

Bu araştırma, bireylerin dini duygularının yapısal özelliklerinin, yaşadıkları manevi deneyimlerle nasıl şekillendiğini ve değiştiğini incelemeyi amaçlamaktadır. Dini duyguların yoğunluğu, ifadesi ve gelişimi üzerindeki manevi deneyimlerin etkilerini anlamak, din psikolojisi ve sosyolojisi alanlarına katkılar sağlayabilir. Buradan hareketle araştırmanın iki temel problemi vardır. Birincisi “dini duyguların doğasını açığa çıkarmak” ikincisi, “bireylerin manevi deneyimlerinin, dini duygularının yapısal özellikleri üzerindeki etkilerinin neler olduğunu saptamak” olarak belirlenmiştir.

Bu ana probleme bağlı olarak alt problemlerin cevabı aranacaktır. Alt Problem cümleleri:

1. Dini duyguların anlamı nedir, ne ifade etmektedir?
2. Dini olarak nitelendirilen duygular nelerdir?
3. Dini duygular gündelik yaşamdaki duygulardan farklı mıdır?
4. Dini duyguların yaşama olan etkisi nedir?
5. Dini duyguların manevi yaşantıya etkisi nedir?
6. Korku dini bir duygu mudur?
7. Allah korkusunun anlamı nedir ve bu korku negatif nitelendirilebilir mi? Allah'a karşı negatif duygular var mıdır?

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, birinci olarak dini duyguların karmaşık yapısını ve dini duyguların ortaya çıkmasında hangi unsurların yer aldığını saptamak; ikinci olarak bireylerin dini duygular olarak niteledikleri duyguların hangileri olduğunu, dini duyguları diğer duygulardan ayıran unsurların neler olduğunu ortaya koymak; üçüncü olarak, dini duyguların, manevi deneyim neticesinde nasıl tecrübe edildiğini ve ne zaman, nerede, ne sıklıkla yaşandığını ve dini duyguların birey üzerindeki etkilerinin neler olduğunu ortaya koymaktır.

Araştırmanın alt amaçları şunlardır:

Dini duygu olarak hangi duyguların nitelendirildiğini ortaya koymak;

Dini duyguların ortaya çıkışında etkili olan faktörlerin neler olduğunu keşfetmek;

Dini duyguların taşıdığı anlamı ve yaşama olan etkisini incelemek;

Manevi deneyimin kişilere ne ifade ettiği ve bu deneyim sonucunda ortaya çıkan duyguların neler olduğu saptamak;

Manevi deneyimin ifade ettiği anlamı ve kişi üzerinde bıraktığı etkiyi ortaya koymak amaçlanmaktadır.

Bu amaçlar doğrultusunda, dini duyguların manevi deneyimler ışığında nasıl nitelendirildiğine dair kapsamlı bir anlayış elde edilmesi hedeflenmektedir.

1.3 Araştırmanın Önemi

Dini duygu, kişinin kutsalla ilişkisi sonucu deneyimlenen, inanç ve iman ekseninde ortaya çıkan temelde bir konudur. Dini duygu konusunda yurt dışında ve yurt içinde çeşitli çalışmalar yapılmış olsa da teoriden öte gidilememiş, deneysel anlamda çok fazla katkı sağlanamamıştır.

Yapılan araştırmanın birden fazla önemi bulunmaktadır. Bunlardan ilki, dini duygular konusu manevi deneyimle ilişkilendirilerek bireysel tecrübe üzerinden dini duygular konusuna değinilmektedir. Bu açıdan araştırma özgünlüğünü sağlamaktadır.

Bir diğeri, literatürde yer alan çalışmalardan hareketle dini duygunun ifade edilmesi ve anlamlandırılması çocukluk döneminde çok güç olmaktadır. Yapılan çalışmada 18 yaş üstü bireylere yer verilerek dini duygunun ve manevi deneyimin ifade edilmesi önünde yaşanacak olan güçlük ortadan kaldırılmıştır.

Diğeri, araştırmanın ilgili literatüre, alanda çalışan manevi rehberlere, psikologlara ve psikolojik danışmanlara ve araştırmacılara dini duyguların yapısında yer alan unsurlara ait bilgi vermesidir. Özellikle manevi rehberlik sahasına, dinin ve dini duygunun kişinin zorluklarla baş etmesinde olumlu yönde etki sağlaması danışanlara yönelik süreçlerde işe yarar bilgiler sunması açısından önemli bulunmaktadır.

1.4 Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma Kastamonu ilinde yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 18 yaş üstü İslam dinine mensup bireyler oluşturmaktadır.

Araştırma esnasında görüşme 2024 yılı Mart ayında yapılmış olup yapıldığı zamanla ve Kastamonu’da yaşayan 23-72 yaş arası yetişkinler ile sınırlıdır.

Ayrıca bu araştırma, çalışma esnasında kullanılan yöntem ve tekniklerle de sınırlı bulunmaktadır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular sadece görüşme yapılan kişiler için geçerli olup başkalarına genelleme yapılamaz. Diğer taraftan görüşmede katılımcının isteği ve kendini ifade edebilmesi sonuç üzerinde etkilidir. Dolayısıyla görüşmeden elde edilen bulgular, katılımcıların kendini ifade edebildiği kadarıyla sınırlıdır.

1.5 Literatür Taraması

Dini duygular konusu, din psikolojisi sahasında ele alınan önemli konulardandır. Dini duygular, bireylerin manevi deneyimlerini inançlarını ve dini uygulamalarını derinden etkileyen karmaşık ve çok boyutlu olgulardır. Din psikoloji bilimi ortaya çıktığı zaman diliminden itibaren özellikle batılı literatürde dini duygular merkezi bir konu olma özelliğini taşımıştır. Batı’da bu konu hem teorik hem empirik boyutlarıyla çalışılmıştır. Bu bölümde dini duygular üzerine yapılan önceki çalışmaların bulguları incelenerek bu araştırma için gerekli teorik çerçeve oluşturulacaktır. 1820’lerde Brown ve Bell duygu kavramını bilimsel bir kategori olarak ortaya çıkışını makalesinde konu edinmiştir (akt. Dixon, 2012). Dini hayatın, duygusal açıdan ilk kez ele alınması 19. yüzyılın sonları 20. yüzyılın başlarına doğru olmuştur.

Din psikoloji alanının kurucusu kabul edilen James, dini duyguların psikolojik temellerini ve bireysel deneyimlerdeki rollerini inceleyen öncü çalışmalarıyla bilinir. James (1902)’in en önemli eserlerinden biri olan Dinsel Deneyimin Çeşitleri (The Varieties of Religious Experience) dini duyguların doğasını ele alması açısından oldukça önemli bir çalışmadır. Bu çalışmada James, dini deneyimlerin evrenselliğini vurgulayarak, bu deneyimlerin insan psikolojisindeki önemli yerini

savunur. Dini duyguların, bireylerin yaşamlarını anlamlandırma, manevi doyum ve kişisel dönüşüm süreçlerinde merkezi bir rol oynadığını öne sürer. James, dini duyguları sadece inanç sisteminin bir parçası olarak değil, aynı zamanda psikolojik ve duygusal süreçlerin bir ifadesi olarak anlaşılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Edwards (1746), dini duyguları ve manevi deneyimleri ele aldığı *Dini Sevgilerle İlgili Bir Risale* (A Treatise Concerning Religious Affections) adlı eseri mevcuttur. Bu eser üç bölümden oluşmakta olup ilk bölümde duyguların önemi ve dindeki yerine ilişkin bilgiler verilmektedir. İkinci ve üçüncü bölümde dini duygulardan, dini duygunun işlevlerinden ve insanın duygularının Tanrı'yla olan ilişkisinden bahsedilmektedir.

Underhill (1911), *Mistisizm: Ruhsal Bilinçliliğin Doğası ve Gelişimi Üzerine Bir Araştırma* (Mysticism: A Study of the Nature and Development of Spiritual Consciousness) adlı kitabında mistisizmi ve dini duyguları incelemiştir. Underhill, eserinde mistizmin teorik olmayıp pratik olduğunu, maneviyatı kapsadığını, duygulardan beslendiğini ve insanın ruh haliyle yakından ilişkili olduğunu ifade etmiştir (URL-1, 2024). Kitap, mistik deneyimin doğasını ve gelişimini anlamak için derinlemesine bir inceleme sunarak literatüre katkıda bulunmuştur.

Pargament (1997), dini başa çıkma stratejilerini ve dini duyguların bireylerin yaşamındaki rolünü derinlemesine incelemiştir. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* adlı eserinde, çeşitli dini başa çıkma stratejilerini tanımlar ve her bir stratejinin belirli durumlarda nasıl işlediğini açıklar. Örneğin, dua, meditasyon, topluluk desteği gibi stratejiler, bireylerin farklı stresli durumlarla nasıl başa çıktıklarını anlamada kullanılır. İnanç sistemlerine dayalı stres azaltma yöntemlerinin etkilerini araştırmıştır. Pargament'in sunduğu bilgiler, klinik ve danışmanlık pratiğinde dinin ve manevi inançların nasıl kullanılabileceği konusunda yol gösterici olabilir. Özellikle, manevi destek arayan bireyler için başa çıkma stratejilerinin nasıl entegre edileceği konusunda pratik öneriler sunarak literatüre katkıda bulunmuştur.

Dini duyguların bireylerin yaşam amaçları ve manevi doyum üzerindeki etkilerini araştıran bir diğer önemli araştırmacı Emmons'tur. Dini duyguların kişisel hedefler ve yaşam anlamı üzerindeki rolünü vurgulayarak, bu duyguların bireylerin psikolojik sağlığı ve genel iyilik hali üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koyar (Emmons, 1999; 2003; 2005b). Emmons (2003), çalışmasında şükran duygusu ve maneviyat arasındaki ilişkinin derinlemesine anlaşılmasını sağlayarak, pozitif psikoloji ve din psikolojisi alanlarına önemli katkılarda bulunur. Emmons (2005b), çalışmasında dini duyguların kişisel gelişim ve kendini gerçekleştirme süreçlerinde kritik bir rol oynadığını öne sürer. Özellikle dini duyguların bireylerin zorluklarla başa çıkma yeteneğini güçlendirdiğini ve yaşama daha derin bir anlam kattığını vurgular.

Dini duyguların psikolojik sağlığa etkisi konusunda çalışma yapan isimlerin başında Koenig gelmektedir. Koenig, dini duyguların fiziksel ve ruhsal sağlık üzerindeki kapsamlı etkilerini araştırarak günümüzde de canlılığını sürdürmüştür (Koenig vd., 2001). Handbook of Religion and Health adlı eserinde dini duyguların sağlık üzerindeki etkilerini sistematik olarak inceleyerek, dinî kaynakları kullanmanın sağlık ve iyilik hali üzerindeki potansiyel faydalarını ortaya koymuştur. Bu eserde psikolojik sağlık açısından, dinin rolü ve dini inançların ruhsal iyilik hali, stresle başa çıkma, anksiyete ve depresyon üzerindeki etkileri tartışılır. Din ve manevi uygulamalar, bireylerin duygusal sağlıklarını nasıl etkiler, bu süreçte hangi başa çıkma stratejileri devreye girer gibi konular ele alınarak literatüre katkı sunulmuştur.

Exline ve Rose (2013), çalışmasında özellikle dinsel ve manevi deneyimlerle ilgili olarak olumsuz duygulara ve Tanrı'ya karşı öfke gibi konulara odaklanmaktadır. Bireylerin Tanrı'ya karşı hissettikleri öfkeyi inceleyerek, bu duygunun genellikle kişinin hayatında olumsuz bir olay veya kayıp yaşadığında ortaya çıktığını ortaya koymaktadırlar. Çalışmada, Tanrı'ya öfkenin yaygın bir duygu olduğunu ve bu duygunun manevi krizlere, inanç sorgulamalarına ve dinsel şüphelere yol açabileceği vurgulanmıştır.

Hood ve Paloutzian, din psikolojisi ve dini deneyimlerin psikolojik etkileri üzerine önemli çalışmalar yapmışlardır. Bu çalışmalar sırasında özellikle dini deneyimlerin kişinin yaşam memnuniyeti, stresle başa çıkma mekanizmaları ve genel psikolojik

sağlığı üzerindeki etkileri incelenmiştir (Hood vd., 2009). Paloutzian ve Park (2013), dini ve manevi deneyimlerin anlaşılmasına yönelik çeşitli teorileri ve modelleri tanıtmışlardır. Çalışma sırasında bu deneyimlerin psikolojik işleyişini anlamak için kullanılan teorik yaklaşımları ve bu yaklaşımların pratikte nasıl uygulandığını incelemişlerdir. Ayrıca dini inançların bireylerin stresle başa çıkma yetenekleri, genel yaşam memnuniyeti ve psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkileri detaylı olarak sunulmuştur. Park (2005) stres, travma ve dini/spiritüel başa çıkma konularında da çalışmalar yaparak literatüre katkıda bulunmuştur. Richards ve Larson, din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkileri kapsamlı bir şekilde ele alarak, din ve manevi uygulamaların, fiziksel ve psikolojik sağlık üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini tartışır. Dinî inançların hastalıkların tedavisi, stresle başa çıkma ve genel iyilik hali üzerindeki etkilerini araştırmıştır (Larson vd., 1998; Richards ve Bergin, 2005). McCullough ise dini ve manevi faktörlerin sağlık ve yaşam süresi üzerindeki etkilerini incelemiştir (McCullough vd., 2000). Bu çalışmalar, dini duyguların bireylerin psikolojik sağlığı üzerindeki karmaşık ve çok boyutlu etkilerini anlamak açısından literatüre katkı sunmaktadır.

Dini duyguların psikolojik sağlığa olan etkileri, çeşitli dinî inançların çocuklar üzerindeki psiko-sosyal etkileri ve dini kimliğin ergenlik dönemindeki rolü gibi konular sıklıkla incelenmektedir. Bu çalışmalar, farklı kültürel bağlamlarda dini duyguların nasıl şekillendiğini ve hangi faktörlerin bu süreçte etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle, COVID-19 pandemi sürecinde dini duyguların bireylerin psikolojik dayanıklılığı üzerindeki rolüne dair yapılan araştırmalar, bu dönemin dinî inançlar ve duygular üzerindeki etkilerini anlamamıza katkı sağlamıştır. Bununla alakalı olarak Bentzen (2020), COVID-19 sürecinde yapmış olduğu bir araştırmada, güçlü dini inançlara sahip bireylerin pandeminin yarattığı belirsizlik ve stresle daha iyi başa çıktığını ortaya koymuştur. Bu çalışmada, dini pratiklerin (dua, ibadet, meditasyon gibi) bireylerin psikolojik sağlıklarını korumada önemli bir rol oynadığı bulgulanmıştır. Literatürde bu konuda başka çalışmalarda ortaya konulmuştur (Dein, 2020; Idler, 2021).

Ülkemizde ise dini duygular konusunda yapılan çalışmalar, bu duyguların bireylerin psikolojik, sosyal ve kültürel hayatlarına etkilerini anlamaya yönelik önemli bulgular

sunmaktadır. Geçmiş dönemlerde Ribot, duyguları detaylı bir şekilde çalışmasına konu etmiştir. Ribot'un yazmış olduğu kitap, M. Tunç tarafından Hissiyat Ruhhiyyatı adı ile 1927 yılında Türkçeye çevrilmiştir. Bu eser, duyguların psikolojik boyutunu inceleyerek duyguların insan davranışları üzerindeki etkilerini araştırır. Kasapoğlu (2014), Hissiyat Ruhhiyyatı eserin “Dini His” başlıklı dokuzuncu bölümünü sadeleştirerek “Dini Duygu” adında çalışma ortaya koymuştur. Bu çalışmada dini duyguyu oluşturan unsurlara yer verilmiştir. Dini duygunun oluşumunun zihni gelişime bağlı olduğu ifade edilerek zihni gelişim ve duygusal gelişim olarak çalışma iki aşamada ele alınmıştır.

Dini duygularla alakalı olarak Fırat (1977)'in “Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu” adlı doktora tezi önemli çalışmalar arasındadır. Bu tez çalışmasında, öğrencilerin dini inançlarının ve duygularının onların kişisel, psikolojik ve sosyal yaşamları üzerindeki etkileri ortaya konulmuştur. Üniversite öğrencilerinin dini deneyimlerinin daha iyi anlaşılması ve onların manevi ihtiyaçlarına yönelik destek mekanizmalarının geliştirilmesi açısından önemli çalışmalar arasındadır.

Şahin (1993), “Yetiştirme Yurtlarındaki Gençlerin Dini Duygu, Düşünce, Tutum ve Davranışları Üzerine Bir Araştırma” adlı yüksek lisans tez çalışmasında yetiştirme yurdunda yer alan gençlerin yeterli düzeyde dini bilgiye sahip olmadıkları buna bağlı olarak da dini duygu, düşünce, tutum ve davranış gelişiminin yeterli seviyede olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Orhan (1997), “Televizyonda Yayınlanan Şiddet, Cinsel ve Dini İçerikli Filmlerin ve Çizgi Filmlerin Çocukların Dini Duyguları Üzerinde Etkisi” adlı yüksek lisans tez çalışması bulunmaktadır. Bu çalışmada, medya içeriklerinin dini duygulara zarar verdiğini bulgulamıştır. Çocukların dini duygularının biçimlenmesinde medya içeriğinin önemine dikkat çekmiştir.

Yıldız (2007), “Sokakta Çalışan Çocuklarda Ahlaki ve Dini Duyguların Gelişimi” adlı yüksek lisans tezi ile çocukluk döneminde dini duygunun gelişiminin diğer gelişim süreçleriyle paralel olduğunu söylemiştir. Sokakta çalışan çocukların dış

etkenlerin tespitini yaparak bunların dini duyguların gelişmesinde etkisini ortaya koymuştur. Mülakat tekniği ile edindiği bilgiler neticesinde yaşa bağlı olarak dini duygunun ve din algısının değişeceğini bulgulamıştır.

Bahçekapılı (2010), “Ortaöğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgi Dersinin Öğrencilerin Dini Duygu, Düşünce ve Davranışları Üzerindeki Etkisi” adlı doktora tez çalışmasında din kültürü ve ahlak bilgisi dersinin öğrencilerin dini duygu, düşünce ve davranışlar konusunda %80’in üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle din kültürü ve ahlak bilgisi dersinin öğrenciler açısından önemli olduğunu ve öğrencilere yön verdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yavuz (2012), Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi adlı eseriyle dini duygular konusunu müstakil anlamda ilk ele alan kişi olmuştur. Bu kitapta ilkökul dönemi 7-12 yaş arası çocuklarında dini duygu ve düşüncenin gelişim aşamaları ele alınmıştır. Kitabın bu yaş aralığı üzerinde olmasında çocuğun temyiz gücü ve düşünce açılımını yaşamış olması gelmektedir. Ayrıca samimi bir güven ortamı kurulduğunda gelişim durumuna göre çocuğun dini duygusu ve düşüncesi hakkında bilgi alınabileceği görülmektedir. Dini duyguların ve düşüncelerin aile, çevre ve eğitim faktörleriyle nasıl şekillendiğini detaylı bir şekilde açıklamaktadır. Kitap, çocukların dini gelişim süreçlerinin anlaşılmasında teorik ve uygulamalı bilgiler sunarak, bu alandaki literatürde önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Çocukluk döneminde dini duygular hakkında başka çalışmalar da bulunmaktadır (Oruç, 2010; Bilici, 2012; İçmeli, 2013). Oruç (2010), “Okul Öncesi Dönemde Dini Duygunun Kökenleri ve Gelişimi” adlı makale çalışması bulunmaktadır. İnsandaki gelişim aşamalarının insanı bütünüyle etkilediğini ifade eder. Bu bağlamda dini gelişimin, diğer gelişim süreçleri ve din eğitimi açısından önemli olduğunu söylemiştir. Oruç, dini duygulara kaynaklık eden duyguları beraberinde erken çocukluk döneminde yer alan çocukların dini duygu gelişim aşamalarını ele alırken; Bilici (2012), Çocukta Dini Duygunun Teşekkülü adlı eseriyle çocukluk dönemi dini duyguların gelişim aşamaları ile ilgili çalışmalar yaparak alana katkıda bulunmuştur. Bu eserde, çocukluk döneminden itibaren gelişimini sürdüren Allah tasavvuru ele alınarak, dini düşüncelerin dini duyguyu beslediği yönünde çıkarımlarda bulunmuştur. İçmeli (2013) ise, “Çocukta Dini Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi” konusunda derleme

alışması yapmıştır. Çocuęun bilişsel gelişimi ilerledikçe somuttan soyuta doğru algılama alanı gelişmektedir. Buna bağlı olarak dini duygu ve dūřunceleri de zenginleşmektedir. Bu çalışmada çocuğun zihinsel gelişimine bağlı olarak dini duygu ve dūřüne gelişiminin gerçekleşeceği ele alınmıştır.

Yurttař (2016), “Psikolojik Sağlamlığın Kazanılmasında Dini Duygu ve Dūřüncenin Rolü ve Önemini” adlı yüksek lisans tezinde zorlu yaşam olayları karşısında dinin, dini duygu ve dūřüncenin insanın bař etme becerisini desteklediğini bulgulanmıştır. Ayrıca çalışmada psikolojik sağlamlığın kazanılmasında dini duygu ve dūřüncenin önemli olduğunu vurgulanmıştır.

Koçak (2016), “Duygular ve Din Duygusu” adında yüksek lisans tezi ile inancın duygusal bir karakter taşıyıp taşımadığını teorik olarak ele almıştır. Bu tezde duyguların tanımı, psikolojik ve biyolojik temelleri, duyguların teorik çerçeveleri ele alınarak duyguların nasıl oluştuğu, işlevleri ve farklı duygusal deneyimlerin genel özellikleri işlenmiştir. Dini inancın tecrübe edilmesinde duyguların rolüne dikkat çekilerek literatüre katkı sunulmuştur.

Dini duygular üzerinde yapılan bir diğer alışma Dülgeroęlu (2017)’nin, “Sokakta alışan ocuklarda Dini Duygu ve Dūřüne Geliřimi: Üsküdar Örneęi” adlı yüksek lisans tezidir. Bu çalışmada sokakta çalışan çocukların dini duygu ve dūřüncenin gelişimi başta olmak üzere dil gelişimi, psiko-sosyal, bilişsel gelişimlerinin olumsuz etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Son yıllarda yapılan araştırmalar, dini duyguların bireylerin stresle başa çıkma becerilerini artırdığı ve yaşam memnuniyetlerini yükselttiğini göstermektedir. Örneğin, Kaya ve elenk (2020) tarafından yapılan bir çalışma, dini inançların ve pratiklerin üniversite öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini azaltmada önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde, Demir ve Ayten (2021), yaşlı bireylerde dini duyguların sosyal destek ve yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkilerini incelemiş ve dini aktivitelerin yaşlıların toplumsal katılımını ve genel iyilik hallerini artırdığını bulmuştur. Ayrıca, Erten ve Yıldız (2019), dini duyguların aile içi ilişkilerde güven, empati ve dayanışma duygularını

pekiştirdiğini belirlemiştir. Bu çalışmalar, ülkemizdeki dini duyguların bireysel ve toplumsal düzeydeki önemini vurgulamakta ve bu alandaki literatüre değerli katkılar sağlamaktadır.

Ardalan incelenerek dini duygular üzerinde yapılan empirik ve teorik çalışmalar sunulmaya çalışılmıştır. Bu çalışmalarda dini duyguların çeşitli kültürel ve teolojik bağlamlarda nasıl deneyimlendiği ortaya koyulmaya çalışılmıştır. Bu duyguların neler olduğu, psikolojik iyilik hallerini nasıl etkilediği, stresle başa çıkma ve toplumsal ilişkiler üzerindeki rolünün ne olduğunu açıklanmaya çalışılmıştır. Ayrıca, dini duyguların sağlıklı yaşam tarzları, anlam arayışı ve toplumsal normlarla olan ilişkileri yansıtılmaya çalışılmış, bu duyguların bireyler ve topluluklar üzerindeki genel etkilerini değerlendirilmeye gayret edilmiştir. Araştırmacılar, dini duyguların kimlik oluşumundan toplumsal dayanışmaya, bireysel ve psikolojik sağlıktan ahlaki davranışlara kadar geniş bir yelpazede incelemiş ve farklı teorik yaklaşımlar geliştirmiştir. Nitel araştırmalar, kişisel deneyimlerin ve duygusal tepkilerin derinlemesine anlaşılmasına katkı sağlamış, dini duyguların karmaşık ve çok boyutlu yapısını gözler önüne sermiştir. Genel olarak, bu literatürde dini duyguların insan davranışı ve toplumsal yapı üzerindeki etkilerini anlamada önemli bilgiler sunulmaya çalışılmış ve bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerektiği vurgulanmıştır. Yabancı literatürde dini duygular konusu teorik ve empirik boyutlarıyla ele alınmışken, ülkemizde sınırlı sayıda çalışma yapılmakla beraber empirik bir çalışmanın olmaması gözler önüne serilmiştir. Bu araştırma literatürdeki mevcut bilgi birikiminden faydalanarak oluşturulmuştur. Dini duyguların doğasına ilişkin empirik bir çalışma yapılarak literatürdeki boşlukların doldurulması amaçlanmış ve dini duygular konusuna yeni katkılar sağlaması düşünülmüştür.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Duygular

2.1.1 Duygulara Tarihsel Açıdan Yaklaşım

Duygular çok çeşitli alanlara, farklı disiplinlere ve alt uzmanlıklara konu olmaktadır. Genel psikolojide merkezi bir fikir olarak ele alınırken, klinik ve anormal psikolojide temel bir kavram ve etolojik, ortak psikolojide düzenleyici bir kavram olarak kullanılmaktadır. Sosyobiyojide de duygular konusu yer almakta, psikiyatri ve psikosomatik gibi disiplinlerde ise duygu temel bir kavram olarak ele alınmaktadır (Plutchik, 1980).

Duygu araştırmalarının Antik Yunan'da uzun bir geçmişi vardır. Duyguları açıklama girişimi Platon ve Aristoteles'e kadar uzanır. M. Ö. 300'lü yıllardan söz etmek mümkündür (Polat, 2018). Antik dönemlerden bugüne gelinceye değin duygu konusunda birçok yaklaşımdan söz edilmiştir (Scherer, 2003). O yıllarda filozoflar, ruhsal alanlardaki meseleleri akılla açıklamaya çalışmışlardır (Bender, 2013). M. Ö. 427-347 yıllarında yaşamış olan Platon, ruhun üç bileşenden oluştuğunu söylemiş, bu üç bileşeni duygu, bilinç ve motivasyon olarak ifade etmiştir. Platon'un bu düşüncesi farklı tartışmalara da yol açarak zamanla duygu-bilinç ilişkisine evrilmiştir. Sonraki yıllarda Aristoteles duygulara varsayımlarla birlikte oluşturulan yardımcı unsurlar misyonunu yüklemiştir. Platon'un duygu ve bilinç düşüncesinin aksine Aristoteles, kesin bir ayırmadan söz edilemeyeceğini ifade etmiştir (Scherer, 2003). Ruhsal meselelerin akılla açıklanması duyguların varlığının ötelenmesine yol açmıştır. Bu bakış açısı duyguların geri planda kalarak aklın ön plana çıkmasına zemin hazırlamıştır (Bender, 2013).

Platon'un "Devlet" (Politeia) adlı eserinde duygu kavramı, ruhun üç bölümü bağlamında ele alınır; akıl (nous/logos), öfke/irade (thymos), ve istek/arzu (epithymia). Bu üç bölüm, bireyin ahlaki ve toplumsal yaşamında nasıl bir rol oynadıklarını anlamak açısından önemlidir. Bu eserde Platon, duyguların eğitimi üzerinde de durur. Özellikle gençlerin eğitimi, duygularının doğru yönlendirilmesi

açısından önemlidir. Müzik, spor ve felsefi eēitim, bireyin ruhunun dengeli ve uyumlu olmasını saēlar. Platon, doēru eēitim ile bireylerin duygularını kontrol edebileceēini ve adil bir yaēam srebileceēini savunur (Eyboēlu ve Cimcoz, 2019). Aristoteles ise, kalp ve nefes kavramlarını barındıran felsefi bir temele dayanan duygu teorisi ortaya koymuētur. Duygusal tepki ile beraber zevk ve acının açıklaması, duyguları gündemde tutmuētur. Bir diēer felsefe dēncesi olan stoacılar, duygunun entelektüel yönüne deēinerek duyguyu bir yargı olarak ortaya koymuēlardır. Öte yandan Augustine, Hristiyan teolojisinin geliēimine önemli katkılarda bulunmuē ve duyguların temelinde iradenin ifadeleri olduēunu savunmuētur. O, duyguların insan iradesinin bir yansıması olduēunu ve bu nedenle ahlaki deēerlere dayalı olarak deēerlendirilmesi gerektiēini ileri srmētur (Chadwick, 2001). Descartes ise, duyguları bedensel mekanizmalarla iliēkilendirmiē ve bunları kan, kalp ve beyin üzerinden açıklamaya alıēmıētır. Descartes'ın bu indirgemeci yaklaēımı, duyguların beden üzerindeki uyarıcı ve aktive edici etkilerini vurgulamaktadır. Descartes, "Ruhun Tutkuları" adlı eserinde, duyguların insan bedenindeki fizyolojik süreçlerle nasıl etkileēime getiēini detaylı bir Şekilde ele almıētır (Descartes, 1989). Öte yandan Descartes, duyguların biliēsel temeli olduēunu savunan ilk filozoflardandır (Dursun, 2007). Descartes'e göre duygular, davranıēa yarar getirip getirmemesi yönüyle ve davranıēın ifade ediliē Őekliyle iliēkilidir. rneēin; bir olayın öfkeye deēer olduēunu dēnmek, fkelenebileceēimiz manasına gelmektedir (Bender, 2013, s. 5).

Filozofların aklı önceleyici tutumları, duyguların insan hayatındaki yerinin uzun yıllar göz ardı edilmesine neden olmuētur. Bu göz ardı ediliēin nedeni duyguların zihinsel süreçler kadar net olmadıēı grēdr. Duyguların gözleme ve deneye uygun olmaması, sınırlarının ve kurallarının kesin çizgilerle belirlenememesi, duyguların zihinsel süreçlerin bir sonucu veya önemsiz bir ayrıntısı olarak görülmesi duygular konusunun göz ardı edilmesinin gerekçeleri olarak grlmētur (Uysal, 1996, s. 22). 19. yüzyıl Alman filozofu G. W. F. Hegel ve diēer felsefeciler, duyguya yönelik birtakım gerçekleri göz ardı etmiē olsalar da duygu konusunu hiçbir zaman ihmal etmemiēlerdir (Solomon, 2008).

Duygu kavramının modern anlamda temeli 17. yüzyılın ortalarına deneysel bilimin doğuşuna rast gelmektedir. Tıbbi alanda çalışmalar yapan Willis, insanın mutluluk ya da gerginlik zamanlarında ortaya koyduğu tepkinin kaynağının beyin olduğunu sinir sisteminden kaynaklandığını ileri sürmüştür. Bundan sonraki süreçlerde hayvanlarda refleksleri inceleyen filozoflar, davranışların sebepleri altında mekanik süreçlerin etkili olduğunu söyleyerek ruhsal açıklamalara gerek olmadığı görüşünü iddia etmişlerdir. 19. yüzyılın başında Brown, Edinburgh'ta yapmış olduğu bir ders sırasında beden üzerindeki açıklamaların yetersiz olduğunu öne sürerek “emotion”, “duygu” kelimesini ortaya atmıştır. Böylece bu yeni kavramla beraber duygu dünyasının anlamlandırılmasında yeni bir anlayış ortaya çıkmıştır. Bu çalışmanın sonrasında 1830’lu yıllarda Darwin, duygular konusuna bilimsel ve ciddi olarak eğilim göstermiştir. 1872 yılında İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi adlı kitapta bulgularına yer vererek, duyguların dinamik olduğunu milyonlarca yıldır süregelen evrim sürecinin sonucu olduğunu iddia etmiştir. Darwin’in bu ifadelerinden sonra 1880’li yıllarda duyguların kalıtsal refleksler olduğu görüşü öne atılmıştır. James, bedenin verdiği tepkileri duygularla eş değer tutarak duygunun öneminde dikkat çekmiştir (Smith, 2022, s. 16).

19. yüzyıla kadar duygulara yönelik klasik bir yaklaşım sürdürülmüştür. Zekâ ve duygu arasında ayrım yapılarak, zekânın duygulardan bağımsız değerlendirilmesinin hata oranını düşüreceği görüşü klasik yaklaşımın temelini oluşturmaktadır. Sonraki yıllarda ise duyguların etkisini ve varlığını onaylayan çalışmalarla seyir değişmiştir (Mert, 2015, s. 7). 1890’lı yılların başında Freud ise, duyguların bilimsel olarak yazılamayacağını, zihnin (bilişin) ve psişenin (ruhun) kompleks yapısının bu durumu güçleştireceğini söylemiştir. Bununla birlikte Freud, “duygu tonları” kavramı ile duygular üzerinde çalışma yapmış, duyguların bastırılabilir yanlarının olduğunu ya da biriktirilip dışa vurulabilir yanlarının olduğunu ifade etmiştir. Freud, dil süreçlerinin ve rüyaların duyguların bastırılmasından ötürü gelişebilen bilinç dışı süreçler olduğunu ileri sürerek duygular konusuna geniş bir bakış açısı kazandırmıştır (Smith, 2022, s. 18). 20. Yüzyılın başlarında duygu teorileri ortaya atılmıştır. Bilişsel teorilerden ilki Schacter ve Singer’in iki faktörlü duygu teorisidir (Kayaoğlu, 2019). Duygulara olan bakış açısının değişmesiyle beraber bu konuya

yönelik araştırmalar artmış ve bilimsel açıdan ele alınarak bugünkü çalışmalara gelinmiştir (Bender, 2013).

Duyguların tanınması ve anlamlandırılması duygusal sağlık için de önemli görülmüştür. 1970'li yılların sonlarına doğru Ledoux, beyindeki duygu mekanizmaları konusunda çalışmalar yapmıştır. Duyguların beyinde nasıl oluştuğu, duygulanım sırasında nasıl tepkiler verdiği konusunda katkıda bulunmuştur (Ledoux, 2020, s. 9). Bu bağlamda 1990'lı yılların ortalarında ortaya çıkan duygusal zekâ kavramı ile duygulara yönelik olarak araştırmalar artmıştır. Duygu farkındalıkları, kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını tanımaları gibi çalışmalar bu konunun ciddiye alınmasına popüler hale gelmesine sebep olmuştur (Smith, 2022).

20. yüzyılın ortalarına doğru duygusal zekâ kavramını ilk kez Salovey ve Mayer, kullanmıştır. Duygusal zekânın, uyum sağlama konusunda üç yetenek taşıdığını ifade etmişlerdir (Mayer ve Salovey, 1993, s. 433). Sonrasında Goleman, 1995 yılında Duygusal Zekâ adlı kitap yayınlarak, bu kavramın üzerinde durmuş kavramın bugünkü anlamına kavuşmasında katkıda bulunmuştur. Ayrıca bu çalışmasında duyguların anlaşılmasında ve ifade edilmesinde bazı becerilere dikkatleri çekmiştir (İşmen, 2001).

Günümüzde ise modern kuramcılar, genellikle duyguların sebepleri ve sonuçları üzerinde açıklamalar yaparak duygular konusunda bilişsel yaklaşımlar sergilemektedir (Kırhan, 2014). Beraberinde bu kuramcılar duyguların insan davranışı, düşünce yapısı ve sosyal ilişkiler üzerindeki etkilerini anlamaya yönelik kapsamlı çalışmalar yapmışlardır. Bu bağlamda, Ekman (1992), temel duyguların evrenselliğini savunarak, insanların farklı kültürlerde benzer duygusal ifadeler sergilediğini öne sürmüştür. Ekman'ın çalışmaları, yüz ifadeleri üzerinden duygu tanıma ve ifade etme konularında önemli bulgular sunmaktadır. Barrett (2017) ise duyguların biyolojik kökenlerine odaklanmış ve duygu kategorilerinin beyinde sabit değil, dinamik süreçlerle oluştuğunu savunmuştur. Barrett'ın Teorik Yapı Modeli, duyguların bireysel deneyimler ve kültürel bağlamlar tarafından şekillendirildiğini ileri sürer. Richard Lazarus R. S. (1991), duyguların bilişsel değerlendirme süreçleriyle yakından ilişkili olduğunu vurgulamış ve stresle başa çıkma

mekanizmalarını incelemiştir. Lazarus'un kuramı, bireylerin çevresel tehditleri ve kaynakları nasıl değerlendirdiğine dayanarak duygusal tepkiler geliştirdiğini öne sürer. Damasio (1994), duyguların ve beden sinyallerinin karar verme süreçlerindeki rolünü araştırmış ve duyguların rasyonel düşüncüyü desteklediğini savunmuştur. Bu modern kuramcılarının çalışmaları, duyguların karmaşık yapısını ve insan hayatındaki çok yönlü etkilerini anlamamıza katkı sağlamaktadır.

Özet olarak söylemek gerekirse, geçmiş dönemlerden bugüne gelinceye değin duygunun tarihsel işleyişinde pek çok psikolog, filozof, sosyolog, antropolog ve tarihçi yer almışlardır. Birçok dönemde duygular üzerinde bireysel bakıştan söz edilmiş olsa da toplumsal ölçekte de duygular konusu ön plana çıkmıştır (Kurt, 2021). Bireysel ve toplumsal bakış başta olmak üzere duygular konusu günümüzde de gelişimini sürdürmeye devam etmektedir (Dursun, 2007).

2.1.2 Duygunun Tanımları

Bugüne kadar pek çok duygu tanımı yapılmış fakat duygu belli bir kalıba konulamamıştır. Bu durumun temel sebepleri arasında duygu konusunun gelişimi, derinliği ve duygunun değişken bir yapıya sahip olduğu söylenebilir (Yavuz, 2012, s. 21). Duygu kelime itibariyle Latince "movere" kökünden gelmektedir (Polat, 2018). İngilizce karşılığı "emotion"dır. Bu kelimenin Latince kökeni incelendiğinde ise "motion" kelimesi ortaya çıkmaktadır. Hareket anlamına gelen bu kavram, insanda var olan yaşantının dışı vurulması halidir (Tarhan, 2010).

Merriam-Webster Sözlüğüne göre duygu; korkmak, nefret etmek gibi güçlü bir histir. Genellikle belirli bir nesneye karşı yönlendirilen güçlü duygular olarak, şahsa özgü şekilde tecrübe edilen bilinçli eylem olarak tanımlanmaktadır (URL-2, 2024).

APA'nın psikolojik terimler sözlüğüne göre duygu (emotion), bireyin kişisel olarak önemli konu veya bir durumla baş etmeye çalıştığı deneysel, fizyolojik ve davranışsal reaksiyonları barındıran kompleks yapılar olarak ifade edilmektedir (URL-3, 2024).

Türkçede ise duygu kavramı, anlam bakımından, yukarıdaki tanımlamalara yakın olmakla birlikte, Türk Dil Kurumu Sözlüğünde, “duygularla algılama”, “belirli nesne olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim”, “his”, “önsezi”, “nesneleri veya durumları etik açıdan ve sanatsal yönden değerlendirme yeteneği”, “kendine has bir ruhsal hareket ve hareketlilik” anlamına gelmektedir (URL-4, 2024).

Kubbealtı lügati ise duyguyu, “bir duyu organı ile idrak etme ve bu idrak neticesinde açığa çıkan his” ve “bir yaşantının insanın ruh halinde ortaya koyduğu etki, his, ihtisas” olarak tanımlamaktadır (URL-5, 2024).

Duygu ile ilgili olarak çeşitli araştırmacılar tarafından yapılmış tanımlamalar aşağıdaki gibidir:

Duygu içeriğinde his kelimesini barındırır. Ancak his bir içsel deneyimdir; duygu hislerin ifade edilmiş halidir. Ayrıca deneyimsel, davranışsal ve fizyolojik yönü olan, bireysel yaşantıların ve olayların yol açtığı kompleks örüntü olarak tanımlanmaktadır. Duyguların oluşumunda uyarının olması ve olayın algılanması ve yorumlanması etkilidir (Karakaş, 2017; URL-6, 2024).

Özkan (2014, s. 154), duyguların, ruhsal, fiziksel ve davranışsal boyutları olan kişiyi eylem aşamasına yönlendiren karmaşık hisler olarak tanımlamıştır. Goleman (2002, s. 51), duyguların his olduğunu buna özgü olarak gelişen düşüncelerin, psikolojik ve biyolojik hallerin bulunduğunu söylemiş, duygunun biyolojik yönüne dikkatleri çekmiştir. Dökmen (2001, ss. 89-93) ise duyguyu, anın içinde hissedilenleri fenomenal alan olarak dile getirir ve bu alandaki isteklerin, heyecan taşıyan iç yaşantıların adını duygu olarak adlandırır. Pamuk (2021, s. 175) ise duygunun, fiziksel olarak bedene etkisinin yanı sıra deneyimlerin sonucu olarak ortaya çıktığını ifade eder. Damasio (2006, s. 15) duyguları, biyolojik ve nörobiyolojik açıdan ele alarak, duyguyu zihinsel değerlendirme sürecinin sonunda vücutta meydana gelen değişim süreci olarak tanımlamıştır.

Psikolojinin odağında insanı anlamak ve davranışlarının ardında yer alan süreçleri ele almak söz konusu olduğundan duygu konusu psikoloji için önemli yer yere

sahiptir. Davranışların şekillenmesinde ve oluşum sürecinde etkili olmasından dolayı duygular psikolojinin doğrudan çalışma alanına girmektedir (Tuna, 2018). Psikoloji literatürüne bakıldığında duygunun, bireyin düşünce ve davranışları üzerinde etkisi olduğunu birey üzerinde fizyolojik ve psikolojik değişimleri sağladığını söylemek mümkündür (Kleinman, 2015).

Bilişsel duygu yaklaşımına göre duygu dört farklı bileşenle tanımlanmaktadır. İlk olarak uyarıcı nesne, durum veya fikir kişinin konumuna göre yorumlanır ve değerlendirilir. İkinci aşamada özel olarak bir duygu açığa çıkar. Örneğin sevinmek, korkmak gibi. Üçüncü aşamada ise nefes alıp vermede değişim, kalp atışında farklılaşma gibi bazı fizyolojik değişiklikler meydana gelir. Son aşamada ise tebessüm etme, terleme gibi gözlemlenebilen somut davranışların açığa çıkması söz konusudur. Böylece duygunun davranışlar üzerindeki etkisi göz önüne konulmaktadır (Plotnik, 2009).

Duygular, genel olarak jest, vücut dili ve mimiklerle yansıtılmaktadır. Duygular nasıl hisler taşıdığımızın yanı sıra neler yapmak üzere olduğumuzla alakalı davranışsal açıdan sosyal anlamlar da taşıyabilmektedir (Plotnik, 2009). Bununla birlikte duygular insanın eyleme geçişini kolaylaştıran unsurlardandır. Çevre ile etkileşim sonucunda açığa çıkan duygular, insanın varlığını sürdürmesi bakımından ve türün devamlılığı bakımından etkilidir (Taşbaş, 2019). Bireyin tercihinin ne yönde olacağı konusu da duygularla bağlantılıdır. Bu bağlamda davranışların başlangıç ve bitiş sürecinde duyguların etkisinden söz edilmektedir (Koçak ve Kayıklık, 2019). Davranışın başlangıç aşamasında duygular temelde güdüleyici bir rol üstlenir. Sonrasındaki tüm aşamalarda davranışın başlamasında, yönlendirilmesinde ve sürdürülmesinde duyguların yer aldığını söylemek mümkündür (Tuna, 2018).

Bununla birlikte nörobilişselciler, dış dünyadan gelen uyaranları yorumlayıp kaçmak mı yaklaşmak mı gerektiğinin kararını beyindeki temporal lobların derinlerinde yer alan duygu komuta merkezi olan amigdala ile gerçekleştiğini ifade etmişlerdir (Smith, 2022, s. 15). Duyguların tecrübesine zemin hazırlandığında beyin görüntüleme cihazları sayesinde amigdala birtakım değişimlerin olduğu görülmektedir. Ayrıca duygunun beyinde özel bir yerde olmadığı da araştırma

bulguları arasındadır. Buradan hareketle duyguların biyolojik temelinde birtakım etkileşimler bulunmaktadır (Metin, 2019).

Tüm bunlardan yola çıkarak denilebilir ki, duygular kişinin iç dünyası ile ilişkili olarak varlığını sürdürmektedir. Herkesin duyguyu tecrübe edişi değişmekte ve belli bir kalıba sokulamamaktadır. Bu sebepten standart bir tanımlama yapmak mümkün değildir (Demir ve Fersahoğlu, 2014). Bununla birlikte duygu tanımları sadece yukarıda yer verilen tanımlardan ibaret olmayıp, hormonların ve davranışsal değişikliklerin de dâhil edilerek oluşturulduğu tanımlamalar bulunmaktadır (Çapan ve Kartal, 2012, s. 191).

2.1.3 Duyguları Açıklayan Teoriler

Tüm duygu teorileri tarihsel süreç içinde gelişmiştir. Duygunun doğasına dair katkı sunan bilim adamlarının başında; Darwin, James ve Freud gelmektedir. Duyguların doğasına dair derinlikli araştırma yapan isimlerden biri de Darwin'dir (Plutchik, 1980). Duyguların nasıl oluştuğunu nelerin duyguların oluşumunda etken olduğunu araştıran kuramcılar kendi isimleri ile bazı teoriler ortaya koymuşlardır (Çapan ve Kartal, 2012). Yüz geribildirim teorisiyle Darwin duyguları jest ve mimiklerle açıklamaya çalışmıştır. Cannon-Bard teorisi ve James-Lange teorisinde duyguların fizyolojik boyutlarını ele almıştır. Lazarus'un bilişsel değerlendirme teorisi ve Schachter-Singer teorisinde duygusal deneyimlere bilinç eklenmiştir (Koçak ve Kayıklık, 2019, s. 689).

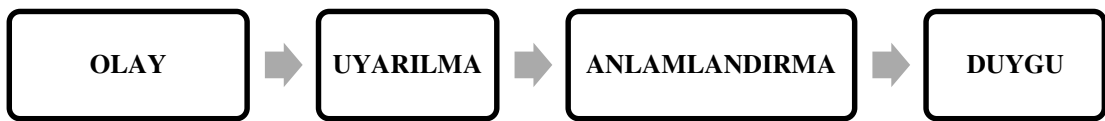
Plutchik (1980), duygu teorilerinin ortaya konulmasına ilişkin olarak bazı önerilerde bulunmuştur. Bu öneriler arasında, duyguların tüm evrimsel süreçler için uygulanabilir olması beraberinde hayvanlar içinde geçerli olması, duyguların evrimsel bir tarihe sahip olması ve farklı türlerde çeşitli ifade biçimlerinin evrimleşmiş olması gelmektedir. Beraberinde duyguların yaşama içgüdüğü bağlamında karşılaşılan sorunlarla baş etmede uyum sağlayıcı bir rolünün olması, her ne kadar ifade biçiminin ve türlerin farklılığına rağmen duyguların bazı ortak öğelerden oluşuyor olması yer alsa da temelde duyguların az olması öneriler arasında yer almaktadır.

Modern duygu teorileri ise, duyguların uyumu gerçekleştirmede çok önemli görevi olduğunu savunmaktadır. Bu işlevler arasında, duyguların kişinin karar vermesinde kolaylaştırıcı bir unsur olması aynı zamanda, kişiyi seri tepki vermeye hazırlayıcı olması, davranışların ortaya çıkışında bilişsel yapıyı sunması, bedenin tepkilerini oluşturmaya yer almaktadır (Çam ve Soylu, 2021).

Temel duygu teorileri üç ana kategoriye ayrılmaktadır. Fizyolojik alanda Lange-James Duygu Teorisi ve Bard-Cannon Duygu Teorisi. Nörolojik alanda Yüz-Geri Bildirim Teorisi. Bilişsel alanda Bilişsel Değerleme Teorisidir. Fizyolojik teoriler, insan vücudundaki değişimlerin duyguların sorumluluğunda olduğunu öne sürerken, nörolojik teoriler, beyindeki eylemin duygusal tepkilere yol açtığını öne sürmektedir (Sreeja ve Mahalakshmi, 2017, ss. 651-657). Ayrıca, beyinde yaşanan farklı duygu durumlarının altında nöral temelli süreçlerin nasıl geliştiği ifade edilmektedir (Plotnik, 2009, s. 360). Bilişsel teoriler ise, düşüncelerin ve diğer bilişsel süreçlerin duyguların ortaya çıkmasında etkisi olduğunu savunmaktadır (Sreeja ve Mahalakshmi, 2017, ss. 651-657).

2.1.3.1 Lange-James teorisi

Lange ve psikolog James tarafından öne atılan bu kuram, duygu teorileri arasında en bilinen teorilerdendir. Buna göre, olaylar karşısında verilen fizyolojik tepkiler duyguları ortaya çıkarmaktadır.



Şekil 2.1 Lange-James teorisi duygu modeli

Birey dışarıdan uyarana maruz kaldığında sonuç olarak fizyolojik tepki vermektedir. Bu tepkilerin yorumlanış biçimleri de duyguyu meydana getirmektedir (Kleinman, 2015). Bu teoriye göre duygunun oluşumunda sırasıyla dört bileşenden söz etmek mümkündür. İlk bileşen uyarıcılardır. Diğer beyindeki oluşum sürecidir yani anlamlandırmalardır. Davranışsal olarak değişimler üçüncü bileşeni oluşturur. Son bileşen açığa çıkan tepkidir. Bu tepki teoriye göre duygu olarak adlandırılmaktadır.

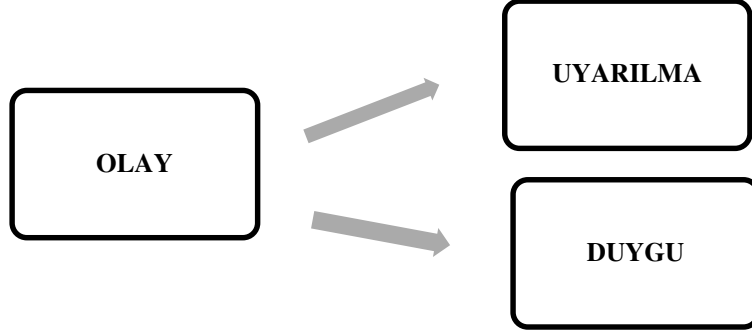
Uyarıcı, beyinde farklı görüntü oluşturur, farklı fizyolojik değişimler farklı duyguları açığa çıkarır, son bileşen olan tepki böylece oluşmuş olur. Teoriye göre, beynimiz bazı fizyolojik değişimleri duygu şeklinde yorumlar ve tüm duyguların temelinde birbirinden bağımsız fizyolojik bağlantıların olduğu düşünülmektedir (Plotnik, 2009, s. 360). Ayrıca teoride, hissedilen duygunun iç organlardan gelen duyumlarla bağlı olarak ortaya çıktığı ifade edilmektedir (Cannon, 1931, s. 109).

Duygular, korteks tarafından doğrudan yönetilmezler. Talamik bölgedeki nöronların duygularla doğrudan ilişkisi vardır. Sonuç olarak talamustaki süreçlerin duygusal deneyimin kaynağı olduğunu söylenir. James-Lange teorisine göre beden ve zihinsel işleyiş süreci birbirinden ayrılmamaktadır. Bedensel değişiklikler korteksten gelen uyarılardan kaynaklanır ve kortekse geri bildirimde bulunur. Bunun sonucunda değişiklikler meydana gelirse korteks, duygusal bir uyarı almış olur. Duygusal bir deneyim yaşandığında davranış oluşur (Cannon, 1931).

James-Lange teorisi modern kuramcılar ve bilim adamları tarafından terk edilmiş bir teori olsa da psikologlar kuramın işlevsel olduğunu düşünmektedirler (Kleinman, 2015, s. 202).

2.1.3.2 Cannon-Bard duygu teorisi

Bu teori 1930 yılında Cannon ve Bard tarafından James-Lange'nin teorisinde yer alan eksikliklere tepki olarak ortaya atılmıştır. Cannon duyguların anlaşılmasında, duygusal duruma eşlik eden fizyolojik değişiklikleri ele almıştır. Bu kurama göre, fizyolojik ve duygusal reaksiyonlar eş zamanlı olarak ortaya çıkmaktadır. Cannon, duyguların ve açığa çıkan fizyolojik tepkilerin beynin talamus noktası tarafından kontrol edildiğini söyler (McNaughton, 1989, s. 8). Duygular, beynin talamus (beynin motor kontrol, duyularla ilgili kısmı) bölgesine gönderilen mesaj sonucunda açığa çıkmaktadır. Tüm bu işleyişin sonunda ise fiziksel tepki oluşur (Kleinman, 2015, s. 202). Kurama göre, talamus duygu tecrübesini, hipotalamus ise duygu ifadesini denetler (Karakaş, 2017; URL-6, 2024).



Şekil 2.2 Cannon-Bard duygu modeli

Uyarıcı, duyu organlarıyla algılanır, yorumlanır. Tepkinin ortaya çıkmasından önceki aşamada uyarıcı kortekse aktarılır, bu da talamusun uyarılmasını sağlar. Sonuç olarak uyarılma ve duygu aynı anda ortaya çıkmış olur (Kleinman, 2015, s. 203).

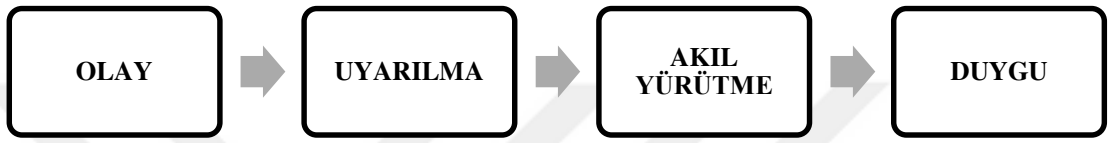
Beyin, duygusal uyarıların algılar, işler, sonrasında tepkileri ve açığa çıkan duyguyu ayrı ayrı üretir. James-Lange'nin teorisinin aksine duyguda yer alan içgüdüsel yapılara karşıdır ve duyguların benzer yanlarının yanı sıra bağımsız tepkiler olduğunu savunmuştur (Friedman, 2010, ss. 383-393).

Laird ve Lacasse (2014), Cannon- Bard teorisi bu fikrini beş farklı görüşle desteklemiştir. Bu görüşlerin ilki, merkezi sinir sistemine bağlı olmayan iç organların, duygusal davranışın sonucunu değiştirmeyeceğidir. Diğer, iç organlarda meydana gelen değişiklikler, bazen duygusal durumlar neticesinde bazen de duygusal olmayan durumlar neticesinde oluşabilir. Bir başka görüş, iç organların geri dönüt sağlamak konusunda duyarsız olduğudur. Diğer bir görüş, iç organların, hızlı yaşanan duygusal tecrübelerin açıklanmasında yavaş tepkiler vermesidir. Son olarak duygular açısından önemli ve özel olan iç organların değişimi dışarıdan etki sonucu oluşmaz görüşüdür.

Kişi herhangi bir durumla karşı karşıya kaldığında, 80 milisaniye süresi içinde duruma yönelik bir fikir oluşturur. Vücudu ise; kalp atışları, kas kullanımı, genel olarak vereceği fiziksel tepkileri o olaya yönelik tepki oluşturur. Kişi ya kaçır ya saldırır yahut donakalır. Sonuç olarak kişide uyarılma ve duygular eş zamanda açığa çıkmış olur (Pamuk, 2021).

2.1.3.3 Schachter- Singer teorisi

Singer ve Schacter tarafından 1962’de teori ortaya konulmuştur. İki faktör kuramı olarak da bilinen bu kuram bilişsel temelli bir kuramdır. Bu kurama göre, bir olay karşısında ilk olarak fizyolojik uyarılma meydana gelmektedir. Bu uyarılmanın ardından birey nedenini bulma konusunda çabaya girer, yaşadığı durumu tanımlamaya çalışır ve bu durumu duygusal olarak adlandırır (Kleinman, 2015, s. 203).



Şekil 2.3 Schacter-Singer duygu modeli

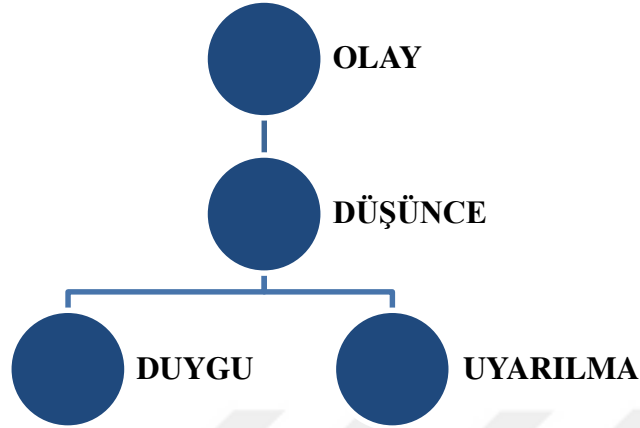
Bu teori, olayları yorumlamak gibi zihinsel süreçlerin duyguları açığa çıkardığını savunan ilk teoridir. Düşünme yoluyla bir olayın yorumlanması, analiz edilmesi tarzındaki zihinsel aşamaların hisleri açığa çıkarabildiği yönündeki, Schacter-Singer teorisi, günümüzdeki “duyguların bilişsel değerlendirilmesi” kuramının özünde yer almaktadır. Bilişsel değerlendirme teorisi, bir nesne, durum, bir olayla ilgili yorum, değerlendirmeye yönelik aşamaların birbirinden değişik duygulara yol açabileceğini ya da tüm bunlara katkı sağlayabileceğini savunur (Plotnik, 2009, s. 361).

Schacter’a göre duygunun oluşumunda iki bileşenden söz etmek mümkündür. Fizyolojik uyarılma ve uyandıran durum hakkında biliş. Duygu, biliş ve uyarılmanın ön planda olması teorisinin duygusal deneyimle ilgilendiğini, bilişin bir durum veya olayın duygusal değerlendirmesine atıfta bulunduğunu ve uyarılmanın öncelikle içe dönük olarak açığa çıktığını savunmaktadır (Reisenzein, 1983, ss. 244-245).

2.1.3.4 Lazarus teorisi

Bu teori 1990 yılında Lazarus tarafından geliştirilmiştir. Bu teoriye göre duygudan ve fizyolojik uyarılmalardan önce düşünceler vardır. Duygunun ortaya çıkması için öncelikle o alanda düşüncenin olması lazımdır. Düşünceler duyguları meydana

getirir. Cannon- Bard teorisinde olduğu gibi, Lazarus'un teorisinde de duygu ve uyarılma eş zamanlı olarak ortaya çıkar (Kleinman, 2015, s. 204).



Şekil 2.4 Eş zamanlı duygu ve uyarılma

Lazarus'a göre, duygunun meydana gelmesi kişinin değerlendirmesi ile ilişkilidir. Uyarının birey açısından ne anlama geldiğine dair inançları duygunun deneyim sürecini şekillendirmektedir (Mavral, 2021, s. 33).

Lazarus, duyguların, bir olayın birey için taşıdığı anlam ve bunun sonucunda oluşan değerlendirme süreçleriyle (appraisal) şekillendiğini savunur. Bu bakış açısı, dindarlık ve dini deneyimlerin birey için anlam taşıdığı durumlarda, bu anlamın duygusal yanıtları nasıl etkileyebileceğini açıklar. Dindarlık bağlamında, duyguların meydana gelmesinde bilişsel değerlendirmelerin öneminin vurgulandığı Lazarus'un teorisi, daha uygun bir çerçeve sunar (Lazarus, 1991; 1999).

2.1.3.5 Yüz ifadesine dayalı geribildirim teorisi

Darwin, 1872 yılında İnsan ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi adlı kitabında duyguların açığa çıkma sürecini inceleyerek bu alanda ilk çalışmayı ortaya koymuştur (Bruhns, 2018). Darwin'in bakış açısına göre, duygular temelde uyum sağlayıcıdır ve bir hayvanın davranışlarını, çevresinin isteklerine uygun şekillerde düzenlenmesine yardımcı olmaktadır (Plutchik, 1980, s. 15). Yüz ifadesine dayalı geribildirim teorisi 1962 yılında Tomkins tarafından bu görüşün devamı olarak gelişimini sürdürmüştür (Kleinman, 2015). Darwin'in yüz kaslarından gelen

geribildirimın duygusal hislere yol açtığı düşüncesi, Tomkins tarafından geliştirilerek teorinin temelini oluşturmuştur (Keltner ve Eckman, 2000).

Teorinin açıklamasına bakılırsa yüz kaslarından açığa çıkan duygusal geri bildirimin, yüz ifadesine karşılık gelen öznel duygulara yol açmasıdır. Bir nevi düşünceler duygulara ayna tutmaktadır. Örneğin; gülümsüyorsak mutlu olduğumuz sonucu ortaya çıkar, somurtuyorsak mutsuz olduğumuz sonucu ortaya çıkar (Kleinman, 2015).



Şekil 2.5 Yüz ifadesine dayalı geri bildirim modeli

Bu teoride dört bileşenden meydana gelmektedir. İlk olarak uyaran, beynin yüz kaslarından ve deriden geri bildirim alması, geri bildirimle beraber farklı duyguların hissedilmesi, son olarak ortaya konan tepkide oluşmaktadır. Yüz geribildirim teorisi, derimizin ve yüz kaslarımızın kullanımından sonra oluşan geribildirim beyin tarafından başka duygular olarak da yorumlanması sürecidir (Plotnik, 2009, s. 360). Bunun yanı sıra araştırma sonuçlarına göre, duyguların ifade edilmesinde bir takım çevresel ve kültürel unsurların yer aldığı bilinmektedir (Metin, 2019, ss. 2050-2055).

2.1.3.6 Nörobilişsel yaklaşım

Günümüzde nöroloji alanında bazı ilerlemeler kaydedilmiş, duyguların, tutum ve davranışların insan beyninde nasıl bir karşılık bulduğu konusunda çalışmalar yapılmıştır (Bahadır, 2010, s. 49).

Duygusal nörobilim yaklaşımı, beyin tarafından uyarıcıların değerlendirilmesini, farklı duygusal tecrübelerin ortaya çıkmasını ve bunların ifade edilmesini sağlayan durum ve duyguların temelindeki nöral süreçleri ele almaktadır (Plotnik, 2009, s. 362).

Nörobilişsel yaklaşım konusunda öncü isimlerden biri de LeDoux'tur. LeDoux'un nörobilişsel yaklaşımı, duyguların sadece psikolojik değil, aynı zamanda biyolojik

bir temele dayandığını vurgular ve bu sayede duyguların daha iyi anlaşılmasını sağlar. Duyguların beyindeki belirli yapılarla, özellikle amigdala ile ilişkili olduğunu vurgular. LeDoux'un araştırmaları, korku gibi duyguların, amigdalanın yanı sıra, beyin sapı ve diğer bölgelerle nasıl etkileşime girdiğini gösterir. Bu süreçte, amigdala tehlike sinyallerini hızlı bir şekilde algılar ve vücuda uygun tepkiyi oluşturur. Ayrıca duyguların sinirsel temellerini araştırarak, duygusal deneyimlerin beyindeki sinirsel ağlar aracılığıyla nasıl oluştuğunu ve düzenlendiğini açıklar. Bu, duyguların sadece basit tepkiler değil, aynı zamanda karmaşık sinirsel süreçlerin ürünü olduğunu gösterir (LeDoux, 1996).

Tüm bu yaklaşımlardan hareketle denilebilir ki gerek nörolojik, gerek bilişsel ve gerekse sosyal alanda farklı perspektiflerden duygular konusunda çalışmalar yapılmıştır.

2.1.4 Duyguların Yapısı

Duygular, insanın iç dünyasında karmaşık ve çeşitli faktörlerin etkileşimiyle ortaya çıkan zihinsel durumlardır. Sinirsel, hormonal ve bilişsel süreçlerin birleşimiyle şekillenen duygular, genellikle dışsal uyarıcılara veya içsel düşüncelere tepki olarak ortaya çıkar. Her duygu, bireyin deneyimlediği duruma bağlı olarak farklı şiddetlerde ve sürelerde yaşanabilir. Duygular genellikle subjektif olup, kişisel değerlendirmeler ve önceki deneyimler tarafından şekillendirilebilir. Bu nedenle, duygular insan psikolojisinin anlaşılması ve yönetilmesi açısından önemli bir konu olarak kabul edilir.

Duygular yapısı itibarıyla dinamikdir. Duygunun dinamik yapısı ve yorumlanmaya açık oluşu farklı yaklaşımları ortaya çıkartarak tanımının yapılmasını güçleştirmiş ve beraberinde çeşitlendirmiştir. Bu tanımların çeşitli olmasının sebebi farklı disiplinlerin kendilerini ilgilendirdiği biçimde duyguyu ele almalarıdır. Bunun yanı sıra duygular içinde bulunulan dönemin şartlarına ve değerlendirilme biçimine göre değişmektedir (Koçak ve Kayıklık, 2019).

Farklı alanlara göre duygular incelendiğinde duyguların birbirinden farklı yönleri ortaya çıkmaktadır. Nörobiyolojik açıdan duygular, beynin limbik sisteminde ortaya

ıkan nörokimyasal tepkileridir (Polat, 2018). Bilim insanlarının ve araştırmacıların çalışmaları incelendiğinde beyin yapısının, beynin çalışma şeklinin nasıl olduğunu, duygu ve düşünce üretiminin tam olarak nasıl gerçekleştiğini söylemek mümkün değildir. Bu nedenle duyguların beyinde nasıl üretildiği sorusunun net bir cevabı verilememektedir. Bazı araştırmacılar beynin kimyası ile alakalı olduğunu söylenmektedir (Fisher ve Adams, 1994). Bu görüşe ilaveten duygu ve heyecan konusunun kişinin sinir sistemi ile çok yakından alakalı olduğu söylemiştir (Peker, 2000, s. 97).

Biyolojik açıdan ele alındığında ise duyguların dürtüsel yönü bulunmaktadır. Ayrıca duygular, saldırganlık, üreme, susuzluk, açlık, gibi temel dürtüleri bünyesinde barındırır. Dürtüsel yönü insanlarda ve hayvanlarda mevcuttur. Beynin yapısının incelenmesiyle sol beyinin mantık, muhakeme, düşünme, hesap, kavram, anlama, kavrama konularında görevli olup sağ beynin ise daha çok estetik, sanat, zevk ve duygu yanının olduğu ortaya konulmuştur (Tarhan, 2010, s. 29). Duyguların davranışlar üzerinde de önemli etkisi vardır. Bu durumun duyguların incelenmesinde zorlayıcı olduğu ifade edilmektedir (Plutchik, 1980). Bu bağlamda duygunun, bedendeki, davranışlardaki değişimlerden zihinsel süreçlerdeki değişime kadar pek çok alana etki ettiği görülmektedir.

Bununla beraber bazı araştırma sonuçlarına göre, duyguların davranışsal, fizyolojik ve tecrübeye dayanan kompleks bir yapıya sahip olduğu ortak görüştür. Lazarus bu görüşü destekleyen araştırmacılarıdır. Ona göre, duygular, öncelikle psikolojik boyutu ile ön plandadır beraberinde davranışsal ve fizyolojik boyutlarıyla da ele alınmalıdır. Duygu, kişilerin hareketini güdüleyen bir rol üstlenir. Bu bağlamda duygular, ruhsal, fiziksel ve davranışsal boyutları olan kişiyi eylem aşamasına yönlendiren karmaşık hislerdir.  rnek vermek gerekirse, sessiz bir ortamda kitap okuyan bir kişi aniden ve yüksek frekanslı bir ses duysa ruhsal açıdan, sinir bozucu bulabilir; fiziksel açıdan vücudundaki değişim, hızlı kalp atışı, nefes alıp verme olabilir; davranışsal olarak da yerinden sıçrama gibi ani hareketler gözlemlenebilir ( zkan, 2014, s. 154).

Duyguların insanın zihinsel süreci bakımından bilgiyi işleme, eyleme hazırlık aşaması ve harekete geçirici (yönlendirici) rolü vardır (Greenberg, 2004). Duygular kişi üzerinde yönlendirici olması sonucunda “tendance” adını alır. Yöneliş (tendance) ve eğilim (inclination) aynı anlamı taşımakla beraber insanın hareketlerini amaca doğru taşımakla görevlidir (Topçu, 2019). Duygunun motive edici yanı dinamik olduğunun en önemli sonucudur.

Duyguların çok boyutlu bir yapısının var olduğu görülmektedir. Yaşanılan olaylara, olayı yaşayan kişinin olay algısına bağlı olarak duygunun şiddeti değişebilir. Bunun yanı sıra olumlu duygular olabileceği gibi olumsuz duygularda söz konusudur. Baş etme becerilerinin sonucu olarak uzun vadede yahut kısa vadede duygunun yaşanması hadisesi yer almaktadır. Bazı duyguların daha genel olduğu söylenmektedir. Bu duygular herkesçe bilinir yaşanır herkese göre aynılık söz konusudur. Birtakım duygularda öznelidir. Yani yaşanılan olaya özgü, kişiye özgü spesifik olma hali söz konusudur (Werner ve Gross, 2010).

Plotnik (2009, s. 365), duyguların işlevsel açıdan bazı görevlerinin olduğunu ifade etmektedir. Kişinin nasıl hissettiği ile alakalı olarak sosyal işaretler gönderdiğini, içinde yer aldığı ortama uyum sağlamasını ve hayatın idame edilmesini, davranışların birçoğunun uyarılmasını ve motive edilmesini sağlamak gibi görevlerinin olduğunu söylemektedir.

Duyguların yapısıyla alakalı olarak bir diğer husus, duyguya refakat eden dürtülerdir. Olumsuz olarak nitelendirilen korku ve öfke, çevredeki herhangi bir şeyin tehlike kaynağı olduğunu ve kişinin kendisini koruması için hızlı davranması gerektiğini dürtüler yoluyla kişiye hatırlatmaktadır. Olumlu iki duygu olarak nitelendirilen neşe ve huzur, hissedilmeye başlandığı andan itibaren kişinin güven içinde olduğunu ve memnuniyetini, eğlenmek ve keşfetmek adına serbest bir ortamın var olageldiğini nitelemektedir. Şayet kişi kendisine ve çevresine karşı ilgiyle yaklaşıyorsa merak ve keşfetme dürtüsü açığa çıkar. Böylece duyguların eylem ve bilgi süreçlerini aktive etmeleri için, eşlik eden dürtüyü kullanmaları gerekmektedir. Burada da kişileri harekete geçiren itkinin/motivasyonun kişideki karşılığı önemli olmaktadır. Aksi

halde motivasyon konusunda eksiklik yaşıyan kişide eyleme dönüşme söz konusu olmayabilir (Tokur, 2020, ss. 38-39).

2.1.5 Duyguların Sınıflandırılması

Duyguların sınıflandırılmasında farklı bakış açıları bulunmaktadır. Bu bakış açılarını şekillendiren şeylerin başında eski zamanlardaki duygulara yönelik görüşlerle zaman içerisinde değişen duygu anlayışıdır.

Duyguların sınıflandırılmasında birtakım güçlükler bulunmaktadır. Bunların başında, duyguların kapsam bakımından çok geniş olmasıdır. Bu konuda birçok bilim adamı farklı sınıflandırmalarda bulunmuşlardır (Peker, 2000, s. 97). Bazı araştırmacılar ise temelde iki kısımda ele alarak insanın doğasında olumlu ve olumsuz duyguların yer aldığını söylemişlerdir. En temelde iki duygu olarak bilinen korku ve iğrenme duygusunun mekâna ve zamana bağlı olarak değiştiği söylenmektedir. Bu duyguların diğerlerine kıyasla çok eski zamanlara ait olduğu bilinmektedir. M. Ö. I. yüzyıla dayanan Li Chi adlı Konfüçyüsçü öğretilerin yer aldığı derlemede, insanın doğuştan getirdiği yedi temel duygusunun olduğu görüşü yer almaktadır. Bunun yanı sıra filozof Descartes “ilkel tutku” adıyla altı tane duyguyu nitelemiştir (Smith, 2022, s. 21).

Duyguların birbiri ile ilişkili olması araştırmacılar tarafından farklı boyutlarda ele alınmasını gerekçelendirmiştir. Araştırmacılar duygu boyutlarını belirleyebilmek ve birbiri ile ilişkilerini saptamak amacıyla çeşitli anketler, sözcük kullanımları, yüz ifade şekilleri gibi yöntemler kullanmışlardır. Büyük beşli kuramında olduğu gibi bazı duyguların birbiri ile çok yakından alakalı olduğu söylenmektedir. Yapılan bu ilk çalışmalarda duygu iki boyutta ele alınmıştır (Burger, 2006, s. 318).

Tablo 2.1 Olumlu ve olumsuz duyuş örnekleri, iki boyutlu tablo örneği (Burger, 2006, s. 319)

Yüksek Olumlu Duyuş	Yüksek Olumsuz Duyuş
Güçlü	Gergin
Aktif	Stresli
Tez Canlı	Düşmanca
Hevesli	Korkulu
Coşkun	Sinirli
Heyecanlı	Hoş Görülü
Düşük Olumlu Duyuş	Düşük Olumsuz Duyuş
Uyuşuk	Ferah
Sersemlemiş	Durgun
Uykulu	Gevşek
Donuk	Sakin

Bunun yanı sıra araştırmacılar tarafından yapıcı duygular olarak adlandırılan; sevgi, ümit, güven, şefkat, iyimserlik gibi duyguların en temelde yer alan duygular olduğu bilinmektedir (Tarhan, 2010). Bu görüşe ilaveten, duygular sınıflandırılırken temel kabul edilen duyguların, doğuştan getirildiğini, insan tabiatının ayrılmaz bir parçası olduğunu, tüm kültürlerde varlığını sürdürdüğünü ve evrensel nitelik taşıdığını söylemek mümkündür. Temel duyguların sayısı ile alakalı araştırmacılar görüş birliğine varamamışlardır (Hacızade, 2012, s. 164). Fakat psikologlar temel duyguları belirlemek için özel bir çalışma alanı oluşturulmuştur. Örneğin, Plutchick, temel duyguları sekiz başlıkta ele almıştır. Bunlar, sevinç, onaylanma, korku, şaşkınlık, öfke, üzüntü, tiksinti, umut duygularıdır. Duyguların sınıflandırılması konusunda Goleman da sekiz farklı duygudan bahsetmiştir (Goleman, 1996, ss. 49-50). Bu duygular şunlardır:

1. Öfke: Hakaret, hiddet, gazap, tükenme, kızgınlık, sinirlilik, kin duyma, alınganlık, düşmanlık, şiddet.
2. Üzüntü: Kızgınlık, hırçınlık, acı, elem, neşesizlik, gam, depresif haller, kendine acıma, tek başlılık, umutsuzluk.
3. Korku: Elem, kaygı, zan, asabiyet, ümitsizlik, kuşku, vicdan azabı, ürkme, hayret, dehşet, huzursuzluk, tedirginlik.

4. Zevk: Sevinç, coşku, mutluluk, refah, tatmin, haz, eğlenme, gurur, heyecan, aşırı zindelik, kapris, memnuniyet, coşkunluk.
5. Sevgi: Fedakârlık, aşırı tutkunluk, onaylanma, merhamet, dostluk, güven, iyilik, samimiyet, hayranlık, muhabbet.
6. Şaşkınlık: Afallama, hayret, bocalama, merak, şok.
7. İğrenme: Küçük görme, hor görme, aşağılık, nefret etme, tiksınme, itici bulma hoşlanmama.
8. Utanma: Çile, ürkeklik, mahcubiyet, hayal kırıklığı, suçluluk, pişmanlık, küçük düşme, üzülmeye, çekingenlik.

Werner ve Gross (2010)'a göre ise, birtakım duygular daha geneldir; herkesçe bilinir yaşanır herkese göre aynı etki söz konusudur. Birtakım duygular ise öznedir. Yani yaşanan olaya özgü, kişiye özgü, spesifik olma hali söz konusudur.

Salovey ve Mayer (1990), duygusal zekâ (EQ) kavramını geliştiren öncüler arasında yer alır ve bu kavramı dört ana boyutta ele almışlardır. Duygusal zekâ, bireylerin kendi duygularını ve başkalarının duygularını tanıma, anlama ve yönetme yeteneğini ifade etmektedir. Salovey ve Mayer'in duygusal zekâ modelinin dört boyutu şudur:

1. Duyguların Algılanması (Perceiving Emotions): Bu boyut, duygusal bilgiyi doğru bir şekilde algılama ve tanıma yeteneğini kapsar. Yüz ifadeleri, ses tonları ve beden dili gibi duygusal ipuçlarını anlamak ve yorumlamak bu kapsamda değerlendirilebilir.
2. Duyguların Düşünceye Yardımcı Olması (Facilitating Thought Using Emotions): Duyguların düşünce süreçlerine yardımcı olma kapasitesini ifade eder. Bu boyutta, duyguların problem çözme, yaratıcılık ve karar verme gibi bilişsel süreçlere katkı sağlama yeteneği ele alınır. Duygular, dikkat ve motivasyon gibi bilişsel işlevleri yönlendirebilir.

3. Duyguların Anlaşılması (Understanding Emotions): Bu boyut, duygusal dilin ve karmaşık duygusal süreçlerin anlaşılmasını içerir. Duyguların nasıl geliştiğini ve değiştiğini, farklı duygusal durumların birbirleriyle nasıl ilişkili olduğunu anlama yeteneği bu kapsamda değerlendirilir. Örneğin, üzüntüden öfkeye geçişin nasıl olduğunu anlamak bu boyuta dâhildir.
4. Duyguların Yönetilmesi (Managing Emotions): Duyguların düzenlenmesi ve yönetilmesi yeteneğini ifade eder. Bireylerin kendi duygusal durumlarını ve başkalarının duygusal tepkilerini etkili bir şekilde kontrol edebilmesi, stresle başa çıkma ve duygusal iyilik hali bu boyutun önemli unsurlarıdır. Bu yetenek, duygusal dengeyi koruma ve sosyal ilişkileri olumlu yönde yönetme becerisini içerir.

Adler, 20. yüzyılın başlarında duyguların sınıflandırılmasına ilişkin çalışmasında insan ilişkilerine odaklanarak duyguları iki ana kategoriye ayırmıştır. İnsanları birbirinden uzaklaştıran duygular ve insanları birbirine yaklaştıran duygular. Adler'in bu yaklaşımı, duyguların sosyal bağlamda nasıl işlediğini ve bireyler arası ilişkilerde nasıl bir rol oynadığını anlamaya yöneliktir. Bu sınıflandırma, duyguların bireylerin sosyal bağlarını güçlendiren veya zayıflatan temel etmenler olduğunu vurgulamaktadır. Adler, insanların yaşamlarını anlamlandırma ve sosyal çevreleriyle uyumlu bir şekilde yaşama çabalarının duygusal deneyimlerle nasıl şekillendiğini açıklamıştır (Adler, 1930)

İslami gelenekte duygular sınıflandırılırken, iç-dış/dâhili-harici ya da gizli-açık/zahiri-batini olarak ele alınmaktadır. Beraberinde duygular, ahlaki ve dini duygular olarak da ele alınabileceği gibi elem, korku, kin vs. olarak tek başına da değerlendirilmektedir (Oktay, 2005). Duyguların sınıflandırılmasında tek bir ölçüt kabul edilmemiş, araştırmacılar sınıflandırma yaparken farklı yönleri ile ele alarak duyguları çeşitlendirmişlerdir.

2.2 Din

2.2.1 Dinin Tanımı

Din kavramının tanımlanması sırasında birtakım belirsizlikler, zorluklar, farklılıklar bulunmaktadır. Bunun sebebi olarak, bireylerin din anlayışlarının birbirinden farklı olması, değer yargılarının farklılıkları yer almaktadır. Ayrıca kavramın çok yönlü ve kapsamlı olması tanımını güçlendiren unsurların başında yer almaktadır (İmamoğlu, 2022, s. 3). Bu sebepten araştırmacı sayısı kadar din tanımı yapılması mümkün olmaktadır. Bu nedenle yapılan din tanımları farklı şekillerde tasnif edilmektedir (Yapıcı, 2011, ss. 31-32). Örneğin, din tanımını Cox (2004), teolojik, sosyolojik, felsefi, psikolojik, ahlak olmak üzere beş farklı grupta ele alırken, Yapıcı (2004), dinin anlamı üzerine sosyo-psikolojik yönde çalışmalar yapmıştır.

Psikolojinin konusu olan birey aynı zamanda dinin de muhatabıdır. Din hem bireyi hem de toplumu etkisi altına alan sosyo-kültürel özelliğiyle bireyin davranışlarına ve fikirlerine yön veren bir olgudur (İmamoğlu, 2022). Bu bağlamda hem din hem de psikoloji sahasına ait bazı tanımlara yer verilecektir.

Dil bilginleri din kelimesinin Arapça deyn kökünden geldiğini söyleyerek, “örf, adet, ceza ve mükâfat, gidilen yol vs.” anlamlarında kullanılmaktadır. Din bireyleri kutsal bir şekilde duygu, vicdan ve ortak bilinç etrafında birleştiren toplumların gelişimini sağlayan bir kurumdur (URL-7, 2024). Türk Dil Kurumunda yapılan tanıma göre din, “Tanrı’ya, doğaüstü güçlere, çeşitli kutsal varlıklara inanmayı ve tapınmayı sistemleştiren toplumsal bir kurum” (URL-4, 2024) olarak ifade edilmektedir.

Din, bireylerin duygusal dünyasına odaklanarak aynı zamanda duyguların zenginleşmesini sağlamaktadır (Yıldız, 2023, s. 408). Dinin duygu boyutunu ön plana çıkaran tanımlara bakıldığında inanan insanın yaratıcısı ile kurduğu duygusal his ön plana çıktığı görülmektedir (Kartopu, 2009, s. 49). Din tanımlamalarında duygusal boyut göz ardı edilemez. Bu tanımlamalardan bazıları aşağıda verilmektedir.

Karaca (2011, s. 73), dinin insan üzerinde güçlü motivasyon ve ruhsal eğilimler oluşturduğunu söylemektedir. Pazarlı (1982, s. 29), dinin bireyin hüznü ve keder anlarında teselli edici olduğunu, bireyin ümit duygusuna kavuşmasını sağladığını ifade etmektedir. Adivar (2000, s. 18), dini kişilerin duygulara ve kalbe yönelik ihtiyaçlarını sağlamak için vücuda gelmiş kuruluş olarak tanımlamıştır.

Batı'ya bakıldığında Wunt (1916), dinin insan zihni üzerindeki etkilerini inceleyerek dini deneyimlerin psikolojik temellerini araştırmıştır. Ona göre din, toplumsal ve bireysel düzeyde önemli bir rol oynamakta ve insan davranışlarını şekillendirmektedir. James (1902) din için duyguların ve eylemlerin kutsalla ilişki içerisinde bireysel tecrübeler olduğunu vurgular. Fromm (1963, s. 21), dini yaşantıyı Tanrı kavramı ile sınırlamayıp öznel tecrübelerden oluştuğunu söyler. Maslow (1996, s. 48) ise, dini, zirve deneyim, doruk deneyim olarak isimlendirerek aşkınlık duygularının deneyimlenmesi olarak tarif eder. Jung (1938), religio kelimesinin anlamı ile örtüşen bir tabirle dini açıklayarak, özel bir zihin durumu olduğunu söyler. Schleiermacher (1999), insanın doğasında din duygusu ve sezgisi bulunduğunu dolayısıyla dinin özünde duyguların ve sezginin yer aldığını vurgular. Otto, din için kutsalın tecrübesi kavramını kullanarak tüm dinlerin temelinde kutsallığın olduğunu ifade etmektedir. Dinin tanımlanması konusunda “kutsal” kavramı etkili olmuş, dinler tarihinde “kutsalın tecrübesi” şeklinde ifade edilmiştir (Yıldırım, 2007, s. 60).

2.3 Dini Duygu Nedir?

Din, insanın daima ilgi odağında olan bir konudur. İnsanın dinle yoğun bir alaka içerisinde olması bir takım dini ve insana dair meseleleri ortaya çıkarmıştır. Bu birliktelik neticesinde, dini düşünce, dini inanç, dini tutumlar ve dini duygu meydana gelmiştir.

Din psikolojisinin araştırma alanlarından biride dini hayatın duygu boyutudur. Bireyin ruh dünyasına kolaylıkla erişilmesini sağlayan duygu, aynı zamanda bireyin yaşamı boyunca ruhsal yönüne kaynaklık etmektedir. Bu kaynaklık dini yaşam içinde geçerlidir ve gereklidir. Çünkü kendisini dindar olarak atfeden bir bireyin yaşamında dini duyguların vazgeçilmez bir yeri olduğu ifade edilmektedir (Yavuz, 2012, s. 95).

Bu sebepten din ve duygular birbirine kaynaklık eden iki alandır. Duyguların tarihsel süreci din araştırmalarına katkı sunmuştur. Ayrıca din, duygular tarihinin teorik olarak yapısını zenginleştirmiştir (Cummins ve Stille, 2021). Bunun yanı sıra ayrışan yanları da bulunmaktadır. Bunların başında, duyguların zaman içinde gelip geçici olması, dinin ise istikrarını korumasıyla birlikte yapısının daha dayanıklı olması gelmektedir (Watts, 2009).

Dinin, duygu olmadan ele alındığında eksik kalacağı, felsefi bir konu yahut ideolojiden farkı kalmayacağı araştırmacılar tarafından söylenmektedir. Dini duygu, sıradan tecrübe edilen bir duygu olmayıp, kişinin kutsalla ilişkisi sonucunda ačíđa çıkararak inanç ve iman eksenli temel bir konu olarak ifade edilmektedir (Karacořkun, 2021, s. 67). James, dini hayata duygu eksenli bakan bilim adamlarındandır. Din psikolojisinin temel konusunun bireyin dini deneyimleri olduğunu ve bu deneyimin özünde de duyguların bulunduğunu ifade ederek duygunun dinin ilk ve en temel kaynağı olduğunu söylemiştir. Dini Deneyim Çeřitleri adlı eserinde, duygunun dindeki merkeziyetini vurgulanmaktadır. James, dini tarif ederken duygulardan bağımsız bir tanımlama yapmamıştır. Bütünsel bir bakışla ele alarak “bireyin duyguları, fiilleri ve tecrübeleri” olarak ifade etmiştir. James dini hayatın duygusal boyutunu önemseyerek, duyguları temel alan bir din anlayışından söz etmektedir. James, dini duyguyu dini objeye bağlanma olarak da ačíklamaktadır. Bađlanma duygusunun yoğun yaşanması durumunda dini tecrübenin gerçekteşerek tecrübe anında kiři şiddetli duygusal an yaşayarak görünmez bir iletişimle Tanrı’ya yönelmektedir (James, 1902). Beraberinde bireyin dini yaşama dair tecrübelerinin birtakım duyguları ačíđa çıkarttığını, dinin ve duygunun birbirini besleyen iki alan olduğu da düşünölmektedir (Watts, 2009).

Din psikolojisi alanında dini duygular konusundaki çalışmalar incelendiğinde, dini tecrübeler sırasında hangi duyguların kişiye eşlik ettiğini, bu duyguların kişi üzerindeki etkilerinin nasıl olduğunu, dini alanda sevgi, korku, hayranlık, güvenme, sığınma, teslimiyet, şükretme, minnettarlık gibi duyguların kişide nasıl ortaya çıktığını çeşitli araştırmacılar çalışmalarına konu etmişlerdir (Peker, 2000). Dini sevgi, korku, bağlılık, hayranlık, dayanma, ilahi güce yönelme, istek, teslimiyet, sığınma, ümit, güvenme, irade, şükretmek, yüceltme, sonsuzluğu arama

gibi duyguların dini yaşamın önemli duygularından sayılarak dini duygulara kaynaklık edildiği söylenmektedir (Yavuz, 1983, s. 34). Bir başka tanıma göre dini duygular, inanan insanların dini uyaranlara bağlı olarak iç dünyasında oluşan birtakım deneyimlerdir (Karacoşkun, 2004). Bu ifadelerin yanı sıra dini duygular, hayatı bütünüyle aşkın bir varlığın eliyle sunulmuş zenginlikler olarak nitelendirmek de mümkündür. Bu zenginliklere örnek olarak; şükür, huşu, sevgi, saygı, hayranlık duyma, farkındalık ve umut gibi dini ve manevi duygular verilebilir (Mahoney, 1999; Emmons, 2005b). Bazı araştırmacıların dini duygu tanımlarına aşağıda yer verilmektedir.

Dini tecrübe veya deneyim sırasında ortaya çıkan hislere dini duygu denir (Kasapoğlu, 2005). Din duygusu, aşkın bir varlığın mevcudiyetinden kaynaklanan düşünce, hayal etme ve davranışların insanda açığa çıkardığı duygudur. Ortaya çıkan duygu neticesinde, insan aşkın varlığa yönelir ve ona iltica eder. Bireyin davranışlarının altında birtakım duygusal süreçler bulunmaktadır. Bireydeki din duygusu bilişsel ve davranışsal açıdan değerlendirildiğinde, dini tecrübelerinin oluşumunda din duygusunun etkili olduğunu söylenebilmektedir. Din duygusu, bireyin hem ruh haline hem de toplum içindeki rolüne hitap eden özellikleri kendinde barındırmaktadır. Din duygusu imanın özü olarak ifade edilmektedir. Din duygusu bilişsel ve duygusal yönü olan, bireyin dini yaşantısının niteliğini belirleyen bir duygudur. Duygu kavramının İngilizcede ifade ediliş biçimlerinden biri olan emotion kelimesi kökü itibariyle hareket etmek anlamına gelmektedir. Kişiyi harekete geçirmesi itibariyle din duygusu içinde söylenebilmektedir. Din duygusu, bireyin dini yaşantısının temelinde bulunmaktadır ve bireyi zihinsel ve davranışsal açıdan yönlendirebilecek etkiye sahiptir. Bu sistem, inanca sahip olanların tanrıya yönelmelerinde ve tanrıyı kutsallaştırmalarında etkili olmaktadır (Koçak ve Kayıklık, 2019). Bu bağlam içerisinde dini duygu, aşkın varlığa dair düşünce ve sezgilere binaen açığa çıkan olumlu ve olumsuz hisler/duygular bütünüdür. Dinin emrettiği ritüeller neticesinde hisler ve düşünceler şekillenir, inançlar zamanla inananların hayatındaki yerini alır. Sözlü ve yazılı dini anlatılar sayesinde de bireyin duygu durumu genişleyerek şekillenir (Emmons, 2005b).

Dini duyguları sadece bireysel tecrübeler doğrultusunda değerlendirmeyip toplumsal ve kültürel normlar kapsamında da ortaya çıkabileceğini vurgulayan araştırmacılar bulunmaktadır. Woodhead (2018), dini duygunun, kolektif olduğunu söyleyerek sosyal yanına dikkat çekmiştir. Dini duygular, tüm duygular gibi, bireyin içsel, erişilmesi zor öznel durumlarından ziyade kültürel bir düzenin ve performanslarının bir parçası olduğunu söyler. Dini duyguların, kendinden geçecek kadar aşırı bir sevinçten aşırı karamsarlığa kadar değişebileceğini, ancak her iki durumda da bir deneyim paylaşımı olduğunu ifade etmektedir.

2.3.1 Dini Duygunun Ortaya Çıkmasını Kolaylaştıran Unsurlar

2.3.1.1 Mekân

Mekân, Arapçadan dilimize geçen “kevn” kelimesinden gelmektedir. “Bulunulan yer, olmak, var olmak” anlamını taşımaktadır (URL-8, 2024). Mekân kelimesi ile insanın var oluşu birbiri ile ilişkili olup, mekânın insan varlığı üzerinde anlamı bulunmaktadır. İnsan ve mekân birbirinden bağımsız düşünülemeyen ve birbirini besleyen iki kavramdır. Bu yönüyle mekân, hayatı ve hatıraları saklama işlevi taşır. Dini, kültürel, sosyal ve politik kimlikler taşıyarak bireyi bütünüyle kuşatır (Bozkurt ve Tekin, 2023, ss. 239-240). Din, gündelik yaşamın sürdürülmesinde önemli konumda olduğundan geleneğin aktarılması ve yaşatılmasına kutsal mekânlar öncülük yapmaktadır. Bu yapılar dinsel mana taşımanın yanı sıra geleneğin içinde de yeni anlamlar yüklenmektedir. Kutsal mekânlar, geleneğin içinde doğar, dönüşür, değişir ve dönüştürür (Uygur, 2020, s. 144). Birçok dini inanışta önemli görülen mekân ve insanlık tarihinin başlangıcından beri var olagelen ritüellerin yapıldığı yerdir. Dini duygunun yoğun bir biçimde hissedildiği yerler olan kutsal mekânların dini duygular, düşünceler ve davranışlar üzerinde etkisi bulunmaktadır (Yeğin, 2012, s. 54).

Yıldız'a (2023) göre, dini duygular özellikle manevi mekân ziyaretlerinde, dini ibadetlerin gerçekleştirilmesi ve dini sembollerin idrak edilmesi gibi durumlarda yoğun olarak deneyimlenir. Ayrıca bu duygular, dünyevi kazançların ve kazanımların anlamlandırılmasında da önemli bir rol oynar.

Bu görüşten yola çıkılarak dini duyguların deneyimlenmesinde mekânın etkisinden söz etmek mümkündür. Bu konuda Karaca (2015, s. 153), ibadetlerin gerçekleştirildiği mekânların, bireyin ibadete yönelmesi hususunda ruhen hazırlayıcı etkiye sahip olduğunu söylemektedir. Özel mekân algısı herkese göre değişse de genel olarak, temiz, ferah, sade, sakin, hoş kokulu ortamların bireyin dini duygularını açığa çıkarması konusunda kolaylaştırıcı unsurlardan olup; aksi yöndeki durumlarınsa kötü koku, aşırı gürültü, kirlilik vesaire kişinin kendini ibadete veriş yönünde olumsuz etki oluşturduğunu ifade etmektedir. Dini açıdan kutsal olmayan bazı mekânlar örneğin, doğa ile iç içe olmak, bazı sanatsal yapıtları ziyaret etmek bireyin içe dönüşünü kolaylıkla gerçekleştirebilir. Bu mekânlar kişinin yaratıcıya iltica etmesini kolaylaştırarak huzur ve sükûna kavuşturucu etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Öte yandan Uygur (2020, s. 133), kutsal mekânların taşıdığı mana ile birlikte simgeselliğin, dönüşümlerle günlük hayatta varlığını sürdürdüğünü ifade etmektedir.

Mekân bağlamında akla gelen isimlerden biri Eliade'dir. Eserinde tapınakların (ibadethanelerin) insan zihninin alt yapısında yer alan kodlara işaret ettiğini ve Tanrısal bir dünya tasavvurunda yaşamak isteyen dindar bireylerin özlemini yansıtan yapılar olduğunu eserinde dile getirmektedir. Tanrısal en üst izdüşümün mekân olduğunu vurgulamıştır (Mete, 2020, s. 178). Ayrıca yapılan bazı çalışmalar incelendiğinde mekân ziyaretlerinin bireyler üzerinde psikolojik açıdan pozitif etkisi olduğunu insanların dine ilgilerinin artmasında ve hayır işlerine yönelmeleri konusunda etkisinin bulunduğu görülmüştür (Yeğin, 2012, s. 88). Rizzuto (1979), dini mekânların bireylerde hem huzur hem de yücelik duygusu uyandırabileceğini belirtir. Özellikle gotik katedrallerde veya büyük camilerde olduğu gibi, geniş ve yüksek yapılar, insanlarda Tanrı'nın büyüklüğünü ve yüceliğini hissettirerek dini duyguların derinleşmesine katkıda bulunur. Eliade (1959), kutsal mekânların, mimari tasarım aracılığıyla insanların "kutsal olan" ile bağlantı kurdukları yerler olduğunu savunur. Eliade'ye göre, bir mekânın kutsal kabul edilmesi, onun fiziksel yapısıyla (örneğin, yükselen kubbeler, uzun koridorlar, ışık ve gölge oyunları) doğrudan ilişkilidir. Bu tasarım unsurları, bireylerin ruhsal bir atmosferi hissetmelerini ve dini duyguların ortaya çıkmasını sağlar.

2.3.1.2 İbadetler, ritüeller ve gelenekler

İnsanoğlu yeryüzünde var olageldiğinden bu yana fitratının gereği olarak inanma ve inanmanın gereği olarak da birtakım fiilleri yerine getirmiştir. İnsanın var olduğu alanlarda inançta ibadette beraberinde gelmektedir (Certel, 1999).

İbadet, insanın inancı gereği bağlandığı kudrete kulluğunu göstermek üzere yaptığı hareketler, tapınma olarak tanımlanmaktadır (URL-9, 2024). Türk dil Kurumu sözlüğünde ise ibadet, “insanın Allah’a veya inandığı güce kulluğunu göstermek üzere yaptığı hareketler; namaz, niyaz, taat” olarak tanımlanmaktadır. Bununla beraber ibadet, görsel anlamda bir forma sahip, bazı mekân ve zamanlarda icra edilen özel ritüeller olarak tanımlanmaktadır (Apaydın, 2003, s. 183). Aynı zamanda ibadet inanan bireyin Yaratıcısına karşı duymuş olduğu saygı neticesinde, itaat etmesi ve bir takım nefse hoş gelen eylemlerden vazgeçmesi şeklinde de tanımlanmaktadır. İbadetin gayesi, kulu yaratıcıya yaklaştırmaktır. İbadetin bireyde hislerin yaşanmasında etkisi bulunmaktadır. Çünkü bireyin inanç, düşünce ve duygu boyutunda kendine has olarak hissettiği dini tecrübeler ve bazı haller ibadet vesilesi ile dışa yansımaktadır (Apaydın, 2003, s. 184). Bu boyutu şekillendiren dini duygu ise yaratıcıya duyulan sevgi ve buna bağlı olarak yaratıcıyı razı etme çabası olarak kişi tarafından yaşanmaktadır. Bu bağlamda söylenebilir ki, ibadetin hazırlık aşamasında yahut icra edilmesi sırasında bireye eşlik eden bazı duygular bulunmaktadır. Bunların başında iç huzurun ve mutluluğun geldiği ifade edilmektedir (Apaydın, 2003, s. 188).

Ritüel, din ve kültür bağlamında özel bir anlam taşıyan ve tekrarlanan bir dizi sembolik hareket, söz veya davranıştır. Ritüeller, belirli kurallara göre düzenlenmiş ve genellikle kutsal veya toplumsal bir önemi olan olayları işaret eder. Genellikle bireylerin veya grupların sosyal ve manevi dünyalarını yapılandırmaya, düzenlemeye ve anlamlandırmaya yardımcı olur. Ritüeller, bir topluluğun değerlerini, inançlarını ve normlarını somutlaştıran ve pekiştiren uygulamalardır. Bell'e (1997) göre, ritüeller “insanların sembolik olarak kendilerini ve dünyalarını yapılandırma süreçlerinde kullandıkları bir dizi tekrarlanan ve düzenli davranışlar” olarak tanımlanır. Bell, ritüelin, hem bireylerin hem de toplulukların kimliklerini şekillendirdiğini ve

pekiştirdiğini vurgular. Durkheim (1912) ise ritüellerin toplumsal dayanışmayı güçlendirdiğini ve bireyleri ortak bir inanç veya değer etrafında birleştirdiğini belirtir. Ona göre, ritüeller toplumsal bir varoluşun ifadesidir ve bir toplumun üyeleri arasında bir bağ kurar.

Buradan hareketle ibadetler, ritüeller, bazı merasimler dini duyguların açığa çıkmasında ve yoğun olarak deneyimlenmesinde önemli bir rol oynar. Bu uygulamalar, bireylerin manevi bir deneyim yaşamalarını ve kendilerini daha derin bir şekilde inançlarıyla bağlantılı hissetmelerini sağlar.

2.3.1.3 Sanat ve estetik

Anlamanın ve amacın açık bir şekilde iletilmesinin yanı sıra, verilmek istenen mesajın örtük ve dolaylı üslupla ya da belli seviyeden sonra muhataba anlatılması gibi çeşitli ifade biçimleri bulunmaktadır. Açık olmadan muhataba anlatılmak istenen mesajın örtük bir ifade ile sunulması biçimine sembolizm denilmektedir (Kılıç, 2013, s. 9). Kutsalın ifade edilişi insan yaşamında duygu, düşünce, davranış olarak ortaya çıkmaktadır. Bazı duyguların ve fikirlerin ifade edişinde semboller, törenler, ayinler yer almaktadır (Babaoğlu, 2009). Bu bağlamda sembollerin kutsala yönelik olarak duyguların yaşanmasında etkisi bulunmaktadır.

İnsanın hayatının birçok merhalesinde sembollerin varlığından söz etmek mümkündür. Semboller hem bireyi hem de toplumu etkisi altına alabilme açısından önemli değere sahiptir (Kızıl, 2018). Bu açıdan semboller görünenin ötesinde bir manayı kuşanarak kişinin içsel ve zihinsel süreçlerini mana ile buluşturup kişiyi mücerret olana yöneltmektedir. Bu bağlamda semboller dini inanışlar açısından vazgeçilmez bir unsurdur. Sembollerin dini inançlar açısından vazgeçilmez olması aynı zamanda, manevi-derinlik yönünden yoksun, insanların inanç dünyasına hitap edebilmekten uzak, kof bir görüntüden ibaret olmayışını da sağlamaktadır (Kılıç, 2013, ss. 9-12).

Dini semboller, mistik bazı öğeleri ve beraberinde kutsal olan nesneleri sembolize ettikleri için dinin birtakım işlevlerini de yerine getirmektedir. Bir kavimde yaşayan farklı insanların aynı semboller etrafında bir araya gelmeleri hem sahiplik duygusunu

hem de toplumsal beraberliği kuvvetlendirmektedir. Dini sembolün işlevinden bazıları; kutsal olanı ortaya koyması, gizlide kalan yönleri açığa çıkarması, yaşama anlam katması, bireyin aidiyet duygusu sağlaması ve bireyin kimlik kazanımını sağlaması gelmektedir. Dini sembollerin, kutsalı açığa çıkarması göreviyle birlikte dindar kişilerin “mistik” olan nesneyle iletişime geçmesine de zemin oluşturabilmektedir. Bireyin dini sembole yönelimi sonucunda dini duygu olarak coşku ve heyecan yaşadığı söylenebilmektedir (Kızıl, 2018, ss. 31-39). Kutsal sembollerle dini duyguların birbirinden ayrılmadığı bazı araştırmacılar tarafından söylenilmektedir. Bu beraberlik dini duyguyu kişisel boyutlardan çıkarıp toplumsal, kültürel ve ahlaki birçok farklı boyutlara sahip olduğunu hatırlatmaktadır (Yıldız, 2023, s. 408).

Sembollerin beraberinde sanat, hem görsel hem de performatif biçimleriyle dini duyguları harekete geçirebilir. Dini sanat eserleri, sembolik anlatımlar, renk kullanımı ve kompozisyon gibi estetik unsurlar aracılığıyla manevi anlamları ifade eder. Tillich (1987), sanatın sembolik doğasının, insan ruhunun derinliklerinde dini ve manevi bir yankı uyandırabileceğini savunur. Dini sanat eserleri (örneğin, ikonalar, heykeller, freskler), izleyicilerin kendi dini deneyimlerini yansıtabilmeleri için bir araç sunar. Bu sanat eserleri, insanları Tanrı, kutsallık veya ruhsal gerçeklik hakkında düşünmeye teşvik eder. Wolterstorff (1980), sanatın duyu organları yoluyla dini duyguları nasıl tetiklediğini inceler. Ona göre, sanatsal deneyimler, izleyicilerin iç dünyasında bir rezonans yaratır ve bu, dini duyguların açığa çıkmasına ve pekişmesine katkıda bulunur. Sanat, bireylerin duygusal katılım yoluyla kendilerini Tanrı'ya veya kutsal bir gerçekliğe daha yakın hissetmelerine yardımcı olabilir. Otto (1958), güzellik ve kutsallık arasındaki bağlantıya dikkat çeker. Ona göre, estetik deneyimler, "numinous" (kutsal olanın hissi) duygusunu tetikleyerek insanlarda Tanrı'nın veya kutsal bir gücün varlığını hissetmelerine yol açar. Güzel bir sanat eseri veya doğal manzara, bireylerin hayranlık, korku veya derin bir saygı duygusunu deneyimlemelerine neden olabilir. Scruton (2009), estetik deneyimlerin, insanların ruhsal gelişiminde nasıl bir rol oynayabileceğini araştırır. Estetik, insanların duygusal ve ruhsal dünyalarını derinleştirerek, daha geniş bir manevi anlayışa ulaşmalarına yardımcı olabilir. Özellikle dini sanat eserleri ve güzellik deneyimleri, bireylerde huzur, dinginlik ve içsel bir tatmin duygusu uyandırabilir.

Woolston (1902) dini duyguların bazı fiziksel uyaranlara bağılı olarak artabileceğini ifade etmektedir. Dini fikirleri daha net hale getirmek için görsel ve işitsel unsurlardan yararlanmak buna örnektir. Dini duyguların artmasını sağlayan bu uygulamalar hemen hemen tüm dinlerde vardır. Görsel açıdan örnek vermek gerekirse; Buda figürleri, Haçlar ve Roma kiliselerindeki görseller söylenebilir. Müzik kullanımının dini ibadette hemen hemen evrensel olduğu görüşü de bulunmaktadır. Müziğe örnek olarak, Handel ve Bach'ın savaş dansına besteleri, Dakota'ları uyandırmak için kullanılan müziğin heyecan verici olması adanmışlık duygusunu artmasıyla dini duyguları harekete geçirmektedir. Fiziksel uyaran olan sembollerin dini duygunun artışında böylece rolü ortaya konulmaktadır (Woolston, 1902, ss. 62-79).

2.3.1.4 Kişisel deneyimler

Dini duygular, günlük hayatımızda bize eşlik eden diğer duyguların varyasyonları olduğu söylenilmektedir. Beraberinde genel duygulardan ayırıcı özelliklerinin de bulunduğu ifade edilmektedir. Bu ayırıcı unsurların başında dini duyguların, arkasında bir inanç sistemi bulunmaktadır. Örneğin bir kişinin gün batımını seyrederken hissettiği duygu, tanrıya hayranlık sebebiyle oluşan bir dini duygu ise denilebilir ki, bu kişinin inançlarından ötürü dini duygu açığa çıkmıştır. Kişinin inançlı oluşu, dini bir duyguyu yaşama olasılığını artırmaktadır. Gün batımı örneğini detaylı ele aldığımızda, gün batımı teolojik hiçbir unsur içermez. İlk etapta dini bir duyguyu deneyimlediğini söylemesi kişinin düşündürücüdür. Burada önemli olan husus; kişinin dini algılama sürecidir. Gün batımını seyrederken dini neşeyi yaşadım, sevinç hissediyorum dedirten şey; kişinin nesneye yöneltmiş olduğu dini algılarıdır. Arka planda o nesneye karşı derinleştirdiği bilgilerdir. O nesneye atfetmiş olduğu düşünce kalıbıdır. Sonuç olarak, dini duygular, dini algılarla ilişkilendirilmektedir (Ferran, 2019, ss. 78-80). Bu durumda algı için, hissedilenlerin yorumlanma biçimi denilebilir. Kulakla temas sonucunda hava dalgaları gürültü ya da musiki olarak yorumlanabileceği gibi gözün retinasına ulaşan fiziki enerji, algılanmasına göre belirli bir renk, kalıp veya şekil olarak yorumlanabilir (Santrock, 2011, s. 132). Hood (2001) kişisel deneyimlerin ve algıların dini duyguların ortaya çıkmasındaki rolüne dikkat çeker. Hood, dini deneyimlerin subjektif ve algısal bir doğası olduğunu, bu

deneyimlerin genellikle bireyin kendi iç dünyasında, kişisel hikâyeler ve anlam arayışları ile ilişkili olarak şekillendiğini belirtir. Güler'e göre, Tanrı'ya olan algılamalar da inancın oluşumunda etkili görülmektedir. Tanrı algısı, kişinin Tanrı'ya yönelik olarak duygu, düşünce ve atıflarından oluşmaktadır. Tanrı imajının oluşması için kişilerin Tanrı'ya yönelik bilgisinin olması yeterli görülmektedir. Birey Tanrı'ya yönelik düşünce ve duyguları ile kendine has Tanrı tasavvuru geliştirir (Güler, 2007, ss. 123-124). Bu bağlamda denilebilir ki dini duygunun oluşumunda Tanrı imajı ve Tanrı algısı da etkili olmaktadır. Bu duyguların açığa çıkmasında, kişilerin kendilerini nasıl algıladığı da etkilidir. Bir kişi “dini” ve “manevi” olarak kendini tanımladığında, daha seküler bir yaşantıya sahip olan bireylere kıyasla dini duyguları tecrübe etmesi daha çok beklenmektedir (Watts, 2009). James (1902), *The Varieties of Religious Experience* adlı eserinde, dini deneyimlerin genellikle bireylerin hayatlarında karşılaştıkları olağanüstü ya da yoğun kişisel deneyimlerle başladığını savunur. James bu deneyimlerin bireylerin dini duygularını uyandırabileceğini ve güçlendirebileceğini vurgular. Örneğin, bir kişinin ciddi bir hastalıktan kurtulma sürecinde yaşadığı içsel dönüşüm ve hayatın anlamını yeniden keşfetme deneyimi, bu kişinin Tanrı'ya olan inancını derinleştirebilir ve dini bir uyanışa neden olabilir.

2.3.1.5 Doğa ve çevre

Doğada geçirilen zaman, bireylerin manevi hislerini artırır. Tanrı veya kutsal bir varlık ile bağlantı kurma duygusunu geliştirmektedir (Kaplan ve Kaplan, 1989). Dini duyguların doğa ile iç içe olduğu ve çevresel manevi deneyimlerin bireylerin dini yaşantılarında önemli yer tuttuğu bazı araştırmacılar tarafından ele alınmıştır (Taylor ve Wieren, 2015). Doğal çevre, bireylerde stres azaltıcı ve huzur verici bir etki yaratır. Bu etki, doğanın insanlar üzerindeki psikolojik iyileştirici gücüne dair çeşitli teorilerle açıklanır. Bunlardan bir tanesi stres azaltma teorisi (Stress Reduction Theory – SRT) olarak bilinir. Ulrich (1983), doğanın, stresin fizyolojik belirtilerini azaltarak huzur ve rahatlama sağladığını ileri sürer. SRT'ye göre, doğayla temas, kalp atış hızını düşürür, tansiyonu dengeler ve stres hormonu kortizol seviyelerini azaltır. Bu, bireylerde huzur ve dinginlik duygularının ortaya çıkmasına yardımcı olur. Berry (1999), dini ve ekolojik düşüncenin birleşmesi gerektiğini savunarak, doğanın ruhani ve kutsal bir boyut taşıdığını ifade eder. Berry, doğanın insan ruhu

üzerindeki etkilerini ve ekosistemlerin korunmasının dini ve manevi bir sorumluluk olarak ele alınması gerektiğini vurgular.

Beraberinde doğal manzaraların estetik özellikleri, bireylerde huzur ve hoşnutluk duygusu yaratır. Özellikle su manzaraları, ormanlar ve dağlar gibi doğal unsurlar, insanlarda dinginlik ve sakinlik hissi uyandırır. Wilson (1984), insanların doğayla içsel bir bağ kurma eğiliminde olduklarını ve bu bağın biyofili (doğayı sevmeye) olarak adlandırıldığını belirtir. Bu hipoteze göre, insanlar doğal çevrelere maruz kaldıklarında huzur, mutluluk ve tatmin duyguları yaşarlar. Doğal alanlar, insanların doğayla olan evrimsel bağları nedeniyle rahatlama ve huzur duygularını artırır. Heerwagen ve Orians (1993), doğal manzaraların estetik özelliklerinin, insanlarda pozitif duygusal tepkiler uyandırdığını savunur. Özellikle yeşil alanlar, suyun sesi, doğal ışık gibi çevresel estetik unsurlar, insanların ruh halini olumlu yönde etkiler ve huzur duygusunu destekler. Hood (2001), bir kişinin meditasyon sırasında veya doğada yalnız başına geçirdiği bir an sırasında hissettiği derin huzur ve birlik duygusu, Tanrısal bir varlığın veya ruhani bir bağlantının işareti olarak algılanabileceğini vurgular.

Buradan hareketle doğa, sadece bir fiziksel varlık olmayıp, aynı zamanda Tanrı'nın yarattığı ve insanlarla ilişki kurduğu kutsal bir alan olarak kabul edilebilir.

2.3.1.6 Kişisel hedefler ve manevi arayış

Park'a göre, manevi arayışlar, bireylerin kendilerini daha derin bir anlam ve amaç duygusuyla ilişkilendirmelerine yardımcı olur ve bu süreçte kişisel hedefler, bu anlam arayışını destekleyici bir rol oynar. Manevi arayışlar, bireylerin hayatlarını yeniden değerlendirmelerine ve daha anlamlı, öz-yönelimli hedefler belirlemelerine yol açabilir (Park, 2010). Manevi arayışlar, insanların kendi varoluşlarıyla ilgili sorulara cevap aramalarını teşvik eder ve bu arayışlar genellikle daha büyük bir yaşam amacına veya manevi bir hedefe bağlanır. Park, manevi arayışların bireylerin kişisel gelişim süreçlerine nasıl entegre olduğunu da araştırır. Manevi arayış, kişinin içsel dünyasını keşfetmesine, kendini anlama kapasitesini artırmasına ve bu süreçte daha anlamlı kişisel hedefler belirlemesine katkıda bulunur Park ve Frazier (2008).

Park'ın çalışmaları, manevi arayışların psikolojik iyi oluş ve yaşam tatmini ile pozitif bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Özellikle, manevi hedefler belirleyen bireylerin stresle başa çıkma becerilerinin arttığını ve genel olarak daha yüksek bir yaşam kalitesi yaşadıklarını vurgular. Park ayrıca manevi ve dini deneyimlerin bireylerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerini de ele alır. Manevi arayışlar, kişinin hayatındaki olumsuzlukları anlamlandırmasına ve bu süreçte kişisel direncini artırmasına yardımcı olabilir (Park, 2013). Park, bu süreçte dini ve manevi deneyimlerin, kişisel hedeflerle örtüşen değerler ve inançlar aracılığıyla bireylerin yaşamlarında bir istikrar ve tatmin duygusu sağladığını belirtir.

2.3.1.7 Toplumsal destek ve dini topluluklar

Toplulukla yapılan anlamlı uygulamalar ile bireysel uygulamaların etkileri üzerine literatürde çeşitli çalışmalar mevcuttur. Her iki uygulama türü de bireylerin ruhsal ve dini deneyimlerini etkileyebilir, ancak bu etkiler bağlamdan bağlama değişebilir. Park (2010), bireysel manevi arayışların kişisel anlam ve hedefler bulmada önemli bir rol oynadığını vurgular. Yalnızken yapılan manevi uygulamalar, kişisel anlam arayışını destekler ve bireyin kendini keşfetmesine yardımcı olur. Beraberinde Gergen ve McAdam (2001), bireysel manevi uygulamaların, özellikle meditasyon gibi uygulamaların, kişisel içsel dinginlik ve huzur sağladığını belirtir. Bu tür uygulamalar, bireylerin ruhsal derinliğini artırabilir ve kişisel olarak anlamlı bir deneyim sunar.

Bunun yanı sıra birlik ve beraberlik öncelenerek yapılan bazı ritüeller, ibadetler, uygulamalar insanların dini duyguları yaşanmasında etkili olmaktadır. Wuthnow (2007), topluluk içindeki ortak dini deneyimlerin bireylerin dini bağlılıklarını ve manevi duygularını güçlendirdiğini vurgular. Topluluk içinde yapılan ibadetler ve dini toplantılar, bireylerin kendilerini bir topluluğun parçası olarak hissetmelerini sağlar ve dini duygularını artırır. Krause (2002), dini toplulukların bireylerin dini kimliklerini pekiştirdiğini ve toplumsal bağlar aracılığıyla dini duygularını artırdığını ifade eder. Topluluk içindeki ortak değerler ve inançlar, bireylerin manevi kimliklerini güçlendirir ve dini bağlılıklarını artırır. Ayrıca Cohen ve Wills (1985), sosyal destek sistemlerinin bireylerin ruhsal sağlığını olumlu yönde etkilediğini

belirtir. Topluluk içinde sağlanan destek ve dayanışma, bireylerin dini duygularını güçlendirir ve manevi tatmini artırır. Bu sosyal destek, özellikle dini topluluklarda daha belirgin bir şekilde görülür.

2.3.2 Dini Duyguların Sınıflandırılması

Dini duyguların sınıflandırılması ile alakalı farklı görüşler bulunmaktadır. Ferran (2019, s. 98), dini duyguların bazı özelliklerinden ötürü genel duyguların varyasyonu olduğunu ifade eder. Bu özelliklerin ilki değer ve nitelik derinliği, diğeri bilişsel temeller ve yönlendirildikleri değerler olarak isimlendirir. Dini duyguların kalite ve değer derinliği ile hissedildiğini söyleyerek teolojik bilişe dayandığını savunur. Bir dini duygunun hissedilmesini hakikate değer bir yaşayışla olacağını söyler. Dini duygunun yaşanması için zihinsel anlamda dini içerikli nesnenin varlığından söz edilmesi gerektiğini de vurgular.

Öte yandan dini korku, dini sevgi, dini umut gibi birtakım duyguların temel duygu formları olmadığını, korku, sevgi, umut gibi hislerin dini nesneye yönelimi sonucunda oluştuğunu söyleyen görüşler de dini duyguların sınıflandırılmasında önemli görülmektedir (Koçak ve Kayıklık, 2019, s. 707).

James (2002), dini duygu kavramını toparlayıcı görerek alt başlık olarak daha özel ifadelerle duyguları sınıflandırmıştır. Ona göre dini duygular, manevi korku, manevi hayranlık ve manevi aşk olarak alt başlıkla ifade edilir. James, dini olarak ifadelenen aşk duygusunun, insanda doğal olarak hissedilen sevginin manevi bir objeye yöneltilmesi halinde tecrübe edildiğini ifade eder. Bu bağlamda dini olarak ifade edilen korku, hayranlık, huşu, hayret vs. manevi objeye yönelim neticesinde dini nitelik kazanmaktadır.

Otto (1958) Kutsalın Fikri adlı eseri, din ve teoloji alanında klasikleşmiş bir çalışmadır. Otto, kutsalın deneyimlenmesindeki akıl dışı unsurları tanımlamak için "numinous" (kutsallık) kavramını ortaya atar. Ona göre, kutsalın deneyimi, "mysterium tremendum et fascinans" (dehşet ve hayranlık uyandıran sır) terimiyle ifade edilen bir korku ve gizem duygusunu içerir. Bu duygu, hem korkutucu hem de büyüleyicidir ve sıradan olanın ötesinde, bütünüyle başka bir şeyle karşılaşmayı

temsil eder. Otto, din ve duyguya ilişkin bazı erken yaklaşımlarda bulunarak dini duyguları ayırt etmeye ve tanımlamaya çalışmıştır. Ona göre dini duygular, huşu (tremendum) ve büyülenme (fascinans) duygusu içermektedir (Otto, 1958). Kasapoğlu (2005, ss. 177-178), bu görüşü destekleyerek huşunun temelde kalpte olduğunu yansımalarının ise bedende fark edilen dini tecrübeler olduğunu söylemekte ayrıca huşu kavramını dini duyguların bir çeşidi olduğunu ifade etmektedir. Öte yandan din psikoloğu Pöll (1965) duyguları uyaran durumuna bağlı olarak ikiye ayırmaktadır. Bu sınıflama transitif ve intransitif olarak adlandırılmıştır. Ona göre bireysel tecrübeler neticesinde hissedilen duygular transtif iken, çevredeki kişilerle ve fikri değerlerle hissedilen duygular intransitif olarak adlandırılmaktadır.

Uysal (1996, s. 20), dini korku, şükür, sevgi, hayranlık, sabır, hayâ, bağlılık, hürmet ve tazim, teslim olma, rıza, güvenme, sığınma, ümit, dayanma, minnettarlık, saygı, hüzn vb. duyguların dini tecrübeler ışığında ortaya çıkan dini duygu olduğunu ifade etmektedir. Türk (2014, s. 148) ise, dini duyguları, bağlanma, sevgi, saygı, tevekkül, ümit, korku, sığınma, emniyet, korunma gibi duygularla ifade etmektedir.

2.3.3 Dini Duyguların İşlevleri

İmandaki duygusal yön, dini yaşantıda farklı işlevler taşımaktadır. Bu işlevlerin en başında duyguların kişinin dünyasında motivasyon kaynaklığı yapmasıdır. Ayrıca kişileri güdüleyen bir etkiye sahip olmasıdır. Örneğin, hayata dair anlamsızlık kişinin dine yönelmesini sağlayabilir. Dine yönelmiş olan kişi, böylelikle hayatı anlamlandırma ve hayatın amacına ulaşma hissini gerçekleştirebilir (Paloutzian, 1996, ss. 18-19).

Goldie (2011, ss. 93-101) dini duyguların bilişsel ve estetik yönüne dikkat çeker. Ona göre dini duyguların işlevlerinden biri inanç sahibi kişileri ideal ahlak düzeyine kavuşturması ve erdemli yaşama kaynaklık etmesidir. Bununla birlikte ideal bir dini hayat sürdürmelerini sağlamaktır. Bunun yanı sıra Özbaydar (1970, s. 6) dini duygunun işlevlerinden en başlıcası olarak kişiyi yöneltici ve bağlayıcı olduğunu ifade eder. Bu duygunun kişinin içinde bulunduğu dünyada güven ve teselli edici

olduğunu kişinin kendisi dışında ilahi/aşkın bir varlığa dayanma imkânı sağladığını vurgulamaktadır.

Dini duyguların her birinin huşu, hayranlık, hayret, şükran, sevgi, hürmet, umut, haşyet vs. kendine özgü işlevleri bulunmaktadır. Bireyin hayatını anlamlandırmada, geçmişte yaşamış olduğu zorlu yaşantılardan kaynaklanan olumsuz duygularla baş etmede ve bireyin sahip olduğu yeteneklerinin farkına varmada ve elinde olanların kıymetini bilmede bu duygular oldukça işlevseldir. Bu bağlamda dini duygular hem sosyal alanda hem de bireysel yaşantı düzeyinde katkıları mevcuttur (Ryff ve Singer, 1998).

2.3.3.1 Anlam arayışı

İnsan hayatının ayrılmaz parçası olan din, eski zamanlardan bu yana insanoğlunun varoluşsal anlam arayışına yanıt aramış ve hayatın anlam kazanmasında rol üstlenmiştir (Özcan, 2016, s. 221). Birey, dünyaya gelirken inanma potansiyelini bünyesinde taşımaktadır. İnanma potansiyeli ile ortaya çıkan inanç ise hayatı anlamlandırma sürecine katkı sağlayan en önemli unsurdur (Yüksel, 2020, s. 378). Farklı zamanlardan beri görüle gelmiştir ki, her zaman bireyin bir dine inanma gereksinimi ve bu gereksinime cevap veren inanç kaynakları olmuştur (Kaynak, 2012, s. 676). Din, yaşamın anlamlandırılma sürecinde ve yaşama anlam katma konusunda çok önemli bir yere sahiptir (Kızıl, 2018, s. 34). Din bireyin, neden varım, ben kimim, ölüm ne anlama gelir, ölümden sonra beklenen nedir, hayat yaşamaya değer mi gibi birçok varoluşsal sorgulamalara, anlam arayışına tatmin edici yanıtlar sağlayarak, bireyin anlam krizi ile başa çıkmasında yardımcı olmaktadır (Şentürk ve Yakut, 2014, s. 57).

İnsanın anlam arayışında, geçmişte acı veren yaşantılarla bahşetmede, duyguların yönetiminde, gündelik yaşam koşullarında meydana gelen zorluklarla mücadelede ve sahip olunan nimetlerin farkına varmada din kişilere ve toplumlara katkı sağlamaktadır. Dini duygular, bireysel ve toplumsal açıdan bu işlevi sürdürmektedir (Allport ve Ross, 1967, ss. 432-443).

Frankl 1930'larda yaşamın anlamı ve din ilişkisi üzerine çalışmalar yapmıştır. Frankl'ın dindar bireylerin yaşamlarını anlamlandırma konusunda daha başarılı olduğunu söyleyen çalışmaları bulunmaktadır. Yaşamış olduğu sıkıntılı süreçlerin neticesinde, dinsel inanışların ve değerlerin faydasını ele alan psikoloji ve din ilişkisine çokça ele almıştır (Karacoşkun, 2021, s. 52).

2.3.3.2 İyi oluş

Dini duygu ve iyi oluş arasındaki ilişki, din psikolojisi ve pozitif psikoloji alanlarında oldukça geniş bir literatüre sahiptir. Genel olarak, dini duyguların, bireylerin zihinsel, duygusal ve sosyal sağlığı üzerinde olumlu etkiler yarattığına dair birçok çalışma bulunmaktadır. Dini duygular, kişinin kendisini daha güvende, huzurlu, anlamlı ve ait hissetmesini sağlayarak iyi oluşu artırabilir.

İyi oluş, pozitif psikolojinin içerisinde yer alan konulardandır. İyi oluş bireylerin ve toplumların yaşam kalitesi, mutluluk düzeyleri ile yakından ilgilenir. Psikolojik iyi oluş kişinin psikolojik potansiyelini en iyi şekilde yaşayabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Carr, 2004, s. 39). Psikolojik iyi oluş konusunda iki temel yaklaşım bulunmaktadır. Bunlar, hazcı ve eudaimonik yaklaşım olarak adlandırılmıştır. Hazcı yaklaşım bireyin haz elde etmesini sağlamak amaçlı acıdan kaçınarak öznel mutluluk elde etmesine odaklanırken diğeri ise, bireyin anlamlı ve amaçlı, erdemler doğrultusunda tüm potansiyelini kullanarak bir yaşam sürmesini amaçlamaktadır (Maddux, 2017, s. 7). Koenig vd., (2001), dini inançların ve uygulamaların fiziksel ve zihinsel sağlık üzerindeki etkilerini kapsamlı bir şekilde incelemişlerdir. Dini duyguların, depresyon ve kaygı seviyelerinin azalması, daha yüksek yaşam memnuniyeti ve iyimserlik gibi birçok iyi oluş göstergesi ile olumlu ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

Bazı araştırma sonuçlarına göre din, bireysel mutluluğu sağlamaktadır. Aynı zamanda dinin psikolojik iyi oluş üzerinde olumlu yönde etkisi bulunmaktadır (Balcı, 2011, s. 162). Bu ifadelerden yola çıkıldığında psikolojik iyi oluş bireyin mutluluğunu amaçlayarak potansiyelini en iyi şekilde kullanılmasını sağlamaktadır.

Psikolojik bütünlüğü bozulan bir kişi, kontrol duygusunu kaybetme hissi yaşayabilir. Baş etme yöntemi olarak kendisine zihinsel anlamda bir dayanak oluşturduğunda yaşadığı sıkıntılarla mücadelede iyi oluş halini yakalayabilmektedir (Tarhan, 2010, ss. 101-102). Din, bireyin yaşadığı hüznün ve kederleri azaltan bireye teselli sağlayarak ümit duymasına kaynaklık etmektedir (Pazarlı, 1982, s. 29). Ayrıca affedicilik, haysiyet, onur, yaşama sevinci, cesaret, şüphe, sevinç, huzur vb. dini duygular bireysel ve sosyal açıdan da fayda sağlamaktadırlar. Sevilen insanlara ait korunan hatıralar, mizah anlayışı, din, doğada yaşanan değişimler, günbatımı, manzara vs. seyredilmesi, insanın birçok zorlayıcı duyguyla baş etmesinde rolü olduğunu düşünmektedir (Allport ve Ross, 1967, ss. 432-443). Bu duyguların yanı sıra Emmons ve McCullough (2003), şükran duygusunun (dini bir duygu olduğu varsayılır) bireylerin genel mutluluğu ve iyi oluşu üzerindeki olumlu etkilerinin olduğu sonucuna varan çalışması bulunmaktadır. Bu çalışmaya göre şükran duydukları şeyleri düzenli olarak listelemeleri, onların yaşam tatminini ve ruhsal iyi oluşlarını artırmıştır.

Zihinsel anlamda sığınma ve dayanma sürecine, dini alanda dua ritüeli karşılık gelmektedir. Ayrıca dua, kişinin yalnızlık ile başa çıkmasında ve ümit duygusunu diri tutmada olumlu etkiler bıraktığı söylenmektedir (Tarhan, 2010, ss. 101-102). Din, bireylerin ruhsal iyi oluşunu çeşitli şekillerde destekler. Bu destek, manevi inançlar, ibadetler ve toplumsal bağlar yoluyla sağlanabilir. Koenig vd., (2012), dinin ruhsal iyi oluş üzerindeki etkilerini geniş bir şekilde ele alır. Din, bireylerin yaşamlarında anlam ve amaç bulmalarına yardımcı olur, bu da ruhsal iyi oluşu artırır. Manevi inançlar, bireylerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirir ve psikolojik iyilik hallerini destekler.

Zorlu yaşam olayları sonucu anlam arayışı sekteye uğramış bireyler, kendindeki dinamikleri tekrar gözden geçirme sırasında ve psikolojik sağaltım sürecinde bazı dini ritüellerin motive edici etkisine sığınmaktadırlar (Tokur, 2020, s. 75). Örneğin; dini inanç bağlamında yapılan duanın depresyon gibi zorlayıcı durumların üstesinden gelmesinde etkisinin olması yahut duanın, insanın beden ve ruh sağlığı üzerinde olumlu yönde etki bırakması örnek verilebilir (Cengil, 2003, s. 143). Beraberinde din, bireylerde huzur ve içsel dinginlik duygusunu teşvik eder. Bu huzur, genellikle

manevi uygulamalar ve toplumsal bağıllık aracılığıyla sağlanır. Krause (2002), dini toplulukların sosyal destek sağlama rolünü ve bunun bireylerin ruhsal huzurunu nasıl artırdığını inceler. Toplumsal destek, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini artırır ve ruhsal huzuru destekler.

2.3.3.3 Erdemlere rehberlik

Dini duygular, bireylerin erdemli davranışları benimsemelerine ve ahlaki kararlar almalarına yardımcı olabilir. Bu duygular, bireylerin kendilerini daha yüksek bir ahlaki standartla ilişkilendirmelerini ve bu standartlara uygun şekilde hareket etmelerini teşvik eder. Pargament vd. (2001), dini inançların ve duyguların bireylerin ahlaki kararlarını nasıl etkilediğini inceler. Araştırmalar, dini inançların ve manevi duyguların, bireylerin ahlaki değerlerini güçlendirdiğini ve bu değerlerin günlük yaşamda erdemli davranışlar olarak ortaya çıktığını gösterir.

Dini pratikler, bireylerin erdemli özelliklerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. İbadet, dua ve diğer dini uygulamalar, bireylerin erdemli davranışları teşvik eden bir ortam yaratır. Underwood ve Teresi (2002), dini ibadetlerin bireylerin erdemli davranışlarını nasıl güçlendirdiğini araştırmıştır. Düzenli ibadetler, bireylerin kendilerini ruhsal olarak geliştirmelerine ve erdemli özellikler kazanmalarına yardımcı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde Akman (2015), dini toplulukların bireylerin ahlaki değerlerini nasıl şekillendirdiğini incelemiştir. Bu araştırmaya göre dini topluluklar, bireylerin erdemli davranışlarını güçlendiren bir ortam sunar ve toplumsal normlara uygun hareket etmelerini teşvik eder. Beraberinde Çelik (2017), dua ve ibadetlerin bireylerin ahlaki davranışları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Düzenli dini pratiklerin bireylerin erdemli davranışlarını teşvik ettiğini ve manevi bir rehberlik sağladığını ortaya koymaktadır.

Buradan hareketle dini duyguların erdemlere rehberlik etme rolünü ve bu süreçte bireylerin davranışlarını yönlendirdiği söylenebilir.

2.3.3.4 Toplumsal bağlar ve ilişkiler

Dini duygular, bireyler arasında sosyal destek ve yardımlaşma duygularını teşvik eder. Böylece insanların arası ilişkilerin güçlenmesine katkıda bulunabilir. Ellison ve George (1994), dini duyguların yardımlaşma ve sosyal destekle ilişkisi bulunmaktadır. Dini duygu, bireyler arasında yardımlaşma ve destek sağlayarak sosyal bağları güçlendirmektedir. Krause (2006), dini toplulukların bireyler arasında sosyal destek sağladığını vurgulamaktadır. Dini topluluklar, bireye zor zamanlarda destek alabilecekleri bir ağ oluşturur ve bu sosyal destek, insanlar arası ilişkileri güçlendirir. Bunun yanı sıra sosyal destek sayesinde depresyon ve yalnızlık duygularını azaltmaya yardımcı olduğu da yapılan çalışmalar sonucunda ortaya çıkmıştır. Dini duygular üzerine yapılan başka bir çalışmada McCullough ve Worthington (1999), dini inançların ve duyguların, bireylerin birbirleriyle ilişkilerinde daha bağışlayıcı olmasına ve daha olumlu sosyal bağlar geliştirmesine katkıda bulunduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca yapılan bu çalışmaya göre dinin, kişilerarası ilişkilerdeki çatışmaları ve kırınlıkları azaltarak sosyal uyumu artırdığı söylenebilir.

Dini topluluklar, dayanışma duygusunu artırır ve bireyler arasında güçlü sosyal bağlar oluşturur. Bu toplumsal dayanışma, bireylerin birbirlerine olan güvenlerini artırır ve sosyal ilişkileri güçlendirir (Yalçın, 2015). Bir başka çalışmada Emmons (2004), kutsal duyguların bireyler arası ilişkiler üzerindeki etkilerini geniş bir bağlamda ele alır. Özellikle şükran ve bağışlamanın, toplumsal bağları güçlendiren ve sosyal ilişkileri destekleyen manevi araçlar olduğunu belirtir. Bu duygular, başkalarına karşı empati ve takdir geliştirmeye de yardımcı olmaktadır.

Buradan hareketle dini duygular, bireyler arası ilişkileri güçlendirme açısından önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal destek, aidiyet, ortak ibadetler ve dini kimlik gibi faktörler, bireyler arasında daha güçlü ve sağlıklı ilişkiler geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır. Dini topluluklar ve pratikler, bireylerin sosyal bağlarını kuvvetlendirerek ve toplumsal dayanışmayı artırmaktadır.

2.3.3.5 Manevi büyüme

Dini duygular, kişinin manevi anlamda büyümesine çeşitli yollarla katkı sağlayabilir. Dini inançlar ve pratikler, kişisel anlam bulma, manevi derinlik ve ruhsal tatmin süreçlerinde önemli bir rol oynar. Bu duygular, bireylerin içsel dünyalarını keşfetmelerine, yaşamlarına anlam katmalarına ve manevi olarak gelişmelerine yardımcı olabilir. Dini duyguların manevi büyümeye olan katkısını anlamak, bireylerin ruhsal ve kişisel gelişimlerini desteklemek için önemlidir. Bu süreç, hem bireysel hem de toplumsal bağlamda manevi anlamda derinleşmeyi teşvik eder. Dini duygular, bireylerin manevi anlam arayışında derinleşmelerine yardımcı olabilir. Dini inançlar ve pratikler, bireylerin yaşamlarına daha derin bir anlam katabilir ve manevi büyümeyi teşvik edebilir. Bu süreçte, kişinin kendini daha iyi anlaması ve içsel dünyasını keşfetmesi mümkün olabilir (Emmons, 2005b). Beraberinde dinin duyguları düzenlediğini ele alan çalışmalar da yapılmıştır (Emmons, 2005a). Dini duygular, bireylerin yaşamlarında anlam ve amaç bulmalarına yardımcı olabilir. Dini inançlar, kişisel hedeflerin ve yaşamın amacının daha anlamlı bir çerçevede değerlendirilmesine olanak tanır (Park, 2005). Diener ve Seligman (2004), dini ve manevi duygular, bireylerin genel yaşam tatmini ve ruhsal refahını artırmada önemli bir etkiye sahiptir. Manevi inançlar, insanların hayatlarına anlam katarak, stresle başa çıkmalarına yardımcı olur ve toplumsal bağları güçlendirir. Bu da manevi büyümeyi destekler.

2.3.3.6 Kriz ve zorluklarla başa çıkma

Dini duyguların zorluklarla başa çıkmada sağladığı işlev, psikolojik ve manevi sağlık açısından önemli bir rol oynar. Din ve dini duygular, bireylerin stresle başa çıkma mekanizmalarını güçlendirebilir ve zorlu dönemlerde destekleyici bir kaynak olabilir. Dini duygular, kriz yönetimi sürecinde bireylere manevi destek sağlar. Bu destek, kişinin kriz anlarında kendini yalnız hissetmemesine ve daha güçlü bir dayanıklılık geliştirmesine katkıda bulunur. Emmons (2005a), dini inançların ve manevi değerlerin, bireylerin stres ve zorluklar karşısında dayanıklılıklarını artırdığını belirtir. Din, stresli durumlarda umut ve huzur sağlar, bu da kişinin başa çıkma yeteneğini güçlendirir. Park (2005), dini duyguların ve manevi anlamın, bireylerin

kriz anlarında anlam ve amaç bulmalarına yardımcı olduğunu araştırır. Manevi anlam, zorlu dönemlerde yaşamın anlamını bulma ve başa çıkma stratejileri geliştirme konusunda bireylere yardımcı olmaktadır. Karaca (2013), dua ve meditasyon gibi dini pratiklerin stres yönetimindeki rolünü olduğunu düşünür. Düzenli olarak yapılan dini pratiklerin, bireylerin stres seviyelerini düşürdüğünü ve manevi iyilik halleri üzerinde olumlu etkiler yarattığını gösterir. Ayten (2012), dini duyguların ve inançların, bireylerin stresle başa çıkma süreçlerinde önemli bir rol oynadığını ifade eder. Çalışmaları, dini inançların bireylere manevi bir destek sağladığını ve zorluklar karşısında dayanıklılık kazandırdığını gösterir. Ayten, dini duyguların, bireylerin psikolojik rahatlama ve manevi güç bulmalarını sağladığını belirtir. Ayten (2018), dua ve meditasyon gibi dini pratiklerin, stres yönetimindeki etkilerini ele alır. Çalışma, bu tür dini pratiklerin bireylerin stres seviyelerini azalttığını ve manevi iyilik halleri üzerinde olumlu etkiler yarattığını gösterir. Dua ve meditasyon, bireylerin içsel huzur bulmalarına ve stresle başa çıkmalarına yardımcı olur.

Buradan hareketle söylenebilir ki dini duygular, bireylerin zorlu durumlarla başa çıkma becerilerini artırabilir ve manevi anlamda destek sağlayarak bu süreci kolaylaştırabilir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, uygulama süreçleri, veri toplama araçları, verilerin analizi ve yorumlanması, sonrasında geçerlik ve güvenirlik konularına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1 Araştırmanın Modeli

Nitel araştırmalarda kullanılan modeller, örnek olay incelemesi, alan çalışması, fenomenolojik çözümleme, etnografik inceleme, tarihsel araştırmalar, dayanaklı kuram ve eylem araştırmalarıdır. Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenoloji (olgubilim ya da görüngubilim) deseni tercih edilmiştir.

Fenomenoloji, kişilerin bireysel ve ortak tecrübelerini anlamlandırma biçimlerini araştırır. Fenomenoloji araştırmalarında, katılımcıların tecrübelerinin özünü ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu araştırmanın konusu kişinin tutum ve davranışları değil, bireyin öznel deneyimleridir (Tutar, 2023, s. 345). Fenomenolojide temel hedef, bireyin oluşturduğu düşünce ve anlam dünyası olduğu için bireyin tecrübesi, tecrübelerin geçtiği ortam ve bağlam çalışılan olgunun ortaya konulmasında önemlidir. Her ne kadar bireyden söz edilmiş olsa da fenomenoloji çalışmalarının sadece bireysel açıdan ele alınması düşünülmemelidir. Fenomenoloji çalışmalarında odaklanılan olgunun tanımlanması, açıklanması, boyutları ele alınması katılımcıların bu olguya yönelik deneyimleri, hissettikleri ve oluşturdukları anlamlar ve bunlardan yola çıkılarak teori oluşturulması açısından son derece zengin bir içerik sunmaktadır (Günbatar, 2019, s. 295).

Tecrübe kavramı fenomenoloji deseninin temel faktörüdür. Bir olgu ve bu olgunun bireyler açısından nasıl algılandığı üzeninde duran bu desen, tecrübenin düşünsel ve materyal boyutu olduğunu varsayar (Günbatar, 2019, s. 296). Düşünsel ve materyal boyut birbirinden her ne kadar farklı da olsa, birbirini besler, ilişki içindedir ve anlamın ortaya çıkmasını sağlar. Fenomenolojik araştırmalarda düşüncenin esası yani anlam önemlidir ve bu esasın ortaya çıkışı materyal boyutunun olmasına bağlıdır (Çilesiz, 2011, s. 496).

3.2 Çalışma Grubu

Araştırmada çalışma grubu seçilirken 18 yaş üstü yetişkin ve dini inanca sahip bireylerin olması ölçüt kabul edilmiştir. Maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi ile çalışma grubu oluşturulmuştur.

Maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi (maximum variation sampling), evrende araştırmak istenen problemle alakalı olarak kendi içinde benzeşik farklı durumların tespit edilerek araştırmanın yürütüldüğü çalışmalardır. Bu örnekleme yönteminde amaç, araştırmanın hedefleriyle tutarlı olarak belirlenen farklı durumların, ayrışan kısımlarının, ortak yanlarının, örüntülerin ortaya konulması böylece çalışmanın daha geniş perspektifte ele alınmasıdır. Ayrıca maksimum çeşitlilik örnekleme yönteminde, genelleme kaygısı olmamakla beraber, araştırma problemi ile alakalı farklı durumların ele alınması söz konusu olup, evrenin değeri hakkında bazı ipuçlar ortaya konulmaktadır (Büyüköztürk vd., 2012, ss. 90-91). Maksimum çeşitlilik örneklemede esas olarak araştırma problemiyle alakalı farklı durumların benzeşen ve ayrışan yönleri ortaya konularak problemin derinlemesine incelenmesi söz konusudur (Bilici, 2019, s. 70).

Bu araştırmada dinin öznel tanımına yönelik, dini duyguların doğasına yönelik ve manevi deneyime yönelik olarak sorular oluşturulmuştur. Katılımcılar tarafından verilen cevapların araştırmanın hedefleri doğrultusunda ayrışan, benzeşen ve örüntülenen yönlerinin geniş bir açıdan ele alınması maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemiyle sağlanmıştır. Ayrıca çalışma sırasında katılımcıların vermiş olduğu yanıtların genellemesi kaygısına girilmemiştir. Bu açıdan da maksimum çeşitlilik örneklemesine uygun bulunmuştur.

Araştırmaya katılımcı belirlenirken kadın-erkek dağılımına, farklı sosyo-ekonomik düzeyde seçilmesine, farklı meslek gruplarına yer verilmesine, yaş faktörüne, öğrenim durumuna dikkat edilerek heterojen bir dağılım yapılmasına dikkat edilmiştir. 9 erkek 16 kadın katılımcının; 12'si lisans mezunu, 4'ü lise mezunu, 4'ü yüksek lisans mezunu, 4'ü doktora mezunu, 1 ön lisans mezunudur. Meslek dağılımı açısından; 1 avukat, 2 akademisyen, 1 mühendis, 1 sosyolog, 1 psikolog/psikolojik

danışman, 1 çocuk gelişim uzmanı, 1 şoför, 1 meteoroloji uzmanı, 1 öğrenci, 1 ev hanımı, 9 öğretmen, 1 temizlik görevlisi, 2 memur, 1 esnaf katılım sağlamıştır. Verilerin doygunluk seviyesine ulaşıldığı düşünüldüğü için 25 kişi ile görüşmeler tamamlanmıştır.

3.3 Uygulama Süreçleri

Katılımcılara, görüşme sırasında dinin öznel tanımına yönelik 1 soru, dini duyguların doğasına ilişkin 10 soru ve manevi deneyime ilişkin olarak 12 soru sorulmuştur. Toplamda 23 soru sorulmuştur. Sorular yarı yapılandırılmış görüşme formuna uygun olarak hazırlanmıştır. Görüşmeler yüz yüze, sessiz bir ortamda yapılmış, ses kayıt cihazı ile görüşmeler kaydedilmiştir. Katılımcının vereceği cevaplara bağlı olarak veri toplama süresi 25-45 dakika arasında değişmiştir. Görüşme yapılmadan önce görüşmenin niteliğine dair bilgi verilerek, gönüllülük esasına dikkat edilmiştir. Görüşmelerin sonrasında, ses kayıt cihazı yazıya geçirilerek transkripti yapılmıştır.

3.4 Veri Toplama Araçları

3.4.1 Nitel Veri Toplama Aracı

Araştırmada nitel verilerin toplanması aşamasında görüşme tekniğinden faydalanılmıştır. Buna ilişkin bilgiler aşağıda sunulmaktadır.

3.4.1.1 Görüşme formu

Araştırma kapsamında nitel veri tekniklerinden olan görüşme tekniğinden yararlanılmıştır.

Bireyi tanıma teknikleri sınıflamasının içinde yer alan görüşme, belli bir amaç doğrultusunda bir araya gelen kişilerin sözel ve sözel olmayan davranış ve yöntemler kullanarak gerçekleştirdikleri etkileşime görüşme denir (Özgüven, 2005, s. 84). Görüşme, farklı disiplinler tarafından kullanılmakla birlikte özellikle sosyal bilimlerde yaygın kullanılan veri toplama yöntemidir (Dömbekçi ve Erişen, 2022, s. 143). Görüşme, sosyal gerçekliğin ortaya çıkarılması için kullanılan, nitel

araştırmalarda tercih edilen veri toplama yöntemidir. Görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilen araştırmalar, araştırmanın konusu ile ilgili derinlemesine bilgi vererek araştırmanın çok yönlü ele alınmasını sağlar. Veri toplamak amaçlı yapılan yüz yüze görüşme araştırmanın derinliğinin artmasını sağlar (Yüksel, 2020, ss. 547-552). Bununla birlikte görüşme tekniğinin bazı sınırlı yönleri de mevcuttur (Özgüven, 2005, s. 88).

Görüşme tekniğinin beş türü bulunmaktadır. Bunlar; yapılandırılmamış açık uçlu görüşme yürütme ve görüşme notları alma, yapılandırılmamış açık uçlu görüşme yürütme, görüşmeyi ses kadına alma, ses kaydını yazıya dökme, yarı yapılandırılmış açık uçlu görüşme, ses kayıt alma ve ses kaydını yazıya aktarma, odak görüşmesi yürütme, mülakatı ses kaydına alma ve ses kaydını yazıya dökme. Farklı tarzda görüşme yürütmedir (Creswell, 2021, ss. 20-30).

Araştırma kapsamında yapılan görüşmelerde yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme, bireyin kendini rahat hissetmesi ve samimi şekilde sorulara cevap verebilmesi açısından görüşmecinin görüşme sırasında esneklik sağladığı, önceden hazırlamış olduğu forma uymakla birlikte görüşmeyi istediği ve uygun bulduğu şekilde yürüttüğü görüşme şeklidir (Özgüven, 2005, s. 96). Ayrıca görüşmecinin görüşmenin seyrine göre soruların sırasını ve içeriğini değiştirme gibi bir esnekliği bulunmaktadır. Görüşmeci öncesinde hazırladığı soruları kullanarak katılımcının düşünce, deneyim ve duyguları hakkında bilgi toplamaktadır (Aktaş, 2019, s. 117).

Görüşme sırasında ani gelişen durumlara ve katılımcıların vermiş olduğu yanıtlara bağlı olarak ara ara örneklerle katılımcılara açıklamalar yapılmıştır. Bazı ilave sorularla katılımcıların cevap verebilmesi için uygun ortam sağlanmıştır. Bunun yanı sıra soruların katılımcılar tarafından farklı algılanması durumlarında müdahalelerin kolay olabilmesi açısından yarı yapılandırılmış görüşme formu tercih edilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme belli bir kalıba bağlı kalmaksızın daha esnek olması açısından araştırmaya katkı sağlamıştır.

Demografik bilgilerin de yer aldığı görüşme formu, dinin öznel tanımı, dini duyguların doğası ve manevi deneyime ait olmak üzere üç bölümden oluşmaktadır. Açık uçlu soruların yer aldığı görüşme formunda 23 soru bulunmaktadır. Görüşmeler yüz yüze bireysel olarak gerçekleştirilerek, ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Görüşme formunda yer alan sorular, konu ile ilgili kaynaklar tarandıktan sonra, tez danışmanının görüşleri dikkate alınarak görüşme sorularının yer aldığı form oluşturulmuştur (Ek B). Görüşmeler sessiz bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Dini duyguların anlamı, duyguların niteliği, manevi deneyimin kişiler üzerindeki anlamına yönelik iki bölümden oluşan açık uçlu sorular yöneltilmiştir.

3.5 Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde NVIVO-11 programından yararlanılmıştır. Nitel boyuta ilişkin veriler içerik analizine uygun olarak çözümlenmiştir.

İçerik analizi, belli kurallara uyularak yapılan kodların metin içerisinde daha küçük anlamlı kategorilerle özetlendiği, yinelenabilir ve sistematik bir teknik olarak tanımlanır (Büyüköztürk vd., 2012, s. 240). İçerik analizi, verilerin anlamının ortaya çıkmasında kod, kategori, tema gibi araçlar kullanılarak yorumlanmasıdır. Kod, araştırma sorusuna cevap olacak şekilde verilerin içinden seçilerek işaretlenen ve bir başlık altında toplanan bölümlerdir. Kategori, kodların benzer özelliklerine göre gruplanmasıyla ortaya çıkan yeni bölümlerdir. Analizin sonunda verilerin desteklenmesi amacıyla alıntılar yapılmaktadır (Strauss ve Corbin, 1998). İçerik analizi özellikle görüşme ve gözlem tekniklerinden elde edilen verilerin analizinde kullanılmaktadır. Bir verinin bazı yönlerden sistematik ve objektif olarak tanınmasına yönelik çıkarımların yapıldığı bir yöntemdir (Büyüköztürk vd., 2012, ss. 240-241).

İçerik analizi sırasında bazı aşamalar yer alır. Bu aşamalar şu şekildedir:

İlk olarak araştırmanın problemi tanımlanır, ikinci aşamada araştırmanın evrenini belirleme ve örneklem seçimini gerçekleştirme, üçüncü aşamada araştırmanın kategorilerini belirleme ve tanımlama, dördüncü aşamada kodlama işlemini

gerçekleştirme, diğer aşamada kodlamaları sına ve güvenirliliğini ölçme işlemi son aşamada ise, verilerin girişinin yapılması, analiz ve yorumlama kısımlarının gerçekleştirilmesi şeklindedir (Hansen, 2003, s. 60).

Bütün bu görüşlerden hareketle bu çalışmada elde edilen nitel veriler içerik analizine uygun olarak değerlendirilmiştir. Etik kurul izni alınarak belirlenmiş bir zaman içerisinde “Dinin Öznel Tanımı, Dini Duyguların Niteliksel Doğası ve Etkileri son olarak Dini Duygular Bağlamında Manevi Deneyimlerin Niteliksel Özellikleri ve Etkileri” başlıklarına ait görüşmeler gerçekleştirilerek yine bu zaman dilimi içerisinde sürece ilişkin olarak nitel veriler toplanmıştır. Görüşmelerin sona ermesinin ardından ses kayıtlarının transkripti yapılarak yazıya aktarılmıştır. Nitel verilerin analizi aşamasında, görüşmelerin sonucunda elde edilen bütün veriler, bilgisayar ortamına aktarılmış ve NVIVO-11 programına yüklenmiştir. Yükleme yapıldıktan sonra görüşmelere ilişkin çözümlemeler yapılmıştır. Elde edilen veriler dikkatli bir şekilde incelenip anlamlı bir sınıflama yapılmaya çalışılmıştır. Kendi içinde bütünlüğün sağlandığı düşünülen veriler bir araya getirilerek kod listesi oluşturulmuştur. Daha sonra içerik analizine uygun olarak kategoriler belirlenmiş, bu kodlar ve kategoriler tekrar gözden geçirilerek düzenlenmiş, uzman görüşüne başvurularak değerlendirme yapılmıştır. Sonrasında nitel veriler yorumlanarak, bulgulara ilişkin sonuçlar belirlenmiştir.

3.6 Geçerlik ve Güvenirlik

Güvenirlik ve geçerlik her bilimsel çalışmada aranan özelliktir. Güvenirlik, araştırma probleminin ne derece doğru ölçüldüğü ile ilgilidir (Büyüköztürk vd., 2012, s. 108). Geçerlik ise, araştırma sırasında ölçülmek istenen özelliğin farklı durumlarla karıştırılmadan sağlıklı bir şekilde ölçüldüğü ile ilgilidir (Büyüköztürk vd., 2012, s. 116).

Araştırmanın güvenirliliği açısından gerekli olan faktörlerden biri görüşmede yer alacak olan soruların pilot olarak uygulamaya tabi tutulmasıdır (Aktaş, 2019, s. 122). Bu sebepten araştırmada görüşmenin güvenirliliği açısından sorular pilot çalışmaya tabii tutulmuştur.

Güvenirliğin sağlanması için önemli olan konulardan biri, görüşmede kayda alınan verilerin transkripti (yazıya dökümü) sırasında tutarlılığı sağlamasıdır. Tutarlılığın sağlanması için farklı zamanlarda yazı tekrar gözden geçirilmelidir (Aktaş, 2019, s. 122). Araştırmacı yüksek kalitede ses kayıt yapan cihazla detaylı bir şekilde notlarını oluşturmuşsa güvenilirliğin artırıldığı söylenebilmektedir. Ses kayıt sırasında katılımcıların sustuğu yerlerinde belirtilmesi gerekmektedir (Creswell, 2000'den akt. Bütün ve Demir, 2013). Görüşme sırasında ses kayıt cihazı ile kayda aldığımız görüşmenin olduğu şekilde düzeltilmeden yazıya aktarımı gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar tarafından verilen cevaplarda bazı yerlerde belirsiz, anlaşılmayan ifadeler yer almaktadır. Bulgular ve yorum kısmında belirtilmesi gerektiğinde parantez içinde kast edilen kelime yazılmıştır. Bazı ifadelerde de nokta (.....) kullanılarak o kesit belirtilmiştir. Eğer anlaşılmayan bir yer varsa beş nokta (.....), anlaşılıyor fakat gerek görülmediyse dört nokta (....) konularak o ifadeler belirtilmiştir. Nvivo programına yüklenen yazılar farklı aralıklarda tekrar tekrar gözden geçirilerek tutarlılığın sağlanması için düzeltilmeler yapılmıştır.

Nitel araştırmalarda bir diğer güvenilirliği artıran yollardan biri birden fazla kodlayıcının sürece dâhil olması görüş birliği yapılmasıdır Araştırmacı yüksek kalitede ses kayıt yapan cihazla detaylı bir şekilde notlarını oluşturmuşsa güvenilirliğin artırıldığı söylenebilmektedir. Ses kayıt sırasında katılımcıların sustuğu yerlerinde belirtilmesi gerekmektedir (Creswell, 2000'den akt. Bütün ve Demir, 2013). Çalışmaların tekrar gözden geçirilmesi sırasında tez danışmanının görüşünden de yararlanılarak düzeltilmelere yer verilmiştir. Ara ara tekrar gözden geçirilerek değişiklikler yapılmış son şekil verilmiştir.

Nitel araştırmalarda geçerliğin sağlıklı olması ve çalışmanın doğruluğunun kanıtlanması için bazı stratejiler belirlenmiştir. Bu stratejiler, geçerlik stratejileri olarak adlandırılmıştır (Creswell, 2000'den akt. Bütün ve Demir, 2013).

Araştırmada geçerlik stratejilerinden bazısına yer verilmiştir. Bunlardan ilki, araştırmacı tarafından ön yargıların açıklanmasıdır. Bu açıklama ile araştırmacının pozisyonunun araştırmanın eğilime ve etkiye maruz kalabilirliğini saptaması açısından önemlidir (Merriam, 1988'den akt. Creswell, 2000). Buradan yola çıkılarak

görüşmeler Türk-İslam kültürü içerisinde yer alan bireylerle gerçekleştirilmiştir. Farklı bir inanca yer verilmemiştir.

Bir diğeri dış denetimlerin varlığı geçerliği artıran stratejiler arasında yer almaktadır (Merriam, 1988'den akt. Creswell, 2000). Tez danışmanı tarafından tezin kuramsal kısımlarından, soruların hazırlık aşamaları ve çözümleme-yorumlanma sürecine kadar elde edilen sonuçlar incelenmiştir. Böylelikle çalışmanın, araştırmacının dışında biri ile değerlendirilmesi sağlanmıştır.

Bir diğeri geçerlik stratejisi arasında zengin yoğun betimleme yer almaktadır. Okuyucuların aktarılabilirliğe ilişkin bilgi almasına olanak sağlar (Creswell, 2000'den akt. Bütün ve Demir, 2013). Bu strateji doğrultusunda görüşmeler gerçekleştirilirken katılımcıların ifadelerine dikkat edilmiştir birebir yazıya aktarılması hususunda titizlik gösterilmiştir. Anlaşılmayan bazı yerlerde nokta işareti konularak (.....) belirtmeye özen gösterilmiştir.

Son olarak dökümü yapılan çalışmaların transkripti katılımcılara gönderilerek üye kontrolü stratejisi sağlanmıştır. Yapılan çalışmaların katılımcılar tarafından onayı gerçekleştirilmiştir.

Bu sekiz geçerlik stratejilerinden; üçgenleme, araştırmacının ön yargılarını vurgulaması, detaylı yoğun bir betimleme, üye kontrolü için yazılı anlatıyı katılımcılara götürme, dış denetim, olumsuz durum analizi, akran incelemesi veya sorgulamasından en az ikisinin bir çalışmada yer alması tavsiye edilmiştir (Creswell, 2000'den akt. Bütün ve Demir, 2013). Araştırma sırasında Creswell'in geçerlik stratejilerinden dördüne yer verilerek geçerliğin artırılması amaçlanmıştır.

Görüşmede yer alan soruların kapsam geçerliğinin sağlanması oldukça önemlidir. Hazırlanan soruların uzman görüşü alınarak kontrol edilmesi kapsam geçerliğinin sağlanması açısından önemlidir (Yıldırım ve Şimşek, 1999, ss. 77-80). Araştırma kapsamında oluşturulan sorular tez danışmanın görüşü alındıktan sonra tekrar revize edilmiş, değişiklikler ve düzeltmeler yapılmıştır.

Görüşme sırasında ortamın sessiz, içten ve doğal olması görüşmede edinilen bilgilerin sıhhati yönünden etkili olmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 1999, ss. 77-80). Bu sebepten görüşülen ortamın sessizliğine dikkat edilerek, katılımcılara su ikramı yapılmış, görüşmenin samimi olması için şartlara ve ortama dikkat edilmiştir.

Araştırmacının veri toplama, analiz ve tartışma sürecinde tutarlılığın sağlanması yönünde nasıl adımlar izlendiği hakkında verilen bilgiler de iç geçerliğin artırılmasında önemli etkenlerdendir. Dış geçerliğin artırılması açısından katılımcıların özellikleri başka örneklemeler ile kıyas edilecek kadar detaylı olarak ifade edilmelidir. Nitel araştırmalarda dış geçerliğin ölçüsü olan tümevarım (genelleme), nicel araştırmalarda olduğu gibi doğrudan değil tecrübeler ve örnekler şeklinde olmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 1999, ss. 77-80).

Görüşmelere ilişkin yapılan alıntı cümlelerin başına Katılımcı - 1/...25 şeklinde ifadelere yer verilmiştir.

Görüşme (veri kaynağı)

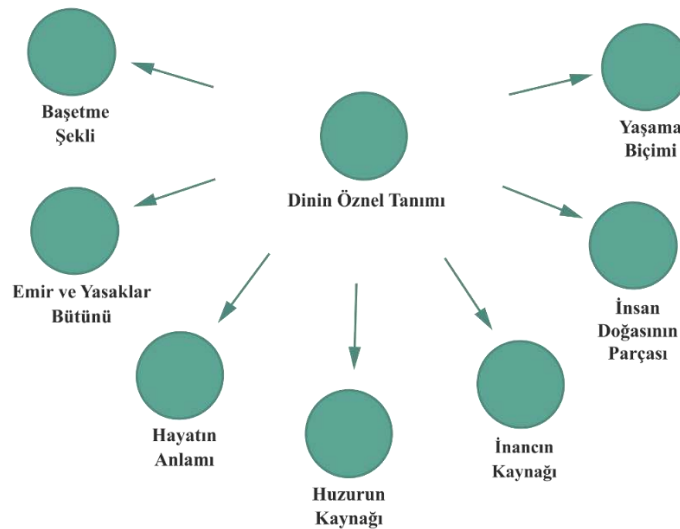
Katılımcı - 1

Kaynak kişi ve sırası

4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, görüşmelerin analizinden elde edilen nitel verilere ilişkin transkripte yer verilmiştir. Görüşmelerin sonucunda elde edilen veriler incelenerek kod listesi oluşturulmuştur. Kod listeleri incelenerek araştırma sürecine ilişkin kategoriler ve temalar belirlenmiştir. Bazen bir ifadenin anlam bakımından birden fazla temanın ve kategorinin içerisinde yer alması gerektiren durumlar ortaya çıkmıştır. Elde edilen kodlar, kategoriler ve temalar yorum katılmadan sunulmuştur. Kod ve kategorilere ait açıklamalar yapılırken katılımcılara ilişkin görüşler doğrudan, alıntılar da tırnak içerisinde belirtilmiştir. Alıntılar alt alta sıralanmasında bazı amaçlar güdülmüştür. Creswell (2013), bunlardan ilki katılımcıların ifadelerini doğrudan sunmak, araştırmanın bulgularını daha şeffaf hale getirmiştir. Diğer, belirli bir konudaki çeşitli bakış açılarını ve deneyimleri yansıtarak, araştırmanın derinliğini artırmış olmasıdır. Bir başka düşünülen sebep, benzer temaların veya kalıpların belirlenmesine yardımcı olmasıdır. Son olarak, farklı katılımcıların ifadeleri arasındaki benzerlikler ve farklılıklar, analitik tartışmalar için zemin oluşturmuş olmasıdır. Bu da ifadelerin karşılaştırarak daha derinlemesine analizler yapılabilmesini sağlamaktadır.

4.1 Dinin Tanımına İlişkin Bulgular



Şekil 4.1 Dinin öznel tanımı temasının gösterimi

Katılımcılara dinin tanımı sorulmuş katılımcılardan elde edilen cevaplar doğrultusunda yedi kategori belirlenmiştir. Bu kategoriler, “hayatın anlamı”, “baş etme şekli”, “yaşama biçimi”, “insan doğasının parçası”, “inancın kaynağı”, “huzur kaynağı”, “emir ve yasaklar bütünü” olarak sıralanabilir.

Bu kategoriler incelendiğinde en çok yüklemenin on iki yükleme ile “yaşama biçimi” kategorisinde, altı yükleme ile “hayatın anlamı” kategorilerinde yapıldığı görülmektedir. Sonrasında dört yükleme ile inancın kaynağı, üçer yükleme ile emir ve yasaklar bütünü ve huzurun kaynağı, iki yükleme ile baş etme şekli kategorisi olmuştur. Toplamda otuz yükleme yapılmıştır.

Katılımcılara dinin tanımı sorulduğunda çoğunlukla dinin yaşama biçimi olduğunu, hayata anlam kattığını, huzur verdiğini aynı zamanda inanca kaynaklık ettiğini, emir ve yasakların bütünü olduğunu, zorlayıcı yaşantılarda baş etme rolünün bulunduğunu ve insan doğasının parçası olarak var olduğunu ifade etmişlerdir. Her bir kategori incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.1.1 Yaşama Biçimi

Katılımcı - 2 “Din benim için de o hayatımı şekillendiren kaideler bütünü”“Birçok davranışı bu hatta bütün davranışlarını Allah’ın rızasına uygun yapmaya çalışıyorum. Bu da dini anlamda tabii ki benim hayatımı şekillendiriyor” cümlesiyle hayata şekil verdiğine vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 15 “Din benim için hayatımı düzene sokan hayatımı yönlendiren almam gereken kararlarda beni sınırlayan veyahut da yönelten. Bir yaşayış biçimi diyebilirim” cümlesiyle yaşama biçimine vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı -24 “Din benim için bir yaşam tarzı. Sosyal hayatımızı günlük hayatımıza düzenleyen, yaşantımızı düzenleyen bir oluşum aslında” cümlesiyle dinin yaşamını düzenlediğini ve yaşam tarzı olduğunu belirtmiştir.

4.1.2 Hayatın Anlamı

Katılımcı - 11 “....dini hayattan çıkardığımız zaman hayat böyle bir boşlukta kalıyor. Bir dengesizleşiyor, bir düzen bozuluyor. Onunla beraber hayat anlam bulmuş oluyor benim için. Yani dini çıkardığımız zaman benim için hayat biraz anlamsızlaşıyor. Kuralsızlaşıyor, değersizleşiyor. Din olmadığı zaman insanın insanlıktan uzaklaştığını düşünüyorum” cümlesiyle hayatın anlamlanması dinin rolüne vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 21 “Hayatın anlamını bulma konusunda ana rehberlik edebilecek bir yol haritası, bir güzergâh, bir kılavuz diyebilirim kendi adıma. Önem derecesi benim için önemli çünkü ben hayatın anlamını ararken yanımdaki o kılavuza bakıyorum. O kılavuzla yolumu çiziyorum. Benim her şeyim gibi bir şey. Hayatımın merkezi” cümlesi ile hayatın anlamını bulma konusunda dinin rehberliğinden bahsetmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 20 “Din benim için hayatın olmazsa olmazı hayatımı düzene koyan güven içinde yaşamayı sağlayan. En güzel yoldur” cümlesi ile dinin hayattan çıkartılamayacağını, dinle hayatın anlamlı hale geldiğini söylemiştir.

4.1.3 Huzurun Kaynağı

Katılımcı - 11 “....Az önce dediğim gibi, yani yanlış bir şey yaptığımızda huzursuz hissediyoruz. O yüzden huzurlu olmak için de günahlardan yanlışlardan uzak durmamız gerekir. Din huzur yani” cümlesiyle katılımcı dini huzur kelimesi ile ilişkilendirmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 12 “Din benim için huzuru ifade eder” cümlesiyle dini huzurla ifade etmektedir.

4.1.4 Emir ve Yasaklar Bütünü

Katılımcı - 19 “Din benim için kurallar bütünüdür, sorgulanamaz kurallar bütünüdür. Sorgulansa da zaten dinde bunun için bir cevap vardır. Ancak hani benim bilgim bu

cevabı vermeye yetmiyorsa da benim için bu kesinlikle sorgulanamaz bir kuraldır uyulması gereken kuraldır” cümlesi dinin tanımını içerisinde Allah’ın kuralları koyduğunu bu kuralların sorgulanamaz olduğunu emir ve yasaklar içerdiğini belirtmektedir.

4.1.5 Baş Etme Şekli

Katılımcı -3 “Namaz dua ibadet insanı manevi olarak muazzam bir huzura kavuşturur. Onu rahatlatır, sıkıntılarını, kederlerini unutturur. Yani büyük bir terapi etkisi yapar”.... “İnsan şuurlu bir şekilde bilinçli bir şekilde samimi bir şekilde rabbine yöneldiği zaman sayısız onun getirisi olacaktır. Ona pozitif anlamda depresyonlara karşı sıkıntılara karşı çağın bu bütün fesatlarına karşı büyük bir koruyucu kalkan olduğunu düşünüyorum ibadetlerin” bu ifade ile katılımcı dinin zorlayıcı yaşam karşısında baş etmeyi sağlayan unsurlardan oluştuğunu belirtmiştir. Ruh hali üzerinde dinin pozitif ilişkisine vurgu yapmıştır.

Katılımcı - 17 “.... Her zaman mutluluğumuza da şeyimizle de her zaman dinden yardım almaya çalışıyoruz. Din deyince bana huzur ve mutluluk geliyor. En dar zamanında bile beni tek kurtaracak şeyin olduğunu düşünüyorum ki zaten her zaman da onu uygulamaya çalışıyorum” cümlesi ile katılımcı dinin baş etmeyi sağlayıcı yönüne vurgu yapmıştır.

4.1.6 İnsan Doğasının Parçası

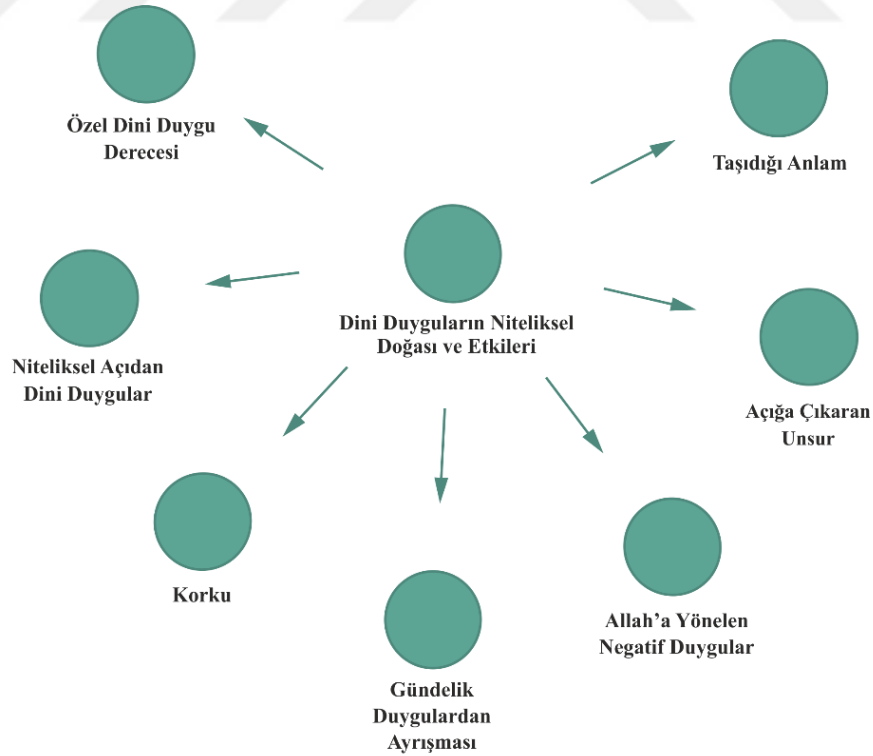
Katılımcı - 3 “Din, her şeyden önce fitri bir duygu. Yani Allah’ın insanın içine kodlarına yerleştirdiği bir duygu. Dinin insan için insanın olmazsa olmazlarından olduğunu düşünenlerden biriyim yani. Manevi anlamda yani maddi anlamda insan için ekmek, su, yiyecek, barınma ne ise manevi anlamda da dini, onlarla eş değer işte hatta çok daha önemli olduğunu düşünüyorum. İnsanın manevi ve ruhi ihtiyaçlarının başında inanma ihtiyacı dolayısıyla din Yine bir dine mensup olma ve o dini benimseyerek onun düzenlerini düzenlediği işleri hayatına tatbik etme İhtiyacı duyduğunu düşünüyorum” inancın insan doğasında var olduğunu bunun Allah tarafından fitrata yerleştirdiğini ifade ederek, katılımcı dinin olmazsa olmaz yanına vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 14 “İnsanın bağlanma noktasında kaygılandığında, tek başına kaldığında veya çok mutlu olduğunda yaslanmak istediği paylaşmak istediği, kalbini açmak istediği bir varlık arıyor. Ama bu. Bu kendisi gibi bir varlık olsun istemiyor insan. O yüzden tapınma ihtiyacımız inanma ihtiyacımız var. Hepimizin mayasında bu bakımdan da bizler. Bu duyguları ancak din yoluyla sağlayabiliyoruz, ancak o güzel. İnanç vesilesiyle kalbimiz huzur buluyor. Hiç görmediğimiz bir varlığa inanmanın belki de çok çok huzur içinde olabiliyoruz” cümlesi ile dinin insan doğasının ihtiyacı olduğunu, inancın varlığıyla insanın huzura kavuşabileceğini söylemektedir.

4.1.7 İncanın Kaynağı

Katılımcı - 9 “Din, inançlar bütünü diyebilirim. Hayatımdaki yeri ona göre yaşıyorum. Hareketlerim, duygularım. Ona göre şekillendiriyoruz” cümlesi ile dinin inanca kaynaklık ettiğini belirtmiştir.

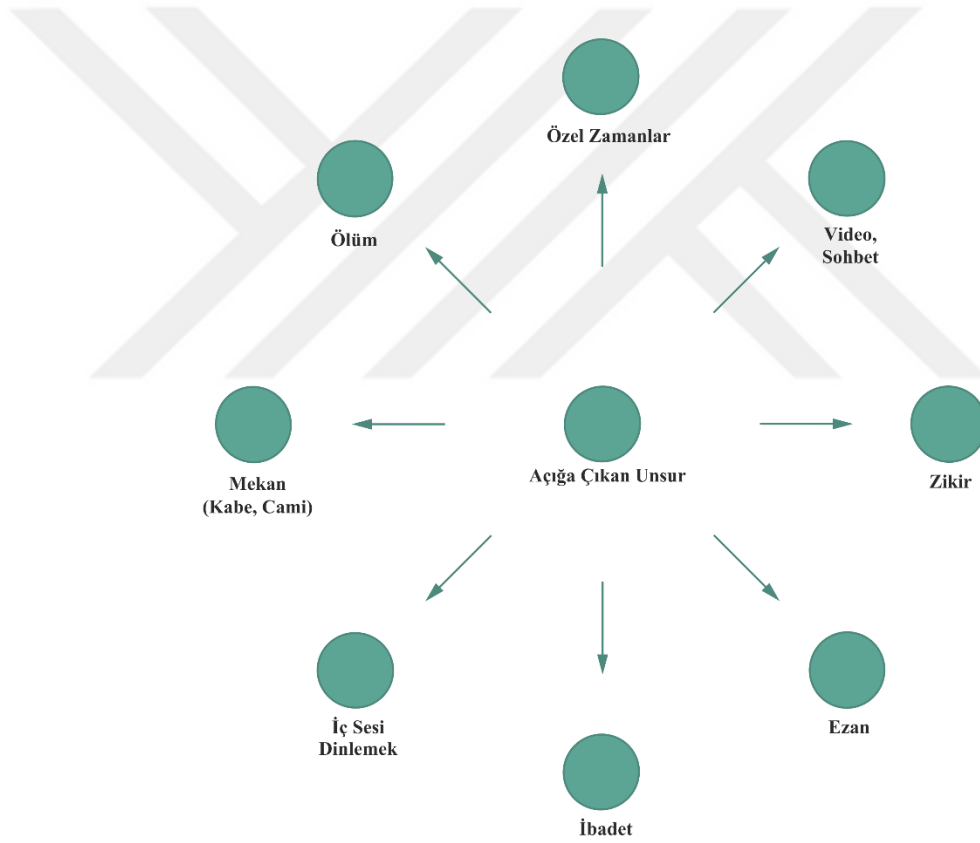
4.2 Dini Duyguların Niteliksel Doğası ve Etkilerine İlişkin Bulgular



Şekil 4.2 Dini duyguların niteliksel doğası ve etkilerine ilişkin temanın gösterimi

Dini duygular üzerinde yapılan araştırma sürecine ilişkin temalardan biri olan “dini duyguların doğası” temasında analizler sonucunda sekiz kategori ortaya çıkmıştır. Bu kategorilerinde kendi içerisinde alt kategorileri ve kodları bulunmaktadır. Bu kategoriler “açığa çıkaran unsur”, “gündelik duygudan ayrışması”, “korku”, “öznel dini duygu derecesi”, “dini duygunun etkileri”, “taşıdığı anlam”, “Allah’a yönelen negatif duygular”, “Niteliksel açıdan dini duygular” başlıklarıyla ifade edilmiştir. Her bir kategori kendi içinde incelenerek alt kategorilere ve kodlara dair referans cümlelerine yer verilmektedir.

4.2.1 Dini Duyguları Açığa Çıkaran Unsur



Şekil 4.3 Dini duyguları açığa çıkaran unsurlara ilişkin model

Dini duyguların ortaya çıkmasında katılımcılardan alınan cevaplar sonucunda sekiz farklı kod ortaya çıkmıştır. Bunlar “ezan sesi”, “ibadet”, “iç sesi dinlemek (tefekür)”, “mekân (Kâbe-camii)”, “ölüm”, “özel zamanlar”, “video, sohbet vs. çevresel fak.”, “zikir” olarak belirlenmiştir.

Kodlar incelendiğinde en çok yedi yükleme ile mekân ardından üç yükleme ile zikir, iki yükleme ile ibadet, iç sesi dinlemek, ölüm, video-sohbet, bir yükleme ile özel zamanlar ve ezan tespit edilmiştir. Toplamda yirmi yükleme ile dini duyguları açığa çıkaran unsurlar oluşmuştur. Katılımcılar dini duygunun ortaya çıkışında çoğunlukla mekân etkisinin, özel zamanların, ibadetlerin, ölümün, zikrin, video-sohbet gibi içeriklerin ve kişinin kendi iç sesini dinlemesinin kolaylaştırıcı yanı olduğunu ifade etmişleridir. Kodlar incelenerek referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.2.1.1 Mekân (Kâbe, camii)

Katılımcı - 2 “....Bizim yapılarımız, camilerimiz, mabetlerimiz çok iri büyük yapılardır. İçerisine girdiğimizde nokta kadar hissediyor kendimizi orada bir yüce varlığın huzurunda olduğumuzu hissetmek için o kubbenin altındayızdır. O zaman huzurlu olduğumuzu hissettiğimizde bir huzur hissediyor” ifadesi ile huzur duygusunun açığa çıkmasında mekân etkisini dile getirmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 3 “-Manevi bir deneyim sorusuna umre seferinden bahsettiniz. Mekânın dini duyguyu açığa çıkarıcı etkisi var mıdır sizce? -Tabii olmasa Kuran’da oraların adı özellikle vurgulanmazdı. Hac niye orada yapılsın özel bir önemi olmasa milyonlarca kişiyi aynı ayda oraya niye toplayalım mutlaka? "el haccu eşru.....” Belirli aylarda ve belirli mekânlarda ise, zamanın ve mekânın etkisi vardır” cümlesi mekâna ve zamana bağlı olarak dini duygunun yaşanmasının kolaylaştığını ifade etmektedir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 11 “Mekânın çok etkisi olduğuna inanırım. Ben yani Şeyh Şabanlı Veli Hazretlerinin türbesine gittiniz mi bilmiyorum. Yani ben oraya gittiğim zaman hiç normalde mesela bir dini duyguların mesela zayıf bile olsa oraya gittiği zaman böyle kendiliğinden. Yükselme geliyor çünkü. Orada bir şey var yani orada hani mekânda taştan binadan ziyade orada yapılanların manevi birikimi kalmış ortaya. Yani orada verilen emekler, çabalar, dini gayretler insanlara doğru yolu gösterme bakımından olsun. Her bakımdan olsun ve o insanların ruhani niyetinin hâlâ orada olduğuna da inandığım için hani mekânların etkisinin çok olduğuna inanırım” cümlesinden de

anlaşıldığı üzere mekâna bağlı olarak bazı dini duyguların yaşanabileceği söylenebilmektedir.

4.2.1.2 Özel zamanlar

Katılımcı - 24 “Ramazan Bayramı olur, Kurban Bayramı olur. Mesela bayram özellikle Ramazan ayının hissettirdikleri çok farklıdır.... Hani ramazanda şey olur işte sabah namazını kılmadan yatmazsın. Mesela şimdi duygulandım.... Hani yaklaşık 20 gün peş peşe sabah namazı kılarız. Sadece Ramazan ayında olur mesela. O yüzden benim için önemlidir ve kendimi çok iyi hissedirim. Ramazan bittiğinde de daha iyi hissediyor olurum....” ifadeleri ile katılımcı ramazanın özel olarak kendinde dini duyguyu açığa çıkartan yanına vurgu yapmıştır.

4.2.1.3 İbadet

Katılımcı - 22 “....namaz kıldığımda kuran okuduğumda veyahut herhangi birine gülümsediğinde bir sadaka verdiğimde. İçimde oluşan en büyük duygu huzur. Evet, yani benim huzura kavuşturan bir duyguya bürünüyorum. Evet diyorum, heybemi doldurdum ve bu dünyada gerçekten güzel bir şeye imza attım diyebiliyorum” ifadeleri ibadet esnasında kişide dini duyguların ortaya çıktığını vurgulamaktadır.

4.2.1.4 Zikir

Katılımcı - 23 “Allah’ın yaşandığı var olduğu bir kalpte o kalbin yönettiği beden bütün dini duygularınızla beraber sizi hayatta var eder. Eğer bir kalbi Allah’u Teâlâ’nın varlığı ve zikri yönetiyorsa. O kalpte bedeni yönetir. Yani insan vücudunda öyle bir parça vardır ki diyor işte et parçasından bahsediyor. O iyi olursa bütün vücut iyi olur. O iyi olursa bütün ne demek bu? Eğer kalbiniz Allah’a Allah zikriyle de olur” cümlesi ile katılımcı zikrin dini duygunun yaşanmasında rolü olduğunu ifade etmektedir.

Katılımcı - 20 “Cezbe, aşk, haşyet, korku tüylerini ürperme sesi, heyecan. Yani çok güzeldi, çok üst makamdır. Yani normal hayatımızı hissetmediğimiz hislerde çok ulvi şeylerdi. Yani bir daha bu duyguları hissedemeyiz. Yani hiçbir yerde olmaz bu

ancak böyle bir mecliste olabilir belki” katılımcı aşk, cezbe, korku, haşyet gibi duyguları zikir meclisi sonucunda yaşadığını söyleyerek zikrin duyguları yaşamasına sebep olduğunu ifade etmiştir.

4.2.1.5 Ölüm

Katılımcı - 23 “Ölümü düşünmek bence dini duyguların dünyada daha yoğun ve daha güzel yaşanmasının en büyük sebebi de mesela tasavvufta bunu kullanıyorum. Ölüm rabıtası diye bir unsur var, duydunuz mu hiç? Ölüm rabıtası unsuru buydu, budur işte....” cümlesi ile katılımcı ölümün dini duyguların yaşanmasını kolaylaştırdığını vurgulamaktadır.

4.2.1.6 Ezan

Katılımcı - 19 “O sırada ezan okumaya başladı. Aynen o gün hissettiğim ve o an kalbimin atışı yavaşladı dedim ki, Allah’ım yalnız değilim. Sen varsın ve hızlı hızlı yürüyüşlerim yavaşladı. Yavaş yavaş yürümeye devam ettim. Çünkü rahatladım. Yanımda Allah var. Korkmamam gerekiyor. Hani evet ezan okunmasa da Allah var, Allah’ın varlığını biliyorum ki diyorum ki, Allah’ım sen bana yardım et, çok korkuyorum ama o sırada o ezanın okuması bana inanılmaz bir güven verdi” katılımcı yaşamış olduğu bir deneyim neticesinde ezanla birlikte kendisine eşlik eden dini duygudan bahsetmekte. Böylece ezanın duyguyu açığa çıkarıcı yanına vurgu yapmaktadır.

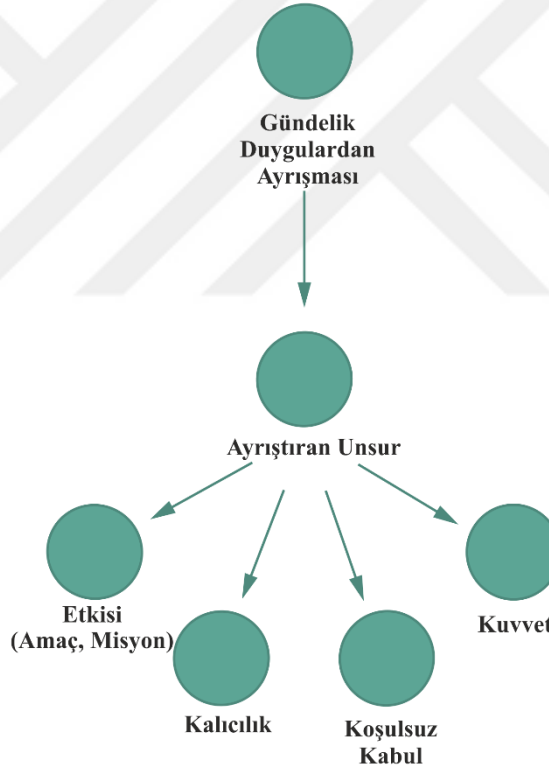
4.2.1.7 İç sesi dinlemek (tefekkür)

Katılımcı - 23 “Hz. İbrahim, işte çölde tek başına birtakım şeylerin ilah olduğunu düşünür ve işte güneşin battığını görünce vazgeçer.... Bunun ötesinde dini duygularını coşturan, geliştiren şeyler insanın işte tefekkür etmesidir. En büyük dini duyguların insanda coşmasını, yoğunlaşmasını....” katılımcı Kurandan vermiş olduğu tefekkür bahsinin dini duyguların yaşanmasını sağladığını örneklemiştir.

4.2.1.8 Video-sohbet

Katılımcı - 11 “Dinle alakalı şeyler hocam mesela geçen radyoda işte peygamber efendimizin hayatını anlatan böyle mini bir tiyatro gibi düşünebilirsiniz. Hani radyoda çıkıyor bu sabahları orada onu anlatırken işte orada savaştaki yaşadığı sıkıntılar, işte gündelik hayatında ilk dini tebliğ ederken yaşadığı sıkıntılar insanın böyle duygulandırıyor, duygularının coşmasına kabarmasına neden oluyor yani” ifadeleri ile katılımcı dini içerikli dinlenenlerin dini duyguyu yaşatmasında etkili olduğunu vurgulamıştır.

4.2.2 Gündelik Duygulardan Ayrışması



Şekil 4.4 Gündelik duygudan ayrışması kategorisinin gösterimi

Dini duyguların gündelik yaşamdaki duygulardan ayrışması sorusuna “ayrıştıran unsur” adında bir kategori oluşturulmuştur. İki kişi ayrışmaz demiştir. Diğer yirmi üç katılımcı ise “etki”, “kalıcılık”, “koşulsuz kabullenilmek” ve “kuvvet” yönüyle ayrıştığını ifade etmişlerdir. Kodlar incelenerek referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.2.2.1 Ayırıştırıcı unsur

Kodlar incelendiğinde on üç yükleme ile en fazla “etki (misyon, amaç)” yönünden kodlamanın yapıldığını, ardından altı yükleme ile “kalıcılık”, sonrasında üç yükleme ile “koşulsuz kabul” koduna son olarak bir yükleme ile “kuvvet” bakımından ayırıştırıcı unsurlar oluşturulmuştur. Kodlar incelenerek bazı referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.2.2.1.1 Etki (misyon, amaç)

Katılımcı - 1 “....Allah’a ulaşma aracı da olarak görülebilir ve yani toplumu düzenleyici bir unsur. Dolayısıyla aslında normal duygulara baktığımız zaman, yani insanların birçok duygusu var. Bunlar işte hani böyle bir amaç taşıyor. Dolayısıyla hem Allah’a ulaşma bağlamında hem de işte düzenin sağlanması bağlamında ya da bu en azından bir insanı insan yapan unsur bağlamında ayrıldığını düşünüyorum” cümlesi ile katılımcı dini duygunun amaca yönelik olduğunu hem düzen sağlayıcı hem de insana insani özellikler kattığını ifade etmiştir. Başka bir katılımcı,

Katılımcı - 15 “....Mesela inançsız bir insan açısından baktığımızda normalde işte yemeğini yer. İşine gider gelir. Ama dini duyguya sahip bir insan yaptığı işin doğru olup olmadığını kendini kontrol eder. Aslında dini duygu insanları bir kontrol, otokontrol sağladığı için tabii ki daha farklıdır yani....” cümlesinde dini duygunun kişideki etkisine vurgu yapmıştır.

4.2.2.1.2 Kalıcılık

Katılımcı - 20 “Diğer duygular daha süfli daha nefsi, daha böyle gelir geçer ama dini duygular daha öze dokunan daha böyle kalıcı seni hizaya da getirir” cümlesinde katılımcı dini duyguların diğer duygulara nazaran kalıcı etki bıraktığını ifade etmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 25 “Biri maddi mutluluk diğeri manevi mutluluk. Dini duygular geçmiyor daha da böyle hani sonra yaptığında daha da katlanarak artan bir şey oluyor”

katılımcının ifadesinden de anlaşılacağı üzere dini duyguların diğer duygulara kıyasla derinden etki bırakması kalıcılık yönüne katkı sunmuştur.

4.2.2.1.3 Koşulsuz kabul

Katılımcı - 21 “Dini duygular....Yaratıcıyla bir konuşma halidir o. Çünkü onunla bağ kurma halidir. Gündelik yaşamda birisiyle bu bağı bu kadar rahatça kuramazsınız. Karşınızdaki insana kendinizi ne kadar yakın hissederseniz hissedin kendinizi. Bu denli rahat ifade edemezsiniz. Bu denli açamazsınız. Bu denli sizin içinizi hiç kimse bilemez. Onun için bir yaratıcılığıyla konuşmak veya bir yaratıcıya hani oturup o hissi yaşamak, o hazzı yaşamak içinin hani tüm o görünür haliyle yaşamak daha farklı olduğunu düşünüyorum.... İç dünyamdaki kötülükleri de biliyor olması. İyi de biliyor, kötülerini de biliyor. Benim işte en hassas noktalarına kadar biliyor.... İnsanın kendine bile itiraf edemediği şeyler vardır ama o aklından geçen düşüncelere hâkim olan biri var onunla iletişim. Evet, onun için bence farklı yönü var” cümlesinde katılımcı dini duyguların yaratıcı ile kurduğu bağla nitelendirmiştir. O bağı sağlayan en önemli faktöründe koşulsuz kabulden geçtiğini ifade etmektedir.

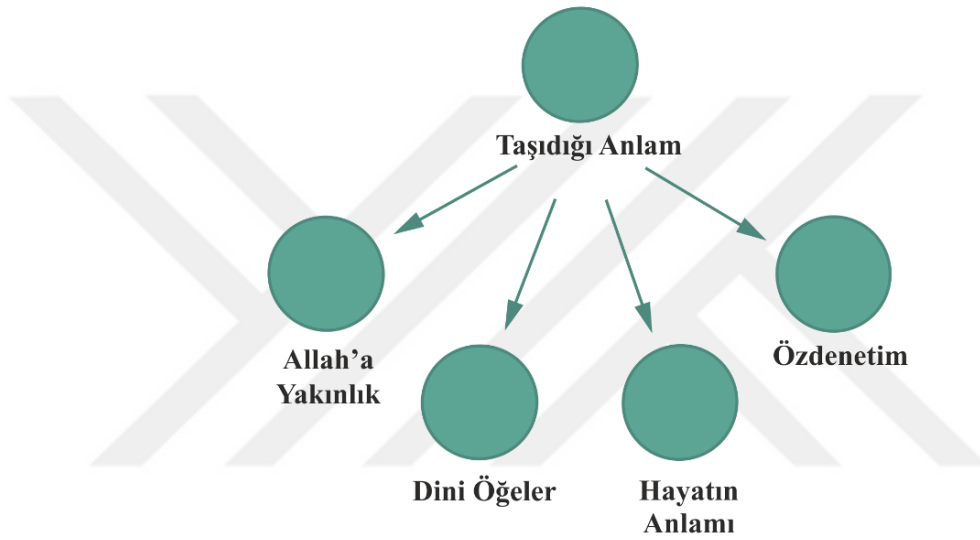
4.2.2.1.4 Kuvvet

Katılımcı - 2 “Dini duygular yani şu dünyada normal insani duygularımız elbette var ama bunu Allah’ın emrettiği doğrultuda yaptığımda bende daha güçlü duygular uyandırıyor. Yani sadece insan olmaktan kaynaklı duygular olarak tabii ki ben de mevcut ama dini çerçevede dini şemsiyenin altına yattığın zaman bu daha güçlü bir hal aldığını düşünüyorum” bir başka paragraftan alınan alıntı ile de bu ifadelere ekleme yaparak “yani biz hani insanoğlu Allah bizi birçok duygu düşünce birçok yönle yaratmış. Hani günde herhangi bir yaşantı içerisinde de olsa bu veyahut da mutlu olduğumuz şeylere mutluluk veren şeylere karşı hisleriniz aynı olabilir ama biz bunların Allah’ın rızasına koyduğumuzda bu az önce söylediğim gibi biraz kuvveti artırıyor çarpı 2 oluyor yani diye düşünüyorum” cümlesinde katılımcı dini duygunun gündelik yaşamdaki duygudan kuvvet bakımından ayrıldığını ifade ederek dini duyguların daha kuvvetli etkisi olduğunu ifade etmiştir.

4.2.3 Dini Duyguların Taşıdığı Anlam

Dini duyguların doğasına ilişkin oluşturulan temada, katılımcıların vermiş olduğu yanıtlar neticesinde “taşıdığı anlam” yönünden dört koddan oluşan bir kategori elde edilmiştir.

Bu kodlar “özdenetim”, “hayatın anlamı”, “Allah’a yakınlık”, “dinsel öğelerle açığa çıkan” olarak belirlenmiştir. Bu kategoriye ilişkin model aşağıda yer almaktadır.



Şekil 4.5 Dini duygunun taşıdığı anlama ilişkin model

Kategoriler incelendiğinde en fazla altı yükleme ile hayatın anlamı, beş yükleme ile özdenetim, iki yükleme ile Allah’a yakınlık, iki yükleme ile dini öğeler olarak belirlenmiştir.

4.2.3.1 Dini öğeler

Katılımcı - 8 “Dini duygu yaşadığım aslında o atmosfere bağlı olarak şekillenen bir durum olarak ifade edebilirim. Ben mesela hani ekranda gördüğüm din ön plandaki bir videoda mesela günümüzdeki videolarda. Hüzün yaşamak, yani o insanlarla aynı duyguyu paylaşmak belki de. Yani ortak noktada buluşmak belki de dini duygu....” cümlesinde katılımcı din duyguyu dini içerikli video neticesinde hissettiğini ifade etmiştir.

4.2.3.2 Hayatın anlamı

Katılımcı - 3 “İnsan yaşamını anlamlandıran bence en önemli zirvedeki duyguların dini duygular olduğunu düşünüyorum. Diğer duyguların, hislerin buna bağlı olarak geliştiğini ama en zirvede her zaman din ağırlıklı duygularının yoğun olarak yaşandığını düşünüyorum” cümlesi ile ifade etmiştir. Bir başka katılımcının görüşleri ise,

Katılımcı - 23 “Dini duyguları şöyle kısaca özetlersek, bir kere yaratılış gayemizi, dini duygularınızla izah edebilirsiniz. Ben neden yaratım? Benim yeryüzündeki gayem nedir, ne yapmaya çalışırım veya nasıl bir yaşantı tarzına kendime layık ve hak görürüm. Bu benim dini duygularımın bu sorulara verdiği cevaplarla meydana çıkan bir yöntem. Yani dini duygularım benim hayatta nasıl var olacağımı ve hayatı nasıl algılayacağımı esas belirleyen unsurlardır” cümlesi ile dini duyguları hayatın anlamlandırması ile ilişkilendirilmiştir.

4.2.3.3 Özdenetim

Katılımcı - 21 “Dini duygular gündelik yaşamımda kendimi kontrol etmemi sağlıyor ara ara benliğimin farkına varmamızı sağlıyor. Böyle bir etkisi var, sadece ruhsal anlamda bunları söyleyebilirim. Evet. Farkındalık oluşturuyor bende” şeklinde ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 23 “Bir insan, hiçbir dini duygusu olmadığını düşünün. Sadece işte etten, kemikten bunlarla ilgili kendisini sınırlamayan şehvi duygulardan var olan bir insan düşünün. Hiçbir şeyden taviz vermez. Aklının her estüğünü, gönlünün her istediğini işte her arzu ettiğini ve canı çektiğini yapmak ister işte. Oradaki motivasyon dediğimiz bunları yaptırmayan ve yapması insan nefesine İslam’ın tarifi gereği duygular anlamında nefis tabii duygudur.... insan nefesine sınır koyabilecek tek şey bence dini duygulardır. Hayır diyebilecek dur diyebilecek tek şey dini duygulardır ya da insanın gücünün üzerinde sinerji oluşturabilecek.... Yine dini duygulardır....” cümlesi ile katılımcı dini duygunun özdenetim yönüne vurgu yapmıştır.

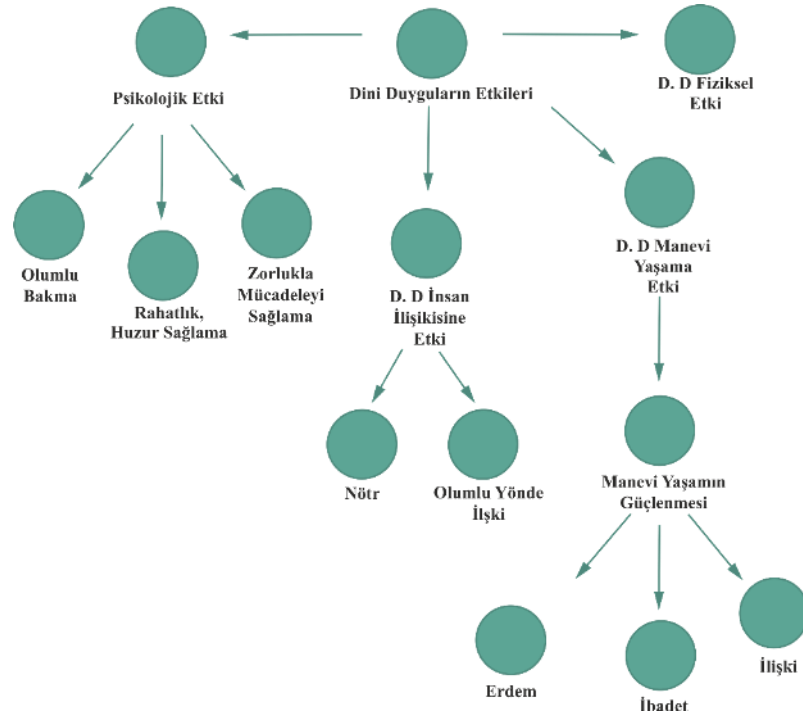
4.2.3.4 Allah’a yakınlık

Katılımcı - 12 “Allah’a yakın olduğun ya da yakın olmak istediğin an dini duyguların bence en yüksek dozda yaşandığı andır diye düşünüyorum. Fakat ne zaman böyle insan dünyalar düşse o zaman da dini duyguların yok olduğu hissini ortaya çıkarıyor açıkçası” sözleri ile düşüncesini ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 14 “...ben size çok yakınım diyor bak şah damarımızdan daha yakın. Ben bunlara böyle hayatıma mim noktasını almış bir insanım. Yani en dar zamanında en işinden çıkamadığım zaman hep şunu söylemişimdir, benim rabbim bugüne kadar beni hiç zor düşürmedik. Ne kaygılanıyorsun demişimdir. O yüzden burada dini duygular anlamında şunu söyleyebilirim, yalnız kalmama hissi” cümlesi ile katılımcı Allah’a yakınlığı vurgulamıştır.

4.2.4 Dini Duyguların Etkilerine İlişkin Bulgular

Dini duyguların etkilerine ilişkin sorulan sorular neticesinde dört farklı kategori oluşturulmuştur. Bunlar “Psikolojik Etki”, “Manevi Yaşama Etkisi”, “Fiziksel Etki”, “İnsan İlişkisine Etki” dir.



Şekil 4.6 Dini duyguların etkilerine ilişkin model

Psikolojik etki kategorisinde üç farklı kod tespit edilmiştir. Bunlar “olumlu bakmayı sağlar”, “rahatlama-huzuru sağlar”, “zorlukla mücadeleyi sağlar” şeklindedir. Kodlar incelendiğinde en çok on bir yükleme ile rahatlık-huzur sağlama, üç yükleme ile zorlukla mücadeleyi sağlama, iki yükleme ile olumlu bakmayı sağlama belirlenmiştir.

Manevi yaşama etki kategorisi alt kategoriye ayrılarak “manevi yaşamın güçlenmesi” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt kategori üç farklı kod ile “ilişki”, “ibadet”, “erdem” şeklinde isimlendirilmiştir. Diğer kategoriler ise “fiziksel yaşama etki”, “insan ilişkisine etki” olarak belirlenmiştir. İnsan ilişkisine etkisi kategorisi kendi içinde iki koda ayrılmış olup “nötr” ve “olumlu yönde ilişki” tespit edilmiştir. Bu kategoriler ve kodlar incelendiğinde, yirmi dört yükleme ile maneviyata etki birinci sıradadır. Sonrasında on sekiz yükleme ile insan ilişkilerine etki ardından dört yükleme ile fiziksel etki kategorisi ortaya çıkmıştır. İnsan ilişkilerine ait olan kodlara bakıldığında en çok on yedi yükleme ile olumlu yönde ilişki ardından bir yükleme ile nötr yönlü ilişki tespit edilmiştir. Manevi yaşama etkisinin kodlarına bakıldığında; en fazla on bir yükleme ile ilişki, on yükleme ile ibadet, üç yükleme ile erdem kodu ortaya çıkmıştır. Katılımcılara ilişkin referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.2.4.1 Psikolojik etki

4.2.4.1.1 Olumlu bakma

Katılımcı - 11 “...nedense dini duygularımız yüksek olduğu zaman benim kendi dini duygularım yüksek olduğu zaman hayata bakış açım biraz daha olumlu oluyor. Olayları algılama şeklim biraz değişiyor. Yani mesela bir öğrencime kızacakken hani kızmamaya gayret gösteriyorum. Bu bakımdan hani dini duygular oldukça beni etkiliyor” cümlesi ile olumlu bakmayı sağladığını vurgulamıştır.

Katılımcı - 15 “Mesela karşıdaki insanlarla konuştuğunda çevrende güzelleştirme iç dünyada insanı rahatlıyor. Ya aslında şöyle iç dünyanla rahat olduğu için çevresini de rahatlatıyor birbirleriyle bağlantılı” ifadesi ile olumlu bakmayı bunun neticesinde çevre ve etrafı güzel görmeyi sağladığını vurgulamıştır.

4.2.4.1.2 Rahatlık-huzur sağlama

Katılımcıların cevapları incelendiğinde en fazla yüklemenin yapıldığı kod olarak tespit edilmiştir. Katılımcılara ilişkin görüşler aşağıda verilmiştir.

Katılımcı - 10 “Ruhsal dünyanız sıkıldığında mesela veya herhangi bir şeye Ne olduğunuzda cenabı Allah sureler, ayetler vermiş dualar vermiş tamam onlara sığınarak yani sizi rahatlatan şeyler onlar yani sonuçta kimden yardım istersiniz Allah’tan yardım istiyoruz zaten. Evet, yani işte maddi açıdan sıkılırsan da Cenabı Allah diyorsun. Hastalansan da cenabı Allah diyorsun. Ondan sonra ilk önce ne bileyim bir işin rast gitmesi için Cenabı Allah diyorsun dua istiyoruz yani” cümlesi katılımcı ruhsal açıdan rahatlama ve huzuru sağladığını dile getirmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 12 “Din olmazsa olmaz insan kafayı yer. Fiziksel açıdan da aynı şekilde mesela. Dini düşünmeden, yaşamadan hani hayatını süren bir insanın fiziksel açıdan da ben. Düzgün olacağını düşünmüyorum. Hele hele tabii ruhsal açıdan hiç sağlıklı olacağını düşünmüyorum.... Yani ne olursa olsun bu çocuk gibi düşünün. Önce bir suç işlersiniz ama en sonunda ne vardır? Koşarak babanıza gidersiniz. Baba beni kurtar dersiniz, din de böyle bir şey yani hiç nasıl diyeyim hiçlik içerisinde düşünüyorsunuz ve oradan bir çıkış noktasına tek çıkış noktası Allah. Çünkü başkası oradan çıkabilir, hiç kimse yok. Dolayısıyla psikolojik anlamda bu insanı çok rahatlatır. Diğer türlü öyle bir şey, varlığın olmadığını düşündüğün an. Dünyada kalmanın bile bir anlamı olmaz. Sizi ölüme bile sürükleyebilir” psikolojik anlamda huzuru ve rahatlama sağlama yönüne vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 25 “Ruhsal olarak düşük olduğumuz zamanlarda mesela Kuran okuyoruz, daha iyi hissedelim işte namazlarımızı, dualarımızı daha da artırıyoruz ve ruhsal, olumsuz duygudan çıkabilmek için bunu onunla etkisi oluyor. Huzurumuz o an yoksa bile sağlamaya çalışırız, sağlanıyor da. Yani böyle bir rahatladım okuduktan sonra ya da bana bir oku üfle güvendiğimiz insanlara söylediğimiz bunlar hep artıları” şeklinde görüşlerini belirtmiştir.

4.2.4.1.3 Zorlukla mücadeleyi sağlama

Katılımcı - 1 “....sıkışma noktaları her insanın oluyor. Hayatta çıkmazları yani ben o noktada işte Allah’a sarılıyorum tabii. Hani bu inanma bağlamında çok önemli bir şey olduğunu düşünüyorum benim için çünkü. Bazı noktalarda insanın açıklayamayacağım ya da çok zor duruma düştüğü noktalar oluyor. Bu sefer diyorsunuz ki Allah’ım bana yardım et diyorsun. Hani bu konuda, ben çok kötü bir durumdayım. -Baş etmenizi mi kolaylaştırıyor? -Tabii sorunlarla başa çıkmamı yine bazı işte ya böyle arkasında bir desteğe ihtiyacın olur ya mesela hiç kimse de olmazsa Allah’ın var derler falan. Hani o noktada gerçekten o önemli bir şey. Arkanda bir desteğin olduğunu hissediyorsun ve sığınacak bir limanın var gibi düşünüyorsun. O noktada ruhsal anlamda kolaylaşsın. Ruhsal anlamda bir motivasyon sağlıyor ve iç huzurumu düzenlemiş oluyor benim. Yani bu olmasaydı gerçekten zor olabilirdi benim için” durumu özetleyerek zorluklar karşısında dinin ve dini duyguların mücadeleyi kolaylaştırdığına vurgu yapmıştır.

4.2.4.2 Manevi yaşama etkisi

Dini duyguların yaşama etkisi incelendiğinde manevi yaşama etki ettiği yönünde kategori elde edilmiştir. Ayrıca insanın manevi yaşamını güçlendirdiği yönünde alt kategori belirlenmiştir. Kodlara ilişkin referanslar aşağıda verilmiştir.

4.2.4.2.1 İlişki

Katılımcı - 2 “....insan en çok çok üzüldüğü zaman ya da en çok çok sevindiği zaman ya Allah deriz biz yani hani bizim inancımız gereği öyle dilimize pelesenk olmuş. Mesela bir şükür namazı kılarız bir şeye sevinince ya da şükür kurbanı keseriz. Çünkü Allah’a teşekkür etmek isteriz hani? Çok mu ihtiyacı var bizim secdemize yok ama biz onu göstermek isteriz. O yüzden mesela bir şeyi zirvelerde yaşadığımızda hemen gözümüzden bir yaş düşer. Hemen duaya çevirmek lazım. Onu Allah’a yönelmek lazım. Kapılar açılmıştır çünkü öyle bakmak lazım o yüzden dini duyguların kuvveti yani duygularımızın yoğunlaştığı anlarda tabii insan rabbine daha çok bence. Yönelme ihtiyacı hissediyor” cümlesi dini duygunun Allah’la ilişkiyi güçlendirici yönüne vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 15 “....Allah’a ilişkin dini duygular açısından baktığımda ya sonuçta Allah bir şeyi bana veriyor. Kulunda görmek istiyor. Mesela namaz kılıyorsun Allah’ım namaz kılmamızı istiyor, namaz kılıyorsun. En azından diyorsun ki görevimi elimden geldiğince yaptım deyip Allah’a karşı olan o bağı daha da güçlü tutmaya çalışıyorsun” katılımcı dini duyguyu Allah’la ilişkisel anlamda açıklamıştır. Bir diğer katılımcı,

Katılımcı - 25 “Allah rızası için yapmaya çalıştığımız şeyler de bu Allah’ın ilişkimde onun daha çok sevdiğini düşünüyorum aslında” Allah’la ilişkisi yönüne dikkat çekmiştir.

4.2.4.2.2 İbadet

Katılımcı - 1 “Olabilirdiğince dini vecibelerimi de yerine getirmeye çalışıyorum ve bu noktada aslında... bana da süreklilik sağlamış oluyor” cümlesi ile ibadeti beslemesi yönüne vurgu yapmıştır.

Katılımcı - 11 “....dinimizde hani benim inancıma göre huşuyla ile yapılan ibadetler daha ön plana çıktığını düşünmekteyim. Yani işte örneğin namazdan örnek verecek olursak, hani namazın böyle senkronize bir hareketler biçimi olarak değil de. Yani o kalpten o huşuyla hissederek yaşamak dini duygular. Bu bakımdan hani benim o namazı yerine getirirken ona konsantre olmamı yani daha anlamlı bir biçimde böyle dünyayı biraz daha geride bırakma olarak nitelendiriyorum. Yani buna vesile olduğunu düşünüyorum. Duygusuz olduğu zaman. Duygusuz olduğu zaman sadece işte. Senkronize hareketlerle yerine getirmiş oluyorsun, bitirmiş oluyorsun yani şekilden ibaret oluyor işte. Hani o çünkü rukü secde falan yapıyorsun. Hani bitirmiş oluyorsun? Belki bir sorumluluğun üzerinden kalkması oluyor. Ancak o duygularla yapıldığı zaman o ibadetler çok daha farklı oluyor böyle insanın. A noktasından b noktasına getirebiliyor bunlar.-mana veriyor değil mi? - Tabii ki yani mana veriyor zaten hocam onu içerisinden çıkardığınız zaman geriye bir şey kalmıyor. Hani bu hem niyet hem kalp o onların bütünlüğü sağlandığı zaman duygular da işin içerisine girdiği zaman hocam. Hani o farklı hissediyorsun? Yani yaptığın ibadetten haz

alıyorsun....” cümlesinde katılımcı dini duyguların ibadeti hazla yapmasını sağladığını belirtmiştir.

4.2.4.2.3 Erdem

Katılımcılar dini duyguların faziletli davranışların artmasında, erdemi sağlamasında görevi olduğunu söylemişlerdir. Katılımcıların görüşlerine ilişkin referans cümleleri aşağıda verilmiştir.

Katılımcı - 1 “Dini orta düzeyde yaşayan bir insan olarak kendimi tanımlamıştım. Dolayısıyla hani bu noktada işte dua etmedir. Ne bileyim bir şey oluyor. Yani diyorum ki, hani bir şey olursa bir kurban keseceğim falan bu tarz mesela. İşte diğer insanlara yardım kapısında açıyor. Mesela farklı yardımlar da yapmış oluyorum” cümlesi ile ifade etmiştir. Diğer bir katılımcı ise,

Katılımcı - 16 “Dini duygular Allah’a yani az önce dediğim gibi her türlü yardım evet. Mesela ayağında ayakkabısı olmayan bir çocuğa bir ayakkabı almak veyahut da bir aç insanı doyurmak. Beni Allah’a daha çok yaklaştırıyor” diyerek erdemi sağlaması yönüne vurgu yapmıştır.

4.2.4.3 İnsan ilişkisine etki

Dini duyguların yaşama etkisi incelendiğinde insan ilişkisine etki ettiği yönünde kategori elde edilmiştir. Bu kategori de kendi içinde iki kodla ifade edilerek belirlenmiştir. Aşağıda katılımcıların referans cümlelerine yer verilmiştir. “Nötr” yöndeki koda bir yükleme “olumlu yönde ilişki” koduna on yedi yükleme yapılmıştır.

4.2.4.3.1 Nötr

Katılımcı - 12 “Çevre ilişkisi, insanlarla ilişkisi bakımından, yani dinin çok fazla sosyokültürel ilişkili olduğunu düşünmüyorum sadece siz eğer dini gerçekten yaşamak istiyorsanız, dini sosyo-kültürel ilişkilere sokabilirsiniz. Diğer türlü insani ilişkilerde çok fazla hani etkisi olmadığını düşünüyorum” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.2.4.3.2 Olumlu yönde ilişki

Katılımcı - 14 “Din insana çok güzel sınırlar koyuyor. Bunları yaptığınız zaman insan ilişkilerimiz de çok düzgün oluyor” olumlu yönde ilişki içerisinde olduğunu vurgulamıştır. Bir başka katılımcı,

Katılımcı - 16 “İnsan ilişkileri açısından böyle dinle ilgili kişilerle sohbet etmek onlarla oturup konuşmak o insanlara daha yakın olmak beni daha çok mutlu ediyor” şeklinde görüşünü ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 19 “Dini duyguları şey olan insan kuvvetli olan insan. Eee iyi bir insandır. Özünde zaten iyilik vardır. Diğer insanlarla iletişimi de bu noktada inanan insanın daha olumlu. Çünkü dinimizin gereklerinden biri de aslında bu insanlarla iletişim noktasındaki kuvvettir” dini duyguların insan ilişkisine olumlu yönde etkisi olduğunu söylemiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 25 “Hep iyi yönde oluyor. Yani her türlü hani bir adım atarsan karşına da onun karşısına veriyor. Beni iyilik yaptığında sonra bakıyorsun o başkasına öyle halka kelebek etkisi şekline girdiği için de belki güzelliklerini görüyoruz.... Dini duyguları, yüksek insanlarla bir arada bulunduğumuzda kendindeki eksik noktaya ondan tamamlıyorsunuz ya da senden o tamamlıyor” cümlesi ile görüşlerini ifade ederek durumu özetlemiştir.

4.2.4.4 Fiziksel etki

Dini duyguların yaşama etkisi kategorisinde alt kategorilerden biri de fiziksel etkidir. Bu kategoriye ilişkin referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

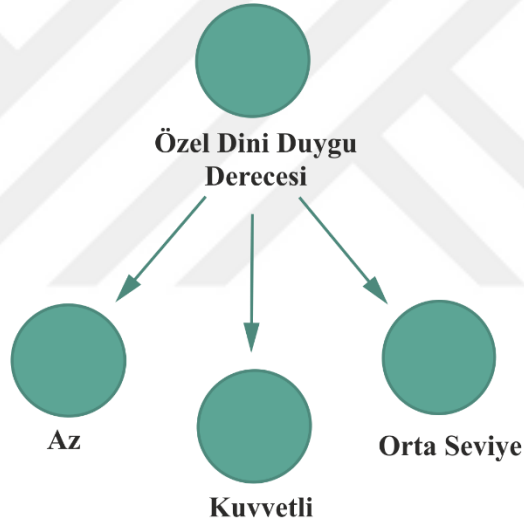
Katılımcı - 5 “...abdest alıyorsun namaz kılmadan önce bir kere temizlik hani yani ekstra bir temizlik veriyor zaten sana” diyerek ifade etmiştir. Diğer bir katılımcı,

Katılımcı - 11 “Fiziksel olarak tabii rahatlamaya sebebiyet veriyor hocam. Yani dini duygular olmadığı zaman hani fiziksel olarak da insan biraz gergin oluyor veya işte bir olumsuzlukla karşılaştığı zaman onu algılama biçimi değişiyor, onu böyle daha

dini duygularla daha böyle olumlu algılamaya çalışıyorsun....” diyerek fiziksel olarak insana etkisini vurgulamıştır. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 1 “Bilimsel anlamda da falan. Hep söylüyorlar işte şu zaman kalkın, şu zaman yatın işte şu zaman yiyin şu zaman için şunları yapın falan aslında bunlar hep baktığımız zaman işte bizim o Kur’an ı Kerim’deki ne bileyim namaz saatleri ile uyuşması falan gibi şeyler de çok önemli işte. Bu da insanı ne yapıyor aslında? Fiziksel anlamda da sağlık anlamında da dinç, diri tutmaya yarıyor” cümlesi ile fiziksel etkisine vurgu yapmıştır.

4.2.5 Öznel Dini Duygu Derecesine İlişkin Bulgular



Şekil 4.7 Öznel dini duygu derecesine ilişkin model

Katılımcılara dini duyguları yaşantısal olarak derecelendirilmesi istenildiğinde üç farklı kod elde edilmiştir. Şekil 4.2.6’da gösterilmektedir. Bunlar “az”, “kuvvetli”, “orta seviye”, olarak belirlenmiştir. En fazla on bir yükleme ile orta seviye, yedi yükleme ile kuvvetli, dört yükleme ile az olarak tespit edilmiştir. Katılımcılara ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.2.5.1 Az

Katılımcı - 22 “Çok zayıfız, yani kendi açımdan çok zayıf olduğumu düşünüyorum. Çünkü namazda onlarca düşünce geçiyor kafamdan. Yani gerçekten utanarak

söylüyorum. Mesela namaz kılariken yapacağımı yemeyi düşünüyorum. Arkadaşımla buluşacağım da ne giyeceğimi düşünüyorum mesela. O yüzden çok zayıfım bana göre” cümleleri ile yaşama derecesi hakkında görüşlerini bildirmiştir.

Katılımcı - 24 “Ya yaşama olarak çok güçlü değilim. Çünkü nefsim çok yenik düşünüyorum” diyerek ifade etmiştir.

4.2.5.2 Kuvvetli

Katılımcı - 3 “Tabii bunda çok iddialı bir şey kullanamıyoruz. Hani bütün büyükler ne diyor? Kendilerini çok aciz görüyorlar. Ama şunu söyleyebilirim, belki Rabbimle güzel bir irtibatın kendimce hani kendi seviyemde olduğunu düşünüyorum. Bu beni mutlu ediyor. Yani bunun haricinde bir hayat düşünemiyorum....” cümlesi ile görüşlerini ifade etmiştir. Başka bir katılımcı,

Katılımcı - 18 “İyi bir Müslüman, her zaman dini duygularını kuvvetli tutmak ister. Yani biz de istiyoruz ama çok kuvvetli ya da az kuvvetli diyemem ama kuvvetli tutmaya çalışıyoruz diyebilirim” kuvvetli yaşamaya vurgu yapmıştır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 6 “Kuvvetli yaşıyorum ama görev ve sorumluluklarımı fazlasıyla yerine getiremiyorum” ifadesi ile kuvvetli yaşadığını söylemiştir.

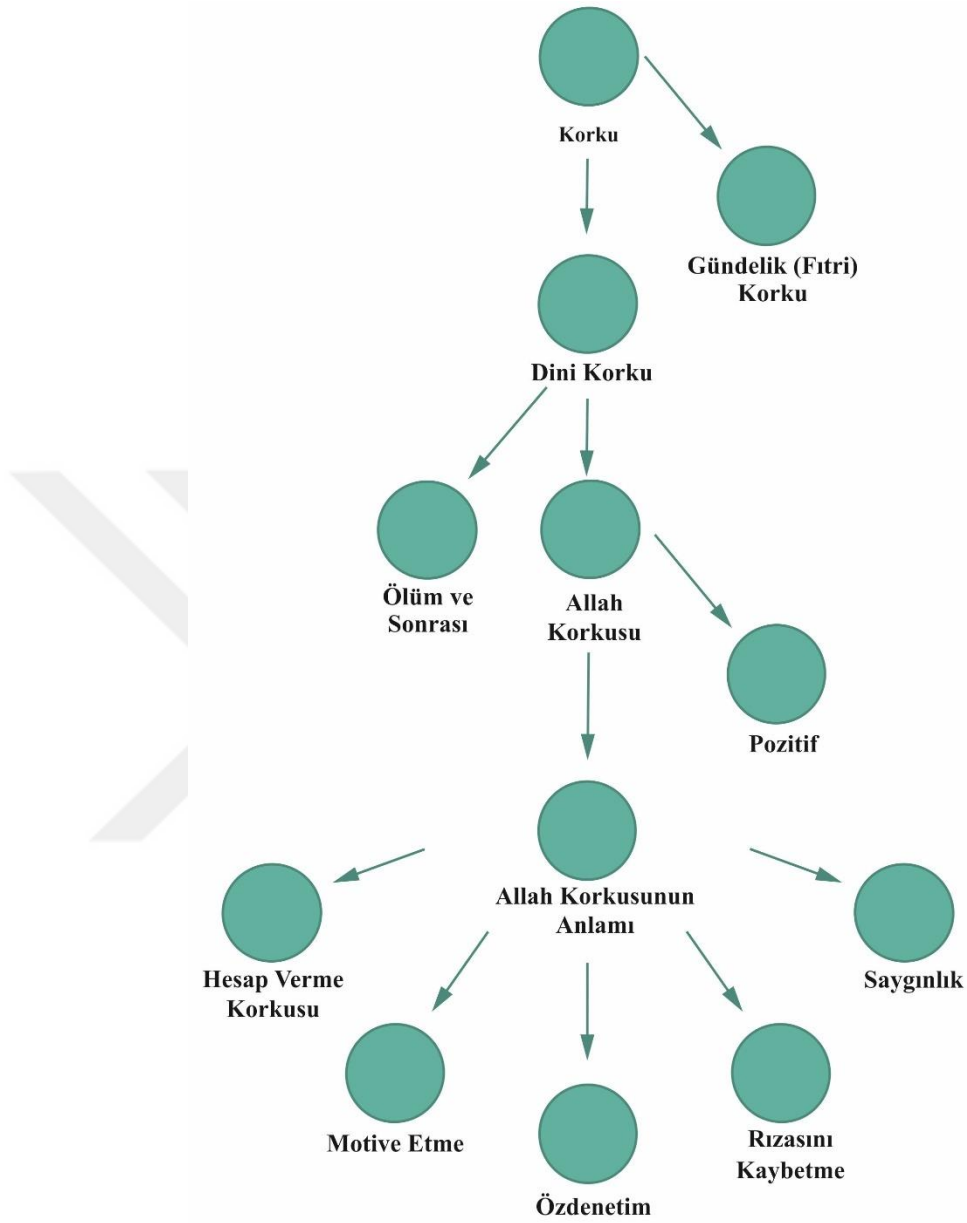
4.2.5.3 Orta seviye

Katılımcı - 1 “....orta düzeyde” olarak ifade etmektedir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 21 “Orta düzeyde tahmin ediyorum” cümlesi ile orta düzeyde yaşadığını vurgulamıştır. Başka bir katılımcı ise,

Katılımcı - 25 “Elimden geldiği kadar hani orta diyebiliriz” diyerek görüşlerini vurgulamaktadır.

4.2.6 Korku



Şekil 4.8 Korku duygusuna ilişkin modelin gösterilmesi

Korku duygusunun dini bir duygu olup olmadığının tespit edilmesi amaçlı yapılan görüşme sonucunda iki kategori oluşmuştur. Bunlar “dini korku”, “gündelik(fitri) korku” olarak isimlendirilmiştir. Sonrasında dini korku kendi içinde “Allah korkusu” ve “ölüm ve sonrası” olarak iki alt kategoriye ayrılmıştır. Allah korkusunun negatif mi pozitif mi olduğu sorusuna tüm katılımcılar pozitif bulmuşlardır. Negatif kategorisi oluşturulmamıştır. Allah korkusunun anlamı beş farklı kodla

belirlenmiştir. Bunlar “hesap verme korkusu”, “motive etme”, “özdenetim”, “rızasını kaybetme”, “saygınlık” olarak belirlenmiştir.

Yüklemeler incelendiğinde en fazla altı yükleme ile gündelik korku sonrasında beş yükleme ile dini alanda korku tespit edilmiştir. Dini korkunun alt kategorisinde ise dört yükleme ile ölüm ve sonrası ortaya çıkmıştır. Allah korkusunun alt kategorisi incelendiğinde yirmi dört katılımcının Allah korkusunu pozitif olarak ifade ettiklerini söylemişlerdir. Allah korkusunun anlamına ilişkin olarak; beş yükleme ile hesap verme, dört yükleme ile özdenetim ve saygınlık, üç yükleme ile rızasını kaybetme, en az iki yükleme ile motive etme tespit edilmiştir.

4.2.6.1 Gündelik (fitri) korku

Katılımcı - 3 “Korku duygusu fitrı bu yani. Hani az önce dinden bahsettik. Yani insanın içinde yer alan duygu. Bizim bir parçamız olan bir duyguyu bütünüyle biz negatif dersek insanı inkâr etmiş oluruz. Yani korku insana has insani ve insanın yapısında olan bir duygudur. Ve bu demek ki o halde bu korku duygusu nedir gerekli bir duygudur. Yani bütünüyle korkuyu yapımızdan çıkarmak nedir? mümkün değildir” korku duygusunun fitrata ait olduğunu ifade etmiştir. Başka bir katılımcı ise,

Katılımcı - 15 “Korku dini duygu değildir. Bence aslında insani bir duygudur. Bu sadece insanlara değil, bu konuda mesela canlılar da zaten korku vardır. Bunu direkt yeni duygu olarak söylemek bence yanlıştır” korku duygusunun tüm canlılara verildiğini söylemektedir. Başka bir görüş ise,

Katılımcı 21 “Ya korku bence dini bir duygu değildir ya? Çünkü. Ya onu üreten biziz. Ne için ürettiğine bağlı, yani senin senden daha iyi bilen birisinden neden korkarsın? Bana öyle geliyor” diyerek görüşünü ifade etmiştir. Diğer Katılımcı ise,

Katılımcı - 23 “Korku insanî bir duygudur. Korku İnsanın Allah tarafından yaratılışında verilmiş olduğu duygudur” diyerek insanın yaratılışında var olageldiğini vurgulamaktadır.

4.2.6.2 Dini korku

Korkunun dini bir duygu olduğunu niteleyen beş kişi olmuştur. Bu korkuyu “ölüm ve sonrası”, “Allah korkusu” olarak ifade etmişlerdir. Ölüm ve sonrasına ait katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

4.2.6.2.1 Ölüm ve sonrası

Katılımcı - 12 “Sadece öldükten sonra korku mesela benim vücudum ne olacak? Tamam, ben mesela yalnızca cennet cehennemde ama nasıl yapacağım bilmiyorum. Ya bu vücutta mı yanacağım ya da yanmak başka bir şey mi yani dünyayla alakalı hiçbir korku değil o sadece ahiret korkusu” cümlesi ile katılımcı ölümden sonraki yaşamın korku duygusu ile ilişkilendirmiştir. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 8 “Öbür dünya korkusu var. Cehenneme gitme korkusu var. Hani eğer korkuyla ilişkilendirmemiz, gerekiyorsa. Hani sonuçta bir ceza var yaşantının sonunda. Eğer o cezayı hak etmediğini düşünüyorsan, aslında yaşantımı ona göre şekillendiriyoruz” diyerek ölümden sonrası korkusunu belirtmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 19 “Ölüm korkusu. Yani o ölüm korkusu dışında aslında dinim, ben de yarattığı başka bir korku yok, o da ölümden sonraki işte kabir azabı denilen hani o şey onları hani bilmediğimiz için..... bilmediğimiz şey insanda korku uyandırır. Ve tabii ki insan mükemmel olamıyor ve mükemmel olamadığımız için de hani bunun öbür dünyadaki karşılığı ne kadar şey olacak? Diyelim hayatımızda yaptığımız küçük bir şey bile olsa küçük bir nasıl ifade edeyim? Olumsuzluk bunun karşılığı karşı tarafta nasıl meydana gelecek onun korkusu oluyor. Bu da yani ölümden sonraki hayata tekabül ediyor aslında” diyerek ölümden sonrası için yaşamış olduğu korkuyu ifade etmiştir.

4.2.6.2.2 Allah korkusu

Katılımcı - 12 “Her zaman sevginin korkudan daha uzun olduğunu düşünüyor. İllaki Allah korkusu olması lazım ama Allah korkusu olan bir insan da Allah sevgisi olan bir insan çok farklı insanlardır. Allah sevgisi olan insan korkulu olan insandan 10 kat daha fazla iş yapabilir ya da ibadet edebilir ya da ne bileyim yine daha yakın olabilir diye düşünüyorum” cümlesinde katılımcı görüşlerini dile getirmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 4 “Allah korkusunun verildiği yaş aralığı önemli yani. Ne zaman o çocuğa Allah yâni işte yakar, cehennemine atar azabı kuvvetlidir vesaire bu tarz şeyleri hani çocuk biraz daha soyut işleme geçtiği zaman verilmesi lazım bence. Çünkü hani 3-5 yaş sonra ne bileyim ana sınıfın çocuğu. Anlayamayabilir, tekrar soruya döneyim. Allah korkusu bana olumsuz bir şey hissettirmiyor ama Allah korkusundan ziyade Allah sevgisi olarak böyle hani Allah yakar yıkar tarz daha şey. İyi davranışların ödüllendirilmesi şeklinde vermesi daha iyi olur diye düşünüyorum” gelişim dönemlerine dikkat edilerek eğitimin yapılmasını, Allah korkusunun kendi açısından var olması gerektiğini vurgulamıştır.

a. Allah korkusunun anlamı

Allah korkusunun anlamına dair beş farklı kategori belirlenmiştir. Kategorilere ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

a.1. Hesap verme korkusu

Katılımcı - 6 “Allah korkusu olan hal ve hareketlerine dikkat ederek yaşar. Yani dünyada da bir akışı sağlar” kişinin davranışlarından sorumlu olduğu bilincini sebeben hesap vermeden kaynaklı korkunun geliştiğini vurgulamıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 7 “Oradaki rızasını kaybetme korkusu yani mesela onun gazabına uğrama korkusu mesela. Hani yaptıklarımızın yani ahrette mutlaka hani karşılığı olacak yani evet onu korkusu her insan da kesinlikle” cümlesiyle yaptıklarımızın karşılığının hesabının olacağı yönünü vurgulamaktadır.

a.2. Motive etme

Katılımcı - 3 “Allah korkusu ayetin ifadesiyle ancak alimler Allah, Korkuyorsa yani sıradan bir korku değil önce bunu böyle kabul edelim farklı bir korku. Ne hataya düşmekten insanı koruyor. Harama dalmaktan insanı koruyor. İşte rabbinin katından uzaklaşma duygusu onu üzüyor. Bulunduğu huzur hâinden ayrılmak istemiyor. Yani yanlış bir hareket yaparsam elimdeki bu güzel yakınlığı işte bu Rabbiyle olan ilişkiyi kaybedebilirim korkusu yaşıyor. Ve bu da onu her zaman dinamik Rehavete kapılmamasını sağlıyor. Aslında korkunun en güzel tarafı bu insanın hep hani düşmandan korkun derler ya su uyur düşman uyumaz. Süratli insanı teyakkuza tutan, dinamik tutan bir duygu” cümleleri ile kişide motive edici etki bıraktığını dile getirmektedir.

a.3. Özdenetim

Katılımcı 13 “Sırf Allah’tan korktuğu içinde bazı davranışları yapan ya da yapmayan insanlar var, o da işin diğer boyutu” diyerek ifade etmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 20 “....dini bir duygu olmasaydı, Kur’an ı Kerim’in pek çok ayetinde, bizi cehennemle korkutmaz. Demek ki bu gerekiyor. Hatta Allah Teâlâ’nın insanları terbiye metotlarından birinin korku olduğunu düşünen bir insanım. Buna inanıyorum çünkü öyle olmasaydı sadece rahmetle müjdeleyseydi, biz insanlar bu hani rahmetin müjdesine kapılıp tamamen dini görevlerimizi bu dünyaya geliş kulluk bilincimizi unutulduk ve ona göre yaşırdık. Ama korku iyi ki var ki bizi frenliyor. Unutturmuyor onunda verdiği hisle çabamız artıyor veya ay şunu da yapayım ya da namazımı kaçırmayayım ya da bu oruçta tutayım şeklinde bir kaygı geliştirmemizi sağlıyor. Kesinlikle dinde olması gerekiyor” cümleleri ile Allah korkusunun gerekli olduğunu ve bu korkunun özdenetimi sağladığını söylemiştir.

a.4 Rızasını kaybetme

Katılımcı - 21 “Allah’a olan o bağı kaybetme korkusu olduğunu düşünüyorum. Allah korkusunu bu şekilde tanımlayabilirim” diyerek ifade etmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 2 “.....mesela sevdiğin insanı nasıl üzmekten korkarsın öyle bir korku. Yani üzmekten korkmak, daha doğrusu haşa, Allahu teala üzülmez ama yani sen onu memnun edememekten....” Cümlesiyle rızasını kaybetme korkusuna vurgu yapmıştır.

a.5 Saygınlık

Katılımcı - 3 “Korku olmalı dozunda. Çünkü Allah korkusu bir saygınlıktır. Bunu mesela hep anlatırız ya fareden korkar gibi işte o kapalı alandan korkarmış gibi bir korku değildir bu. Çok ayrı bir... Özellikle Allah’ı enfüsi bağlamda müşahede eden insanların muazzam bir heybet duygusu var. Ayeti kerimede de var "inne meal....." Allah’tan ancak alim kuralları hakkıyla korkar diyor. Açık ayetler var. O halde bu korkuyu bence nasıl anlamamız gerekiyor? Sorun bu....” diyerek saygınlık yönüne vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 17 “Allah korkusunun. Şey değil ki böyle hani böyle dini zayıflatan bir şey değil, bir saygıdır....” durumu özetlemiştir.

b. Pozitif yönde korku

Yirmi dört katılımcı pozitif bulduğunu ifade etmiştir. Aşağıda katılımcıların görüşlerine yer verilmiştir.

Katılımcı - 4 “Negatif bir duygu değil. Olumu bir duygu” diyerek görüşünü belirtmiştir. Bir başka katılımcı,

Katılımcı - 8 “Ben negatif olduğumu düşünmüyorum ama. Yaşamımı düzgün noktada şekillendirmeyi sağlıyor. Benimle ilgili eğer onu soruyorsan ve yanlış anlamadıysam negatif olduğumu düşünmüyorum. Düşünmüyorum” cümlesi ile pozitif olduğunu vurgulamıştır.

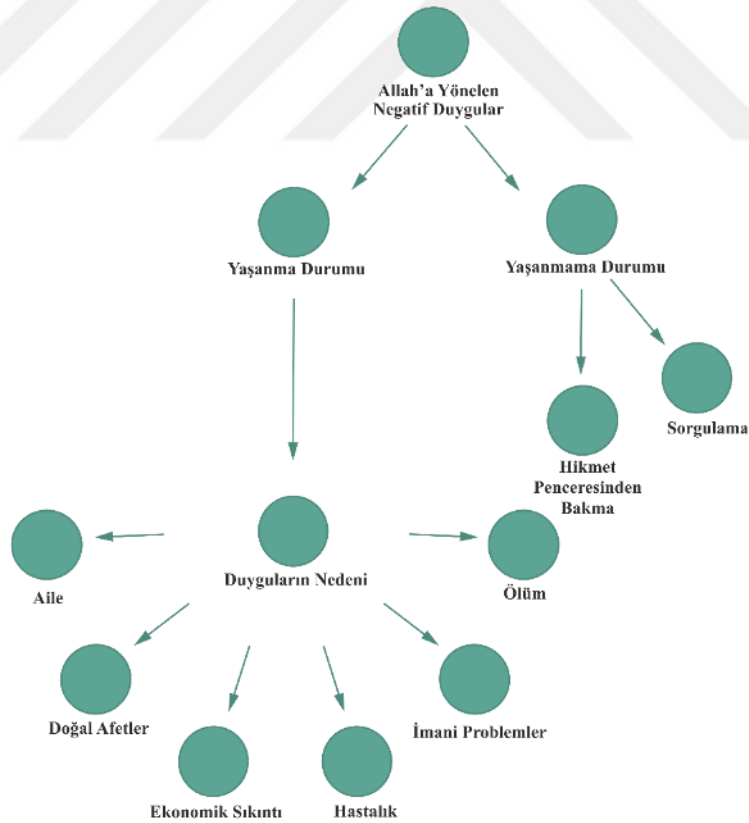
Katılımcı - 10 “Pozitif yani iyi bir şeydir yani” diyerek görüşlerini belirtmiştir. Diğer Katılımcı,

Katılımcı - 12 “Yaşamımızda asla negatif duygu oluşturmuyor” diyerek net şekilde negatif olmadığına dikkat çekmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 20 “Pozitif eviren bir şeydir. Dini hayatına beni pozitif çeviren bir duygudur. Negatif olarak görmüyorum” cümlesi ile pozitif yönüne dikkat çekmiştir. Bir diğer katılımcı,

Katılımcı - 23 “Negatif yönden etkilemesi mümkün değil. Allah mağfireti ve rahmeti de olan bir Rabbül âlemin. Dolayısıyla bunu da bildikten sonra insan hayatında Allah korkusu beni negatif yönden etkiler. Karamsarlığa iter, kötülüğe iter işte ben kendi kendime işte yok olur giderim böyle bir şey diyemezsiniz” diyerek pozitif olurluğunu özetlemiştir.

4.2.7 Allah’a Yönelen Negatif Duygulara Ait Bulgular



Şekil 4.9 Allah’a yönelen negatif duygu modeli

Şekil 4.9 incelendiğinde katılımcılara Allah’a yönelik negatif duygular hissedip hissetmedikleri sorulduğunda “yaşanma/hissetme durumu “yaşamama/hissetmeme

durumu” adlı iki kategori ortaya çıkmıştır. Yaşanma durumu kategorisinin “hikmet penceresinden bakma”, “sorgulama” adında iki kodu bulunmuştur. Yaşanma durumu kategorisi “duyguların nedeni” olarak alt kategori oluşmuştur. Duyguların nedenlerinde altı kod tespit edilmiştir. Bunlar; “aile”, “doğal afetler”, “ekonomik sıkıntı”, “hastalık”, “imani problemler”, “ölüm” olarak belirlenmiştir.

Referanslar incelendiğinde en çok on yedi yükleme ile yaşanmama durumu kategorisine aittir. Bu kategori kendi içinde sekiz yükleme ile “hikmet penceresinden bakma” altı yükleme ile “sorgulama” olarak belirlenmiştir. On katılımcı duyguların nedenine dair görüş belirtmiştir.

4.2.7.1 Negatif duygu yaşamayan

4.2.7.1.1 Hikmet penceresinden bakma

Katılımcı - 7 “Bir yerde bir hatamın olduğunu, bunu da çocuğumuza yansıttığımı düşünüyorum. Anladım yani hiç o duygulara yaşamadım. Hayır girmedim. Mutlaka her yaptığımızın bir şeyin altında yıllar sonra bile çıkan bir hikmeti var. Bunu yıllar sonra anlayabiliyoruz yani” cümlesinde katılımcı hikmet açısından değerlendirdiğini vurgulamıştır. Bir diğer katılımcı,

Katılımcı - 19 “Bu arada Allah’ım neden böyle oldu diye sorguladığımız ama onun sonu hep aynı kapıya çıkıyor. Her şerde vardır. Bir hayır sen bunu böyle bir şey olduysa da sen bunda bir hayır görmüşsündür. Benim bunu yaşamam gerekiyordur. Hep o kapıya çıktığı için Allah’a suçlama gibi bir duyguyla yaşamıyorum” diyerek görüşünü ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı,

Katılımcı - 20 “Bir hikmet vardır da ben çözemiyorum durdur ya da mesela bu Filistin olaylarında bile hani (ismi) sen bilmiyorsun. Belki çok büyük bir hikmete gebe bu olaylar asla. Hani rabbimi suçlamak öyle bir şeyi aklından geçirmekten bile hayal ederim inşallah da geçirmemiş kimdir? Hep Hüsnü zannını davranmaya olmaya çalışıyorum. Yani benim aklım ermiyordur derim. Hiç Allah’ıma rabbime bir şeyde bulunmam yani inşallah da bulunmamışımdır” diyerek hikmet açısından yaşadıklarını yorumlamıştır.

4.2.7.1.2 Sorgulama durumu

Katılımcı - 12 “Bazı şeyleri mantık algılayamıyor. Gerçekten sorgulama gibi. Ya böyle değilse ama ondan sonra hemen salavat götürüyorsun. Hayır, sen buna inanmışsın. Öyle bir şey yok kendini. Hani saçmalama şeytana uyma diyor ama bu insan da çoğu zaman oluyor” diyerek zaman zaman sorgulama yaşadığını ifade etmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 11 “İşte gündelik hayatta yaşadığımız hayal kırıklıkları pek gerçekleşmesini beklediğimiz hani çok istediğimiz çok dua ettiğimiz elde etmesi, olması için yani çokça. Yöneldiğimiz şeylerde gerçekleşmediği zaman acaba diye insan işte soru soruyor ve sorguluyor”

Katılımcı - 20 “Her insan bunları anlık yaşayabilir. Bunlara vesvese diyebilirsiniz. Başka şeyler diyebilirsiniz. Neden başıma geliyor? Neden bunlar bana beni buluyor? Neden böyle oluyor? Bunların hepsi o dediğin duygular içindedir. Aslında bir olay olduktan sonra nedenlerini sorgulamak şeytandır. Yani neden bunlar benim başıma geldi? Takdiri ilahi idi imtihanımı yaşadım? Sabır etmem gerekene sabrettim. Tevekkül etmem gereken tevekkül ettim diyerek bunu yaşayabilirsiniz. Bu güzel işte kızgınlık dediğiniz şeyler bunlar. Bence başka türlü kızgınlık olmaz. Allah’ın karışık bir de neden niçin nasıl sorgularım, niye benim başıma geliyor? İsyan noktasına gelirse ciddi bir haramdır bunlar O noktaya taşımamak gerekir” cümlesi ile sorgulama yaşama durumunu özetlemiştir.

4.2.7.2 Negatif duygu yaşayanlar

4.2.7.2.1 Duyguların nedeni

a. Aile

Katılımcı - 1 “Hani dediğim gibi ben de art arda gelen bir sürü kötü olay yaşadım yani. Bunlardan birisi işte mesela, yani aile sevgisi görmemiş. Mesela burada büyük büyük bir eksikliğim var. Hani o da şu an açıklamak çok zor. Ama yani psikolojik anlamda insanın ihtiyacı olan bir şey. Yani çocuk gerçekten onu ihtiyaç duyuyor.

Anne babası sevgisi falan bu çok önemli. Ondan mahrum kaldığınız zaman çok. Olumsuz oluyor yani” cümlesi ile aile kaynaklı sebeplerden bu duyguların yaşanabileceğini ifade etmiştir.

b. Doğal afetler

Katılımcı - 2 “Böyle felaketler, özellikle doğal felaketler sonucunda bunu çok görüyoruz çünkü. Hadi, savaş, belki şu anki savaş İsrail yaptı diyoruz. Netanyahu’yu suçluyoruz ama deprem olduğu zaman kim var karşımızda kim yani? Bir tek Allah olduğunu düşünüyoruz. Yani inancımız bize bunu her şeyin Allah’ın yaptığını zaten öğrettiği için her şey Allah’tan olduğunu düşünüyoruz.... O yüzden hani ayette de var. Hani başınıza gelenler kendini yapıp ettikleriniz yüzündendir diye. O yüzden başımıza olumsuz bir şey geldiği zaman genellikle Allah’a suçlayan tavırlar oluyor insanlarda” ifadesi ile yaşanan doğal afetlerinde bir takım negatif duygular yaşatabileceğini dile getirmiştir.

c. Ekonomik sıkıntılar

Katılımcı - 13 “Ya da işte hayatında ekonomik olarak ya da sevgi vesaire konularda başarısız olan insanlar var. Onu da işte Allah’a ve kadere bağlayıp küse biliyorlar. Tabii yanlış ama zamanla onlarda anlar inşallah”

d. Hastalık

Katılımcı - 18 “Benim en çok denk geldiğim hastalık. Yani işte uzun süre hastanede yatıyor işte herkes çok sağlıklı. Ben niye böyle oldu bu niye benim başıma geldi...” cümlesinde hastalıkların bu duyguların yaşanmasında etkili olduğunu ifade etmiştir.

e. İmani problemler

Katılımcı - 2 “Bu Allah’ın varlığını ve kudretini idrak etmekle ilgili bir durum bence. Yani onun kapsayıcılığı, her şeyi var ettiği ezelden ebede var olan kendisinin var olacağı fikri ve her şeyde onun elinde olmasıyla ilgili. Ve kader inancı, bunların tamamen oturtan bir insan. Böyle bir şeyden Allah’a kızmaz yani. Bu inanç zayıfsa

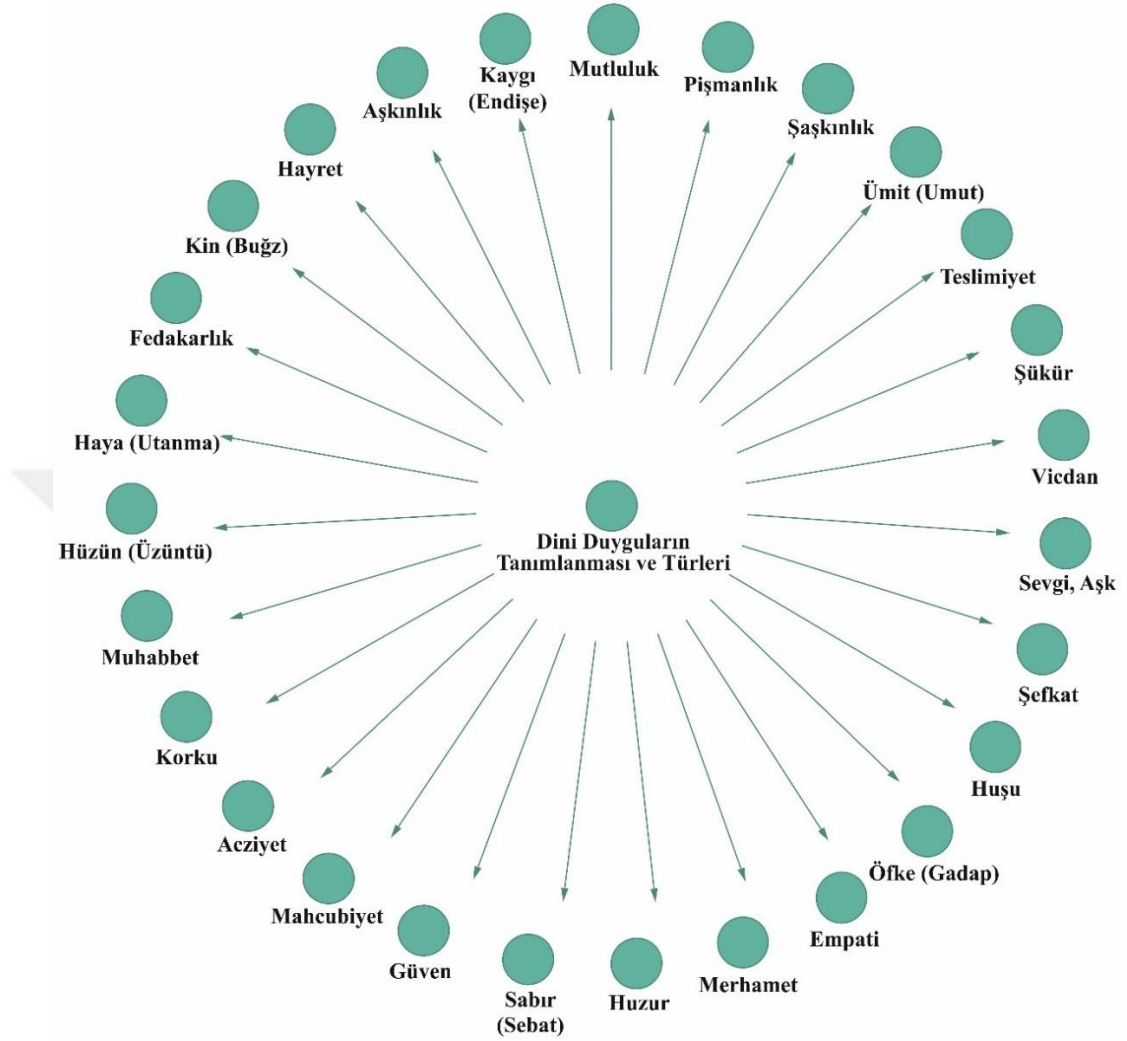
özellikle kader kaza inancı zayıfsa, daha doğrusu eksikse diyelim zayıf demeyeyim, eksikse bir şeyler yanlış anladığından ötürü. -yani inançları. Çok kuvvetli olmayanlar.. - olmayanlar dediğim gibi kader ve kaza inançları tam oturmayanlar. Allah'ın sıfatlarını çok iyi bilmeyenler” cümlesi ile görüşlerini ifade etmiştir.

f. Ölüm

Katılımcı - 18 “Acı kayıp. Bu anne baba olabilir, evlat olabilir, ölüm. Yani şunu bile duydum, hâşâ bu niye bizim başımıza geldi, bizi mi buldun gibi şeyler haşa diyorum yani. Çünkü gerçekten hani çok tehlikeli sözler bunlar” ölümün bu duyguların yaşanmasında etkili olduğunu ifade etmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 22 “Bunu dayım öldüğünde çok yaşamıştım ya, yani bir ölüm olduğunda aynı bir ölüm yaşadık. Dayım öldüğünde evet, küçük bir isyanım ol olmuştu. İsyan gibi değil de neden diye çok sorguladığım olmuştu o dönemi. Hani neden bu yaşta öldü? O dönem o dönem çok sorgulamıştım ve bir sürü atlatamadım.... Bence kaybetme bir şeyler elimizin alınınca sevdiğimiz şeyleri kaybedince öfke isyan gibi duyguları daha çok yaşıyoruz diye düşünüyorum” diyerek durumu özetlemiştir.

4.2.8 Dini Duyguların Tanımlanması ve Türleri



Şekil 4.10 Dini duyguların tanımlanması ve türleri adlı model

Bu kategoride toplamda yirmi yedi kodlama yapılmıştır. Bu kodlamalar sırasında en çok on üç yükleme sayısı ile huzur duygusu tespit edilmiştir. Ardından sekiz yükleme ile merhamet, yedi yükleme ile mutluluk ve sevgi (aşk), altı yükleme ile şükür ve vicdan, dört yükleme ile korku, üç yükleme ile huşu, hüznün, kaygı ve ümit, iki yükleme ile teslimiyet, şefkat, pişmanlık, öfke (gadap), muhabbet, mahcubiyet, hayret, empati, aşkınlık ve acziyet, bir yükleme ile fedakârlık, utanma (haya), kin (buğz), sabır (sebat), güvene ve şaşkınlık olarak tespit edilmiştir. Bu kodlamalara ilişkin referans cümleleri incelenerek katılımcılara ait görüşlere aşağıda yer verilmiştir.

4.2.8.1 Huzur

Katılımcı - 2 “Dini duygu daha çok böyle huzur diye aklıma geldi ilk başta” diyerek görüşünü belirtmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 22 “Namaz kıldığımda kuran okuduğumda veyahut herhangi birine gülümsediğinde bir sadaka verdiğimde. İçimde oluşan en büyük duygu huzur. Evet, yani benim huzura kavuşturan bir duyguya bürünüyorum” cümlesi ile huzur duygusunu vurgulamıştır.

4.2.8.2 Merhamet

Katılımcı - 2 “Bir hayvanı bir kap su koyalım. Kışın yazın işte susuz kalmasın derken, bunu söylerken onun merhamet damarından yakalıyorsunuz. Çocuğa bu da bir duygudur. Hani duygusuz olmaz o duyguya bir de dini başlık eklerseniz işte bu da ibadet olur” cümlesi ile merhamet duygusuna vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 21 “Dini duygular; merhamet....” diyerek belirtmiştir.

4.2.8.3 Mutluluk

Katılımcı - 8 “Sevinç var mesela hani böyle şöyle bir durum olabiliyor hani Müslüman bir çocuğun hani böyle iyi bir noktaya gelmesi beni de mutlu ediyor” cümlesinde katılımcı mutluluk ve sevinç duygusuna vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 14 “Mutluluk bir de çocuk gibi bir şımarıklık. Hani diyorsun ya hani efendim herhalde bana kendini hissettirdi yani” diyerek ifade etmiştir.

4.2.8.4 Sevgi, aşk

Katılımcı - 10 “Sevmek muhabbet işte. Ondan sonra aşk Allah aşkı peygamber aşkı ondan sonra işte ne bileyim Allah dostlarını sevmek, Allah aşkı bunlar hep dini

duygularımız” diyerek aşka, muhabbete dair görüşlerini ifade etmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 23 “Aşk, vuslat. Bunların hepsi dini duygular.... Bu duyguların içinde insanı Allah’a. Ve Allah’ın sevdiklerine yakınlaştıran muhabbet duyuran her şey tabii insanı insana yaklaştıran da insanı tabiata yaklaştıran da dolayısıyla Allah arasında yaşadığımız her duygu, Allah’ın yarattıkları arasında da yaşanabilir. Yani siz Allah’ı çok seversiniz ama yarattıkları ya da bir sevgi bağı vardır” cümlesinde katılımcı dini duygu olarak muhabbete, aşka, sevgiye dair görüşünü belirtmiştir.

4.2.8.5 Şükür

Katılımcı - 2 “Şükür namazı kılarız bir şeye sevinince ya da şükür kurbanı keseriz. Çünkü Allah’a teşekkür etmek isteriz hani? Çok mu ihtiyacı var bizim secdemize yok ama biz onu göstermek isteriz” görüşlerini ifade etmiştir. Başka katılımcı,

Katılımcı - 8 “Genel olarak baktığımda kendi hayatıma daha çok şükür etmeyi seven bir insanım” diyerek şükür duygusuna vurgu yapmıştır.

4.2.8.6 Vicdan

Katılımcı - 9 “Vicdan diyebilirim. Çünkü çok kişiyle kendi hayatımda olsun. Yani şu an çalıştığım ortamda olsun. Bir sürü çocukla karşılaşıyorum. Bunların hepsini kendi çocuğumuz gibi davranıyorum” cümlesinde vicdan duygusuna vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 24 “Bir gece namaz kılmadan uyurken vicdanı inanılmaz rahatsız uyuyorum ve mesela o gece bir kâbus görsem de diyorum ki, evet, bunu gördüm çünkü ben dün gece namazımı kılmadan yattım. Ama namazımı kılıp yattığımda öncelikle vicdanım rahat olduğu için diyorum ki bunun muhakkak bir anlamı vardır ya da bir anlamı yoktur” vicdan duygusunu yaşadığına dair görüş ifade etmiştir.

4.2.8.7 Korku

Katılımcı - 10 “Dini duygu denildiğinde söyleyeceğim şey tabii. Korkmak tabii ki cenabı Allah’tan korkmak....” ifade etmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 14 “Ticarette uğraştığım için korku ben de çok fazla vardır. Yani hak yeme korkusu çok fazla 5 kuruş bile müşterinin yani kasasına geçirmem. Bunlar benim gündelik hayatımda en sık karşılaştığım duygular” diyerek korku duygusuna vurgu yapmıştır.

4.2.8.8 Huşu

Katılımcı - 7 “Dini duygu deyince mesela ibadetten haz almak” cümlesinde huşu duygusunu anlatmıştır.

4.2.8.9 Hüzün

Katılımcı - 10 “Üzülüyorsunuz yani ben niye bugün niye hiçbir ayet okuyamadım? Niye bugün bir salavat getiremedim veya insan hani günde mesela bir tövbe getirmeli niye ben tövbeyi unuttum yapamadım. Hani bunları yaptılar? Yapamadığım zaman üzülüyorsunuz tabi yani” diyerek hüznü duygusunu belirtmiştir.

4.2.8.10 Kaygı

Katılımcı - 14 “Kaygı ilk etapta hiç aklıma gelen şeyler değil”

4.2.8.11 Ümit (umut)

Katılımcı - 17 “Hani her zaman bir umutsuzluk olduğunda bir umudun olduğunu her zaman biliyorum. Hani her şekilde bir umudun olabildiğini düşünüyorum” cümlesi ile umuda vurgu yapmıştır.

4.2.8.12 Teslimiyet

Katılımcı - 25 “Bir sorumluluğun var ve bunu yerine getirmiyorsun, bir borcun yerine getirmiyor gibi diyebiliriz belki. Ama bunu yaptığın zaman bir rahatlık oluyor işte tam teslimiyet var”

4.2.8.13 Şefkat

Katılımcı - 14 “Mescidi nebevide de müthiş bir şefkat hissediyoruz. Yani kollarını açmış, seni bekleyen bir peygamber var” cümlesinde şefkat duygusuna vurgu yapmıştır.

4.2.8.14 Pişmanlık

Katılımcı - 13 “Büyük bir günah işlediğimiz zaman....pişmanlık mesela veya işte kötü hissetme, en rahatsız hissetme hani öyle bir şey olmuştu ama ne olduğunu bilmiyormuş gibi bir his o vicdan vicdani olarak kötü bir duygu yaşıyorum” diyerek pişmanlık duygusu yaşadığını ifade etmiştir.

4.2.8.15 Öfke (gadap)

Katılımcı - 2 “Şu an günümüzde bir savaş var. Bu savaşta özellikle Müslümanların gördüğü zulümde bende öfkeyi uyandırıyor. Mesela ve bu öfke benim için önemli olduğunu düşünüyorum” diyerek yaşamış olduğu duyguyu ifade etmiştir.

4.2.8.16 Muhabbet

Katılımcı - 23 “Şöyle İslam’da dininde bir gerçeklik. Bir de işte muhabbet tarafı var. İslam bunu 2 türlü ele alıyor. Muhabbet tarafına işte hakikat muhabbet diye tarif ediliyor. Bunlar İslam’da tasavvuf esas dini duyguların özü temeli işte muhabbet. Bunun bir tanesi muhabbettir. Evet, yani Allah’a olan o sevginin, aşkın muhabbetle yaşanması Allah’ın kurallarını. Severecek muhabbetle kalbi en yakın duygularla yaşamak” cümlesinde katılımcı muhabbete vurgu yapmaktadır.

4.2.8.17 Mahcubiyet

Katılımcı - 5 “Yapmam gerekenleri yapmadığım için tabii ki hani ben az önce de sizin de dediğiniz gibi mahcubiyet duygusu ister istemez....” diyerek ifade etmektedir.

4.2.8.18 Hayret

Katılımcı - 2 “Mesela pikniğe falan gittiğimizde gökyüzüne özellikle yatar bakar böyle hayret eder yani o gökyüzüne hayret ederdi. Mesela bu duyguları da bize babam aşılamıştır. Hayret duygusu oysaki hani bu duygularım varlığı insanda yaşama sevincini de arttırıyor. O yüzden küçüklükten telkin edip duygularımızı yönlendirebiliriz” cümlesi ile katılımcı hayret duygusunun kaynağını ve yaşantısındaki yerine vurgu yapmıştır.

4.2.8.19 Empati

Katılımcı - 18 “Karşıdaki insanları kırmamak, empati kurmak onun yerine kendini koyarak hareket etmek. Yani o konuyu daha çok önemsiyorum” görüşünü ifade etmiştir.

4.2.8.20 Aşknlık

Katılımcı - 21 “Dini duygular deyince....Aşknlık....bu duygular geliyor aklıma” diyerek ifade etmiştir.

4.2.8.21 Acziyet

Katılımcı - 12 “Acizliğini hissettirir, acziyeti hissettirir, acziyeti hissettiğin anda da zaten ister istemez o zaman kendinde güç bulabilecek birini ararsın. O aradığın Allah’tır. Sizi ona yönlendiriyor” cümlesinde ve acziyet duygusunu yaşadığını ifade etmektedir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 23 “Yani Allah’ın karşısında aciz olduğunu bilmek, insanın güçsüz olduğunu bilmek. İnsan üzerine bence, çünkü hacizleri kılmayan insan. Talep edilmez her şeyi yapabildiğini düşünsenize bir Allah’tan talep edeceksiniz” cümlesinde acizyet duygusuna vurgu yapmıştır.

4.2.8.22 Fedakârlık

Katılımcı - 23 “Bunu bir örnekle izah edelim, bir şey yapmak isteyeceksiniz. En çok sevdiğiniz şeyden fedakârlık edeceksiniz işte. Dini duygularınız gereği nedir? En çok sevdiğiniz şey en beğendiğiniz eşyanız. Ya da en çok değer verdiğiniz paranız ya da en çok sizin işinize yarayan eşyanız işte dini duygularınız sizin bundan vazgeçme ya da bunu feda etme ya da bunu bir şekilde bir kardeşinle ya da bir başka ortamla paylaşma hissi verir” fedakârlığın inançlarındaki yerine vurgu yapmıştır.

4.2.8.23 Utanma (haya)

Katılımcı - 11 “Utanma da dini duygu olabilir. Hani her ne kadar günümüzde utanma duygusu biraz daha geri planda kalsa da öz güven sorunu olarak algılansa da aslında oldukça da güzel bir duygu olduğunu düşünüyorum” dini duygu olarak utanma duygusunu söylemiştir.

4.2.8.24 Kin (buğz)

Katılımcı - 23 “İşte nefret var kin var mesela kin olur mu? İslam’da diyorsunuz, olmaz öyle şey ama olur neye olur ki şunu olur, Allah’u Teâlâ’nın sevmediklerine kin bazıyla bakabilir bugün mesela Filistin’de yaşananlar yaşatanlara kin bazıyla bakmak, Allah’ın senin yaratılış gayelerinden bir tanesidir. Çünkü Allah’ın yarattığı 3 aylık 5 aylık bebeğe. O hiç acı göstermeden katliamı reva görmek, bir Müslümanın kinini gazabını üzerine çekmeye vesiledir” kin duygusunun dini duygu olduğunu dile getirmiştir.

4.2.8.25 Sabır (sebat)

Katılımcı - 15 “Dini duygu deyince benim aklıma.... Sabretmek geliyor, sebat etmek geliyor” diyerek sabır duygusuna vurgu yapmıştır.

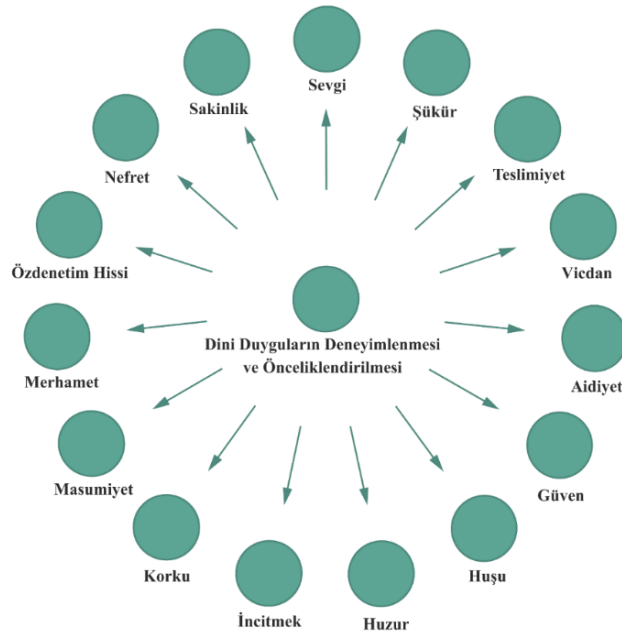
4.2.8.26 Şaşkınlık

Katılımcı - 8 “Şaşırma da olabiliyor bazen. Yani böyle hiç beklemediğim bir yerden mesela, yani dini çok olan bir çocuktan böyle çok enteresan bir aile tanıyorum. Yani çok dindar bir aile çocuğun müzisyen yani ben duyduğumda hani hem de ünlü biri Amerika’da ben şaşırmıştım yani hani şaşırma duygusunu da içeriyor” şaşırma duygusunu dini duygu olarak nitelemiştir.

4.2.8.27 Güven

Katılımcı - 25 “...din kardeşliğinin aslında ilk aklıma geldi. Şimdi Umreye gideceğim ya ondan dolayı galiba. Hani bir samimiyetlerine bağlılık, o böyle güven duygusunu hatırlatıyor” diyerek güven duygusunun dini bir duygu olduğunu nitelemiştir.

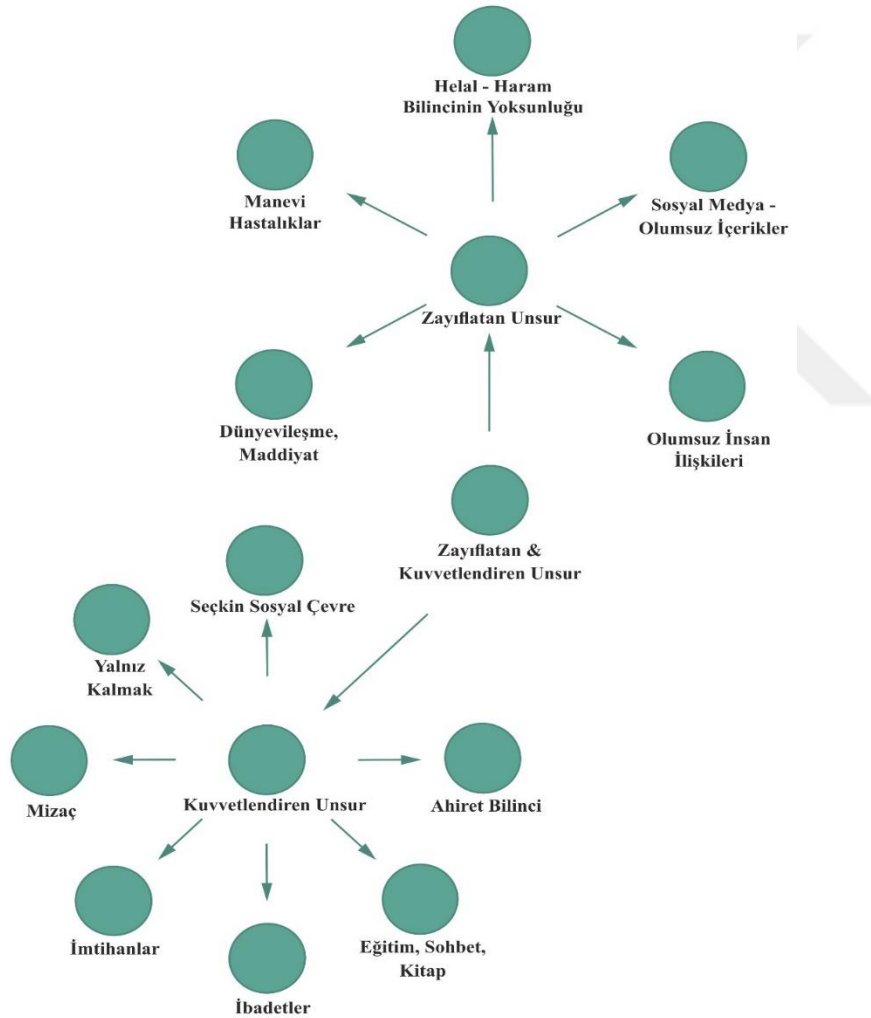
4.2.9 Dini Duyguların Deneyimlenmesi ve Önceliklendirilmesi



Şekil 4.11 Dini duyguların deneyimlenmesi ve önceliklendirilmesi

Elde edilen verilerden bireylerin hangi dini duyguları daha sık deneyimledikleri ve bu duyguların önem derecesine göre sıraladıkları incelendiğinde önem sıralaması açısından on dört duygu tespit edilmiştir. Bu duyguların yükleme sayıları sırasıyla; en fazla 9 yükleme ile huzur olmuştur. Sonrasın da dört yükleme ile şükür, iki yükleme ile incitmemek, korku, merhamet ve sevgi, bir yükleme ile aidiyet, güven, huşu, masumiyet, nefret, özdenetim hissi, sakinlik, teslimiyet, vicdan olarak tespit edilmiştir. Önem sıralaması açısından en fazla huzur duygusu tespit edilmiştir.

4.2.10 Dini Duyguların Zayıflatan ve Kuvvetlendiren Unsurlar



Şekil 4.12 Dini duyguların zayıflatan ve kuvvetleten unsurlara ilişkin model

Bu kategori dini duyguları zayıflatan ve kuvvetlendiren unsurlar olarak adlandırılmıştır. Kuvvetleten unsurlarda yedi kodlama yapılarak “ahiret bilinci”, “eğitim, sohbet, kitap”, “seçkin sosyal çevre”, “ibadetler”, “mizaç”, “imtihanlar”,

“yalnız kalmak” olarak belirlenmiştir. En fazla dokuz yükleme ile seçkin sosyal çevre, altı yükleme ile ibadet, beş yükleme ile eğitim-sohbet, üç yükleme ile imtihanlar, iki yükleme ile ahiret bilinci ve yalnız kalmak, bir yükleme ile mizaç olarak tespit edilmiştir.

Zayıflatan unsurlar ise “manevi hastalıklar”, “helal-haram bilincinin yoksunluğu”, “olumsuz içerikler”, “olumsuz insan ilişkileri”, “dünyevileşme” olarak adlandırılarak beş kodlama yapılmıştır. En fazla dokuz yükleme ile dünyevileşme, üç yükleme ile helal-haram bilinci ve olumsuz insan ilişkileri, iki yükleme ile manevi hastalıklar, bir yükleme ile olumsuz içerikler-sosyal medya olmuştur. Kodlar incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.2.10.1 Dini duyguları kuvvetlendiren unsurlar

a. Ahiret bilinci

Katılımcı - 23 “Bunların ötesinde sizi motive eden şeyler de vardır. Dini duygular. Bunu yaşama konusunda bunlar bir de motive eden şeyler vardır. Yani bir ahret düşüncesinin varlığı, insanı dini duygularını daha yoğun yaşamasına vesile olur” cümlesi ile ahiretin dini duyguyu kuvvetlendiren yanını ifade etmiştir.

b. Eğitim, sohbet, kitap

Katılımcı - 2 “....çocukluk çağında dini eğitimi önem veriyorum ben. Çocukluk çağında dini eğitim yeterince verilmediyse yanlış verildiyse ya da korkuyla verildiyse bu zaten çok ince bir bağla bağlıdır. O kişinin kalbinde o iman. Anında kopabilir çünkü hemen Allah’tan bilir yaptığı yapılan başına gelen yanlış bence o yüzden dini eğitim kuvvetli olursa Allah’ın merhametiyle bir çocuk büyürse. Ne olursa olsun onun merhametine sığınmaktan geri durmaz” diyerek eğitimin önemine değinmiştir.

c. İbadetler

Katılımcı - 2 “Bizim inancımızda dini duyguların kuvvetlenmesinin ibadetlere bağlı olduğunu düşünüyorum” diyerek ibadet vurgusu yapıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 20 “Namaz, kuran, okumak, ibadetler, yani kuvvetler kuvvetlendiriyor. İbadetin azalışı da zayıflatıyor” cümlesinde ibadetlerin dini duyguyu kuvvetlendirici etkisine dikkat çekmiştir.

d. İmtihanlar

Katılımcı - 22 “Sıkıntıya düştüğümde bu duygularım daha da güçleniyor. Aslında Allah’la olan bağımın daha da artmasını istiyorum” diyerek ifade etmiştir.

e. Mizaç

Katılımcı - 1 “Başka kuvvetlendirecek şeyler işte kişisel mizaç özellikleri de olabilir. Mesela bazıları mizacı yatkındır, bazıları değildir falan böyle olabilir” mizacın dini duyguyu kuvvetlendirmede etkisi olabileceğine vurgu yapmıştır.

f. Seçkin sosyal çevre

Katılımcı - 20 “Biz hakikati sık sık dinleyerek ya da sana bunu hatırlatacak Salih kimselerle beraber. Olursak yeniden güncelleniyoruz ve deşarj olup hayata tekrar devam edebiliriz” çevre etkisine dikkat çekmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 25 “Dini duyguları yüksek insanların yanında bulunmak işte hocaların, kitap okumak. Bu tarz böyle güzel ortamlarda bulunmak etkiliyor, güzel etkiliyor” diyerek sosyal çevrenin önemine değinmiştir.

Katılımcı - 11 “İşte etrafımızda. Dini duygular bakımından zengin insanlar, bulundurmamız veya o açıp bakımdan bir arkadaş çevresi edinmemizi de önemli. Çünkü onların da etkileniyoruz. Yani 2 kişi etkileşime girdiği zaman bu borusu gibi bir taraftan bir tarafa akışı meydana geldiğini düşünüyorum. Bu bakımdan bunlar da.

Dini duyguları zenginleştirip geliştiren olaylar olarak düşünebiliriz” seçtiğimiz çevrenin dini duyguların kuvvetlenmesinde etkisi olduğunu ifade etmiştir.

g. Yalnız kalmak

Katılımcı - 12 “Allah’a yakın olmak, bazen yalnız kalmak, kendini dinleyebilmek psikolojik açıdan Ruhsal açıdan fiziksel açıdan....” diyerek yalnız kalmanın kuvvetlendirici etkisinden bahsetmiştir.

4.2.10.2 Dini duyguları zayıflatan unsurlar

a. Manevi hastalıklar

Katılımcı - 11 “Kalbimizde işte. Ne bileyim böyle haset olabilir, kıskançlık olabilir. Bunlar hem dini duyguları zayıflattığı gibi hem de yani ibadetlerden aldığımız lezzeti de zayıflatıyor. Hocam onlardan aldığımız lezzeti de zayıflatıyor. Özellikle haset, kıskançlık ne bileyim böyle işte. Hep bir başkasının kusurlarını görmeye odaklı bir kalp göz olduğu zaman bunlar oldukça dini duyguları zayıflatan yönler olduğunu düşünüyorum ben” zayıflatan unsur olarak manevi hastalıklardan bahsetmiştir.

b. Dünyevileşme, maddiyat

Katılımcı - 4 “Dünyadan soyut andığınız zaman olumlu, iyi kuvvetli oluyor ama dünya ile bağlantı kurduğunuz zaman dini duygularla değil, duyguların dünya ile bağlantısını veya günlük ilişkilerinizle bağlantısını kurduğunuz zaman zayıflıyor” diyerek dünyevileşmenin etkisini ifade etmiştir.

Katılımcı - 12 “Dünyevi şeylere kapılan insanlarla çok fazla gezmek, çevrenin etkisi had safhada ayrıca. Para maddiyat ilişkileri işte ne bileyim. Dünya hayatına bağlılık ve çok daha fazla insanı etkiliyor açıkçası. Onlar zayıflatıyor” maddiyatın zayıflatıcı yanına değinmiştir.

Katılımcı - 23 “Zayıflatan unsurların temeli dünya düzeni, yani insan nefsinin talepleri, bir duygularınızı zayıflatan veya onlardan sizi uzaklaştıran nefsi

taleplerimiz, yani zengin olma isteğiniz işte hoş görünme derdiniz. Daha güzel ortamlarda yaşamayı isteyiniz. Veya insanlar arası ilişkilerde işte makam, mevki, mertebe yönünden daha fazla şeyleri talep ediyor olmanız” diyerek zayıflatan unsur olarak maddiyatı örnek göstermiştir.

c. Helal- haram bilincinin yoksunluğu

Katılımcı - 2 “...haram ve helale bağlı. Biz bunlara dikkat ederek yaşayamıyorsak bu duygulardan zayıflamalar oluyor” diyerek helal yemenin önemine vurgu yapmıştır.

Katılımcı - 10 “...yediğimiz, içtiğimiz şey bir kere çok dikkat edeceğiz. Yani helal helal olması helal diyorum. Yani her şey helal olmalı. Ondan sonra işte. Helalin Azaldığı yerde ve bu bütün bu şeyde duyguları azalıyor” diyerek helal-haram bilincinin dini duyguların yaşanmasında etkisi olduğunu söylemiştir.

d. Olumsuz insan ilişkileri

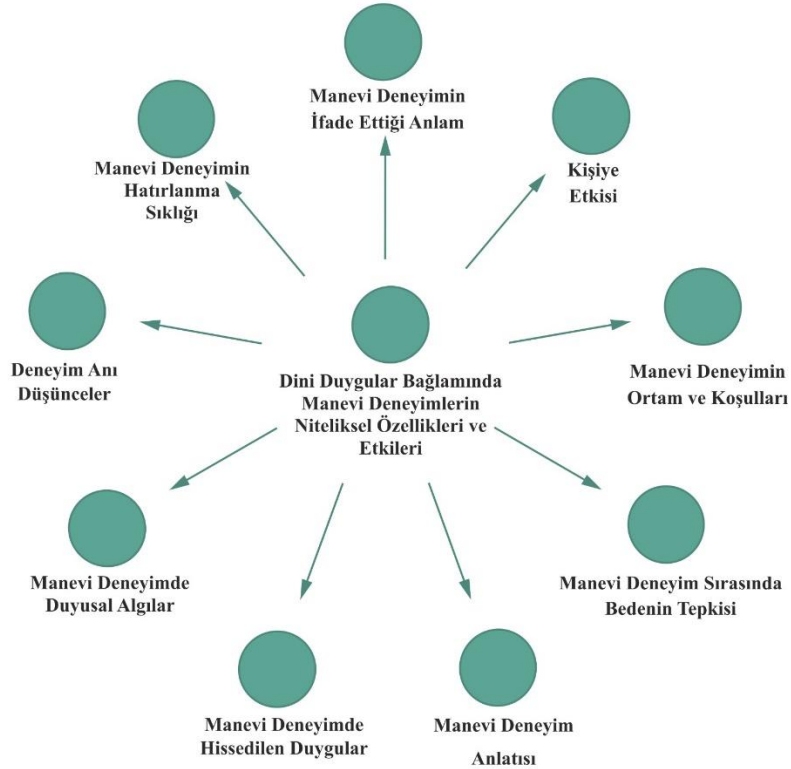
Katılımcı - 12 “Arkadaşlara uymak diyebilirim bunun için çünkü. Ne yazık ki tüm arkadaşlarımız aynı değil. Hepsi iyi niyetli değil ve bazılarıyla mecburi bir arada yaşıyoruz. Onlara uyduğumuz zaman da ne yazık ki bizi biraz dinden uzaklaştıran biliyorlar” cümlesinde insan ilişkilerinin dini duyguyu yaşamada etkisine vurgu yapmıştır.

e. Olumsuz içerikler, sosyal medya

Katılımcı - 10 “İnsanlar işte şey biliyorsun oluyor bir günahtır vesaire ufak tefek. Bunlar da insanı şeyden yani uzaklaştırıyor. Yani bunun önünde sosyal medya olsun. Bilmem televizyon olsun. Ne bileyim bir çarşıda yürümek olsun yaz günlerinde insanın böyle bir manevi şeyini azaltıyor” sosyal medyanın dini duyguları zayıflatıldığını dile getirmiştir.

4.3 Dini Duygular Bağlamında Manevi Deneyimlerin Niteliksel Özellikleri ve Etkilerine İlişkin Bulgular

Bu tema, bireylerin manevi deneyimleri ve dini duygu bağlantısını derinlemesine anlayabilmek için, bu deneyimlerin nerede, nasıl ve hangi koşullar altında yaşandığını ortaya koyar. Manevi deneyimin gerçekleştiği zaman, mekân, çevresel faktörler ve fiziksel ortamın (örneğin sessizlik, kalabalık, sıcaklık, ışık) yanı sıra, bireyin bu süreçte yaşadığı duygular, bedensel tepkiler ve duyuşsal algılar (renk, ses, koku, tat) da ele alınır. Ayrıca, bu deneyimlerin kişinin düşüncelerini nasıl etkilediği, bu deneyimi yaşayan bireyin yalnız mı yoksa başkalarıyla mı olduğu ve bunun üzerindeki etkisi de incelenir. Bu tema, manevi deneyimlerin kalıcılığı, sıklıkla hatırlanıp hatırlanmadığı ve birey için ne anlam ifade ettiği gibi unsurları da araştırarak, bu deneyimlerin insan yaşamındaki derin anlamını ve etkisini ortaya koyar.



Şekil 4.13 Dini duygular bağlamında manevi deneyimlerin niteliksel özellikleri ve etkilerine ilişkin model

Manevi deneyim teması dokuz kategoriden oluşmaktadır. Her bir kategorinin kendi içinde alt kategorisi ve kodları bulunmaktadır. Bu kategoriler ayrı şekiller üzerinden ele alınacaktır.

4.3.1 Manevi Deneyimin Anlatısı

Bu kategori, bireylerin kişisel manevi deneyimlerini detaylarıyla ve kendi ifadeleriyle paylaşımlarını kapsar. Bireylerin manevi olarak niteledikleri deneyimler beş kategori altında toplanmıştır. Bu kategori beş koddan oluşmaktadır. Bu kodlar “gezi”, “ibadet”, “zaman”, “mekân”, “olay/durum” olarak belirlenmiştir. Manevi deneyimin nasıl nitelendirildiğine dair en fazla on yükleme ile ibadet, dokuz yükleme ile durum/olay, iki yükleme ile gezi olmuştur. Ayrıca deneyimin ne zaman yaşandığına dair on bir, hangi mekânda yaşandığına dair sekiz kodlama yapılmıştır. Bu kodlar incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.3.1.1 İbadet

Katılımcılara ait çeşitli ibadetlere yer verilmiştir.

Katılımcı - 1 “...kurban adadım....”

Katılımcı - 3 “Umre yolculuğunda....”

Katılımcı - 9 “Teravih namazları....”

Katılımcı - 20 “Salavat getirmiştik....”

4.3.1.2 Olay/durum

Bu bölümde katılımcıların başlarından geçen bir olay yahut dile getirdikleri bir durumdan örnek verilmiştir.

Katılımcı - 4 “Şubat’ta deprem olduğu zaman depreme (depremzedeliler kastedilmiştir) yardım ettik” cümlesinde bir olay neticesinde manevi deneyimini dile getirmiştir.

Katılımcı - 13 “Bir maç örneğiyle açıklamak istiyorum. Bir keresinde maç izliyoruz, tribün dolu. Ben de dalmış, maçı izliyorum. O sırada yanımdan geçen biri beni iterek yere iterek kavga alanına doğru gitmeye çalıştı. Hemen arkasından gelen ise daha küçük yaşlardaydım. O zaman beni tutup oturttu. O beni bayağı etkilemişti. Çünkü biri itip hiç bakmadan bir çocuğu itip gidiyor. Diğeri tutup hani bir şey oldu mu olmadı mı diye. O küçük yaşlardayken o olayı yaşamıştım” katılımcı bir maç sırasında yaşamış olduğu olaydan yola çıkarak manevi deneyimini anlatmıştır.

Katılımcı - 17 “Babamla hastalanmıştı, ameliyatı geçirmişti. Ondan sonra gerçekten çok ihtimaller çok düşüktü ve hani babamla iyileşme sesini duyduktan sonra o benim için çok çok çok şu andaki hayatımdaki tek hani manevi olarak onların şükürler olsun dediğim ya da beni çok çok çok aşırı derecede etkileyen bir durum” diyerek yaşadığı durum üzerinden kendini ifade etmiştir.

4.3.1.3 Gezi

Katılımcı - 15 “Tabii ki bu yaz eşim ve kızım ile ben Bosna Hersek’e gittim. Fazlasıyla da dini duygular orada yaşadım. Çünkü 30 yıl önce orada bir savaş olmuş. Ve bu savaş aslında bir ırk savaşı falan değil, tamamen bir din savaşı. Boşnak Müslümanları katleden Hırvatlar, Sırlar. Daha doğrusu haçlı hilal savaşı yani orada fazlasıyla gördüm şehrin her yerinde. Bombalamalar yani sanki çığlıkları duyuyor gibiydim. Yani hem gezdik hem ağladık. Fazlasıyla yaşadım yani” gezi sırasında yaşadığı manevi deneyimden bahsetmiştir.

4.3.1.4 Zaman

Katılımcı - 4 “Şubat’ta deprem olduğu zaman....”

Katılımcı - 9 “2007 2008 Ramazan, teravih namaz....”

Katılımcı - 10 “Teheccüd vakti dediğimiz (vakit)....”

Katılımcı - 11 “Sabah namazı vakitlerinde”

Katılımcı - 20 “Mübarek bir gece”

Katılımcıların zamana yönelik olarak vermiş oldukları yanıtlar yukarıda paylaşılmıştır.

4.3.1.5 Mekân

Katılımcı - 3 “Mekke Medine de çok olur. Ben ilk umre yolculuğunda....”

Katılımcı - 12 “İstanbul’da Eyüp Sultan Camisi’ne sabah namazına gittiğim zaman hissetmişim”

Katılımcı - 16 “Hac’da başıma geldi....Tavaf esnasında....”

Katılımcı - 22 “Diyarbakır’da. Türbesine gittiğimde çok etkilenmişim. 26 sahabesi ile birlikte bir Türbesi var. Yani çok etkileyici bir türbedir” ve“Bursa ulu camiye gittiğimdi....” Mekâna ait bazı paylaşımlar verilmiştir.

4.3.2 Manevi Deneyimde Duyusal Algılar

Bu kategori, bireyin manevi deneyim sırasında yaşadığı renk, ses, koku, tat ve dokunma gibi duyuşsal algıları içerir. Duyuma ilişkin olarak dört farklı kod tespit edilmiştir. Bunlar “gözyaşı/dokunma”, “koku”, “renk”, “ses” olarak belirlenmiştir. En fazla on yükleme ile gözyaşı, altı yükleme ile renk, ses ve koku olarak belirlenmiştir.

4.3.2.1 Gözyaşı/dokunma

Katılımcı - 5 “Gözlerim doldu yani o da hani daha keşke daha fazla hani elimden bir şey gelse” diyerek deneyim sırasında ağladığını söylemiştir.

Katılımcı - 16 “Hem ürperdim hem ben de ağladım” deneyim sırasında ağladığını ifade etmiştir.

4.3.2.2 Ses

Katılımcı - 11 “Ağaçların yapraklarının sesini işte biliyorum. O kuşların cıvıltıları işte biliyorum, onların böyle o öyle bir de coşkuyla yapıyorlar ki hocam yani böyle sanki sabahın olduğunu Allah’ı zikri edencesine böyle bağırıışlarını, çağrılarını hani ve bunların insanın kulağına böyle hoş bir ritim olarak geldiğini hissediyorum” katılımcı ses konusuna vurgu yapmıştır. Başka bir katılımcı,

Katılımcı - 15 “Ses açısından baktığımızda suyu yanında zaten bir su çıkıyor suyun tam. Çıktığı yerde inşa edilmiş bir yapı. Su sesi vardı vardı. Rahatlatıcıydı. Mistik bir ortam nemliydi, yer yer yeşillik hem göze hem gönle hitap eden bir yerdi” manevi deneyim anında işittiği su sesinden bahsetmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 19 “Ezan bana eşlik ediyordu. O sırada hani Allah’ın varlığına, birliğine inanıyoruz. Yanımızda her zaman ama. O hisle birlikte sanki yanımda hani benimle birlikte biri daha yürüyordu” diyerek ifade etmiştir.

4.3.2.3 Koku

Katılımcı - 22 “Camilerimizde belli bir koku vardır. Hani her insanlarımız bilir bence öyledir. Yani her camiye girdiğimizde aynı kokuyu aldığımızı düşünüyorum” cümlesinde kokuya vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 14 “Peygamber efendimiz o kadar bir gül kokusu” katılımcı ile beraberinde dört kişi daha gül kokusuna atıfta bulunmuşlardır. Bir başka katılımcı ise,

Katılımcı - 11 “Bana iyi gelen bir koku olarak ifade edebilirim. Hani böyle gül kokusunu desem o tarzda bir koku böyle içeriye girdiğinde bunun içerisine dolan ta kaç yüzyıl önceki kokuların birikmesiyle oluşan bir değişik, bir mistik, bir hava” diyerek kokuya dikkat çekmiştir.

4.3.2.4 Renk

Katılımcı - 9 “Camiinin halısının renkleri. İçimi huzurla dolduran kırmızı ve yeşil renkteydi” diyerek renk konusuna dikkat çekmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 14 “Renk net hatırladığım bordo halılar siyah zenci bir kadının yakarışı” manevi deneyim sırasında unutamadığı renkten bahsetmiştir. Başka katılımcı,

Katılımcı - 22 “Taş bir bina taştan yapılmış bir binaydı. Caminin böyle renk tonları türbenin renk tonları beni çok etkilemişti. Böyle hafif koyuya çalan taşlar kullanılmıştı bu bilmiyorum. Resim öğretmeni olmamdan kaynaklı herhâlde renk tonlarından gerçekten hoşuma gitmişti.

- Renklerden biraz bahsedebilir misiniz? Hangi rengi hatırlıyorsunuz?

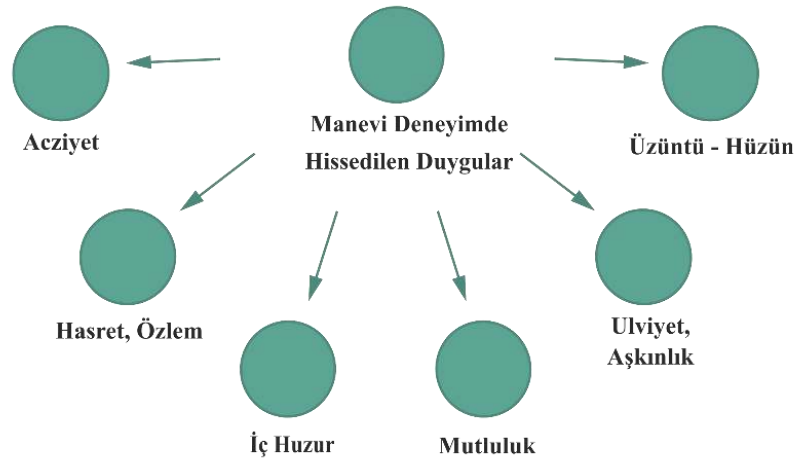
-Bakır tonlarını hatırlıyorum, bakır tonlarını da taşlar kullanılmıştı. Evet, yani çok zengin gözüküyordu.

-İhtişam mı katmıştı sizce o renk ton mu?

-İhtişamından ziyade bence biraz güç katmıştı. Cami türbe ya güçlü duruyordu türbe” cümlelerinde renk konusunu dile getirmiştir.

4.3.3 Manevi Deneyimde Hissedilen Duygular

Bu kategori, bireyin manevi deneyim sırasında yaşadığı duygusal tepkileri ve hisleri kapsar.



Şekil 4.14 Manevi Deneyimde Hissedilen Duygulara İlişkin Model

Bu kategoriye ilişkin olarak altı kod belirlenmiştir. Bunlar “mutluluk”, “üzüntü/hüzün”, “acziyet”, “aşkınlık, ulviyet”, “iç huzur”, hasret, özlem”, olarak tespit edilmiştir.

En fazla sekiz yükleme sayısı ile iç huzur olmuştur. Ardından dört yükleme ile mutluluk ve üzüntü, üç yükleme ile acziyet ve aşkınlık, iki yükleme ile hasret olmuştur. Kodlar incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.3.3.1 İç huzur

Katılımcı - 1 “Manevi ziyaret sırasında işte. Yani böyle bir istir huzura erme. Ondan sonra işte kişinin ne bileyim iyilik hali ve sakinlik. Yani orada bir dinginlik de var” diyerek duygu olarak huzuru vurgulamıştır.

Katılımcı - 11 “Hissettiğim duyguları en çok tabii yani insan hani o huzurun onun manevi tadın etkisiyle diyelim, böyle insanla bir değişik hali oluşuyor.... Bir kere kalben çok huzurlu oluyorsun” cümlesinde hissetmiş olduğu huzur duygusunu vurgulamıştır.

4.3.3.2 Mutluluk

Katılımcı - 5 “Hem çok mutlu oldum ettiği dualardan dolayı hem daha çok yardım etmek istedim” diyerek yaşadığı mutluluk duygusunu dile getirmiştir.

4.3.3.3 Hüzün /üzüntü

Katılımcı - 12 “Yani aslında orada şey hani ben kayıp yaşamak istemiyorum böyle konularda. Çünkü kapıya gelen herkesin biz sadece vesileyiz. Aslında rızkı veren de yediren içiren de onu istesen de Allah bizi bu vesileyle de sağlıklı çıkamadığım için tabii üzüntü yaşadım. Yani bu ben bu şeyden çok sağlıklı bir sonuç çıkaramadım. Hem kendi adıma hem o yer adına çok sağlıklı bir şey çıkmadı. Tabi üzüldüm” cümlesinde yaşamış olduğu üzüntü halinden bahsetmiştir.

4.3.3.4 Acziyet

Katılımcı - 12 “Acziyetlik duygusu....Ama buna rağmen her şeye rağmen yaptığın her kötülüğe rağmen seni kabul eden birinin var olduğu....” yaşadığı acziyet duygusundan bahsetmiştir.

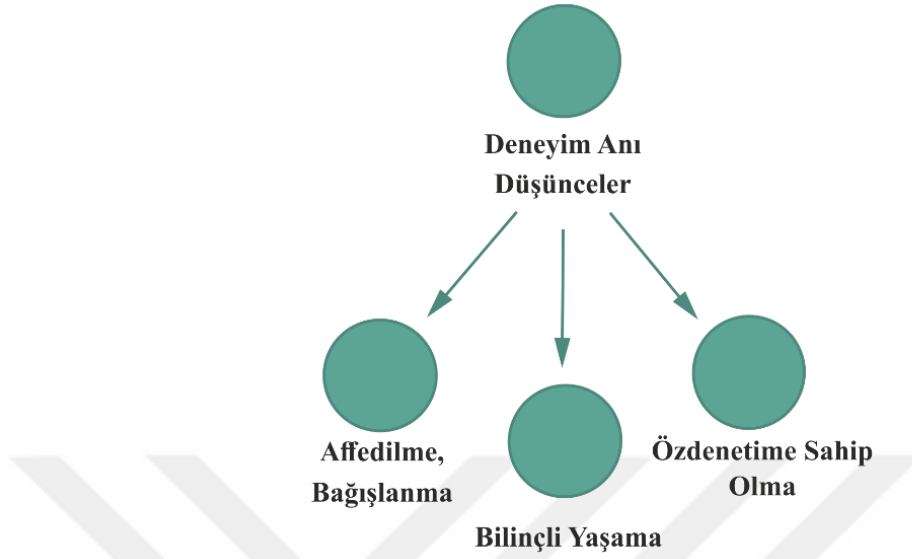
4.3.3.5 Aşknlık/ ulviyet

Katılımcı - 20 “Cezbe, aşk, haşyet, korku tüylerini ürperme sesi, heyecan. Yani çok güzeldi, çok üst makamdır. Yani normal hayatımızı hissetmediğimiz hislerde çok ulvi şeylerdi. Yani bir daha bu duyguları hissedemeyiz. Yani hiçbir yerde olmaz bu ancak böyle bir mecliste olabilir belki” cümlesinde yaşamış olduğu ulvi duygulardan bahsetmiştir.

4.3.3.6 Hasret/özlem

Katılımcı - 11 “Bir hasret biri özlem ya gündelik hayatı o kadar değişti ki hocam sürekli bir koşturma oradan oraya, oradan oraya, oradan oraya, insan, hani ya huzurla ibadet ettiği saatlerimiz yok. Yani hocam azaldı bitti gibi hani insan özlüyor tabii ki. Belki de yani çocukluğumda çok fazla. Maruz şey yaptığım için hani gittiğim için de olabilir belki hani bu manevi ortamları tatma imkânım biraz fazla olduğundan da özlem olabilir ama şöyle bir bakıyorum” cümlesinde katılımcı hissetmiş olduğu yoğun özlem duygusundan bahsetmiştir.

4.3.4 Deneyim Anında Düşünceler



Şekil 4.15 Deneyim anında düşüncelere ilişkin model

Düşünceler kategorisine ait üç kodlama tespit edilmiştir. Bunlar “affedilme, bağışlanma”, “bilinçli yaşama”, “özdenetim sahibi olma” olarak adlandırılmıştır.

En fazla on yükleme ile özdenetim sahibi olma, sonrasında üç yükleme ile bilinçli yaşama, iki yükleme ile affedilme- bağışlanma olarak tespit edilmiştir. Katılımcılara ait referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.3.4.1 Özdenetim sahibi olma

Katılımcı - 15 “Şimdi kendi hayatıma bakıyorum, dünya haline işte nereye borcumuz var ne yapacağız ne ev alacağız araba alacağız. Biz derdindeyken başkaları başka dert neymiş. Yani insanda bir şey düşünüyor. Hani onlar bu dünyaya niçin geldi, sen ne için geldin, sen ne yaptın? Onlar ne yaptı? Çok zorluklar çekmişler. Sana rahat bir şekilde yaşıyorsun. Yani değişik bir duygular içerisindeyim açıkçası” cümlelerinde katılımcı kendi yaşamını gözden geçirdiğini ifade etmiştir.

Katılımcı - 16 “Bu zenci bu şekil secdeye gidip ağlaya biliyorsa. Ben niye ağlayamıyorum diye düşündüm” deneyimi sırasında katılımcı kendi halini gözden geçirmiştir.

4.3.4.2 Bilinçli yaşama

Katılımcı - 9 “Allah bilinci, ne bileyim günah bilinci namaz bilinci. O şekilde bunları düşündürüyor” şeklinde ifade etmiştir.

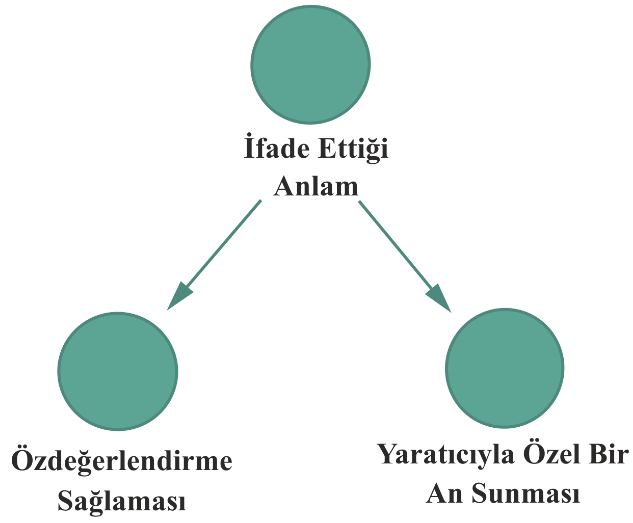
4.3.4.3 Affedilme, bağışlanma

Katılımcı - 12 “O anda affedilmeyi bekliyorsun. Sonuçta herkes günahkâr, herkes mutfak tefek günahı var. Bilinen bilinmeyen günahları. Varsa affedilmesi için dua ediyorsun ha, bazen de şu var affedildiği de inanıyorsun bazen. Zaten inandığı ana affedilmiş sarılıyorsun gibi düşünüyorum” şeklinde affedilme düşüncesine vurgu yapmıştır.

Katılımcı - 19 “Allah hep yanımda. Bu. Yani sevabımızla günahımız da o hep bizim yanımda ne olursa olsun. Yani hep o yüzden tek duam vardır Allah’ım. Hani beni doğru yoldan ayırma beni senin yolundan ayırma. Benim inancımı zayıflatacak hiçbir şeye fırsat verme...” diyerek ifade etmiştir.

4.3.5 Manevi Deneyimin İfade Ettiği Anlam

Bu kategori, bireyin manevi deneyimi nasıl yorumladığını, bu deneyimin kendisi için ne ifade ettiğini ve yaşamında nasıl bir anlam taşıdığını içerir.



Şekil 4.16 Manevi deneyimin ifade ettiği anlama ilişkin model

Bu kategoriye ilişkin olarak iki kod belirlenmiştir. Bunlar “öz değerlendirme sağlaması” ve “yaratıcıyla özel bir an sunması” şeklinde adlandırılmıştır.

En fazla yükleme dokuz yükleme sayısı ile öz değerlendirmeyi sağlaması, altı yükleme ile yaratıcıyla özel bir an sunması olarak belirlenmiştir. Kategoriler incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.3.5.1 Öz değerlendirme sağlaması

Katılımcı - 25 “Böyle ortamlara hep git. Bu duygular hep taze tutulmalı. Allah dostu insanlarla böyle bir cemaat olur. Başka bir işte şey olur olabildiğince böyle. Allah rızası için toplanılan topluluklarda bulunmak bu ders olabilir” şeklinde görüşlerini ifade etmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 18 “Ayağınıza gelen fırsatları hiçbir zaman kaçırmamalıyız. Özellikle manevi fırsatları diyorum. Yani maddeleri geçelim, o gelir gider olur, çoğalır, azalır. Rabbimin rızkı boldur o zaten. Verir alır, onda sıkıntı yok ama manevi anlamda, Ayağınıza gelen fırsatları her zaman değerlendirmeliyiz diye düşünüyorum. Ben bu ne olursa olsun yani kapımıza geldiyse vardır. Bir hikmeti. Çünkü o gelmiyor onu rabbim gönderiyor istemiyor istetiyor ve vesile olarak da bizi kılıyor. Yani bizim zaten çok cüzi bir irademiz var. Onu da olumsuz kullandığımızda geriye zaten sıfırız

hiçbir şey kalmıyor yani” cümlesinde katılımcı kendine dair öz değerlendirme yaptığını ifade etmiştir.

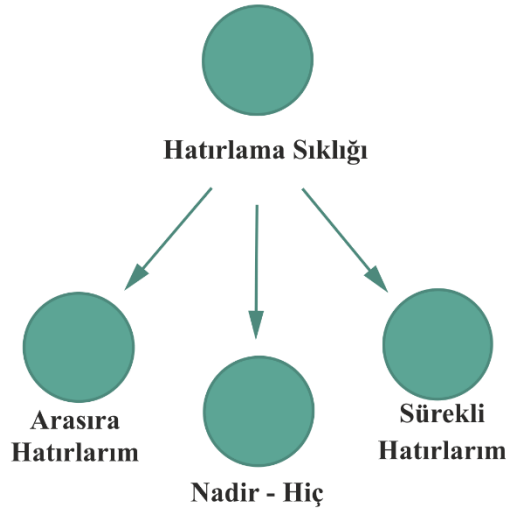
4.3.5.2 Yaratıcıyla özel bir an sunması

Katılımcı - 19 “Bu yaşadığımız ezan olayıyla beraber. Yani aslında hep aynı cevaplar gibi olur ama Allah hep var. Siz dediğim gibi hani hep yanımda? Hani her zaman yardımımıza koşan? Yani kesinlikle ben de olumlu bir şey oluyorsam bu her zaman Allah sayesinde” deneyiminin özel bir an yaşattığını dile getirmiştir. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 21 “Ne ifade ediyor diyorum ya o kontrol hissi hoşuma gidiyor. Özel geliyor bana” diyerek görüşlerini ifade etmiştir.

4.3.6 Manevi Deneyimin Hatırlanma Sıklığına Ait Bulgular

Bu kategori, bireyin manevi deneyimi ne kadar sıklıkla hatırladığını kapsar.



Şekil 4.17 Manevi deneyimin hatırlanma sıklığına ilişkin model

Bu kategori “ara sıra hatırlarım”, “nadir-hiç hatırlamam”, “sürekli hatırlarım” olmak üzere üç koddan oluşmaktadır. En çok on yükleme ile sürekli hatırlarım, sekiz yükleme ile nadir-hiç hatırlamam, üç yükleme ile ara sıra hatırlarım kodu tespit edilmiştir. Kodlar incelenerek katılımcılara ait referans cümlelerine yer verilmiştir.

4.3.6.1 Sürekli hatırlarım

Katılımcı - 21 “Sık sık hatırlarım yani haftada bir mutlaka geliyordu aklıma” diyerek ifade etmiştir.

Katılımcı - 6 “Çok....Yani şu an bile yaşıyorum” cümlesi ile sıkça hatırladığına vurgu yapmıştır.

4.3.6.2 Ara sıra hatırlarım

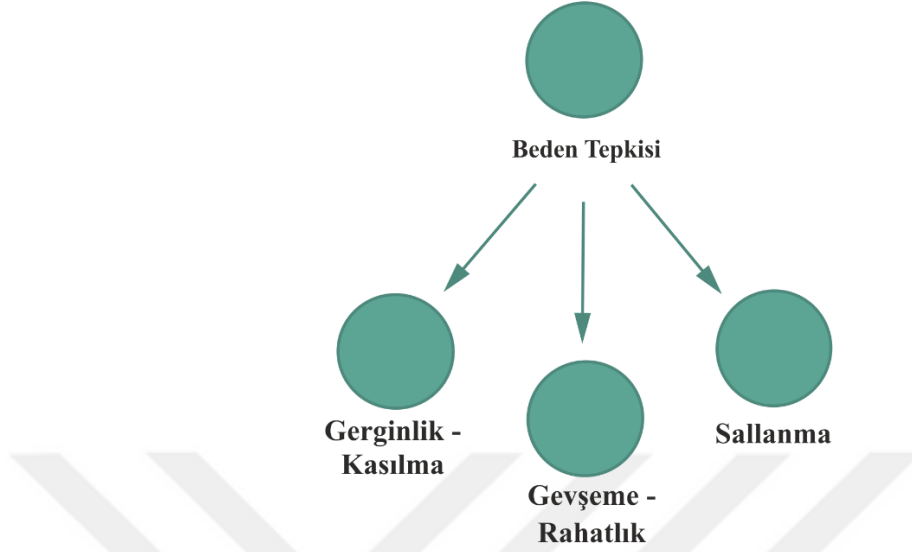
Katılımcı - 11 “Evet, yani ara ara bakış açımı değiştirmeye çalışırım, o düşünmeye çalışırım. O duyguları hatırlamaya çalışırım” diyerek sıklık derecesi hakkında bilgi vermiştir.

4.3.6.3 Nadir-hiç hatırlamam

Katılımcı - 5 “Öyle kimseye bahsetmedim ve eşime bahsettim böyle hani oldu diye onun haricinde bir yerde konuşmadım” çok sık konuşmadığını ifade etmiştir.

Katılımcı - 20 “Valla yıllar oldu. Kimseyi anlamamıştım. Uzun zamandır da hatırlamıştım” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.3.7 Manevi Deneyim Sırasında Bedenin Tepkisi



Şekil 4.18 Manevi deneyim anında beden tepkisine ilişkin model

Bedenin tepkisi kategorisi üç kodlamadan oluşmaktadır. Bunlar, “sallanma”, “gerginlik-kasılma”, “gevşeme-rahatlık” olarak adlandırılmıştır.

En çok on iki yükleme ile gevşeme- rahatlık, üç yükleme ile gerginlik-kasılma, bir yükleme ile sallanma olarak belirlenmiştir. Katılımcılara ilişkin referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.3.7.1 Gevşeme, rahatlık

Katılımcı - 1 “Rahatladık. Ondan sonra gevşeme hali olabilir. Dediğim gibi hani? Yani rahatlık psikolojik anlamda da oluyor. Fizyolojik anlamda da oluyor işte her anlamda” cümlesinde genel olarak rahatlamayı sağladığına vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 9 “Rahatlık diyebilirim. Çünkü her akşam abdesti alıyorsun, oraya gidiyorsun yani dört gözle bekliyorsun namazın gelmesini bu şekilde” cümlesi ile ifade etmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 15 “Gevşeme bir hisleri, duyguları yaşadım yani” diyerek manevi deneyim sırasında gevşeme duygusunun eşlik ettiğini vurgulamıştır.

4.3.7.2 Gerginlik-kasılma

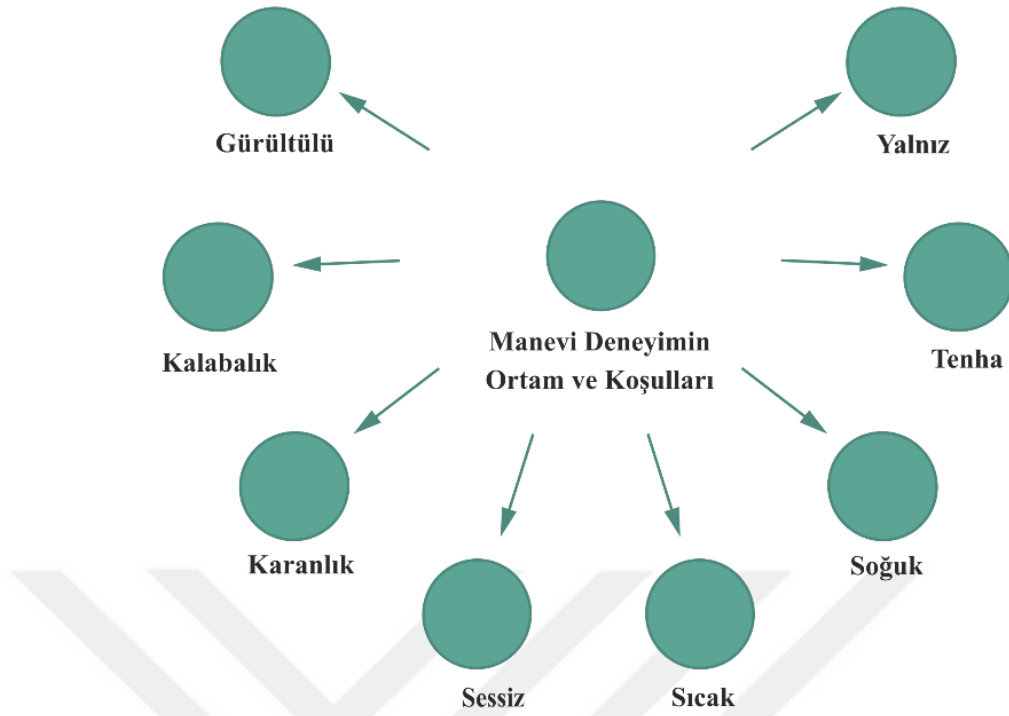
Katılımcı - 10 “...kasılma da oluyor bazı zikirlerde şey vardır mesela. Tefekkürü mevt., yani düşünüyorsunuz geriliyorsunuz” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.3.7.3 Sallanma

Katılımcı - 25 “Zikre ben de dahil oldum, katıldım....Sallanıyordum. Sürekli ve şeydim sanki hep bir yere dayandım. Bir şey var ama hem de değil gibi öne doğru insan şey yapar herhalde öyle oluyor. Öne doğru eğilme istemsizce....” diyerek sallanmanın kendisine manevi deneyim sırasında eşlik ettiğini söylemiştir.

4.3.8 Manevi Deneyimin Ortam ve Koşulları

Bireylerin zihinlerinde yer eden manevi deneyimlerin yaşandığı ortamın fiziksel özelliklerini anlamaya çalışılmıştır. Bu kategori, manevi deneyimin yaşandığı ortamın özelliklerini (kalabalık, yalnız, sessiz, gürültülü vb.) ve bu koşulların deneyim üzerindeki etkisini kapsar.



Şekil 4.19 Manevi deneyimin ortam ve koşullarına ilişkin bulgular

Manevi deneyimin yaşanmış olduğu ortam kategorisine sekiz farklı kodlama yapılmıştır. Bunlar, “gürültülü”, “kalabalık”, “karanlık”, “sessiz”, “sıcak”, “soğuk”, “tenha”, “yalnız” olarak adlandırılmıştır.

En fazla on üç yükleme ile kalabalık, yedi yükleme ile تنها, beş yükleme yalnız ve sessiz, üç yükleme karanlık, iki yükleme ile gürültülü, sıcak ve soğuk olarak tespit edilmiştir. Katılımcılara ait referans cümlesine aşağıda yer verilmiştir.

4.3.8.1 Kalabalık

Katılımcı - 4 “Kalabalıktı çünkü büyük kampanya yürütülüyordu” cümlesinde kalabalık oluşuna vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 25 “Akşamdı yatsı namazından sonra kalabalıktı” diyerek ifade etmiştir. başka bir katılımcı ise,

Katılımcı - 12 “İstanbul’da Eyüp Sultan Camisi’ne sabah namazına gittiğim(de).....kalabalıktı” diyerek ortamının kalabalık olduğuna vurgu yapmıştır.

4.3.8.2 Tenha

Katılımcı - 22 “Çok kalabalık değildi ama huzurlu bir ortamdı. Çok sakin bir ortam vardı tenhaydı” cümlesi ile ifade etmiştir. Diğer katılımcı ise,

Katılımcı - 9 “Kalabalık değil, yalnız da değil. Ama bir 10, 12 kişilik ama 3 arkadaşlık” şeklinde تنها olduğunu söylemiştir.

4.3.8.3 Yalnız

Katılımcı - 15 “Ama yalnız kaldığım zamanlar da oldu mesela çile odaları var. Orada yalnız kaldım” diyerek yalnızlığa vurgu yapmıştır. Diğer katılımcı,

Katılımcı - 10 “....zikir anında yalnız....” olarak ifade etmiştir.

4.3.8.4 Karanlık

Katılımcı - 25 “Böyle şey hani karanlıktı....” diyerek ifade etmiştir.

4.3.8.5 Sessiz

Katılımcı - 10 “Zikir anında ve sessiz....” diyerek vurgulamıştır.

4.3.8.6 Gürültülü

Katılımcı - 3 “Gürültülü....” umrede yaşamış olduğu manevi deneyimi anlatan katılımcı ortamın gürültülü olduğunu ifade etmiştir.

4.3.8.7 Sıcak

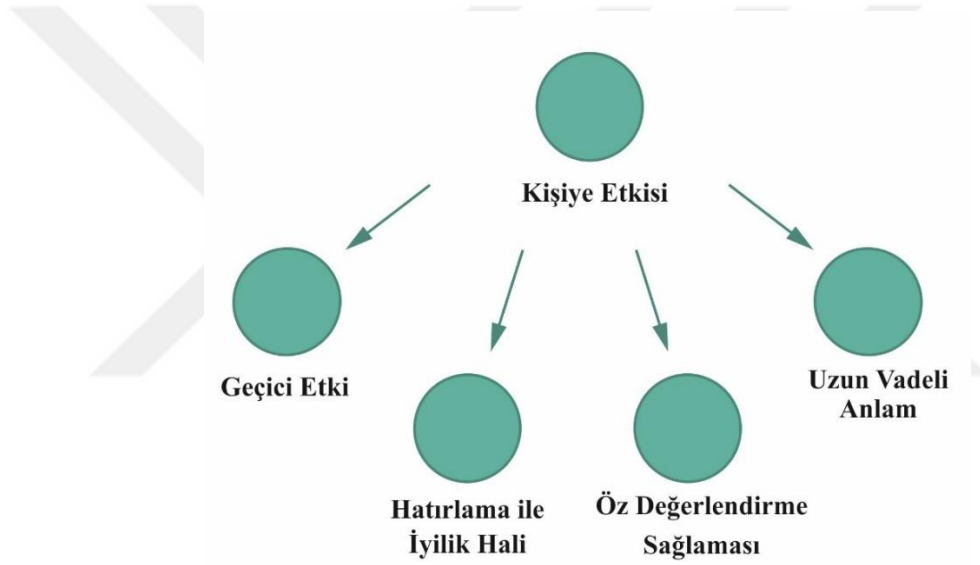
Katılımcı - 16 “Sıcak olur mutlaka Kâbe haliyle çok sıcaktı”.... diyerek sıcaklığa vurgu yapmıştır.

4.3.8.8 Soğuk

Katılımcı - 20 “Gece yarısıydı ve serindi” ortamının soğuk olduğunu söylemiştir.

4.3.9 Manevi Deneyimin Kişiy Etkisi Üzerine Bulgular

Katılımcılara yöneltilen manevi deneyim sırasında yaşanan duyguların etkisi ve etkinin süresini tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu kategori, manevi deneyim sırasında ortaya çıkan duyguların birey üzerindeki etkisini ve bu etkinin ne kadar süre devam ettiğini içerir.



Şekil 4.20 Manevi deneyimin kişiy etkisi modeli

Bu kategori dört koddan oluşmaktadır. Bunlar, “geçici etki”, “hatırlama ile iyilik hali”, “öz değerlendirme sağlaması”, “uzun vadeli anlam” olarak adlandırılmıştır. En çok beş yükleme ile uzun vadeli anlam, dört yükleme ile geçici etki, üç yükleme ile öz değerlendirme sağlaması ve hatırlama ile iyilik halinin sağlanması olarak belirlenmiştir. Kategoriler incelenerek katılımcılara ilişkin referans cümlelerine aşağıda yer verilmiştir.

4.3.9.1 Uzun vadeli anlam

Katılımcı - 7 “Etki bayağı uzun sürdü aslında kızım bunu bayağı anlattı. Arkadaşlarıyla falan. Uzun sürdü. Hatta böyle o dönem az bir süre geçtikten sonra da

zaten işte ortaokul bitince de ortaokulun içinde de zaten kendiliğinden kapanmıştı. O dönem bayağı bir sürdü. Yani şeyi hatta zaman zaman da onu konuşuyoruz. Mesela biz kendi aramızda da konuşuyoruz” uzun süreli etkisi olduğunu aktarmıştır.

Katılımcı - 15 “Yani ara ara hâlâ konuşuyoruz, hatta biz oraya gitmeden de konuşuyorduk. Etkisi gitmeden önce başladı. Orda da katmerlendi. Hâlâ da devam ediyor. Ara ara konuşuyoruz diyebilirim yani” diyerek etkisinin sürdüğünü dile getirmiştir.

4.3.9.2 Geçici etki

Katılımcı - 4 “İşte bir günden fazla sürmüyor. Etkisi çok kısa sürüyor o an tabii haz oluyorsunuz. Yani bir şey ya yaradan için bir şey yapmanın verdiği ve huzur oluyor” cümlesinde etkinin belli bir süre devam ettiğini söylemiştir.

4.3.9.3 Hatırlama ile iyilik hali

Katılımcı - 21 “Yani bu bahsettiğim olay mesela en son bir yıl önceydi veya hani yakın zamanda da vardı ama hani şu an hatırlayamadım ya bu bunun etkisi bende geçmiyor ya sürekli hatırladıkça. İyi geliyor” diyerek iyilik halini artırdığını söylemiştir.

4.3.9.4 Öz değerlendirme sağlaması

Katılımcı - 2 “Evet hala düşünürüm. Dediğim gibi niye böyle bir şey yaşadım ve şimdi niye yaşayamıyorum sorusunun cevabını da öyle düşünüyorum. Yani günlük dünya telaşımız o kadar arttı ki biz önüne Allah rızasına koyamadım. Bütün davranışlarımızın önüne koymamız gerekirken koyamadığımız için” diyerek katılımcı kendine dair öz yargıda bulunmuştur.

Katılımcı - 16 “Bu zenci bu şekil secdeye gidip ağlaya biliyorsa. Ben niye ağlayamıyorum diye düşündüm. -Peki manevi deneyim sırasında yaşadığınız duyguların etkisi hala böyle etkilenir misiniz? -Konuştukça düşündükçe aklınıza geldikçe. Evet etkisi hala sürüyor” diyerek ifade etmiştir.

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada dinin tanımına, nitelenen dini duygulara, dini duyguları gündelik duygulardan ayırıştırarak unsurlara, Allah korkunun taşıdığı anlama, genel çerçevede dini duyguların doğasına ilişkin olarak bazı sonuçlara yer verilmiştir. Ayrıca manevi deneyimin kişiye olan etkisine dikkat çekilerek genel olarak dini duyguların kişiye etkisi ortaya koyulmaya çalışılmıştır.

5.1 Tartışma

5.1.1 Dinin Tanımına İlişkin Tartışma ve Yorum

Katılımcılardan elde edilen bulgulardan ilki, dinin öznel tanımı içerisinde yer alan ifadelerin literatürde din tanımları içerisinde geçen kavramlarla örtüşüyor olmasıdır. Katılımcılar dini tanımlarken “hayatı anlamlandırdığını, huzura kaynaklık ettiğini, insan doğası için vazgeçilmez olduğunu, zorluklar karşısında baş etme becerisi sağladığını, inanca kaynaklık ettiğini, emir ve yasaklar bütünü olduğunu ve yaşam biçimi” olduğunu ifade etmişlerdir.

Türk Dil Kurumunda yer alan tanımla, katılımcıların vermiş olduğu yanıtlarda geçen dinin “emir ve yasaklar taşıması” ve “inanca kaynaklık etmesi” ifadeleri örtüşmektedir. Karaca’nın (2011, s. 73), yapmış olduğu din tanımı ile araştırmanın “huzura kaynaklık etmesi” ve “zorluklar karşısında baş etme becerisi sağlaması” bulgusunun örtüştüğü düşünülebilir. Ayrıca Pazarlı’nın yapmış olduğu din tanımı ile araştırma bulgularından “huzura kaynaklık etmesi”, “hayatın anlamlandırılması” ifadelerinin örtüştüğü söylenebilir (Pazarlı, 1982; Karaca, 2011; URL-4, 2024). Beraberinde Ross’un (2009, s. 14) dini tanımlarken anlam arayışına cevap verdiğini ifade etmesi katılımcılardan alınan cevaplarla örtüştüğü söylenebilir.

Jung, dinin insanları gerek motivasyon kaynağı olması açısından gerekse sıkıntılı anlarında baş etmesini kolaylaştırması açısından iyi bir psikoterapist görevi yaptığını söylemektedir (Akt; Ayten ve Köse, 2019, s. 36-41). Jung’un bu görüşleri ile araştırma sırasında elde edilen dinin zorluklarla baş etmeyi sağlaması yönündeki

bulgunun örtüştüğü söylenebilir. Başa çıkma konusunda bir diğer çalışma Eryücel'in çalışmasıdır. Eryücel (2013, s. 1), olumlu baş etme olarak nitelendirdiği, kişinin en kısa sürede yaşama adapte olmasını sağlamada dinin rolü olduğunu ifade etmektedir. Bu görüş ile katılımcıların dinin baş etmeyi kolaylaştırması yönündeki ifadelerinin örtüştüğü söylenebilir. Beraberinde Frankl (1946), anlam bulma arayışının insan yaşamındaki temel motivasyon olduğunu öne sürer ve bu bağlamda dinin, kişinin yaşamına anlam katmada önemli bir rol oynayabileceğini vurgular. Frankl, insanın maneviyatı ve dini inançlarının, zor yaşam koşullarında bile anlam yaratmasına olanak tanıdığını savunur. Bu ifadeler ile elde edilen bulguların örtüştüğü söylenebilir.

Katılımcıların vermiş olduğu yanıtlar neticesinde dinin tanımı “emir ve yasaklar çerçevesi doğrultusunda inanca kaynaklık eden, insanın huzur duygusu ile hayatına anlam katan, zorlayıcı yaşam olayları karşısında baş etme becerisini sağlayan ve yaşamı biçimlendiren insan doğasının parçasıdır” şeklindedir.

5.1.2 Dini Duyguyu Açığa Çıkaran Unsurlara İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırma sırasında elde edilen bir diğer bulgu dini duygunun deneyimlenmesinde “mekân, özel zaman, ibadet, zikir, ölüm, ezan, sohbet-video, iç sesi dinlemek (tefekkür)” gibi unsurların yer almış olmasıdır. Katılımcıların vermiş olduğu bu yanıtlar arasında en çok yedi yükleme ile mekân unsuru tespit edilmiştir. “Kâbe, türbe, camii, mabetler” anılarak buraların kişide başta huzur olmak üzere, acziyet, ferahlık gibi duyguların deneyimlendiği ifadeler arasındadır. Ayrıca bu mekânların sıradan mekânlardan farklı olduğu ifade edilmiş, mana yönünden birikim taşıdığı söylenilmiştir. Mekânın dini duygunun yaşanması üzerindeki etkisine yönelik literatürde bazı çalışmalara rastlanılmıştır.

Eliade (1959), kutsal mekânların, insanların “kutsal olan” ile bağlantı kurmalarına olanak tanıyan özel alanlar olduğunu savunur. Bir mekânın kutsal kabul edilmesinde, onun fiziksel yapısıyla doğrudan ilişki olduğunu ifade eder. Eliade, yükselen kubbeler, uzun koridorlar ve ışık-gölge oyunları gibi tasarım unsurlarının, bireylerde ruhsal bir atmosfer yaratma potansiyeline sahip olduğunu belirtir. Eliade'nin bu

nitelemeleri ile katılımcıların mekâna bağlı olarak vurguladıkları özelliklerin örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan Uygur'un (2020), kutsal mekânlar üzerinde yapmış olduğu çalışması yer almaktadır. Uygur, kutsal mekânların öncelikle birey üzerinde ve ardından toplum üzerinde güven ve aidiyet duygusunu oluşturduğunu ifade etmektedir. Kutsal mekânların içinde bulunduğu sosyal yapının gündelik yaşantısına da yön verdiğini söylemektedir. Beraberinde her ne kadar bu mekânlar dünya üzerinde bulunmuş olsalar da taşıdığı anlam açısından öte dünya tasavvuru yapmaktadır (Uygur,2020, ss. 130-136). Buradan hareketle katılımcıların ifadeleri ile Uygur'un bulgularının örtüştüğü söylenebilir. Literatürde karşılaşılan bir diğer araştırmada Kaynak (2016, s. 453), kutsal mekânların inanan insana eşlik ettiğini, mekânın kişilerde güven hissi oluşturduğunu ifade etmiştir. Kaynak (2016), mekân için şimdinin insanına, geçmişte yaşananlara yönelik hatıra sunduğunu, geleceğe ibretlik bir tasarı sunduğunu ifade etmektedir. Bu çerçevede araştırma bulgusuyla edinilen bilgilerin birbirini desteklediği söylenebilir. Öte yandan Karakaş (2020, s. 14) çalışmasında, mekâna gelmesi ile bireyin dua, ibadet gibi ritüeller yaparak inandığı varlıkla bağ kurduğunu ifade eder. Bu ifadelerinin katılımcılardan elde edilen bulgularla örtüştüğü söylenebilir. Ayrıca Kaynak (2020, s. 15), mekânların sadece bedensel ihtiyaçları karşılamasından ziyade, ruhsal, zihinsel ve toplumsal gereksinimleri giderdiğini ifade etmektedir. Katılımcıların “ruhsal rahatlama yaşamaları, deşarj olmaları” ifadesi ile bu görüşün örtüştüğü söylenebilir. Gültekin (2023, s. 29), zorlayıcı yaşam olayları karşısında başa çıkma biçimi olarak dini mekânların etkin olduğunu özellikle camii merkezli bir anlayışın var olduğunu çalışmasında dile getirmektedir. Hemen hemen her mahallede yer alan camilerin toplum üzerinde etkisine vurgu yaparak, başa çıkmada etkili olduğunu ifade etmektedir. Buradan hareketle katılımcılardan elde edilen dini duyguyu yaşamada mekânın etkisi özelinde cami ziyaretleri, Gültekin'in ifadeleri ile örtüştüğü söylenebilir.

5.1.3 Dini Duygunun Gündelik Duygudan Ayrışmasına İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu, dini duyguların gündelik duygulardan “etki, kalıcılık, koşulsuz kabul ve kuvvet” yönünden ayrışmasıdır. Katılımcıların yanıtları

incelendiğinde yirmi üç kişi ayrıştığı yönünde yanıtlar vermiştir. Öte yandan iki katılımcı duyguların dini ya da gündelik diyerek ayıramayacağını ifade etmişlerdir. Literatür incelendiğinde duygular ve dini duygular konularında duyguları nitelendiren çalışmalara rastlanılmaktadır (Vergote, 1999; Arslan, 2012; Yurttaş, 2016; Yıldız, 2023).

Vergote (1999, s. 115), dini duyguyu bilginin ötesinde aşkınlık duygusu ile açıklar. Katılımcılardan elde edilen “etki” bağlamındaki cevaplar, onun aşkınlık duygusu ifadesini hatırlatmaktadır. Katılımcılar gündelik duyguların etkisinin geçici olduğunu, haz odaklı yahut anlık olabileceğini fakat dini duygu olarak nitelendirdikleri duyguların amaç, misyon açısından çok daha etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Aşkın deneyimler, anlatılması zor olan yaşantıları kapsayan tecrübelerdir (Maslow, 1996, s. 48). Bu bağlamda katılımcıların etki yönündeki cevaplarında anlatılması zor hisler yer alır. Bu hisler yaşanılıp tecrübe edilmesi gereken deneyimlerdir. Bu bağlamda katılımcıların vermiş olduğu yanıtlarla, Vergote’nin aşkınlık duygusunun örtüştüğü söylenebilir. Arslan (2012, s. 655), gündelik hayat ve din arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmasında, gündelik hayat ifadesinin gününbirlik olan şeyleri, din ise kutsal olana yönelik aşkın duyguları ifade ettiğini söylemiştir. Bu ifadeleri ile katılımcıların vermiş olduğu yanıtların örtüştüğü söylenebilir. Yurttaş (2016, s. 8), dini duyguyu insanın yaratıcısı ile irtibatını sağlayan ve temâsını kuvvetlendiren duygular olarak niteler. Bu nitelemelerden süreklilik ve temâsın kuvvetlendirilmesi ifadeleri ile katılımcılardan elde edilen kuvvet ve kalıcılık yönündeki cevaplarla ilişkilendirilerek örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan iki katılımcı dini duyguların sınırlandırılmayacağını ve tasnifinin olamayacağını ifade etmişlerdir. Yıldız (2023, s. 406), dini duyguları diğer duygulardan tamamen ayırarak ya da aşırı bir şekilde vurgu yaparak hareket etmek yerine diğer duygularla benzeşebileceği yanlarının olduğunu ve ayrışan yönlerinin de olabileceğini ifade etmesi katılımcılardan alınmış olunan cevapları hatırlatarak, örtüştüğü söylenebilir.

5.1.4 Dini Duygunun Taşıdığı Anlama İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu ise hayatın anlamlandırılması konusunda dinin ve dini duygunun rol üstlenmesidir. Katılımcılar dini duygunun insanın

hayatına anlam kattığını ifade etmişlerdir. Araştırma kapsamında edinilen bulgu ile literatür taraması sonucunda karşılaşılan örnekler örtüşmektedir (Akıncı, 2005; Kartopu, 2013; Şentürk ve Yakut, 2014; Özcan, 2016; Kaya ve Küçük, 2017; Doğan, 2019; Öztan, 2019; Yüksel, 2021; Kandemir, 2022).

Anlam arayışı konusunda öncü isimlerden olan Frankl, insanın karşılaşmış olduğu zorluklara rağmen hayata bağlayan anlamının olmasını çok önemsemektedir (Kandemir, 2022, s. 337). Frankl (1946), anlam bulma arayışının insan yaşamındaki temel motivasyon olduğunu öne sürer ve bu bağlamda dinin, kişinin yaşamına anlam katmada önemli bir rol oynayabileceğini vurgular. Frankl, insanın maneviyatı ve dini inançlarının, zor yaşam koşullarında bile anlam yaratmasına olanak tanıdığını savunur. Aynı zamanda Frankl'in, dini manevi yönelimlerin anlam arayışının önemli kaynakları arasında görmesi, araştırmanın bu bulgusuyla örtüştüğü söylenebilir (İlk ve Bilici, 2020). İnsanın anlamla yaşadığı ve daima bu anlamı arayan bir varlık olduğu söylenmektedir. Anlam arayışı sırasında dini inançların insan yaşamını bütünüyle kuşattığı ifade edilmektedir (Kartopu, 2013, s. 87). Bunların ışığında katılımcıların hayatın anlamlandırılması konusunda vermiş olduğu yanıtların örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan Ayten ve Köse (2019, s. 37), dinin modern zamanlarda yaşayan bireylerin anlam arayışına cevap verdiğini, yabancılaşmasını giderdiğini ifade eden görüşleri de araştırmanın bu bulgusu ile örtüşmektedir. Anlam bulması ve katlanması zor olan güçlükler karşısında bireyin baş etmesini kolaylaştıran unsurların başında inanç yer almaktadır. Bu inancın temelinde yaşadıklarının Yaratıcısı tarafından verildiğini düşünmesi ve bunun ilahi bir plan dâhilinde olduğunu bilmesi kişinin bilişsel çelişkilerini ortadan kaldırarak anlama kavuşmasını sağladığını söylemektedir (Doğan, 2019, ss. 242-243). Bu ifadeler ile katılımcıların yaşadıkları zorlukları imtihan olarak nitelemeleri ve beraberinde bu yaşantılar için Allah'tan geldiğini, bir hikmetin olduğunu dile getirmeleri ile örtüştüğü söylenebilir.

Pargamet (1997, s. 32), dini kutsalla ilişki yolundaki anlam arayışı olarak ifade etmektedir. Bu bağlamda katılımcıların dinin anlam arayışını sağlaması yönündeki görüşleri ile Pargament'in bu ifadesinin örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan hayatın anlamı ve din konulu çalışmasında Şentürk ve Yakut (2014, s. 57), dinin, insanın

kimliğini bulmasında, hayata dair amaçlı yaşamasında, ölüm ve sonrasındaki hayata cevap bulmasında özellikle de varoluşsal konularda kaynaklık etmesi yönünden vermiş olduğu cevaplarla, katılımcıların ifadelerinin örtüştüğü söylenebilir.

5.1.5 Dini Duyguların Etkilerine İlişkin Tartışma ve Yorum

Dini duyguların etkisine ilişkin olarak “psikolojik etki”, “manevi yaşama etki”, “insan ilişkilerine etki”, “fiziksel etki” kategorileri ortaya çıkmıştır. Bu bölümde sırasıyla elde edilen kategoriler hakkında literatür çalışmalarına yer verilecektir. Katılımcılar dini duyguların psikolojik etkilerini, üç eksenle ele alıp bunları, “kişinin yaşama olumlu bakışı güçlendirmesi”, “rahatlama ve huzura kavuşturması” ve “zorluklarla mücadelede baş etmeyi sağlaması” şeklinde ifade etmişlerdir. Psikolojik etki bağlamında ulaşılan bulgulardan biri dinin, kişilerin ruh sağlığına ve psikolojik iyi oluşuna destek olmasıdır. Katılımcıların vermiş olduğu yanıtlardan yola çıkarak ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluşla alakalı olarak literatür taraması yapılmıştır. Dindarlık ve psikolojik iyi oluş üzerine hem ulusal hem de uluslararası araştırmalar yapılmıştır. Pargament (1997), dini başa çıkma stratejilerinin bireylerin psikolojik sağlığı üzerinde etkilerinin olduğunu savunur. Pozitif dini başa çıkma stratejileri için, bireylerin stresli durumlarda içsel huzur, anlam, umut ve destek bulmalarına yardımcı olan dini uygulamaları içerdiğini vurgulayarak psikolojik sağlığa çok yönlü olumlu etkisinin olabileceğini öne sürer. Öte yandan Paloutzian (2016), *Invitation to the Psychology of Religion* adlı eserinde dini duyguların bireylerin psikolojik yaşamındaki rolü ve etkisi kapsamlı bir şekilde ele alınmaktadır. Bu eserinde dini duygunun kişinin anlam oluşturmada, yaşam tatmininde rol oynadığını vurgulamıştır. Ayrıca din duygunun ve dinin psikolojik sağlık üzerindeki olumlu etkisi olduğunu söyler. Dini inançlar ve uygulamaların, bireylerin stres, depresyon ve anksiyete ile başa çıkmalarında koruyucu bir rol oynamasına dikkat çeker. Ayten (2020, s. 15) olumlu dini başa çıkmanın, bireylerin kaygı ve depresif düzeylerini azaltma, zorluklarla mücadele etme, iyi oluş halini ve psikolojik dayanıklılığını artırma gibi yönlerden katkısı olduğunu ifade etmiştir. Bu ifadelerle katılımcıların yanıtlarının örtüştüğü düşünülebilir. Başka bir çalışmada Fırat (1977), dini inançların, öğrencilerin depresyon ve anksiyete düzeylerini azalttığını ve genel yaşam memnuniyetini artırdığını ifade eder. Allah inancının ve din duygusunun,

öğrencilerin psikolojik sağlıkları ile pozitif ilişki içinde olduğunu çalışmasında bulgulamıştır. Bu çalışmanın sonuçları ile psikolojik etki bağlamında elde edilen sonuçların örtüştüğü söylenebilir.

Pozitif psikoloji sahasında çalışmalarını yürüten ve psikolojik iyi oluş konusunda öncü isimlerden olan Raffy'nin çok boyutlu psikolojik iyi olma modeli bulunmaktadır. Modelin kavramları arasında, öz kabullenme, bireysel gelişim, otonomi, ustalık, olumlu ilişkiler, yaşam amacı yer almaktadır. Raffy'in ele aldığı bu kavramların psikolojik iyi oluş üzerinde destekleyici yanları bulunmaktadır (Arıcı, 2011, s. 36). Özellikle katılımcılardan elde edilen bulgularda “huzura kaynaklık etmesi”, “zorluklarla mücadeleyi sağlaması”, “olumlu bakmada etkisinin olması” yönündeki çıkarımlar Raffy'nin psikolojik iyi oluş kavramlarını hatırlatarak, modelin kavramları ile örtüştüğü söylenebilir.

Yılmaz (2018), dine inanan bireylerin, dua ve ibadet yoluyla yaşamda bir anlam ve amaç bulabileceğini ve aynı zamanda yaşamın zorluklarına katlanmak için daha olumlu bir gelecek beklentisine sahip olabileceklerini ifade eder. Yapmış olduğu çalışmada umre ibadetinin yaşama anlam sağladığını ve umudu artırdığını bulgulamıştır. Öte yandan Lameei ve Bilici (2021, s. 57), yaptığı çalışmada dindarlık seviyesinin daha yüksek olan bireylerin daha düşük olan bireylere oranla, fiziksel ve ruhsal sağlık açısından daha iyi durumda olduklarını, iyimserliğin, mutluluk ve huzurun daha yüksek olduğunu, tam tersi depresyon, kaygı seviyelerinin daha düşük olduğunu bulgulamışlardır. Bu çalışmada din ve psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif yönde ilişki olduğu görülmektedir. Katılımcılardan alınan cevaplardan “zorluklarla mücadelede baş etmeyi sağlaması ile rahatlama ve huzuru sağlaması” gibi ifadelerin psikolojik iyi oluşu sağlayarak yukarıdaki sonuçlarla örtüştüğü söylenebilir.

Ruh sağlığı alanında, dini değerlerin ve maneviyatın olumlu etkisine dikkat çeken Uçar (2019, s. 33), çalışmasında manevi danışmanlık hizmetlerinin ortaya çıkışına sebep olarak din ve maneviyat eksenli yaklaşımların, bireylerin baş etmesinde olumlu yönde gelişimi olduğunu ifade etmiştir. Uçar'ın (2019) bu ifadeleri ile katılımcıların ifadelerinin örtüştüğü söylenebilir. Ayrıca manevi rehberlik sahasının doğmasının sebepleri ile katılımcıların ifadeleri arasında geçen “zorluklarla

mücadelede baş etmeyi sağlaması” cümlesinin amaç bakımından birbirini desteklediği söylenebilir. Beraberinde Martı (2019, ss. 6-9), manevi danışmanlık hizmetlerini zorluklarla baş etme ile sınırlandırmayıp, iyilik hallerinin artışını hedeflediğini, iç huzura kavuşturmayı amaçladığını ifade etmektedir. Manevi danışmanlık hizmetlerinin ruh ve beden sağlığı üzerindeki etkilerine de dikkat çeken Martı’nın (2019) ifadeleri ile katılımcıların dini duyguların psikolojik etkileri bağlamında verdiği yanıtların ilişkilendirildiği söylenebilir.

Öte yandan Kaya ve Küçük (2017, ss. 18-19), dindarlığın bir alt boyutu olan ibadetlerin, ruhsal sıkıntılarla baş etmede, hayatı anlamlandırmada ve psikolojik iyi olma yönünde ruh sağlığını pozitif olarak etkilediğini söyleyerek, bireyle Allah arasında manevi bir bağın kurulması, bireyin samimiyetle yaratıcısına yönelmesi hem bireyin ruh dünyası üzerinde hem de hayatın anlamlandırılması konusunda olumlu gelişmeler sağladığını ifade etmektedir. Aynı zamanda ibadetlere devam etme ile hayatın anlam kazanması durumunun psikolojik iyi oluş üzerinde olumlu yönde ilişkili olduğu görüşü ile katılımcıların dini vecibelerin hayata anlam katması yönündeki ifadeleri, ibadetlerin kişinin psikolojik iyi oluşu üzerinde etkisi olduğunu hatırlatmaktadır. Bu bağlamda araştırma kapsamında elde edilen bulgular ile Küçük ve Kaya’nın (2017) çalışmasından elde edilen bulguların örtüştüğü söylenebilir. Bir başka örnek olarak Hayta (2002, s. 125), ibadetlerin zorlayıcı yaşam koşulları ile baş etmede etkisi olduğunu söyleyerek bu durumu hayatın anlamı ve psikolojik iyi olma konusu ile ilişkilendirmiştir. Öte yandan araştırmada elde edilen “zorluklarla baş etmede dini yaşamın etkili” olduğu bulgusu ile Can’ın (2019), başa çıkma davranışı ile dini inançlar araştırmasının örtüştüğü söylenebilir. Beraberinde Tekin’in (2005, ss. 158-159) Stresle Baş Etmede Dinin Rolü adlı çalışmasının da araştırmanın bu bulgusuyla örtüştüğü söylenebilir. Baş etme ile alakalı olarak Pargament ve Park (1995), dini başa çıkmada üç bileşen olduğunu ifade etmişlerdir. Bunlar “tevekkül etme (erteleme)”, “bireysel sorumluluk” ve “birlikteliktir”. Yaptıkları bu çalışma neticesinde Allah’la iş birliği yapan bireylerin stresli durumların üstesinden geldiklerini söyleyerek, Allah’la iş birliği içinde problemlerin üstesinden gelmenin, akıl sağlığı üzerinde olumlu yönde ilişkisi olduğunu bulgulamışlardır. Beraberinde dindar bireylerin kendilerini dindar olarak nitelendirmeyen diğer bireylere göre

zihnen daha sağlıklı oldukları yönündeki bulguya, karşılaşılan zorlu olayların olumlu şekilde yorumlayabilmeleriyle ilişkilendirmiştir.

Batıda yapılan bu çalışma ile araştırmanın dinin ruh sağlığına olumlu yönde etkisi olduğu yönündeki bulgunun örtüştü söylenebilir. Literatür incelendiğinde din ve ruh sağlığının pozitif yönlü ilişkisi kapsamında benzer çalışmalara da rastlanılmıştır (Cohen ve Koenig, 2004; Khalek, 2012; Yurttaş, 2016; Frankl, 2018;).

Dini duyguların etkileri altında elde edilen diğer kategori “fiziksel etki, insan ilişkilerine etkisi ve manevi yaşama etki” dir. Bunlarla alakalı literatürde yer alan çalışmalar incelenmiştir. İlk olarak fiziksel etki bağlamında çalışmalara göz atıldığında ibadet ve temizlik, sağlık ve ibadet gibi farklı başlıklarda yapılan çalışmalar göze çarpmıştır. Fiziksel açıdan; temizliğin sağlanması, belli vakitlerde bazı ibadetlerin olması, abdest sırasında su ile temasın ferahlık vermesi, oruç ibadetinin aynı zamanda beden sağlığına da iyi geliyor olması, dini duyguların insan üzerindeki gerginliği alarak sakinlik sağlaması vs. katılımcıların fiziksel etki bağlamında vermiş olduğu yanıtlar arasındadır. Dini duygu ve fiziksel etki konusunda literatür incelendiğinde bulguları destekleyen bazı çalışmalara rastlanılmıştır. Koenig (1999), *The Healing Power of Faith* adlı eserinde din ve maneviyatın fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde etkisi olduğunu özellikle hastalık ve stresle başa çıkmada dini inançların ve uygulamaların destekleyici rolü bulunduğunu ele almaktadır. Koenig, dinin sadece inanç sistemi olmadığını beraberinde sağlık ve iyileşme süreçlerinde etkili bir araç olabileceğini savunur. Fiziksel iyileşme sürecini etkilemesi, bağışıklık sistemi üzerinde olumlu yönde sonuçlar vermesi ve hastaların moralini yükseltmede etkisinin bulunması elde edilen bulgular arasındadır. Bu bağlamda katılımcıların vermiş olduğu yanıtların Koenig bu görüşlerini yansıttığı söylenebilir. Ayten (2013, s. 27), dindarlık, sağlık ve hayat memnuniyeti üzerine yapmış olduğu çalışmasında dindarlığın hayat memnuniyeti üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Ayten’in bu çıkarımları ile katılımcılardan alınan yanıtların örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan, Apaydın (2010, s. 74) fiziksel rahatsızlıklara neden olan maddelerin dinlerce yasak olması bu maddeye bağlı olarak yaşanabilecek olan ruhsal sorunları ortadan kaldıracağını söyler. Ruhsal sorunların ortadan kalması duygusal anlamda kişinin sağlıklı olmasını destekler. Bu ifadelerden

yola çıkılarak katılımcıların fiziksel sağlığı koruması yönündeki görüşlerinin örtüştüğü söylenebilir.

Bir diğer manevi yaşama etkisi kategorisinde; dini duygunun maneviyatı güçlendirerek erdemlere kaynaklık ettiği bulgulanmıştır. Dini duygunun insan yaşamı üzerindeki etkisine katılımcılar “toplumsal beraberliği artırdığını, iyilik halini sağladığını” bu bağlamda erdemlere kaynaklık ettiğini vurgulamışlardır. Bu bulgu Sandage ve Hill’in (2001), erdemleri altı boyut yönünden ele aldıkları çalışmayı hatırlatmaktadır. Bu altı boyuttan; kültürel ve toplumsal içeriğe sahip olması boyutu ile hayata amaç ve anlam katması boyutu katılımcıların vermiş olduğu yanıtla örtüştüğü söylenebilir (Ayten, 2001, s. 115). Öte yandan pozitif psikoloji yaklaşımının ortaya çıkmasıyla beraber Robert Emmons, Seligman gibi bazı araştırmacılar dindarlık ve sağlık ilişkisinde erdemler konusunu gündeme getirmişlerdir. Bu konuda yapılan araştırmalarda dindarlığın affetme, hayırseverlik, alçakgönüllülük ve şükür gibi bazı erdemleri desteklemesi dile getirilmiştir (Ayten, 2020, ss. 7-8). Literatür incelendiğinde benzer bulguları olan çalışmalara rastlanılmıştır (Özasma, 2016; Apak, 2018; Ferran, 2019). Bu çalışmalardan Ferran (2019), geçici bir süreye sahip olan duyguların aksine erdemlerin kalıcı olduğunu vurgulayarak, dini duygularla erdemlerin birbiri ile ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Bu ifade katılımcıların dini duyguların manevi yaşantıyı güçlendirdiği ifadesi ile örtüştüğü söylenebilir. Beraberinde Apak (2018), sosyal hizmetlerin insanı merkeze aldığını ve insana fayda vermeyi öncelediğini ve bireyde manevi duyguların güçlenmesinde rol aldığını ifade ederek, çalışmanın bulgusu ile destelendiği söylenebilir. Öte yandan, Özasma’nın (2016, ss. 138-142), İslam’ın temel kaideleri ve pozitif psikolojinin erdemler üzerinde güçlendirici ve birbirine destek olucu çalışmalarının araştırma bulgusu ile örtüştüğü söylenebilir.

Bu bulgu aynı zamanda Adler’in dinin güçlü bir sosyal hareketlilik sağladığı görüşü ile örtüşerek araştırmayı desteklemektedir. Adler’in bireysel psikoloji görüşlerinde, bireyin sorumluluklarının bilincinde olarak insanlığın yararına bir yaşam önerisi bulunmaktadır. Birlik ve beraberliğin güçlendirilmesi, topluma katkı sağlaması, yardımlaşmanın önemini vurgu yapması açısından Adler’in katkıları önemsenmektedir (Uygur, 2015 s. 82). Bu bağlamda Apak’ın (2018), sosyal hizmet

vurgusu ile sosyal yardımlaşma ifadesi birbirini tamamlayan iki kavramdır. Katılımcılardan biri (22. katılımcı), dini-manevi alanda yapmış olduğu ibadetlerin hem maneviyatı güçlendirdiğini hem de sosyal yardımlaşmayı sağladığını ifade etmiştir. Buradan hareketle Adler'in görüşleri ile araştırmanın bu bulgusunun örtüştüğü söylenebilir. Alan yazınları incelendiğinde benzer bulguları olan çalışmalar bulunmaktadır (Usta, 1992; Ferah, 2014; Uygur, 2015; Kars, 2023).

Ferah (2014, ss. 195-196)'e göre, din kişiye bireysel görevlerin yanı sıra toplumsal bir takım görev ve sorumluluklar da yüklemektedir. Dinin bu misyonu ile hem Adler'in bireysel psikoloji görüşlerinin amaçları örtüşmekte hem de toplumsal beraberlik duygularını artırarak maneviyatın ve erdemlerin güçlenmesine zemin sağlamaktadır. Bu bağlamda araştırmanın bulgusu ile Ferah'ın bu çalışmasının örtüştüğü söylenebilir.

Sosyal hareketliliğin din ile ilişkisini ortaya koyan bir diğer çalışmaya bakıldığında Usta (1992, ss. 163-167), toplumsal düzenin sağlanması, maneviyatın güçlenmesi konusunda dini normların etkili olduğunu ifade etmesi yönündeki görüşleri ile araştırmadan elde edilen bulguların birbirini destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Beraberinde katılımcıların insan ilişkisini olumlu yönde etkiler görüşleri ile de bu ifadelerin örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan Uygur'un (2015), bireysel psikolojinin amaçları ile toplumsal beraberlik ve maneviyatın güçlenmesi yönündeki görüşlerinin araştırma bulgusunu desteklediği görülmektedir. Aynı şekilde toplum yapısı ve din konusundaki çalışması ile Kars (2023, ss. 106-108), dinin toplumu düzenleyen, manevi bağlar üzerinde etkisi olduğunu ifade eden çalışması ile araştırma bulgusunun örtüştüğü söylenebilir.

5.1.6 Korku Duygusuna Ait Tartışma ve Yorum

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu, korku duygusunun dini alanda negatif bir duygu olarak nitelendirilmemesidir. Beraberinde kişiyi Allah'a karşı uzaklaştırıcı olmadığı yönündeki ifadelerdir. Allah'a yönelik korku duygusu yaşayan bazı katılımcılar, bu duygunun fitrata ait bir duygu olduğunu ifade etmişlerdir. Bu görüş biyolojik yaklaşımın korkuya yönelik olarak geliştirdiği bakışı hatırlatmaktadır.

Biyolojik yaklaşıma göre korku duygusu, içgüdüselidir. İnsanlarda ve hayvanlarda zorunlu bulunmaktadır. Korku duygusunun amaçları arasında, organizmanın tehlikelerden korunarak varlığını devam ettirmesi gelmektedir (Morgan, 2003, s. 15). Bu bağlamda katılımcıların ifadeleri ile biyolojik yaklaşımın korkuya yönelik bakış açısının örtüştüğü söylenebilir. Beraberinde (Torun, 2015, s. 79), duyguların evrimsel süreçlerle bugünkü haline ulaştığı, duygulara yönelik olup biten her şeyin temelinde beyindeki sinirsel etkileşimin yer aldığı söylenilmektedir. Sevinç, korku, güven vs. duyguların da biyolojik yaklaşımla açıklanabileceği ifade edilmektedir.

Öte yandan katılımcılar Allah’a yönelik hissedilen korku duygusunun negatif olmadığını pozitif olarak nitelendirildiğini ifade etmişlerdir. Allah’a yönelik korku duygusunun anlamı sorulduğunda, kişinin yaratıcısı ile mesafesini artırmadığını aksine kişiyi Allah’a yaklaştıracı olduğunu söyleyerek, “Allah’ın rızasını kaybetme korkusu” olarak nitelendirmişlerdir. Verilen bu cevaplardan korku duygusunun temelinde “sevgisini kaybetme” ifadelerine rastlanılmıştır. Korku duygusuna yönelik alınan bu cevaplar Fromm’un otoriter ve hümaniter dinler anlayışını hatırlatmaktadır. Fromm’un otoriter din görüşünde var olan korku duygusu ile katılımcıların bahsetmiş oldukları korku duygusu aynı anlama gelmemektedir. Fromm’un otoriter din anlayışında Tanrı kişinin potansiyelinin önünde engel olucudur ve korku duyulması gereken bir varlıktır (Türker, 2018, s. 95). Hâlbuki katılımcıların Allah’a yönelik olarak hissetmiş oldukları korku duygusunun farklı bir anlamı olduğunu vermiş oldukları yanıtlardan anlaşılmaktadır. Burada her ne kadar korku duygusu ifade olarak Fromm’un otoriter dinler görüşüne yakın durmuş olsa da içerik ve anlam bağlamında hümaniter dinler görüşüyle örtüştüğü söylenebilir. Korkuya olan yaklaşımların farklı olmasında katılımcıların bağlı oldukları dini görüşler ile batılı dinler arasındaki görüş farklılığı olduğu düşünülebilir. Bu bağlamda alan yazınları incelendiğinde benzer çalışmanın olduğu görülmektedir (Türker, 2018). Erkut (2024), korku duygusu için Allah’ın rızasını kaybettirecek olan işlerden uzaklaştıracı olduğunu ifade eder. Katılımcıların “Allah’ın rızasını kaybetme” söylemleri ile Erkut’un bu görüşünün örtüştüğü söylenebilir. Korku duygusunun olumlu sonuçlar ortaya koyabileceğine yönelik olarak çalışma örnekleri de yer almaktadır. Hacıkeleşoğlu (2018), korkunun sadece olumsuz bir duygu olmadığını aynı zamanda bireylerin manevi deneyimlerini derinleştirebilecek bir unsur taşıdığını bulgulamıştır.

Bu bulgu ile katılımcıların korkuya yönelik olarak “ibadete sevk edici, Allah’ın sevgisini kaybetmekten korkmaları” yönünde verdikleri yanıtların örtüştüğü görülmektedir.

Allah korkusuna yönelik olarak elde edilen bulgulardan bir diğeri bu korkunun Yaraticının sınırlarının bilinmemesinden kaynaklanmasıdır. Katılımcılardan bazıları, Allah’a yönelik korku duygusu yaşadığını söylemişlerdir. Bunun nedeni olarak azabın, cehennemin, ölümden sonraki yaşamın neye karşılık geldiğini ve nasıl olacağının bilinmemesi olarak ifade etmişlerdir. Bu bulgu, Yapıcı’nın (1996, ss. 128-136) kutsalın bilinmezlikler içerdiğini bunun da kişilerde korku ve acziyet duygusu hissetmesine neden olduğu görüşlerini hatırlatmaktadır. Buradan hareketle kutsalın gücü ve yüceliği karşısında insanın sınırlılıklarının olması ve acziyeti bu korkunun zorunlu olarak varlığını ortaya çıkarmaktadır ifadesi ile örtüşmektedir.

Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında korku duygusunun pozitif olarak algılanmasına yönelik benzer bulguları olan çalışmalar bulunmaktadır (Şerefli, 2008; Nair, 2017; Türk, 2019; Kaya, 2021). Nair’e (2017, s. 366) göre, Kur’an’da pek çok yerde korku ve ümit arasında olunması gerektiği vurgulanmakta, bu korku kişinin yaratıcısı ile yakınlığını olumsuz etkilemeyip olumlu yönde ilişkilerin gelişmesine neden olmaktadır. Bu bağlamda katılımcıların ifadeleri ile yapılan çalışmadaki korku duygusunun anlamının örtüştüğü söylenebilir.

5.1.7 Allah’a Yönelen Negatif Duygulara Ait Tartışma ve Yorum

Araştırmaya dair dikkati çeken bir diğer bulgu, Allah’a yönelik negatif duygular yaşamayanların “hikmet penceresinden baktıklarını” ve “sorgulama” yaşadıklarını ifade etmeleridir. Katılımcıların ifadelerine bakıldığında bu durumun temelinde Allah’a karşı olumlu bir imajın yattığı görülmektedir. Katılımcılar yaşamlarında Allah’a yönelik olarak “sevgi, mutluluk, yakınlık vs.” gibi olumlu duygular hissettiklerini aynı zamanda bu kişilerin Allah’a yönelik olarak negatif bir duygu, isyan, öfke, kızgınlık yaşamadıklarını, zorlayıcı imtihanlardan geçmiş olsalar bile, hikmet penceresinden baktıklarını dile getirmişleridir. Bu ifadeler, Güler’in (2007, s. 174) tanrı algısı üzerine yapmış olduğu ölçek çalışmasını hatırlatmaktadır. Bu

çalışmaya göre olumlu tanrı algısına sahip kişilerin aynı zamanda Tanrı'ya karşı olumlu ve sevgi eksenli duygular geliştirdikleri bulgulanmıştır. Bu görüş ile katılımcılardan elde edilen Allah'a yönelen negatif duygu yaşamayanların cevaplarının örtüştüğü söylenebilir.

Literatürde Tanrı imajı ile yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde Korkmaz'ın (2012) olumlu yönde Tanrı imajının pozitif iyi oluş halini desteklemesi yönündeki görüşleri ile araştırmada elde edilen geçmişte Allah'a karşı pozitif duygular hisseden bazı bireylerin kişinin baş etme becerisi üzerinde olumlu yönlü etki etmesi görüşlerinin örtüştüğü söylenebilir. Aynı zamanda, Acar (2014, s. 400), Tanrı ile kurulan pozitif ilişkinin manevi iyi oluşu sağlayan duyguları artırdığı yönündeki görüşleri ile araştırmanın bu bulgusu birbirini desteklemektedir.

Bir diğer araştırma bulgusunu destekleyen Tanrı imajı ile ilgili yapılan çalışmada, Allah'a karşı negatif duygular yaşayanların, olumsuz Tanrı imajına sahip olmadıklarını, geçmişte yaşanan bu duygunun geçici olduğu bilinciyle yaşamlarını sürdürdüklerini ifade etmeleridir. Katılımcılar negatif duyguların zorlayıcı yaşam olayları sonucu ortaya çıktığını ifade etmişlerdir. Örneğin; doğal afet, ölüm, ailevi sıkıntılar, hastalıklar gibi. Bu zorlayıcı olaylar sırasında katılımcıların düşüncelerine bakıldığında Tanrı'ya yönelik olarak çok kısa süreli suçlamaların olduğu fakat akabinde pişmanlıkla beraber Allah'a yönelindiği ifadelerine rastlanılmıştır. Sonrasında katılımcılar, bu yaşananların bir hikmeti vardır yönünde ifadeler vermişlerdir. Araştırma bulguları arasında negatif duygular yaşayan bireylerin olumlu yönde Tanrı imajına sahip olabilecekleri görülmüştür. Örneğin, bir katılımcı çocukluk dönemine ait anne-baba-çocuk eksenli iyi olmayan aile ilişkilerini bir takım dini negatif duygularla ilişkilendirse de aile büyüklerinden bir büyüğün desteğiyle süreç içerisinde olumlu Tanrı imajına kavuştuğunu ifade etmiş olmasıdır. Araştırma kapsamında edinilen bu bulgu ile Kırac'ın (2022) "Çocukluk Çağı Travmalarıyla Tanrı İmajı Arasındaki İlişkide Öz Şefkatin Aracı Rolü" adlı çalışmasında karşılaşılan bulgunun örtüştüğü söylenebilir. Bu çalışmadaki bulguya göre çocukluk döneminde zor yaşantı geçiren bireylerin aileden birilerinin desteği ile baş ettikleri, yaşanan zorlukları Tanrı'ya yüklemedikleridir. Beraberinde Çetin'in (2018), Tanrı tasavvurunu oluşturan faktörlerle ilgili yapmış olduğu çalışmada ebeveynle yaşan

ilişkiler maddesi ve önemli kişi ve grupların etkisi maddesinin katılımcının vermiş olduğu yanıtla örtüşerek araştırma bulgusunu desteklediği söylenebilir (Çetin, 2018, s. 81; Kıracı, 2022, ss. 1111-1126).

5.1.8 Dini Duyguların Tanımlanmasına ve Türlerine İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu dini duygu olarak yirmi yedi farklı duygunun ifade edilmesi bunun yanı sıra dinin en çok huzur duygusu ile ilişkilendirilmesidir. Aynı zamanda huzur duygusuna, dinin tanımı, önem derecesine göre deneyimlenen dini duygular ve nitelenen dini duygular kısımlarında da katılımcıların ifadeleri arasındadır. Araştırma sırasında alınan cevaplar doğrultusunda dini duygu denilince huzurun öncelikli olarak akla geldiğini söylemek mümkündür. Literatüre bakıldığında dinin huzur duygusuna kaynaklık ettiği yönünde benzer çalışmalar yer almaktadır (Özdemir, 2015; Çalgan, 2021; Yavuzer, 2023). Çalgan (2021, ss. 75-76), huzur duygusunun hissedilmesinde, bireyin yaratıcısı ile güçlü bir ilişkisinin olduğunu ve bu kapsamda dindarlığın alt boyutu olan ibadet hayatının etkisinin olduğunu söylemiştir. Beraberinde günümüz insanının en önemli ihtiyaçları arasında olan huzur duygusunun dini hayat ile temin edebileceği yönündeki tespitleri ile katılımcılardan elde edilen bulguların örtüştüğü söylenebilir. Öte yandan Özdemir (2015, s. 80), huzur ve barış içerisinde yaşamının öneminde, Kur'an'ın sulh, selamet ve huzuru temin etmede rolünün olduğu yönündeki tespitleri dikkatleri çekerek dini yaşamın huzura kaynaklık etmesi yönündeki bulgularla örtüştüğü söylenebilir. Yavuzer'in (2023, s. 557), insanların mutluluk ve huzur duygularını yaşamalarında dinin katkısı olduğunu ve dinin manevi ihtiyaçları giderirken toplumsal barışı ve huzuru sağladığı yönündeki görüşleri ile araştırma sırasında elde edilen bulguların desteklendiği söylenebilir. Huzur duygusunun beraberinde katılımcılardan "merhamet, mutluluk ve sevgi (aşk), şükür ve vicdan, korku, huşu, hüzn, kaygı ve ümit, teslimiyet, şefkat, pişmanlık, öfke (gadap), muhabbet, mahcubiyet, hayret, empati, aşkınlık ve acziyet, fedakârlık, utanma (haya), kin (buğz), sabır (sebat), güvene ve şaşkınlık" duyguları da tespit edilmiştir. Literatürde yer alan çalışmalara göz atıldığında dini duygu olarak nitelendirilen çalışmalar bulunmaktadır.

Hood ve Spilka'nın (2001), dini duygu olarak “sevgi, korku, minnettarlık, umutsuzluk, bağlılık, barış, merhamet” duygularını ele alır. Bu duyguların katılımcıların ifade ettiği duygularla örtüştüğü söylenebilir. Emmons (2000), minnettarlık, iç huzur, sevgi, bağlılık ve anlam arayışı gibi duyguların dini duygu olarak sınıflandırır. Emmons (2003), dini duyguları "kutsal duygular" olarak nitelendirir. Manevi yaşam açısından önemli bir rolü bulunmaktadır. Emmons kutsal duygu olarak “ hayranlık, şaşkınlık, şükran, minnettarlık, korku, saygı, bağlılık, sadakat” gibi duyguları nitelemiştir. Emmons’un nitelemiş olduğu duygularda katılımcılardan alınan bazı duyguların ortak olduğu söylenebilir. Cappelán (2017), dini bağlamdaki deneyimler göz önüne alındığında “hayranlık, şefkat, minnettarlık, yüceltme, sevgi, huzur” gibi duyguların kişiye eşlik etmekte olduğunu ifade eder. Katılımcılardan alınan duygularla ortak olan duyguların varlığından söz etmek mümkündür.

Uysal (1996), “korku, hayranlık, sevgi, sabır, şükür, hayâ, hürmet, bağlılık, teslim olma, rıza, ümit, hüzn, minnettarlık, saygı, güven” duygularını dini olarak niteler. Türk (2014) ise, dini duygu olarak “ümit, bağlanma, korku, sevgi, sığınma, saygı, tevekkül, emniyet, korunma” duygusuna yer vermiştir. Katılımcıların yanıtları ile yapılan çalışmalarda yer alan duyguların ortak duygular olduğu görülmektedir.

5.1.9 Dini Duyguları Zayıflatan Unsurlara İlişkin Tartışma ve Yorum

Dini duyguları zayıflatan unsurlar kategorisine ait katılımcılardan alınan yanıtlar “manevi hastalıklar”, “dünyevileşme, maddiyat”, “helal-haram bilincinin yoksunluğu”, “olumsuz insan ilişkileri”, “olumsuz içerikler-sosyal medya” kodlarıyla ifade edilmiştir. Bu ifadelerin dini duyguları ve insanların bazı hassasiyetlerini zayıflattığı yönünde görüşler yer almaktadır. Literatüre bakıldığında konu ile çalışmalara rastlanmıştır.

Orhan’ın (1997, ss. 60-62) yapmış olduğu çalışmasında televizyonda yayınlanan cinsel ve şiddet içerikli yahut gelişim dönemine uygun olmayan içerikteki yayınların dini duygulara zarar verdiğini, olumsuz etkilediği bulgulanmıştır. Bu bulgu ile araştırmamızda elde edilen “olumsuz içerikteki yayınların dini duyguları

zayıflatıldığına” dair görüşün örtüştüğü söylenebilir. Smith ve Denton (2005) gençlerin dinle ilişkilerini, inanç sistemlerini ve manevi deneyimlerini inceleyen araştırma yapmışlardır. Araştırmanın sonucunda dünyevileşmenin ve bireyselleşmenin, gençlerin dini hislerini zayıflatığına dair önemli bulgular sunulmuştur. Buradan elde edilen “dünyevileşme” ifadesi ile katılımcıların yanıtlarının örtüştüğü görülmektedir. Bir başka araştırmada Taylor (2007), Batı’da sekülerleşme sürecini ve dünyevileşmenin dini duygular üzerindeki etkilerini analiz eden bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada, modern Batı toplumlarında dünyevileşme ve bireycilik gibi unsurların, insanların dini deneyimlerini nasıl zayıflatığı, hatta dini olanı hayatlarından nasıl çıkardıkları incelemiştir. Taylor bu araştırmada dini duyguların yerini dünyevi kaygıların ve maddi değerlere yönelimin aldığı sonucuna ulaşmıştır. Katılımcılardan elde edilen yanıtlarla Taylor’un çalışmasının örtüştüğü söylenebilir. Kılınç ve Bulut (2015), dünyevileşmenin gençlerin dindarlık algıları üzerindeki etkisini inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Dünyevileşmenin ve maddi değerlerin ön plana çıkmasının dini hassasiyetler ve pratikler üzerinde zayıflatıcı bir etkisi olduğu bulgulanmıştır. Özellikle üniversite öğrencileri arasında dünyevileşmenin, sosyal medya kullanımı, materyalizmin artışı ve bireyselleşmenin yaygınlaşmasıyla dini duyguların zayıfladığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Öte yandan Aşlaman (2019), modern dünyada dünyevileşmenin ve maddi değerlere odaklanmanın insanların dini duyarlılıkları üzerinde zayıflatıcı etkisi olduğunu incelemiştir. Özellikle, sekülerleşme ve bireylerin sosyal medya, medya içerikleri ile olan ilişkilerinin dini hislerde azalmaya yol açabileceğini vurgulamaktadır. Ayrıca Varsak (2022, ss. 104-105), dini hayatı etkileyen unsurlara yönelik yapmış olduğu çalışmada uygun olmayan içerikli sosyal medyanın olumsuz etkilere yol açtığını bulgulanmıştır. Dini inanç ve davranışlar üzerinde sosyal medya etkisinin olduğunu belirtmektedir. Varsak’ın bulguları araştırmamızın bu sonucunu desteklediği söylenebilir.

5.1.10 Manevi Deneyim Anlatısına İlişkin Tartışma ve Yorum

Manevi deneyim olarak katılımcılardan alınan yanıtlar “gezi, ibadet, mekân, olay (durum), zaman” kodlarıyla ifade edilmiştir. Bu ifadeler sırasında bir katılımcının yaşamış olduğu olay (durum) üzerinden alınan yanıt dikkat çekici bulunmuştur. Dini duyguların her zaman din eksenli deneyimler neticesinde ortaya çıkmayıp, kişinin

yaşamış olduğu durumu/olayı yorumlama biçiminden kaynaklı olarak nitelendirilmesi elde edilen bulgular arasında yerini almıştır. Katılımcı manevi deneyim olarak maç sırasında yaşadığı durumu anlatmıştır. Bakıldığında dini ve manevi nitelik taşınmadığı düşünülebilir fakat katılımcının algısı ve bakış açısı ile o durum manevi ve dini nitelik kazanmıştır. Literatür incelendiğinde herhangi bir olayın dini nitelik taşımasında kişinin algılama süreciyle ilişkili olduğuyla alakalı benzer bulguları olan çalışmalar bulunmaktadır. Pargament (1997), insanların yaşam olaylarını nasıl yorumladıklarını ve bu yorumların dini duygularını nasıl şekillendirdiğini ele alır. Pargament'in bu çalışması dini duyguların din eksenli deneyimlerin ötesinde bir anlam kazanabileceğini ve bireylerin yaşam deneyimlerine bağlı olarak değişebileceğini vurgulayan önemli bir kaynak olarak değerlendirilebilir. Katılımcı örneği ile bu bilginin örtüştüğü söylenebilir. Hood'un (2001), dini duyguların ve deneyimlerin bireylerin kişisel algıları ve içsel dünyalarıyla nasıl etkileşimde bulunduğunu vurgular. Kişisel deneyimlerin ve bireysel hikâyelerin, dini duyguların oluşumunda merkezi bir rol oynadığını belirtir. Dini deneyimlerin subjektif doğası, bu deneyimlerin bireylerin geçmiş deneyimleri, inanç sistemleri ve anlam arayışlarıyla nasıl şekillendiğini açıklar. Bu bağlamda, dini duyguların yalnızca dışsal ritüellerle değil, aynı zamanda bireylerin içsel dünyalarıyla da sıkı bir bağlantısı olduğu ifade edilir. Bu sonuçla katılımcıların anlatılarındaki "kişisel algı sonucu dini olarak nitelendirilmesinin" örtüştüğü söylenebilir. Bununla birlikte Taves (2009), dini deneyimlerin yalnızca dini bağlamlardan değil, bireylerin yaşadığı olaylar ve bunları yorumlama biçimlerinden kaynaklandığını öne süren çalışma örneği bulunmaktadır. Öte yandan Ferran'ın (2019, s. 78) çalışması da bu duruma örnek olarak gösterilebilir. Bu çalışmada, güzel bir manzaranın insanda manevi açıdan bazı hisler yaşamasına sebep olabileceği söylenmiştir. Bir manzarada kişinin dini duygular yaşadığını ifade etmesi durumu, kişinin durumu algılaması, bakış açısı ve yorumlama biçimi ile açıklanabilir. Bu örneğin katılımcının vermiş olduğu maç örneği ile örtüştüğü söylenebilir.

5.2 Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmanın sonuçları, dinin tanımını genişleten ve bireylerin dini deneyimlerini anlamaya yönelik önemli bulgular sunmaktadır. Araştırma neticesinde ortaya çıkan

din tanımı, “emir ve yasaklar çerçevesi doğrultusunda inanca kaynaklık eden, insanın huzur duygusu ile hayatına anlam katan, zorlayıcı yaşam olayları karşısında baş etme becerisini sağlayan ve yaşamı biçimlendiren insan doğasının parçası” olarak tanımlanmıştır. Bu tanım, dinin bireyler üzerindeki çok boyutlu etkilerini vurgulamakta ve dini duyguların önemini ortaya koymaktadır. Dini duyguların deneyimlenmesinde mekânların kolaylaştırıcı unsurlar olduğu tespit edilmiştir. Kutsal mekânlar, inanan insanlar üzerinde derin etkiler yaratarak, ruhsal bir atmosfer oluşturmakta ve bireylerin manevi deneyimlerini desteklemektedir. Bu bağlamda, dini duyguların gündelik duygulardan ayrıldığı; etki, kalıcılık, koşulsuz kabul ve kuvvet gibi yönlerinin belirginleştiği görülmüştür. Dini duyguların, gündelik duygulardan daha kalıcı hisler uyandırdığı ve haz odaklı olmaktan ziyade bir amaca bağlı hisler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle korku duygusu, insan doğasında yer alan ve İslam dinine mensup bireylerce pozitif algılanan bir duygu olarak ele alınmıştır. Bu duygu, kişiyi Allah’a yaklaştıran bir yön taşımaktadır. Ayrıca, Allah’a yönelen olumsuz duyguların zamanla pişmanlık hissine dönüşerek kalıcı olmayan geçici duygular olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Olumlu duygular yaşayan bireylerin, zorluklarla karşılaştıklarında suçlama yerine olayın hikmetini düşündükleri gözlemlenmiştir. Dini duygu olarak huzur duygusunun öncelikli olarak nitelendirildiği, bunun yanı sıra yirmi yedi farklı duygunun tespit edildiği görülmüştür. Olumsuz içerikli sosyal medya kullanımının, maddeci dünya görüşünün ve bireysel yaşantı biçiminin dini duyguları zayıflattığı belirlenmiştir. Son olarak, bir olayın manevi olarak nitelendirilmesinde, bireyin olayı algılama biçiminin ve o olaya yüklediği anlamın etkili olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın bulguları, dini duyguların bireylerin hayatına anlam kattığını ve anlamlı bir yaşamın din yoluyla da gerçekleşebileceğini ortaya koymaktadır. Dini duyguların, psikolojik iyi oluş hali ve öznel iyi oluş üzerinde olumlu etkileri olduğu, ruh sağlığını destekleyici yanları bulunduğu belirlenmiştir. Hem bireyler hem de toplumsal düzeyde dini duyguların etkisi, fiziksel iyilik hallerine katkıda bulunarak maneviyatı güçlendirdiği ve erdemlere kaynaklık ettiği tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, dini duyguların bireyin kişisel deneyimleri ve manevi yaşantıları tarafından şekillendiğini ortaya koymaktadır. Dini duyguların doğası, bireyin yaşadığı manevi deneyimlerin derinliğiyle daha zengin ve çok boyutlu hale gelmekte; bu da dini duyguların sadece bir inanç sistemine dayalı olmadığını, bireyin manevi dünyasıyla yakından bağlantılı olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, bireylerin manevi deneyimlerinin, dini duyguların doğasını ve yapısal özelliklerini önemli ölçüde etkilediğini göstermiştir. Araştırmanın başında ortaya konulan problemin, manevi deneyimlerin dini duygular üzerindeki etkilerini açıklama hedefi, ulaşılan sonuçlarla desteklenmiş ve tez bu bağlamda amacına ulaşmıştır. Araştırma sonuçlarında ulaşılan bilgiler doğrultusunda aşağıdaki öneriler sunulmuştur:

1. Dini duygular konusu ile alakalı teorik açıdan ülkemizde araştırmalar yapılmış olsa da çok fazla deneysel çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle din psikolojisi sahasında yer alanlar uzmanlara dini duygu konusunu deneysel açıdan ele alınması önerilmektedir.
2. Bu araştırmada görüşme tekniği kullanılarak bireylerin görüşleri doğrultusunda nitel veriler elde edilmiştir. Bu veriler ışığında dini duyguların kişiye olan psikolojik etkisi bağlamında olumlu bakma, rahatlık ve huzur, zorluklarla mücadele gibi öznel iyi oluşu ve psikolojik iyi oluşu sağlayan bulgular elde edilmiştir. Bu bağlamda dini duygunun hem ruh sağlığını korumada hem de destekleyici olmada etkisi bulunmaktadır. Buradan hareketle din psikolojisi alanında olan veya manevi rehberlik alanında çalışan uzmanlar bu araştırma kapsamında elde edilen bilgiler doğrultusunda, manevi rehberlik hizmetleri sırasında psikolojik iyi oluşu oluşturmak açısından dini duyguları artıran pratikte fayda sağlayıcı önerilerde bulunabilirler.
3. Araştırma sonucunda dini duygular olarak nitelendirilen yirmi yedi farklı duygu elde edilmiştir. Katılımcılarda duyguları dini ve gündelik olarak ayıranlar çoğunluktadır. Buradan yola çıkılarak psikoloji ve psikolojik danışmanlık alanlarında yer alan ders kitaplarına dini duygular başlığı altında duygulara yer

verilmesi önerilmektedir. Başlık olarak dini duygular konusunun ayrıca kitaplarda yer alması önerilmektedir.

4. Araştırma sırasında korku duygusuna yönelik olarak katılımcıların ifadeleri ile uluslararası literatürde yer alan korkuya yönelik çalışmalar arasında farklı sonuçlar bulunmaktadır. Bunun en temel sebebi inançların korku duygusunu algılama biçiminin farklı olmasıdır. Toplum yapımızın dini, kültürel ve milli hassasiyetleri öncelenerek dini duygu ve özelinde korku duygusuna yönelik olarak bu alanda çalışan uzmanlara yerli ve milli ölçek geliştirmeleri önerilmektedir.
5. Bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji desenine uygun yürütülmüştür. Dini duygular konusunun daha geniş perspektiften ele alınması ve çeşitli açılardan incelenmesi için farklı yöntemler (etnografik gözlem, derinlemesine mülakat vs.) uygulanarak başka çalışmalar yapılması önerilmektedir.
6. Dini duyguların zaman içindeki değişimini ve modern toplumda nasıl şekillendiğini inceleyen uzun süreli çalışmaların yapılması önerilebilir. Bu çalışma dini duyguların sosyal dinamiklerle nasıl etkileşimde bulunduğunu anlamayı kolaylaştıracaktır.
7. Bu araştırmada ele alınan örneklem grubunun yanı sıra farklı dine ve kültüre ait bireyler tercih edilebilir. Bu sayede dini duyguların benzerlik ve farklılıklarını araştıran çalışmalar yapılmış olur. Dini duyguların evrensel ve kültüre özgü yönlerinin daha iyi anlaşılmasını kolaylaştırması açısından önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Abdel-Khalek, A. M. (2012). Subjective well-being and religiosity: A cross-sectional study with adolescents, young and middle-age adults. *Mental Health, Religion & Culture*, 15(1), 39-52. <https://doi.org/10.1080/13674676.2010.551324>
- Acar, H. (2014). Manevi iyi oluş ile dindarlık arasındaki ilişki üzerine bir değerlendirme. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(2), 391-412. <https://doi.org/10.18505/cuifd.254730>
- Adivar, A. (2000). *Tarih boyunca ilim ve din*. Remzi Kitapevi.
- Adler, A. (1930). *The science of living*. New York, NY: Greenberg.
- Akın, B. (2020). *Ritüelleri ve anlatılarıyla kutsal mekânlar- I*. Paradigma Akademi.
- Akıncı, A. (2005). Hayata anlam vermede dinî değerlerin ve din öğretiminin rolü. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3(9), 7-24.
- Akman, İ. (2015). *Dini toplulukların ahlaki değerler üzerindeki etkisi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Aktaş, M. C. (2019). Nitel veri toplama teknikleri. H. Özmen & O. Karamustafaoğlu, (Eds.), *Eğitimde araştırma yöntemleri* (1. Baskı, s. 113- 116). Pegem Akademi.
- Allen, K. A., & Wang, L. (2019). Religious beliefs and practices, and their relationship to life satisfaction and well-being in the modern world. *Journal of Positive Psychology*, 14(2), 151-162. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1524561>
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432-443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>
- Apak, H. (2018). Güçlendirme ve maneviyat duyarlı sosyal hizmet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 67, 399-411. <https://orcid.org/0000-0002-2330-3093>
- Apaydın, H. (2003). İbadet psikolojisi. *Tabula Rasa*, 3(9), 180-198.
- Apaydın, H. (2010). Ruh sağlığı- din ilişkisi araştırmalarına bir bakış. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(2), 59-77.
- Arıcı, F. (2011). *Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin algılar ve psikolojik iyi oluş*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

- Arslan, M. (2012). Gündelik hayatta din. N. Akyüz & İ. Çapcıoğlu, (Eds.), *Din Sosyolojisi* (1. Baskı, s. 307-324). Ankara.
- Aşlaman, G. (2019). Dünyevileşme ve dini duyarlılıklar: Sosyolojik bir inceleme. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 22(2), 255-278.
- Ayten, A. (2001). Din psikolojisi. *M.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21(2), 105-124.
- Ayten, A. (2006). *Psikoloji ve din: Psikologların din ve Tanrı görüşleri*. İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2012). *Dini duyguların ve inançların stresle başa çıkma üzerindeki etkileri*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Ayten, A. (2013). Din ve sağlık: bireysel dindarlık, sağlık davranışları ve hayat memnuniyeti ilişkisi üzerine bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 13(3), 7-31.
- Ayten, A. (2018). *Dua ve meditasyonun stres üzerindeki etkileri*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Ayten, A. (2020). *Din ve sağlık: Kavram, kuram ve araştırma*. Marmara Akademi Yayınları.
- Ayten, A., & Köse, A. (2019). *Din psikolojisi*. Timaş Yayınları.
- Bahadır, K. (2010). Dindarlığın kaynakları (Ünite 3). H. Hökelekli (Ed.), *Din psikolojisi* (1. Baskı, s. 50-51). Anadolu Üniversitesi Yayını (No: 2051).
- Bahçekapılı, M. (2010). *Ortaöğretim din kültürü ve ahlak bilgisi dersinin öğrencilerin dini duygu, düşünce ve davranışları üzerindeki etkisi (İstanbul Avrupa yakası örneği)*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve öznel iyi olma hali ile dini inançlar arasındaki ilişki üzerine bir inceleme*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Bell, C. (1997). *Ritual: Perspectives and dimensions*. Oxford University Press.
- Bender, M. T. (2013). *Duyguların izinde sanatsal yaratma*. (1. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Bentzen, J. S. (2020). *In crisis, we pray: Religiosity and the COVID-19 pandemic*. CEPR Discussion Paper No. DP14824. https://cepr.org/active/publications/discussion_papers/dp.php?dpno=14824

- Bilici, A. B. (2012). Çocukta dinî duygunun teşekkülü. *Dicle Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14(1), 189-219.
- Bilici, S. C. (2019). Örneklemeye yöntemleri. H. Özmen ve O. Karamustafaoğlu (Eds.), *Eğitimde araştırma yöntemleri* (1. Baskı, s. 56-68). Pegem Akademi.
- Bozkurt, K., & Tekin, N. (2023). Mekân, insan ve edebiyat. *Batman Akademi Dergisi*, 7(2), 238-259.
<https://doi.org/10.58657/batmanakademi.1400282>
- Bruhns, A. (2018). Gefühle Verstehen. *Der spiegel/WISSEN*, 3, 15-25.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik-psikoloji biliminin insan doğasına söyledikleri*. Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, S., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E. K. S., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (13. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Can, N. (2019). *Başa çıkma davranışına kaynak oluşturan dini inanç ve değerler üzerine bir değerlendirme*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Cannon, W. B. (1931). Again the James-Lange and the thalamic theories of emotion. *Psychological Review*, 38(4), 281.
<https://doi.org/10.1037/h0072957>
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Brunner-Routledge.
- Cengil, M. (2003). Depresyonu önlemede dini inancın koruyucu rolü. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 3(3), 129-152.
- Certel, H. (1999). Dinî hayatta ibadetin yeri ve önemi. *Dini Araştırmalar Dergisi*, 2(4), 209-222.
- Chadwick, H. (2001). *Augustine: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Cohen, A. B. & Koenig, H. G. (2004). Religion and mental health. C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of applied psychology* (1. Baskı, s. 255-258). Cambridge: Elsevier Academic Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Corrigan, J. (2007). *Introduction: The study of religion and emotion*. J. Corrigan, (Ed.), Oxford Handbooks Online.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhdb/9780195170214.003.0001>

- Corrigan, P. W., Morris, S. B., Larson, J. E., Rafacz, J., Wassel, A., Michaels, P. J., O'Shaughnessy, J. R., & Larson, J. (2012). Religion and spirituality in the lives of people with serious mental illness. *Community Mental Health Journal*, 48(5), 487-492. <https://doi.org/10.1007/s10597-011-9444-8>
- Cox, J. (2004). *Kutsalı ifade etmek, din fenomenolojisine giriş*. (F. Aydın Çev.). İz Yayıncılık.
- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri [Qualitative research methods]*. (M. Bütün & S. B. Demir, Trans. Ed.). Siyasal Kitabevi. (Orijinal yayın tarihi 2000).
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2021). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni [Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches]*. (S. B. Demir & M. Bütün, Trans. Ed.). Siyasal Kitabevi.
- Cummins, S., & Stille, M. (2021). Religious emotions and emotions in religion: The case of sermons. *Journal of Religious History*, 45(1), 3-24. <https://doi.org/10.1111/1467-9809.12726>
- Çalgan, M. A. (2021, Haziran 15). Stres çağında huzuru yakalamak: Hadisler ışığında dindarlık-huzur ilişkisi. *İslami İlimler Araştırma Dergisi*, 9, 54-78.
- Çam, M. O., & Soylu, G. T. (2021). Duygu düzenleme ve psikiyatri hemşireliğine yansımaları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(2), 192-206. <https://doi.org/10.18863/pgy.756948>
- Çapan, B. E., & Kartal, B. (2012). *Güdüler ve duygular*. Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Çelik, M. (2017). Dua ve ibadetlerin ahlaki etkileri: Bir inceleme. *Dini Araştırmalar Dergisi*, 22(1), 45-60.
- Çetin, Ö. (2018, Aralık 31). Erich Fromm'da Tanrı tasavvuru. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 18(3), 75-98.
- Çilesiz, S. (2011). A phenomenological approach to experiences with technology: Current state, promise, and future directions for research. *Educational Technology Research and Development*, 59, 487-510. [10.1007/s11423-010-9173-2](https://doi.org/10.1007/s11423-010-9173-2)
- Damasio, A. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. Penguin Books.

- Damasio, A. R. (2006). *Descartes'in yanılgısı*. (B. Atlamaz Çev.). Varlık Yayınları (Orijinal yayın tarihi 1999).
- Darwin, C. (1872). *İnsanda ve hayvanlarda duyguların ifadesi* (Ş. Öztürk Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Dein, S., & McGuire, M. (2020). The impact of coronavirus on religious and spiritual beliefs and practices. *Journal of Religion and Health*, 59(5), 2673-2683. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01035-2>
- Demir, M. A. & Fersahoğlu, Y. (2014). *Din eğitim ve öğretiminde duygu eğitimi*. (3. Baskı). Çamlıca Yayınları.
- Demir, M., & Ayten, A. (2021). Yaşlı bireylerde dini duyguların sosyal destek ve yaşam kalitesi üzerindeki etkileri. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 14(2), 112-130. <https://doi.org/10.34221/sbad.2021.37>
- Descartes, R. (1989). *The Passions of the Soul*. Translated by Stephen Voss, Hackett Publishing Company.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). *Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being*.
- Dixon, T. (2012). "Emotion": The history of a keyword in crisis. *Emotion Review*, 4(4), 338-344. <https://doi.org/10.1177/1754073912445814>
- Doğan, M. (2019). *Acıdan erdeme yolculuk: Travma sonrası gelişim psikolojisi ve din*. Emin Yayınları.
- Dökmen, Ü. (2001). *Evrenle uyumlaşmak sürecinde var olmak gelişmek uzlaşmak*. (4. Baskı). Sistem Yayıncılık
- Dömbekçi, H. A., & Erişen, M. A. (2022). Nitel araştırmalarda görüşme tekniği. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(Özel Sayı 2), 141-160. <https://doi.org/10.18037/ausbd.1227330>
- Durkheim, E. (1912). *The elementary forms of religious life* (J. W. Swain, Trans.). George Allen & Unwin. (Original work published 1912)
- Dursun, P. (2007). *Recognition of emotional facial expression in alcohol dependent inpatients*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Middle East Technical University.
- Dülgeroğlu, H. (2017). *Sokakta çalışan çocuklarda dini duygu ve düşünce gelişimi: Üsküdar örneği*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Edwards, J. (1746). *A Treatise concerning the religious affections*. Princeton Theological Seminary Library.

- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6(3-4), 169-200. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Eliade, M. (1959). *The sacred and the profane: The nature of religion*. Harcourt, Brace & World.
- Eliade, M. (1959). *The sacred and the profane: The nature of religion*. Harcourt, Brace & World.
- Ellison, C. G., & George, L. K. (1994). Religious involvement, social ties, and social support in a southeastern community. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33(1), 46-61. <https://doi.org/10.2307/1386633>
- Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. Guilford Press.
- Emmons, R. A. (2000). *Is spirituality an intelligence? The definition of spirituality from the perspective of the social, behavioral, and health sciences*.
- Emmons, R. A. (2003). Spirituality and the science of gratitude. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude* (pp. 123-141). Oxford University Press.
- Emmons, R. A. (2005a). Sacred emotions. K. Bulkeley (Ed.), *Soul, psyche, brain: New directions in the study of religion and brain-mind science* (s. 74-112). Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1057/9781403979230_5
- Emmons, R. A. (2005b). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. *Journal of Social Issues*, 61(4), 731-745.
- Erkut, A. (2024, Haziran 3). *Dinî hayatın üç boyutu: davranış, duygu ve bilgi*. Diyanet Yayınları. <http://yayin.diyaret.gov.tr/makale/din%C3%AE-hayatin-uc-boyutu-davranis-duygu-ve-bilgi/dr-abdulkadir-erkut/vahyin-aydinliginda/2241/58> Erişim tarihi: 03.06.2024.
- Erten, S., & Yıldız, R. (2019). Dini duyguların aile içi ilişkilerdeki rolü: Güven, empati ve dayanışma. *Aile ve Toplum Dergisi*, 25(3), 56-74. <https://doi.org/10.21312/dergi.2019.09>
- Eryücel, S. (2013). *Yaşam olayları ve dini başa çıkma*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Eşel, E. (2009). Dinî ve mistik deneyimlerin muhtemel bilişsel ve nörobiyolojik düzenekleri. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 19(2), 193.
- Exline, J. J., & Rose, E. (2013). *Religious and spiritual struggles*. In K. I. Pargament, J. J. Exline, & J. W. Jones (Eds.), *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality: Vol. 1. Context, Theory, and Research* (pp. 459-475). Washington, DC: American Psychological Association.

- Ferah, N. (2014). Bireysel psikoloji ve din. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 8(15), 195-208.
- Ferran, Í. V. (2019). Religious emotion as a form of religious experience. *Journal of Speculative Philosophy*, 33(1), 78-101. <https://doi.org/10.5325/jspecphil.33.1.0078>
- Fisher, B. A., & Adams, L. A. (1994). *Interpersonal communication: Pragmatics of human relationships*. McGraw-Hill, Inc.
- Frankl, V. E. (2006). *İnsanın anlam arayışı*. (4. Baskı). Okuyan Us Yayınevi. (Orijinal eser 1946'da yayımlanmıştır.)
- Frankl, V. E. (2018). *İnsanın anlam arayışı*. 44. Baskı). (S. Budak Çev.). Optimum Basım (Orijinal yayın tarihi 2009).
- Friedman, B. H. (2010). Feelings and the body: The Jamesian perspective on autonomic specificity of emotion. *Biological Psychology*, 84(3), 383-393. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2009.10.006>
- Fromm, E. (1963). *Psychoanalysis and religion*. Yale University Press.
- Gergen, K. J., & McAdam, D. (2001). *The self in social context: Theoretical and empirical perspectives*. Sage Publications.
- Goldie, P. (2011). Intellectual emotions and religious emotions. *Faith and Philosophy*, 28(1), 93-101. <https://doi.org/10.5840/faithphil201128119>
- Goleman, D. (1996). Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ. *Learning*, 24(6), 49-50.
- Goleman, D. (2002). *Duygusal zekâ*. (22. Basım). (B. S. Yücel Çev.). Varlık/ Bilim.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion-focused therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 11(1), 3-16. <https://doi.org/10.1002/cpp.388>
- Güler, Ö. (2007). Tanrı algısı ölçeği (TA): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 48(1), 123-133. https://doi.org/10.1501/Ilhfak_00000000932
- Gültekin, M. B. (2023). The functionality of mosque-centered and religious official-supported social services in times of societal uncertainty. *Turkish Research Journal of Academic Social Science*, 6(1), 23-30. <https://doi.org/10.59372/turajas.1183797>
- Günbatar, S. A. (2019). Olgu bilim (fenomenolojik araştırma) yöntemi. H. Özmen & O. Karamustafaoğlu (Eds.). *Eğitimde araştırma yöntemleri*. (1. Baskı, s. 293-316). Pegem Akademi.

- Gürsu, O. (2017). Nöropsikoloji, din ve psikolojik iyi oluş. *Journal of International Social Research*, 10(53), 502-512. [10.17719/jisr.20175334138](https://doi.org/10.17719/jisr.20175334138)
- Hacızade, N. (2012). *Bilişsel dilbilim açısından duyguların dili*. Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Hansen, A. (2003). İçerik çözümlemesi. (M. S. Çebi Çev.). *İletişim araştırmalarında içerik çözümlemesi*. Alternatif Yayınları.
- Hayta, A. (2002). İbadetler ve ruh sağlığı. H. Hökelekli (Ed.). *Gençlik, din ve değerler psikolojisi* (s. 117-152). Ankara Okulu Yayınları.
- Heerwagen, J. H., & Orians, G. H. (1993). *Humans, habitats, and aesthetics*. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 138-172). Island Press.
- Hood, R. W. (2001). *Difficulties in defining religious experience*. In *The Psychology of Religion: An Empirical Approach* (pp. 3-25). Guilford Press.
- Hood, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). *The psychology of religion: An empirical approach*. New York: Guilford Press.
- Idler, E. L. (2021). Religion and COVID-19: Sociological insights. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 60(2), 185-200. <https://doi.org/10.1111/jssr.12795>
- İçmeli, C. (2013). Çocukta dini duygu ve düşüncenin gelişmesi. *Konuralp Medical Journal*, 5(3), 66-75.
- İlk, G., & Bilici, M. (2020). Viktor Frankl örneği ile varoluşçu psikolojide din ve maneviyat. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(17), 45-62.
- İmamoğlu, A. (2022). *Din psikolojisi-din, dindarlık, dini hayat*. Atatürk Üniversitesi, Açık Öğretim Fakültesi.
- İşmen, A. E. (2001). Duygusal zekâ ve problem çözme. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13(13), 111-124.
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*. 9, 188-205.
- James, W. (1902). *Dini tecrübenin çeşitleri: İnsan doğası üzerine bir araştırma*. (H. A. Gülerce Çev.). İz Yayıncılık.
- James, W. (1902). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. New York, NY: Longmans, Green & Co.
- James, W. (2002). *The varieties of religious experience: A study in human nature* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203398470>

- Jung, C. G. (1938). *Psychology and religion: West and East* (R. F. C. Hull, Trans.). Princeton University Press. (Original work published 1937).
- Jung, C. G. (2009). *İnsan ve sembolleri*. A. N. Babaoğlu (Trc.). Okuyan Us Yayınları.
- Kandemir, F. (2022). Dindarın anlam arayışının temel dinamiği olarak kutsal. *Marifetname*, 9(2), 329-352.
<https://doi.org/10.47425/marifetname.vi.1149676>
- Karaca, F. (2011). *Din psikolojisi*. Eser Ofset Matbaacılık.
- Karaca, F. (2015). *Din psikolojisi*. (2. Baskı). Eser Ofset Matbaacılık.
- Karaca, H. (2013). Dua ve meditasyonun stres yönetimindeki rolü. *Sosyal Psikoloji Dergisi*, 21(1), 45-58.
- Karacoşkun, M. D. (2004). Dini inanç-dini davranış ilişkisine sosyo-psikolojik yaklaşımlar. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 4(3), 23-36.
- Karacoşkun, M. D. (2021). Din psikolojisi bilimi ve Türkiye'deki gelişimi (3. Bölüm). M. D. Karacoşkun (Ed.), *Din psikolojisi el kitabı*. Grafiker Yayınları.
- Karakaş, S. (2017). Prof. Dr. Sirel Karakaş Psikoloji sözlüğü: Bilgisayar programı ve veri tabanı. (Sürüm:5.2.0/2022) www.psikolojisozlugu.com
- Kars, F. (2023, Nisan). Türkiye'de din içerikli gündelik hayat çalışmaları. *SDÜ Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 58, 84-117.
- Kartopu, A. (2009). *Dinler tarihinde dinin tarifiyle ilgili farklı görüşler*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Kartopu, S. (2013). Dini yaşayışta hayatı sorgulama ve anlam arayışı. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2(3), 67-90.
- Kasapoğlu, A. (2005). Bir dinî tecrübe olarak Kur'an'da huşû. *Tasavvuf: İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 15, 177-190.
- Kasapoğlu, F. (Haziran, 2014/1). Dini duygu. *Hikmet Yurdu*, 7(13), 303-321.
- Kaya, A., & Çelenk, Ö. (2020). Dini inançların ve pratiklerin üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerindeki etkileri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 12(59), 67-82.
<https://doi.org/10.17066/tpdrd.82008>
- Kaya, M., & Küçük, N. (2017). İbadetler ile hayatın anlamı ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (42), 17-43.

- Kaya, S. (2021). Kur'an'da havf ve reca' kavramlarına semantik bir yaklaşım. *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 26(2), 195-225.
- Kayaoğlu, A. (2019). Güdüler ve duygular. (Bölüm 3). L. Bilgin & A. A. Cengiz (Eds.), *Davranış bilimleri II* (s. 48-68). Anadolu Üniversitesi Yayını (No: 3651).
- Kayıklık, H. (2011). *Din psikolojisi*. Karahan Kitabevi.
- Kaynak, İ. H. (2012). İnsanın anlam arayışında Din ve mit'lerin rolü. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 1(1), 673-682.
- Kaynak, İ. H. (2016). Dinlerde kutsal zaman ve mekânın tarihsel yapısının fenomenolojik algısı. *SUTAD, Bahar* (39), 443-455.
- Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Duygunun yüz ifadesi. M. Lewis & J. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of Emotions* (2. Baskı, s. 236-249). Guilford Yayınları.
- Kılıç, S. (2013). Sembolün gücü ve İslam'da semboller. *Diyanet İlmî Dergi*, 49(3), 7-20.
- Kılınç, M., & Bulut, M. B. (2015). Dünyevileşmenin dindarlık üzerindeki etkisi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(2), 109-126.
- Kıraç, F. (2022). Çocukluk çağı travmaları ile Tanrı imajı arasındaki ilişkide öz şefkatin aracı rolü. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 26(3), 1111-1126.
- Kırhan, Ş. (2014). *Çalışanların duygusal zekâ düzeyleri ile iş doyumu düzeyleri arasındaki ilişki ve bir araştırma*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Kızıl, H. (2018). İşlevleri açısından dini sembol. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (21), 30-42.
- Kleinman, P. (2015). *Psiko 101: Psikolojinin gerçekleri, temel öğeler*. (5. Basım). (H. Kaplan, Ed.). Okuyan Yayınları.
- Koçak, A. (2016). *Duygular ve din duygusu /Duygular ve dini duygu*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Koçak, A., & Kayıklık, H. (2019). Duygular bağlamında din duygusu ve dinî duygular. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (ÇÜİFD), 19(2), 685-713. <https://doi.org/10.30627/cuilah.537993>
- Koenig, H. G., King, D. E., & Carson, V. B. (2012). *Handbook of religion and health* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (Eds.). (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press.

- Koenig, H., & McConnell, M. (2001). *The healing power of faith: How belief and prayer can help you triumph over disease*. Simon and Schuster.
- Korkmaz, N. E. (2012). Tanrı'ya bağlanma ve psikolojik iyi olma. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 6 (12), 95-112.
- Krause, N. (2002). Church-based social support and health: A review of the evidence. *Health & Social Work*, 27(2), 73-82. <https://doi.org/10.1093/hsw/27.2.73>
- Krause, N. (2006). Religious involvement, social support, and health: Exploring the connections. *Journal of Health and Social Behavior*, 47(2), 200-216. <https://doi.org/10.1177/002214650604700204>
- Kurt, Ş. K. (2021). Duyguların tarihsel serüveni ve tarihte duygular. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18(40), 2821-2852. [10.26466/opus.876932](https://doi.org/10.26466/opus.876932)
- Laird, J. D., & Lacasse, K. (2014). Bodily influences on emotional feelings: Accumulating evidence and extensions of William James's theory of emotion. *Emotion Review*, 6(1), 27-34. <https://doi.org/10.1177/1754073913494899>
- Lameei, V., & Bilici, M. (2021). Dinin psikolojik iyi oluş üzerindeki rolü ve değerlendirilmesi. *Çekmece İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(19), 57-68.
- Larson, D. B., Swyers, J. P., & McCullough, M. E. (1998). *Scientific research on spirituality and health: A consensus report*. Bethesda, MD: National Institute for Healthcare Research.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaption*. Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*, 46(8), 819-834. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.8.819>
- Lazarus, R. S. (1999). *The role of emotion in the development of the self*. In Emotion, Personality, and Health, 23-36.
- LeDoux, J. (1996). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. Simon & Schuster.
- Ledoux, J. (2020). *Duygusal beyin: Duyguların gizemli dünyası*. (A. Uysal Çev.). Pegasus Yayınları.
- Maddux, J. E. (2017). Subjective well-being and life satisfaction: An introduction to conceptions, theories, and measures. *Subjective well-being and life*

satisfaction (pp. 3-31). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781351231879>

- Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scott, E., Emery, E., & Rye, M. (1999). Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of family psychology*, 13(3), 321-338.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.13.3.321>
- Martı, H. (2019, Şubat). Din ve maneviyat desteğiyle hayatı yaşanılır kılmak. *Diyanet*, 338, 6-9.
- Maslow, A. H. (1996). *Dinler, değerler, doruk deneyimler*. (H. K. Sönmez Çev.). Kuraldışı Yayınları.
- Mavral, S. M. (2021). *Duygu içerikli işitsel uyaranların görsel bellek performansı ve karar verme süreçleri üzerine etkisi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433-442.
[https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3)
- McCullough, M. E., Hoyt, W. T., Larson, D. B., Koenig, H. G., & Thoresen, C. (2000). Religious involvement and mortality: A meta-analytic review. *Health Psychology*, 19(3), 211-222.
- McNaughton, N. (1989). *Biology and emotion*. Cambridge University Press.
- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco: Jossey- Bass.
- Mert, E. (2015). *Duygusal zekâ ve çatışma yönetimi arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bir araştırma*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Mete, D. (2020). Fizik-metafizik gerilimindeki insan: Mircea Eliade'nin kutsal ve kutsal dışı adlı eseri üzerine bir değerlendirme. *Milel ve Nihal*, 17(1), 177-181.
- Metin, A. (2019). Yüz ifadelerindeki duygular: derleme çalışması. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 2027-2055.
<https://doi.org/10.26466/opus.514880>
- Morgan, S. (2003). *Phobia: A reassessment*. Karnac Books.
- Nair, A. (2017). *Kur'ân'da korku kavramı*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Yalova Üniversitesi.
- Oktay, A. S. (2005). *Kınalızade Ali Efendi, Ahlak-ı alai*. İz Yayıncılık.

- Orhan, E. (1997). *Televizyonda yayınlanan şiddet, cinsel ve dini içerikli filmlerin ve çizgi filmlerin çocukların dini duyguları üzerine etkisi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Oruç, C. (2010). Okul öncesi dönemde dini duygunun kökenleri ve gelişimi. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(1), 75-96.
- Otto, R. (1928). *Idea of the Holy*. (J. W. Harvey Çev.). Oxford University Press.
- Otto, R. (1958). *The idea of the holy: An inquiry into the non-rational factor in the idea of the divine and its relation to the rational* (J. W. Harvey, Trans.). Oxford University Press. (Original work published 1917)
- Özasma, H. (2016). *Pozitif psikoloji ve İslam düşünürlerinde erdemler*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Özbaydar, B. (1970). *Din ve Tanrı inancının gelişmesi üzerine bir araştırma*. Ankara: Türk Tarih Kurumu.
- Özcan, Ş. (2016). İnsana verilen değer ekseninde çeşitli dinlerde insan: Dinler tarihi açısından karşılaştırmalı bir araştırma. *Dinî araştırmalar*, 19(48 (20-06-2016)), 203-224.
- Özdemir, M. (2015). İslam'ın barış dini olmasının Kur'anî temelleri. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(4), 72-80. <https://doi.org/10.14486/IJSCS359>
- Özgüven, İ. E. (2005). *Bireyi tanıma teknikleri*. (7. Baskı, s. 84-88). Pdrem Yayınları.
- Özkan, A. (2014). *Psikolojik ve manevi yaklaşımla ailede öfke kontrolü*. (6. Baskı). Timaş Yayınları.
- Öztan, A. (2019). *İnsanın anlam ve mutluluk arayışında inancın rolü*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Paloutzian, R. (1996). *Invitation to the psychology of religion*. (2. Basım). Allyn and Bacon.
- Paloutzian, R. F. (2016). *Invitation to the psychology of religion*. Guilford Publications.
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (Eds.). (2013). *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. New York: Guilford Press.
- Pamuk, Ş. (2021). *Korku çağında çocuk yetiştirmek*. (3. Baskı). Varlık yayınları
- Pargament, K. I. (1997). *Psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.

- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.
- Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2020). Spirituality: The forgotten factor in health and resilience. *Journal of Religion and Health*, 59(4), 1360-1375. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00932-3>
- Pargament, K. I., & Park, C. L. (1995). Merely a defense? The variety of religious means and ends. *Journal of social issues*, 51(2), 13-32. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1995.tb01321.x>
- Pargament, K. I., et al. (2001). The role of religion and spirituality in mental and physical health. *Current Directions in Psychological Science*, 10(3), 101-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00124>
- Pargament, K. I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. (1988). Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the scientific study of religion*, 90-104.
- Park, C. L. (2005). *Religion and meaning*. In J. S. Carroll & J. L. Holcomb (Eds.), *The science of religion and the psychology of religion* (pp. 225-242). Routledge.
- Park, C. L. (2005). Religion as a Meaning-making Framework in Coping with Life Stress. *Journal of Social Issues*, 61(4), 707-729.
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257-301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L. (2013). *Religion and meaning*. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2nd ed., pp. 357-379). Guilford Press.
- Park, C. L., & Frazier, P. (2008). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 12(4), 309-334. <https://doi.org/10.1037/a0012816>
- Pazarlı, O. (1982). *Din psikolojisi*. (3. Baskı). Remzi Kitabevi Yayınları.
- Peker, H. (2000). *Din psikolojisi*. (2. Baskı). Aksiseda Matbaası.
- Persinger, M. A. (1983). Religious and mystical experiences as artifacts of temporal lobe function: A general hypothesis. *Perceptual and motor skills*, 57(3_suppl), 1255-1262. <https://doi.org/10.2466/pms.1983.57.3f.1255>

- Platon. (2019). *Devlet*. (S. Eyüboğlu & M. A. Cimcoz, Çev.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş*. Kaknüs Yayınları.
- Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. R. Plutchik & H. Kellerman (Eds.), *Emotion: Theory, research, and experience: Vol. 1. Theories of emotion* (pp. 3-33). Academic press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-558701-3.50007-7>
- Polat, A. (2018). *Duygular, hayaller ve rüyaların etkileri*. İstanbul Yayınları.
- Pöll, W. (1965). *Religionspsychologie*. Verlag: Kösel, München.
- Reisenzein, R. (1983). The Schachter theory of emotion: two decades later. *Psychological bulletin*, 94(2), 239-264. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.94.2.239>
- Richards, P. S., & Bergin, A. E. (2005). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Rizzuto, A. M. (1979). *The birth of the living God: A psychoanalytic study*. University of Chicago Press.
- Robinson, K. (2003). *Yaratıcılık*. (N. G. Koldaş Çev.). Kitap Yayınevi.
- Ross, L. D. (2009). *Art and Architecture of the World's Religions [2 volumes]:[2 volumes]*. Bloomsbury Publishing.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The role of purpose in life and personal growth in positive human health. P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. (pp. 213–235). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Santrock, 2011 *Yaşam boyu gelişim*. (Yüksel G. Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.
- Scherer, K. R. (2003). Introduction: Cognitive components of emotion. R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences*. (pp. 563–571). Oxford University Press.
- Schleiermacher, F. (1999). *On religion: Speeches to its cultured despisers* (R. Crouter, Trans.). Cambridge University Press. (Original work published 1799).

- Scruton, R. (2009). *Beauty: A very short introduction*. Oxford University Press.
- Smith, C., & Denton, M. L. (2005). *Soul searching: The religious and spiritual lives of american teenagers*. Oxford University Press
- Smith, T. W. (2022). The book of human emotions: An encyclopedia of feeling from anger to wanderlust (No Title). (H. Şirin, Çev.). *Duygular sözlüğü acımadan zevklenmeye*. Kolektif Kitap. (Orijinal yayın tarihi 2015)
- Solomon, R. C. (2008). The philosophy of emotion. M. Levis, J. M. Haviland Jones, & L. Feldman-Barrett (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 3-16). Guilford Press.
- Sreeja, P. S., & Mahalakshmi, G. (2017). Emotion models: a review. *International Journal of Control Theory and Applications*, 10(8), 651-657.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research techniques and procedures for developing grounded theory*. London: Sage.
- Şahin, A. (1993). *Yetiştirme yurtlarındaki gençlerin dini duygu, düşünce tutum ve davranışları üzerine bir araştırma*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Şentürk, H., & Yakut, S. (2014). Hayatın anlamı ve din. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (33), 45-60.
- Şerefli, İ. (2008). *30-40 yaşlar arası kişilerde inanç-korku ilişkisi (Sakarya örneği)*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Tarhan, N. (2010). *Duyguların dili* (7. Baskı). Timaş Yayınları.
- Taşbaş, E. H. O. (2019). Çatışma ve çatışma çözümü sürecinde duyguların rolü. *Muhakeme Dergisi*, 2(2), 8-18. <https://doi.org/10.33817/muhakeme.476068>
- Taves, A. (2009). *Religious experience reconsidered: A building block approach to the study of religion and other special things*. Princeton University Press.
- Taylor, C. (2007). *A secular age*. Belknap Press of Harvard University Press.
- Tekin, F. (2005). *Stresle başa çıkmada din eğitiminin rolü*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Tillich, P. (1987). *On art and architecture*. Crossroad.
- Tokur, B. (2020). *Klasik ve güncel konularıyla din psikolojisi*. Sonçağ Yayınları.
- Topçu, N. (2019). *Psikoloji* (8. Baskı). Dergâh Yayınları.

- Torun, T. (2015). Duyguların evrimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (35), 79-91.
- Tuna, Y. (2018). Duygular. S. Ünlü (Ed.), *Birey ve davranış* (Ünite: 2). Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Tutar, H. (2023). Nitel araştırma deseni belirleme ölçütleri ve gerekçelendirilmesi. *Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 25(1), 334-355.
- Türk, E. (2014). Çocukluk döneminde duygusal gelişim ve din eğitimi. *Marife*, 14(3), 143-158.
- Türk, N. (2019). Kur'ân ışığında korku ve etkileri. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19(1), 140-157.
- Türker, R. N. (2018). Erich Fromm'da karakter tipleri ve din. *Balıkesir İlahiyat Dergisi*, 4(2), 81-104.
- Uçar, D. (2019). *Hak dini Kur'an dili tefsirinde manevi huzur*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Ulrich, R. S. (1983). *Aesthetic and affective response to natural environment*. In I. Altman & J. F. Wohlwill (Eds.), *Behavior and the natural environment* (pp. 85-125). Plenum Press.
- Underwood, L. G., & Teresi, J. A. (2002). The Daily Spiritual Experiences Scale: Development, theoretical description, and preliminary empirical test. *Journal of Personality Assessment*, 79(1), 82-101. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7901_09
- URL-1, (2024). https://en.wikipedia.org/wiki/Evelyn_Underhill Erişim Tarihi: 01.06.2024
- URL-10, (2024). https://tr.wikipedia.org/wiki/Dini_deneyim Erişim Tarihi: 27.03.2024
- URL-2, (2024). <http://www.merriam-webster.com> Erişim Tarihi: 20.03.2024
- URL-3, (2024). <https://dictionary.apa.org/emotion> Erişim Tarihi: 20.03.2024
- URL-4, (2024). <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi:08.04.2024
- URL-5, (2024). <http://lugatim.com/s/duygu> Erişim Tarihi:06.04.2024
- URL-6, (2024). <https://www.psikolojisozlugu.com/emotion-duygu> Erişim Tarihi: 16.04.2024
- URL-7, (2024). <https://islamansiklopedisi.org.tr/> Erişim Tarihi:14.04.2024
- URL-8, (2024). <http://lugatim.com/s/mekân> Erişim Tarihi:26.03.2024

URL-9, (2024). <http://lugatim.com/s/ibadet> Erişim Tarihi:26.03.2024

Usta, N. (1992). *Sosyal hareketlilik ve din ilişkisi: Samsun-Havza-Ilıca kasabası örneği*. [Yayınlanmamış Doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.

Uygur, A. (2015). *Din psikolojisi açısından Alfred Adler psikolojisi'nin değerlendirilmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi.

Uygur, H. K. (2020). Kutsal mekân bağlamında gündelik hayatın izinde mekânın dönüşümü: Mardin Süryani kilise ve manastırları. *Uluslararası Halkbilimi Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 130-146.

Uysal, V. (1996). *Din psikolojisi açısından dini tutum davranış ve şahsiyet özellikleri*. Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları.

Varsak, O. (2022, Haziran). Sosyal medyanın dinî yaşantıya etkileri: Bursa il merkezindeki lise öğrencileri örneği / The effects of social media on religious live: The example of high school students in Bursa. *Din ve Bilim - Muş Alparslan Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, 5(1), 87-108. 10.47145/dinbil.1116438

Vergote, A. (1999). *Din, inanç ve inançsızlık*. (V. Uysal, Çev.). Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları.

Watts, F. N. (2009). Psychological and religious perspectives on emotion. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 6(2), 71-87. https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0602_1

Werner, K., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 13–37). The Guilford Press.

Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press.

Wolterstorff, N. (1980). *Art in action: Toward a Christian aesthetic*. Eerdmans.

Woodhead, L. (2018). *Regilation and emotion*. <https://doi.org/10.1002/9781118924396.wbiea2248>

Woolston, H. B. (1902). Religious emotion. *The American Journal of Psychology*, 13(1), 62-79.

Wundt, W. (1916). *Elements of folk psychology: Outlines of a psychological history of the development of mankind*. London: George Allen & Unwin Ltd.

Wuthnow, R. (2007). *Saving America? Faith-based services and the future of civil society*. Princeton University Press.

- Yalçın, S. (2015). *Dini topluluklar ve toplumsal dayanışma: Türkiye örneği*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yapıcı, A. (1996). *Dini yaşamda tövbeyle din psikolojik bir yaklaşım*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Kayseri Üniversitesi.
- Yapıcı, A. (2004). Allah ve kutsal kavramlarının çağrıştırdıkları anlamlara sosyo-psikolojik bir bakış. Çukurova Üniversitesi örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2(7-8), 169-206.
- Yapıcı, A. (2011). Kuramdan yöntemle “Ruh sağlığı-din” çalışmalarında karşılaşılan güçlükler, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25-61.
- Yavuz, K. (1982). Din psikolojisinin araştırma alanları. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (5), 87-109.
- Yavuz, K. (1983). *Çocukta dini duygu ve düşüncenin gelişmesi*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Yavuz, K. (2012). *Çocukta dinî duygu ve düşüncenin gelişmesi*. Boğaziçi Yayınları.
- Yavuzer, H. (2023). Toplumsal huzurun sağlanmasında din ve din görevlileri. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(43), 535-563. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.1256783>
- Yeğin, H. İ. (2012). Din psikolojisi açısından kutsal mekân insan ilişkisi. *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 27(27), 53-91.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (1999). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (11. Baskı: 1999-2018). <https://hdl.handle.net/11511/70532>
- Yıldırım, M. (2007, Mayıs-Ağustos). Mircea Eliade’de “Kutsal ve kutsal zaman” kavramı. *Dini Araştırmalar*, 10(28), 59-82.
- Yıldız, A. (2007). *Sokakta çalışan çocuklarda ahlaki ve dini duyguların gelişimi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Yıldız, H. (2023). A sociology of religious emotion. *Dini Araştırmalar* 26(64), 405-408.
- Yılmaz, S. (2018). Umre ibadeti ile yaşam anlamı ve umutsuzluk arasındaki ilişkiye dair ampirik bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 22(1), 543-570. <https://doi.org/10.18505/cuid.417623>
- Yurttaş, B. (2016). *Psikolojik sağlamlığın kazanılmasında dini duygu ve düşüncenin rolü ve önemi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.

Yurttaş, B. *Psikolojik sağlamliğın kazanılmasında dini duygu ve düşüncenin rolü ve önemi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.

Yüksel, İ. (2021). Varoluşsal anlam arayışı ve kutsalın etkisi. *GAB Akademi*, 1(1), 65-88.

Yüksel, Z. (2020). Gençliğin anlam arayışına din eğitiminin katkısının incelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 376-395.





EKLER

EK A - Onay Formu

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAY FORMU

Değerli katılımcı,

Bu görüşme Kastamonu üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi yüksek lisans programı öğrencisi Gamze Çalışkan Baran tarafından Dr. Öğretim Üyesi Çiğdem Gülmez danışmanlığında yürütülen “DİNİ DUYGULAR ÜZERİNDE NİTEL BİR ARAŞTIRMA” isimli yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilmektedir. Araştırma kapsamında verdiğiniz yanıtlar ve size ait bilgiler saklı tutulup herhangi bir şekilde paylaşımı yapılmayacaktır.

Öncelikle araştırmamıza katılım sağladığınız için teşekkür ederim.

Psk. Dan. Gamze ÇALIŞKAN BARAN

EK B - Görüşme Soruları

DEMOGRAFİK BİLGİLER

Ad-Soyadı:

Yaş:

Cinsiyet:

Öğrenim Durumu:

Sosyoekonomik Durum (aylık geliriniz):

Meslek:

A. Dinin Öznel Tanımına İlişkin Sorular

1- Din sizin için ne ifade ediyor? Hayatınızdaki önem derecesi açısından neler söylemek istersiniz?

B. Dini Duyguların Doğasına İlişkin Sorular

1- Dini duygular sizin için ne ifade ediyor? Dini olarak hangi duyguları nitelersiniz? Dini duyguları negatif duygular, pozitif duygular olarak ayırmak mümkün müdür? Siz bir sınıflama yapabilir misiniz?

2- Dini duygulardan en çok hangi dini duyguları deneyimliyorsunuz? Önem derecesine göre söyler misiniz?

3- Dini duyguları gündelik yaşamdaki duygulardan ayıran şeyler sizce nedir?

4- Dini duygularınızın kuvveti hakkında ne düşünüyorsunuz? (Kuvvetli- orta düzeyli- zayıf).

5- Dini duygularınız yaşamınızı nasıl etkiliyor? (Fiziksel, ruhsal, diğer insanlarla ilişkisel bakımdan)

6- Dini duygular dini/manevi yaşamınızı nasıl etkiliyor? Allah’la ilişkinizde dini duyguların rolünü nasıl açıklarsınız?

7- Dini duyguları kuvvetlendiren veya zayıflatan şeyler sizce nelerdir?

8- Korku dini bir duygu mudur? Korkuyu dini alanda nasıl açıklıyorsunuz?

9- Allah korkusunu nasıl açıklarsınız? Allah korkusu sizin yaşamınızı nasıl etkiliyor? Allah korkusu negatif bir duygu mudur sizce?

10- Dini bağlamda ve Allah’a karşı negatif duygular yaşıyor musunuz? (Kızgınlık, öfke, isyan gibi). Ne sıklıkla yaşıyorsunuz? Bu duygular daha çok hangi tür olayların ardından ortaya çıkıyor?

C. Manevi Deneyime İlişkin Sorular

1- Manevi olduğunu düşündüğünüz bir deneyimi hatırlamaya çalışın. Bu deneyimi hatırlayabildiğiniz kadar anlatır mısınız?

2- Nerede ve ne zaman deneyimlediniz? (Hangi yıl, hangi ay, hangi saatteydi?)

3- Deneyimi yaşadığınız ortam nasıldı? (Kalabalık, yalnız, karanlık, soğuk, gürültülü, sessiz vs.)

5- Deneyiminiz sırasında renk, ses, koku, tat, dokunma gibi bir duyum var mıydı?

6- Deneyiminiz sırasında bedeninizin tepkileri nasıldı? (Kasılma, gerginlik, titreme, uyuşma vs.)

7- Deneyiminiz sırasında yalnız mıydınız? Yanınızda birileri var mıydı? Bu sizi nasıl hissettirdi?

8- Manevi deneyim sırasında hangi duyguları hissettiniz?

9- Manevi deneyim sırasında yaşadığınız duyuların etkisi ne oldu? Bu etki ne kadar sürdü?

10- Manevi deneyiminiz sırasında neler düşündünüz?

11- Bu deneyimizi ne sıklıkta konuşursunuz/hatırlarsınız?

12- Bu deneyim sizin için ne ifade ediyor?



EK C - Dinin Özel Tanımı

Tablo C.1 Dinin özel tanımına dair tema ve kod gösterimi

TEMA	KATEGORİ
Dinin Özel Tanımı	Yaşama biçimi
	Hayatın Anlamı
	Huzurun Kaynağı
	Emir ve Yasaklar Bütünü
	Baş etme Şekli
	İnsan Doğasının Parçası
	İnancın Kaynağı

EK D - Dini Duyguların Doğası

Tablo D.1 Dini duyguların niteliksel doğası ve etkilerine dair tema, kategori ve kod gösterimi

TEMA	KATEGORİ	ALT KATEGORİ	KOD-1	KOD-2
DİNİ DUYGULARIN NİTELİKSEL DOĞASI VE ETKİLERİ	Dini Duyguları Açığa Çıkaran Unsur		Mekân (Kâbe, Camii) 1-Özel Zamanlar 2-İbadet 3-Zikir 4-Ölüm 5-Ezan 6-İç Sesi Dinlemek (Tefekkür) 7-Video-Sohbet	
	Gündelik Duygudan Ayırışması	Ayrıştıran Unsur	1-Etki (Misyon, Amaç) 2-Kalıcılık 3-Koşulsuz Kabul 4-Kuvvet	
	Dini Duyguların Taşıdığı Anlam	1-Dini Öğeler 2-Hayatın Anlamı 3-Özdenetim 4-Allah’a Yakınlık		
	Dini Duyguların Etkileri	1-Psikolojik Etki	1-Olumlu Bakma 2-Rahatlık-Huzur Sağlama 3-Zorlukla Mücadeleyi Sağlama	
		2-Manevi Yaşama Etkisi	Güçlendirme	1-İlişki 2-İbadet 3-Erdem
		3-İnsan İlişkisine Etki	1-Nötr 2-Olumlu Yönde İlişki	
		4-Fiziksel Etki		

Tablo D.1'in devamı.

TEMA	KATEGORİ	ALT KATEGORİ	KOD-1	KOD-2
DİNİ DUYGULARIN NİTELİKSEL DOĞASI VE ETKİLERİ	Öznel Dini Duygu Derecesi	1-Az 2-Kuvvetli 3-Orta Seviye		
	Korku	Gündelik (Fıtri) Korku		
		Dini Korku	1-Ölüm ve Sonrası	
			2-Allah Korkusu	1-Hesap Verme Korkusu 2-Motive Etme 3-Özdenetim 4-Rızasını Kaybetme 5-Saygınlık
			2-Pozitif Yönde Korku	
	Allah'a Yönelen Negatif Duygulara Ait Bulgular	1-Negatif Duygu Yaşamayan	1-Hikmet Penceresinden Bakma 2-Sorgulama Durumu	
		2-Negatif Duygu Yaşayanlar		
			2-Duyguların Nedeni	1-Aile 2-Doğal Afetler 3-Ekonomik Sıkıntılar 4-Hastalık 5-İmani Problemler 6-Ölüm

Tablo D.1'in devamı.

TEMA	KATEGORİ	KOD-1		KOD-2
DİNİ DUYGULARIN NİTELİKSEL DOĞASI VE ETKİLERİ	1-Dini Duyguların Tanımlanması ve Türleri	1-Huzur 2-Merhamet 3-Mutluluk 4-Sevgi, Aşk Huzur 5-Şükür 6-Vicdan 7-Korku 8-Huğu 9-Hüzün 10-Kaygı 11-Ümit (Umut) 12-Teslimiyet 13-Şefkat 14-Pişmanlık	15-Öfke (Gadap) 16-Muhabbet 17-Mahcubiyet 18-Hayret 19-Empati 20-Aşkınılık 21-Acziyet 22-Fedakârlık 23-Utanma (Haya) 24-Kin (Buğz) 25-Sabır (Sebat) 26-Şaşkınlık 27-Güven	
	2-Dini Duyguların Deneyimlenmesi ve Önceliklendirilmesi			
	3-Dini Duyguları Zayıflatan ve Kuvvetlendiren Unsurlar	1-Dini Duyguları Kuvvetlendiren Unsurlar		1-Ahiret Bilinci 2-Eğitim, Sohbet, Kitap 3-İbadetler 4-İmtihanlar 5-Mizaç 6-Seçkin Sosyal Çevre 7-Yalnız Kalmak
		2-Dini Duyguları Zayıflatan Unsurlar		1-Manevi Hastalıklar 2-Dünyevileşme, Maddiyat 3-Helal- Haram Bilincinin yoksunluğu 4-Olumsuz İnsan İlişkileri 5-Olumsuz İçerikler, Sosyal Medya

EK E - Manevi Deneyim

Tablo E.1 Dini duygular bağlamında manevi deneyimlerin niteliksel özellikleri ve etkilerinin tema, kategori ve kod şeklinde gösterimi

TEMA	KATEGORİ	KOD-1	TEMA	KATEGORİ	KOD-1
Dini Duygular Bağlamında Manevi Deneyimlerin Niteliksel Özellikleri Ve Etkileri	Manevi Deneyim Anlatısı	1- İbadet 2- Olay (Durum) 3- Gezi 4- Zaman 5- Mekân	Dini Duygular Bağlamında Manevi Deneyimlerin Niteliksel Özellikleri Ve Etkileri	Deneyimin Hatırlanma Sıklığı	1- Sürekli Hatırlarım 2- Ara sıra Hatırlarım 3- Nadir-Hiç Hatırlamam
	Manevi Deneyimde Duyusal Algılar	1-. Gözyaşı/Dokunma 2- Ses 3- Koku 4- Renk		Bedenin Tepkisi	1- Gevşeme - Rahatlık 2- Gerginlik – Kasılma 3- Sallanma
	Manevi Deneyimde Hissedilen Duygular	1- İç Huzur 2- Mutluluk 3- Hüzün/Üzüntü 4- Acziyet 5- Aşknlık/ Ulviyet 6- Hasret/Özlem		Manevi Deneyimin Ortam ve Koşulları	1- Kalabalık 2- Tenha 3- Yalnız 4- Karanlık 5- Sessiz 6- Gürültülü 7- Sıcak 8- Soğuk
	Deneyim Anında Düşünülenler	1- Özdenetime Sahip Olma 2- Bilinçli Yaşama 3- Affedilme, Bağışlanma		Deneyimin Kişide Bıraktığı Etki	1- Uzun Vadeli Anlam 2- Geçici Etki 3- Hatırlanma ile İyilik Hali 4- Öz değerlendirme Sağlaması
	Deneyimin İfade Ettiği Anlam	1- Öz değerlendirme Sağlaması 2- Yaratıcıyla Özel Bir An Sunması			

Bu tablo araştırmada yer alan verilerin tema, kategori ve kod şeklinde gşsterimini sağlayarak içerikler arası bağlantıların nasıllığı hakkında bilgi vermektedir.



EK F - Etik Kurul Raporu



T.C.
KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar ve
Yayın Etiği Kurulu

TOPLANTI SAYISI
1

KARAR SAYISI
21

TOPLANTI TARİHİ
10.01.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlahiyat Fakültesi'nde Öğretim Üyesi olarak görev yapan Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem GÜLMEZ'in yardımcı araştırmacı, Gamze ÇALIŞKAN BARAN'ın sorumlu araştırmacı olarak yapmayı planladıkları "**Dini Duygular Üzerine Nitel Bir Araştırma**" isimli çalışması; Kurulumuzca uygun bulunmuştur.

Bu bilgiler ışığında; onam formlarının gönüllülere imzalatılarak gerekli bilgilendirmelerin yapılması, veri toplama araçlarının (anket, ölçek, mülakat,...) uygulama izninin gerekli kurumlardan alınması, çalışmada kullanılacak olan veri toplama araçlarını geliştiren kişilerden müsaadelerinin alınmış olması, çalışmada ses/görüntü kaydı alınacaksa katılımcılardan gerekli izinlerin alınması, veri toplamaya etik kurul kararından sonra başlanması ve etik davranış ilkelerine uyulması şartıyla söz konusu araştırmanın yapılması Etik Kurulumuzca uygun görülmüş ve onaylanmasına toplantıya katılan üyelerin oybirliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Muharrem ÇETİN
Kurul Başkanı

Prof. Dr. Yavuz UNAT
Başkan Yardımcısı

Prof. Dr. Kutay OKTAY
Kurul Üyesi

Prof. Dr. Eyüp AKMAN
Kurul Üyesi

Prof. Dr. Burhan BALTACI
Kurul Üyesi

Prof. Dr. Serkan DİLEK
Kurul Üyesi

Prof. Dr. Tolga ULUSOY
Kurul Üyesi

DAĞITIM LİSTESİ

Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kuruluna
Sayın Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem GÜLMEZ

Belge Doğrulama Kodu: HTEM4PT

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: www.kastamonu.edu.tr/belgedogrulama

Adres: Kastamonu Üniversitesi Rektörlüğü, Kuzeykent Kampüsü, Merkez/Kastamonu

Telefon No: (0 366) 2801012

e-Posta:

Kep Adresi: kastamonuuniversitesi@hs01.kep.tr

Faks No: (0 366) 2801139

İnternet Adresi: www.kastamonu.edu.tr

Bilgi için :

Serdar Durur
Raporör

Telefon No: (0 366) 2801000 - 1144

