

T.C.

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

DİN PSİKOLOJİSİ ANABİLİM DALI

**GRUP/CEMAAT DİNDARLIĞI VE BİREYSEL
DİNDARLIĞIN RUH SAĞLIĞI BAĞLAMINDA
KARŞILAŞTIRILMASI: DEPRESYON ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜBRA KALKAN

İSTANBUL - 2019

TEZ DANIŞMANI

DOÇ. DR. ÜMİT HOROZCU

T.C.

İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

DİN PSİKOLOJİSİ ANABİLİM DALI

**GRUP/CEMAAT DİNDARLIĞI VE BİREYSEL
DİNDARLIĞIN RUH SAĞLIĞI BAĞLAMINDA
KARŞILAŞTIRILMASI: DEPRESYON ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜBRA KALKAN

TEZ DANIŞMANI

Doç. Dr. ÜMİT HOROZCU

İSTANBUL – 2019



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAYI

ÖĞRENCİNİN;

Adı ve Soyadı : KÜBRA KALKAN Numarası : 2501121295
Anabilim Dalı /
Anasanat Dalı / Programı : FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ Danışmanı : DOÇ. DR. ÜMİT HOROZCU
Tez Savunma Tarihi : 11.07.2019 Saati : 13:30
Tez Başlığı : "GURUP/CEMAAT DİNDARLIĞI VE BİREYSEL DİNDARLIĞIN RUH SAĞLIĞI
BAĞLAMINDA KARŞILAŞTIRILMASI: DEPRESYON ÖRNEĞİ"

TEZ SAVUNMA SINAVI, İÜ Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 36. Maddesi uyarınca yapılmış,
sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin KABULÜNE OYBİRLİĞİ / OYÇOKLUĞUYLA karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- PROF. DR. ALİ AYTEN		Kabul
2- DOÇ. DR. MEHMET ATALAY		Kabul
3- DOÇ. DR. ÜMİT HOROZCU		KABUL

YEDEK JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- DOÇ. DR. GÜLÜŞAN GÖCEN		
2- DR. ÖĞR. ÜYESİ SEVDE DÜZGÜNER		

ÖZ

GRUP/CEMAAT DİNDARLIĞI VE BİREYSEL DİNDARLIĞIN RUH SAĞLIĞI BAĞLAMINDA KARŞILAŞTIRILMASI: DEPRESYON ÖRNEĞİ

KÜBRA KALKAN

Araştırmanın temel amacı bireysel ve grup/cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın bir diğer amacı da bu değişkenlerin cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenler açısından anlamlı farklılıklar gösterip göstermediğini incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modelinde uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemi; 2018 yılında, İstanbul’da yaşayan 18-65 yaş arası 494 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak katılımcıların demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ayrıca dinsel eğilim düzeylerini ölçmek için Allport ve Ross (1967) tarafından geliştirilen, Kayıklık (2000) tarafından dilimize uyarlanan 20 maddelik Dinsel Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların depresyona eğilim düzeylerini tespit etmek amacıyla Beck tarafından geliştirilmiş 21 maddelik Beck Depresyon ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca cemaate bağlı dindarların cemaate bağlılık düzeylerini tespit etmek amacıyla Horozcu ve Kalkan tarafından geliştirilmiş olan Cemaate Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Veriler SPSS programı vasıtasıyla analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda depresyon ile bireysel ve cemaat dindarlığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer yandan bireysel ve cemaat dindarlığı ile yaş, eğitim düzeyi, ekonomik durum değişkenleri arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, veriler ışığında tartışılmış ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Dindarlık, Bireysel Dindarlık, Grup/Cemaat Dindarlığı, Depresyon

ABSTRACT

COMPARISON OF GROUP RELIGIOSITY AND INDIVIDUAL RELIGIOSITY IN THE CONTEXT OF MENTAL HEALTH: AN EXAMPLE OF DEPRESSION

KÜBRA KALKAN

The main purpose of the study is to investigate the relationship between individual and group/community religiosity and depression. Another aim of the study is to investigate whether these variables show significant differences in terms of demographic variables such as gender, age and education level. The study was realized in accordance with the relational survey model. The sample of this study conducted in 2018 consists of 494 adults who aged 18-65 and living in Istanbul. In order to determine the demographic characteristics of the participants, personal information form was used as a measurement tool. In addition, the 20-item Religious Orientation Scale, developed by Allport and Ross and adapted to Turkish by Kaylık, was used to measure religious tendency levels. And the 21- itemed Beck Depression Scale, was used to determine the participants tendency to depression. In addition, we used the “Scale of Attachment to Community” which was developed by Horozcu and Kalkan to determine the level of attachment to community.

As the result of the study, it was found that there was a negative relationship between depression and individual and community religiosity. However, no significant difference was found between individual religiosity and community religiosity in terms of depression levels. On the other hand, it was found that there were significant relationships between individual and community religiosity and age, education level and economic status variables. These findings were discussed in the light of the data and recommendations were made for future research.

Key Words: Religion, Individual Piety, Group- Community Piety, Depression

ÖNSÖZ

Tarihin her döneminde insan yaşamını doğrudan etkileyen, hayatı anlamlandırma ve yön verme noktasında her zaman çok önemli konumda olan din; toplumsal hayatın gerçeklerinden dinin yaşantıya geçirilmiş iki farklı hali bireysel ve cemaat dindarlığı ve son yüzyıllarda en sık karşılaştığımız ruhsal hastalıklardan biri olan depresyon bu araştırmanın temel konularını oluşturmaktadır.

Dört bölümden oluşan bu çalışmanın birinci bölümünde teorik açıklamalara yer verilmiştir. Kavramsal çerçeve olarak adlandırılan bu bölümde birey, sosyal grup, dini grup, dindarlık, dindarlık türleri ve depresyon kavramlarına tanımlamalarına, tarihsel arka planlarına ve araştırmamız kapsamında farklı boyutlarına değinilmiştir.

Dindarlığın yaşantıya aktarılmış iki farklı görüntüsü olan bireysel dindarlık ve grup/cemaat dindarlığı ise araştırmamızın ikinci bölümünü oluşturmaktadır. Bireysel ve cemaat dindarlığının tanımlarına, kaynaklarına yer verdiğimiz bu bölümde depresyon ve dindarlık ilişkisini, alan çalışmalarından elde edilen sonuçlarla incelemeye çalıştık.

Son bölüm olan üçüncü bölümde ise yöntem ve uygulamaya dair bilgiler ile bulgulara yer verilmiştir. Bu bölümde öncelikle araştırmamızın örneklemine ait genel bilgilere ve araştırmada kullanılan yöntem ve buna bağlı olarak kullanılan ölçme araçlarına yer verilmiştir. Daha sonra ise katılımcıların dindarlık ve depresyon düzeylerine dair genel profile, veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Sonuç bölümünde ise elde edilen bulgular kısa bir şekilde özetlemiştir.

Çalışmamızın ortaya çıkış ve tamamlanma sürecinde maddi manevi yardımlarını esirgemeyen, yüksek lisans eğitimim boyunca her zaman destek olan danışmanım Doç. Dr. Ümit HOROZCU'ya teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca araştırma süresince, her koşulda yanımda olan ve desteklerini her zaman hissettiğim aileme sonsuz teşekkür ederim.

İSTANBUL - 2019

KÜBRA KALKAN

İÇİNDEKİLER

ÖZ	IV
ABSTRACT.....	V
ÖNSÖZ	VI
TABLolar LİSTESİ	X
KISALTMALAR LİSTESİ.....	XI
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

BİREY, SOSYAL GRUP, DİNDARLIK VE DEPRESYON

1.1. BİREY – BİREYCİLİK	3
1.2. SOSYAL GRUP.....	4
1.2.1. Bireyin Gruplaşma İhtiyacı.....	6
1.3. DİNİ GRUP	7
1.3.1. Dini Grupların Yapısı ve Liderlik.....	8
1.3.2. CEMAAT.....	10
1.4. DİNDARLIK.....	11
1.4.1. Dindarlık Türleri	13
1.4.2. Dindarlığı Etkileyen Faktörler	17
1.4.2.1. Aile	17
1.4.2.2. Cinsiyet.....	18
1.4.2.3. Yaş.....	19
1.4.2.4. Eğitim Durumu	20
1.4.2.5. Sosyal Çevre	21
1.4.3. DİNDARLIĞIN BOYUTLARI.....	22
1.4.3.1. İnanç Boyutu	23
1.4.3.2. İbadet Boyutu	23
1.4.3.3. Tecrübe Boyutu	23
1.4.3.4. Bilgi Boyutu	24
1.4.3.5. Etki Boyutu.....	24
1.5. DEPRESYON	24
1.5.1. Tanımı ve Kapsamı	24
1.5.2. Tarihçesi.....	26
1.5.3. Belirtileri ve Türleri	27
1.5.4. Epidemiyolojisi	30
1.5.5. Etiyolojisi	32

1.5.5.1. Psikolojik Faktörler	32
1.5.5.1.1. Psikanalitik Kuram	32
1.5.5.1.2. Bilişsel Kuram	33
1.5.5.1.3. Öğrenme Kuramları	35
1.5.5.2. Biyolojik Faktörler	35
1.5.5.2.1. Kalıtım	35
1.5.5.2.2. Biyokimyasal Faktörler.....	36
1.5.6. Tedavisi	36
1.5.6.1. Biyolojik Tedaviler.....	37
1.5.6.1.1. Elektrokonvulsif Tedavi	37
1.5.6.1.2. İlaç Tedavisi.....	37
1.5.6.1.3. Psikolojik Tedaviler.....	38

İKİNCİ BÖLÜM

BİREYSEL DİNDARLIK, GRUP DİNDARLIĞI VE DEPRESYON

2.1. BİREYSEL DİNDARLIK	40
2.2. GRUP/ CEMAAT DİNDARLIĞI.....	41
2.2.1. Dini Gruplara Üyelik.....	41
2.2.1.1. Aidiyet Duygusu	41
2.2.1.2. Kolektif Şuur.....	42
2.2.1.3. Dini Bilgi İhtiyacı	42
2.2.2. Dini Gruplara Üyeliliğin Birey Davranışı Üzerindeki Etkileri.....	43
2.3. DEPRESYON VE DİNDARLIK.....	44

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM, BULGULAR VE YORUM

3.1. YÖNTEM.....	50
3.1.1. Araştırma Modeli.....	50
3.1.2. Evren ve Örneklem.....	50
3.1.3. Veri Toplama Araçları.....	50
3.1.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	51
3.1.3.2. Cemaate Bağlılık Ölçeği (ÇBÖ)	51
2.1.3.3. Dinsel Eğilim Ölçeği	51
3.1.3.4. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)	51
3.1.4. Verilerin Toplanması.....	52
3.1.5. Verilerin Analizi	52
3.1.6. Araştırmanın Hipotezleri	53
3.1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları	54

3.2. BULGULAR VE YORUM.....	54
3.2.1. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ile Yaş İlişkisi	55
3.2.2. Bireysel ve Cemaate Mensup Dindarlarda Dindarlık Düzeyi İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişki.....	56
3.2.3. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki	58
3.2.3.1. Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ve Ekonomik Durum İlişkisi	58
3.2.3.2. Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri İle Ekonomik Durum Arasındaki İlişki.....	60
3.2.4. Dinsel Eğilim ve Depresyon Arasındaki İlişki	61
3.2.4.1. Düzeylerin Genel Ortalamaları	61
3.2.4.2. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi İle Depresyon Arasındaki İlişki	63
3.2.4.3. Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Cemaate Bağlılık Düzeyi ve Depresyon İlişkisi	64
3.2.5. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi - Cinsiyet ve Depresyon İlişkisi	65
3.2.6. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyleri	67
3.2.7. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanılan Olaylar Ve Depresyon İlişkisi	68
SONUÇ VE ÖNERİLER	71
KAYNAKÇA.....	75
EKLER	84

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Dindarlık Tipolojileri	15
Tablo 2: Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Sınıflandırmasına Göre Depresyon Belirtileri.....	29
Tablo 3: Depresyon Tanı Kriterleri	30
Tablo 4: Yaygın Olarak Görülen Duygu Durum Bozukluklarının Prevalansları (Doksat, 2003).....	31
Tablo 5: Cemaate Mensup Olan Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Yaşları Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu	55
Tablo 6: Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri İle Eğitim Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	56
Tablo 7: Cemaate Mensup Olan Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki	58
Tablo 8: Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki.....	60
Tablo 9: Katılımcıların Dinsel Eğilim Düzeyi Ortalamaları	61
Tablo 10: Katılımcıların Depresyon Eğilim Düzeyi Ortalamaları.....	62
Tablo 11: Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dinsel Eğilim Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu	63
Tablo 12: Bireysel Dindarlarda Dinsel Eğilim Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu	64
Tablo 13: Cemaate Bağlılık Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu	65
Tablo 14: Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dinsel Eğilim Düzeyi - Cinsiyet ve Depresyon İlişkisi (t-test).....	66
Tablo 15: Cemaate Bağlı Dindarların Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyi Ortalamaları	67
Tablo 16: Bireysel Dindarların Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyleri Ortalamaları...	67
Tablo 17: Cemaate Bağlı Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanılan Olaylar ve Depresyon Arasındaki İlişki	68
Tablo 18: Bireysel Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanan Olaylar ve Depresyon İlişkisi.....	69

KISALTMALAR LİSTESİ

Akt. : Aktaran

ANOVA : Analyses of Variance

APA : Amerikan Psikoloji Derneği

AÜİFD : Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi

Bkz : Bakınız

C. : Cilt

Çev. : Çeviren

DEM : Değerler Eğitimi Merkezi

DİA : Diyanet İslam Ansiklopedisi

DSM-IV : Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorder 4th Edition

DSM-V : Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorder 5th Edition

DSÖ : Dünya Sağlık Örgütü

Ed. : Editör

İSAM : İslam Araştırmaları Merkezi

M : Ortalama

N : Katılımcı Sayısı

CBÖ : Cemaate Bağlılık Ölçeği

R : Korelasyon Katsayısı

Vb. : ve benzeri

Vd. : ve diğerleri

GİRİŞ

Bireylerin Yüce Varlık ile kurdukları içsel / manevi bağlantıya *inanç*, oluşan bu bağlantı çerçevesindeki bütün ilişkilere de *din* adı verilmektedir. Dinin bireysel ve toplumsal hayata yansımalarına ise kısaca dindarlık diyebiliriz. Dindarlık, bireyin kabul edip, içselleştirdiği dine ait inanç, ibadet ve sembolleri içten bir şekilde kabul ederek bunlarla meşgul olma derecesidir (Kurt, 2008: 22). Dindarlık, insanların bireysel ve sosyal yaşantılarında dinin önemini ve bireylerin dine içten bir şekilde inanarak bağlanma derecelerini gösterir. (Kirman, 2011: 90).

Ruh sağlığı problemleri özellikle son yıllarda önemli bir artış göstermektedir. Psikiyatrik bozukluklar içinde en sık rastlanan depresyondur. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, tüm dünyada depresyon tanısı alan bireylerin sayısı giderek artmaktadır. Genel olarak depresyon, bireylerde görülen kendini çaresiz, yetersiz, güvensiz ve karamsar hissetme gibi önemsiz sebeplerle suçlama, uzun süreli kendini suçlama durumu sonucunda toplumsal hayattan çekilme, yeme içmede azlık veya çok yeme, çok fazla uyuma, hayattan zevk alamama, sürekli devam eden mutsuzluk durumu ile tanımlanan ruhsal çöküş durumudur. Depresyon genellikle sevilen bir yakının kaybedilmesi, iş değişikliği, yaşamda ani değişiklikler vb. sebeplere bağlı olarak ortaya çıkar ve aşırı durumlarda bireyi ölüm ve intihar düşüncelerine kadar götürür (Budak, 2000: 204).

İnsanlık tarihi boyunca insanoğlunu vazgeçilmez bir parçası olan din kavramı ile sağlık arasında nasıl bir ilişki olduğu uzun yıllardır gerek psikoloji gerek din psikolojisi alanında yapılan pek çok çalışmayla araştırılmaktadır. Özellikle Batı’da Hristiyan geleneği üzerine yapılmış olan pek çok çalışmada dinin ruh sağlığını olumlu yönde etkilediğini gösteren bulgulara ulaşılmıştır. Ülkemizde de dindarlık ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi çeşitli yönleriyle ölçmeye çalışan araştırmalar mevcuttur.

Bu bağlamda tezimizde bireysel dindarlık ve cemaat dindarlığı ile depresyon arasında nasıl bir ilişki olduğu merak edilmiş ve aralarındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmanın amacı, dindarlık ile ruh sağlığı arasında tespit edilen olumlu ilişkiden hareketle, herhangi bir dini cemaate bağlılık hisseden dindarlar ile herhangi bir cemaate bağlılık hissetmeyen dindarlar arasında ruh sağlığı açısından bir farklılık olup olmadığını tespit etmektir. Ruh sağlığı ise depresyon eğilimi bağlamında

incelenmektedir. Araştırma nicel desenli olup ölçek ve anket çalışmasına dayanmaktadır.

Araştırma konusu daha önce alanda çalışılmamış olmakla birlikte, gerek genel olarak ilahiyat gerekse din psikolojisi alanı için önem arz etmektedir. Bununla birlikte araştırmanın sosyal bilimleri de ilgilendirmesi nedeniyle, ilim dünyasına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1. BİREY, SOSYAL GRUP, DİNDARLIK VE DEPRESYON

1.1. BİREY – BİREYCİLİK

Son dönemlerde değişen toplumsal yapı içerisinde bireysel değerlerin mi yoksa toplumsal değerlerin mi daha etkin olduğu olduğunu göstermesi bakımından birey/bireycilik, sosyal grup/ toplumsallık kavramları oldukça önemlidir. Bu yüzden psikoloji, sosyoloji, ekonomi, siyaset vb. pek çok disiplinde birey/bireycilik ve grupçuluk/toplulukçuluk, sosyal grup/toplumsallık kavramları üzerinde durulmuş, tanımlamalar ve araştırmalar yapılmıştır.

Antikçağdan beri mevcut olan birey kavramı; Latince’de ‘*individuus*’, İngilizce’de ‘*indivudual*’, Arapça ve Osmanlıca’da ‘*ferd*’ olarak karşımıza çıkar. XV. yüzyıldan önce ‘*bölünemeyen (indivisible)*’ anlamında kullanılan indivudual; XVII.yüzyıldan sonra ‘*ayrışıklık (separateness)*’ anlamında kullanılmaya başlanmıştır. Bir yönüyle birey, toplumda daha küçük parçalara ayrılamayacak en küçük birimken; diğer yönüyle toplum içinde diğerlerinden ayrı, nev’i şahsına münhasır bir varlıktır (Ünal, 2011: 40-41). Nitekim birey kavramı TDK tarafından “kendine özgü niteliklerini yitirmeden bölünemeyen tek varlık; bir araya gelerek topluluklar oluşturabilen, var olan insanlarla ortak özelliklere sahip olmakla birlikte, nev-i şahsına münhasır, ayırıcı özellikler taşıyan tek canlı, fert” olarak tanımlanmıştır

Tarihsel olarak baktığımızda, Antik Yunan’da *birey* kavramından bahsedilmiş olsa bile bireyin düşünme özgürlüğü, kendine ilişkin kararları kendisinin verebilmesi gibi hususlara değinilmemektedir. Modern-öncesi toplumlarda insanın kendi bireyselliğini, yaşadığı toplumun (kolektif ortam) dışında algılaması pek mümkün değildir. Yani modern-öncesi dönemde insanlar kendilerini tek başına bir birey olarak değil toplumun bir parçası olarak görür ve öyle değerlendirirler. XVIII. yüzyıla kadar devam eden bu anlayış yaşanan toplumsal değişimlerle beraber değişime uğramıştır. Artık toplumun bireyi değil, bireyin toplumu şekillendirip, değiştireceği anlayışı yerleşmiştir. Artık birey kendi kurallarını kendisi koyup ona göre yaşama hakkını elde etmiştir (Ünal, 2011: 43-44).

Bireycilik/individüalizm ise bireylerin menfaatlerini toplumsal menfaatlerden üstte tutup, önemli gören; bütün ve genel olana değil de bireye, tek olana üstünlük sağlayan; toplumda süre gelen gelenekçi yapıya kayıtsız şartsız uymak yerine, bireylerin içinde bulunduğu toplumda var olan her türlü kurumu, inancı, ortaya çıkan eylemleri üzerinde görüş belirtip, inceleyerek yargılamaları gerektiğini savunan temel görüştür.

Hofstede ve Spangerber (1987), bireyciliği, ‘grup ve örgütler ve diğer her biçimdeki kolektiften duygusal bağımsızlık’ olarak tanımlarken; Ünal’a göre; bireycilik, insanın özgürlüğünün ve saygınlığının, toplumda var olan her türlü denetleyici baskı mekanizmalarına karşı korunduğu bir birey-toplum ilişkisini gösteren kavramdır. Birey, ahlaki tercihlerinde ve toplumsal yaşantısında bağımsız olan bir varlıktır. Bireycilik anlayışına göre birey kendi başına kararlar vererek hayatına yön verebilen bir varlıktır bu yüzden bireycilik, bireysel kimliğin kolektif kimliğe indirgenemeyeceğini ileri sürer (Ünal, 2011: 48).

Bireyciliğin temel çıkış noktası, insanın doğasında bulunan bağımsızlık düşüncesi yani kişisel özerklik ve kendini gerçekleştirme arzusudur. Bireyci anlayışta, ‘bireysel amaçlar’, ‘bireyin eşsizliği’, ‘ben merkezli yaşam’ düşünceleri hakimdir ve bireyler en iyisi ve eşsiz olmak isterler (Oktuğ, Özden, 2013: 14(2), 1-22). Ben merkezci kişilik yapısı öne çıktığı için bireyci anlayışa sahip kimselerin toplumla bağı zayıftır (Triandis, 2001: 907-924). Bireycilik anlayışının kültürlerle yerleşmesinde göç, sanayileşme, çekirdek aile yapısı ve buna bağlı olarak gelişen bireysel bağımsızlık, kendine yeterlilik vb. olgular etkili olmaktadır (Göregenli, 1995: 1-14).

Bireyci anlayış, toplumun geleneksel yapısından bağımsızlığı, bireyin kendi davranışlarını kendisinin yaratmasını savunan bir görüştür. Bu yüzden bireycilikte evlilik, ebeveynlik, dinsel kurumlar gibi geleneksel kurumların yerine; aşk, bireysel dini tecrübe, özgür yaşam gibi kişisel duygular hakimdir ve bireysel özgürlük vurgulanır (Ünal, 2001: 56).

1.2. SOSYAL GRUP

Karşılıklı etkileşim içinde olan, gereksinimleri ve amaçları birbirlerini etkilemelerine neden olacak şekilde bir araya gelmiş üç ya da daha fazla kişiden oluşan topluluklara ‘grup’ adı verilir (Aronson, Wilson, Akert, 2012: 496). Sosyal grup ise birden fazla bireyin yüz yüze iletişim ve etkileşime girdiği, her birinin hem kendi grup

üyeliğinin hem de gruba üye olan diğer bireylerin bilincinde olduğu ve her bir üyenin ortak belirlenen hedeflere ulaşmaya çalışırken aynı zamanda kendi özgürlüklerinin de farkında olduğu bir oluşum olarak tanımlanmıştır (Johnson, Johnson, 1987: 8).

Marshall ise sosyal grubu, “üyelerinin resmi da gayri resmi üyelik ölçütleriyle bir araya geldiği, görece bir süreklilik gösteren, birlikte olma duygusunu hisseden ve birbirlerine bağlılık hisseden çok sayıdaki kişinin bir araya gelmesiyle oluşan insan kümesi’ olarak tanımlamıştır (Uluocak, 2012: 344).

İnsanların oluşturduğu her türlü birlik sosyal grup kapsamına girmez. Bir topluluğun sosyal grup sayılabilmesi için; ortak amaçlar için bir araya gelmiş olmaları, belli sosyal normlara, ortak değerlere sahip olmaları ve bu değerlere uygun olarak karşılıklı rolleri yerine getiren üyelere ve görece sürekliliğe sahip olması gerekir (Günay, 2005: 25).

Mercer ve Wanderer’e göre sosyal grupların oluşabilmesi için; üyelerin, karşılıklı olarak birbirinin farkında olması, üyeler arası belli bir iletişim biçiminin olması, üyelerin birbirinin davranışları hakkında belli bir dereceye kadar bir tahminde bulunabilmesi, üyelerin davranışlarının belirli sosyal normlara göre düzenlenmesi ve grubun zamana karşı dirençli olması, yani sürekliliği gibi şartlar gereklidir (Akyüz, Çapçioğlu, 2012: 510-511).

Bir grup içerisinde bulunan bütün üyeler birbiri ile etkileşim içerisinde. Her bir grup üyesi, diğer üyeler için bir değer taşır ve rol model olur. Tek bir üye kendi davranışları ile diğer üyeleri etkileyebilir (Güney, 2008: 153-154). Bir grubun sosyal sisteminin devamı için, grup içinde bütünleşmenin sağlanmış olması, üyelerin birbirine bağlı ve birbiriyle dayanışma içinde olması ve üyelerin grup kurallarına tam bir teslimiyetle bağlanması gerekir (Akyüz, Çapçioğlu, 2012: 510).

Bütün sosyal gruplar üyelerine ortak hedefler sunar ve onları belli değerler ve normlar etrafında birleştirir. Bu ortak hedefleri benimseyen üyeler arasında hem birliktelik hem de hiyerarşik bir yapı meydana gelir. Bu hiyerarşik yapı sonucu grup içi üyeler arasında roller ve görev dağılımları olur, bu sayede üyeler hem gruba aidiyet hisseder hem de grubun sürekliliği sağlanır (Çelik, 2013: 279).

Sosyal grupların yaptıkları bütün faaliyetlerin temeli ve grubu bir arada tutan en önemli unsur grup ideolojisidir. Gruba duyulan aidiyet bilinci çerçevesinde her bir üye

ortak amacı gerçekleştirmek için çalışır. Grup üyelerinin çeşitli zamanlarda bir araya gelerek iletişim ve etkileşim içinde olması grup ideolojisini zamanla daha da geliştirir (Tekin, 2016: 243-244).

Sosyal grup yapısının temelinde birliktelik, sosyalleşme ve normlar yer alır. Grup yapısı en açık şekilde kendini rollerde, statü ilişkilerinde ve iletişim ağlarında gösterir. *Roller*; alt grup üyeleri için davranışları betimleyen kurallar sistemidir. Kişilere yüklenen emredici davranış kalıplarını içeren roller, genel olarak grubun yararı adına grup içerisindeki insanları birbirinden farklılaştırmak üzere oluşturulmuştur. Rollerin asıl amacı grubun işlevlerini yerine getirmesini kolaylaştırmaktır. Ancak bütün roller birbirine eşit değildir. Bazı roller daha değerlidir, daha çok saygı görür ve sonuçta o rolü üstlenen kişiye daha büyük bir statü sağlar. (Hogg & Vaughan, 2007: 333-335).

Normlar, grup içindeki ve grup dışındaki davranışların kendisine göre ölçülüp, değerlendirildiği ölçütlerdir. Normlar kişiler arası ilişki biçimlerinin nasıl ve ne ölçüde yürütülmesi gerektiğini belirten ortak kurallar bütünüdür. Bireyler tarafından tek başına oluşturulamayan normlar kolektif bir özellik taşır. Bir grup içerisinde işlerin sistematik bir şekilde yürütmesi için, üyeleri belirli ölçülerle sınırlandıracak kurallar sistemine yani normlara ihtiyaç vardır. Zaten norm olmaksızın statü ve rollerden bahsedemeyiz. Normlar, statü ve rollerin ayrılmaz bir parçasıdır (Kocacık, 1997; 108).

1.2.1. Bireyin Gruplaşma İhtiyacı

Başka insanlarla iletişim kurmak insanın temel gereksinimlerindendir. Hatta bazı araştırmacılar insanlık tarihinde ilk dönemlerinden itibaren diğer insanlarla bağ kurmanın hayatta kalma açısından çok önemli avantajlar sağladığını vurgulamaktadır (Baumeister&Leary, 1995: 497-529). İlkel dönemlerden itibaren baktığımızda da aralarında bağ olan insanlar daha iyi avlanabilir, daha iyi tarım yapabilir hayatını daha kolay devam ettirebilir. Bu araştırmacılara göre gruba ait olma gereksinimi doğuştan getirilir ve bütün toplumlarda bulunur.

Doğuştan gelen ait olma gereksinimi dışında bireyi gruba katılmaya ya da gruplar oluşturmaya yani bir araya gelmeye, eylemler koordine etmeye, kendini bir grubun üyesi olarak görmeye iten pek çok koşul, güdü, hedef ve amaç vardır. Bir başka anlatımla insan psikolojik ve sosyal açıdan toplumsallığa kodlanmış bir varlıktır.

Sosyal grupların en temel özelliklerinden biri üyeleri arasında tam bir bütünleşme sonucu ortaya çıkan, *birliktelik* (dayanışma duygusu, takım ruhu, moral) duygusudur. Birliktelik duygusu ile üyeler arasında sıkı bir bağ kurularak davranış bütünlüğüne ulaşmaları ve birbirlerine karşı her anlamda destek olmaları sağlanır. Bu sayede gruba üye olan birey sosyal destek ve birliktelik ihtiyacını gruba üyelik sayesinde gidermiş olur (Hogg, Vaughan, 2007: 320).

İnsanoğlu için kaçınılmaz bir tehlike olarak görülen ölüme karşı duyulan korku, sosyal gruplara üyelikte en önemli motive edici güçlerdendir. İnsanlar ölüm korkusunu azaltmak için gruplara katılırlar. Aynı zamanda her birey kendini güvende hissetmek ve kişisel güvenliğini sağlamak ister. Özellikle yaşanan acı olaylar, yoğun stres, çaresizlik hissi gibi durumlarda bireyler kendilerini güvende hissetmek ister ve gruplara özellikle dini gruplara üye olurlar (Hogg, Vaughan, 2007: 340-341).

Sosyal bir varlık olan insanoğlu yaşamı boyunca sosyal bir kimlik arayışı içerisinde. Sosyal gruplar, bireyin bir kimlik kazanmasında, kim olduğunun farkına varmasında, iç dünyasındaki belirsizliklerin ortadan kalkmasında önemli bir etkiye sahiptir (Aronson, Wilson, Akert, 2012: 498). Ayrıca her insanda güç ve kuvvet sahibi olma arzusu vardır, bireysel olarak bu güce ulaşamayan ve kendini güçsüz hisseden bireyler, bir sosyal grup içerisinde bir araya gelerek kolektif bir güç oluştururlar ve böylece birey ait olduğu sosyal grup sayesinde arzuladığı bu güce kavuşmuş olur (Uluocak, 2012: 344).

Bireyin herhangi bir grubu benimsemesinde ya da bir gruba katılmasında; o gruba benzer ilgi, tutum ve inançlara sahip olması da oldukça etkilidir. İnsanlar hedeflerini gerçekleştirmek için ya da hedeflerine daha kolay ulaşabilmek için gruplara üye olabilirler (Hogg, Vaughan, 2007: 340). Ayrıca bireyin ait olduğu grubun göreceli çekiciliğe, arzu edilirliliğe, toplum nazarında olumlu değerlendirmelere sahip olması ve bireye olumlu bir sosyal kimlik kazandırması gruba katılım isteğini önemli ölçüde artırır.

1.3. DİNİ GRUP

Tarihin ilk dönemlerinden itibaren din ve toplum arasında karşılıklı bir etkileşimin var olduğunu ve dinin toplum üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu görmekteyiz. Din ve toplum arası etkileşimin doğal bir sonucu olarak sosyal grupların

özel bir türü olan dini gruplar ortaya çıkar. Dini gruplar, içeriği ve fonksiyonları itibariyle diğer grup yapılarından daha farklıdır. Temelde bütün dinler, ilk olarak içinde bulundukları toplumsal yapıda küçük bir dini grup olarak ortaya çıkarlar. Peygamber ya da din önderi etrafında bir dini hareket olarak ortaya çıkan dinler, zamanla yaygınlaşarak hakim din konumuna gelirler. İlerleyen dönemlerde ise hem dini tecrübenin artması hem de siyasi, kültürel ve sosyal farklılaşma sebebiyle büyük dinler içerisinde alt dini gruplar ortaya çıkar (Çelik, 2013: 280, Günay, 2001: 238).

1.3.1. Dini Grupların Yapısı ve Liderlik

Sosyal grupların özel bir türünü oluşturan dini gruplar, büyük-küçük, basit-karmaşık her toplum yapısında vardır. Dini gruplar, niteliklerine, yapılarına, fonksiyonlarına, büyüklüklerine, gruplaşma prensiplerine vb. pek çok niteliğe göre sınıflandırılmıştır (Günay, 2001: 238). Yapılan sosyolojik çalışmalara baktığımızda genel olarak dini grupların, tabii/doğal dini gruplar ve sırf dini gruplar olmak üzere ikili bir ayrıma tabi tutulduğunu görmekteyiz. Akrabalık, evlilik ya da komşuluk gibi doğal sebeplerle bir arada olan insanların zamanla birbirine daha da kenetlenmesinde en önemli faktörlerden biri aralarındaki din bağıdır. Aynı dini inancı benimseyen, müşterek ibadetler sırasında bir araya gelip aynı dini duyguları paylaşan insanlar arasında bir inanç, ibadet birlikteliği oluşur. Bu şekilde doğal yollarla bir araya gelen gruplar içinde oluşan inanç ve ibadet birlikteliklerine tabii/doğal dini gruplar adı verilir (Freyer, 1964: 39; Günay, 2005: 261). Sırf dini gruplar ise yapıları ve örgütlenmeleriyle diğer gruplardan oldukça farklıdır. Sırf dini grupları birbirine bağlayan kan ya da komşuluk bağı değil 'din bağı'dır (Efe, 2008: 34). Bu gruplarda manevi ve dini bağ, tabii/doğal bağdan çok daha güçlüdür. Bu tür gruplarda üyeler arası her türlü münasebet din kardeşliği esasına dayanır ve manevi bir bütünlük havası vardır. Bu yüzden sırf dini gruplarda akrabalık bağı ikinci plana itilir (Günay, 2005: 277).

Dini grupların en önemli karakteristik özelliklerinden biri, içerisinde her üyenin belli bir statü ve rolünün bulunduğu devamlı ve düzenli bir yapı arz edecek şekilde teşkilatlanmış olmalarıdır (Günay, 2005: 292). Dini grupların gelişmesi, varlığını sürdürebilmesi ve mesajını geniş kitlelere ulaştırabilmesi için kurumsallaşması gerekir. Uzun yıllar boyunca dini grupların toplumsal gerçekliğini koruyup, devam ettirebilmesi, güçlü bir teşkilatlanmayla mümkündür (Freyer, 1964: 54). Günay'a (2005: 290) göre karizmaya dayalı otorite istisnaidir; çünkü bu otoritenin kurumsallaşması söz konusu değildir. Karizmatik otoritenin memurları değil taraftarları ve bağlıları vardır. Bu

karizmatik otoriteye itaatin temelinde psikolojik ve sosyo-psikolojik heyecan yatmaktadır. Dini grubun yapısı sistematik hale gelince, kurumsallaşma ve gelenekselleşme başlayınca bu heyecan unsuru şiddetini kaybetmeye başlar ve karizmatik otoritenin yerini kurumlar, teşkilatlar ve gelenekler almaya başlar.

Özellikle dini liderin vefatıyla grupta görülen parçalanma veya bölünme tehlikesi, liderin en yakınındaki kişilerin çabasıyla bertaraf edilir. Dini grubun varlığını sürdürmesi için dini lider yerine, ritüeller ve öğretilerin kurumsallaşması süreci başlar ve dini liderin bıraktığı inanç ve pratiklerden oluşan sözlü gelenekler yazıya ve kitaba aktarılır. Bu yüzden dini kurumsallaşma, sosyo-kültürel değişimler ve yeni şartlar karşısında dini grupların varlıklarını devam ettirebilme çabalarıdır diyebiliriz (Çelik, 2013: 281-282).

Dini gruplarda genellikle üyeler arasında sıkı bir birliktelik ve dayanışma duygusu vardır. İlişkiler yüz yüze, sıcak ve samimidir. Dini grupların bir çoğu dışa kapalıdır, özellikle müntesiplerini, davranış değişikliğine sebep olacak her türlü etkiden uzak tutmak ister. Hatta grup dışı arkadaşlık ilişkileri hoş karşılanmaz. Ancak dışarıdan olup da dini gruba karşı sempati besleyen kişilerin gruba dahil olması için yoğun çaba harcanır (Bodur, 2003: 13-39).

Elindeki gücü en fazla ve en etkili şekilde kullanabilen, bireylerin inanç ve davranışlarında en yüksek derecede sosyal etkiye sahip olan kişi *lider* olarak tanımlanmaktadır. Her grupta belirli amaçlar için resmi veya gayri resmi olarak lider bulunur. Lider, içinde bulunduğu grupta emirler verebilen bu emirlere uyulmasını sağlayan, üyelerini harekete geçirebilen kişilerdir. Bir grupta liderin belli amaçlara ulaşabilmek için grup üyelerini etkileme sürecine *liderlik* denir. Karizmatik liderin içinde bulunduğu grubu etkileyebilmesi için yüksek ikna kabiliyetine sahip olması gerekir; çünkü liderliğin temelinde ikna etme işlevi vardır. Bu ikna sürecinde liderin, grubun ihtiyaçlarının farkında olması, etkili iletişim yöntemlerini kullanması, grubu doğru yönde güdülemesi ve gruptaki coşkuyu canlı tutması gerekir (Sakallı, 2009: 89-90) .

Dini yönelimin psikolojik temelinde, bir *yönelim ve bağlılık nesnesine* duyulan ihtiyaç yatar. Bu ihtiyaca en uygun karşılık Tanrı'ya veya güçlü bir lidere itaattir. Her dini grup içinde en iyisini bildiğine ve en uygun olanı yaptığına inanılan, olağanüstü güçler atfedilen bir lider vardır (Karacoşkun, 2012: 48).

Dini gruplar genellikle karizmatik bir dini liderin, manevi tecrübelerini etrafındaki kişilerle paylaşmasıyla gelişir ve ilk cemaat denilen tabaka oluşur. Bu dini liderin sahip olduğu örnek kabul edilen şahsiyeti, kutsal olanla irtibatı ve grup üyeleri üzerindeki etkisi sayesinde dini grup şekillenmeye başlar. Bu noktada diyebiliriz ki; Weber'in de belirttiği gibi karizmatik otoriteye itaatin temelinde hukuki ve rasyonel etkenler değil, duygular, heyecan ve tecrübe vardır (Çelik, 2013: 281).

Grup yapısında meydana gelecek değişmelerin, çözümlerin, çatışmaların önlemesi ve grup içerisinde düzenin ve birliğin sağlanması, liderin grup üzerindeki güçlü etkisine bağlıdır (Günay, 2008: 154). Olağanüstü vasıflara sahip olduğuna inanılan karizmatik lider figürü, dini grupların, cemaatlerin hem kurumsallaşmasında hem de hayatîyetinde önemli bir rol oynar. Özellikle tarikat ve cemaat yapılarında kurucu lider ve silsile, grubun düzeninde oldukça önemlidir. Grup içi bağlılığın sağlanmasında liderin Hz. Peygambere ya da önemli bir halifeye ulaşan soykütüğü sürekli vurgulanır ve bu liderin kitapları üyeler tarafından temel kaynak olarak okunur ve gelecek kuşaklara aktarılır (Tekin, 2016: 257).

1.3.2. CEMAAT

Arapça kökenli olan cemaat kavramı, birbirlerine doğal ve samimi bağlarla bağlanmış olan dayanışma grupları olarak tanımlanmıştır. Cemaat içindeki bireyler, sosyal hayatın getirdiği her koşulu beraber yaşarlar. Ortak bir mekanın paylaşılması, herhangi bir sosyal grubun cemaat olabilmesi için temel şartlardandır. Müşterek mekan sayesinde cemaat içerisinde güçlü bir dayanışma ortamı, aidiyet duygusu ve cemaat ruhu oluşur (Günay, 2005: 29).

Cemaat kavramını “ister küçük ister büyük olsun herhangi bir grubun üyelerinin, ortak bir mekanda, bireysel çıkarları değil de toplumsal hayatın ana hususlarını paylaşacak şekilde birlikte yaşamaları” olarak tanımlayan Maclver’e göre cemaat olmanın ilk şartı mekan, ikincisi ise cemaat duygusudur (Malcver, 1971: 174).

Cemaat, aynı inanç, duygu, düşünce, hayat görüşü etrafında bir araya gelmiş, kolay dağılmayan insan topluluklarıdır. Dinler insanları bir arada tutma, ortak bir dünya görüşü oluşturma konusunda bütün kurumları ve ideolojileri geride bırakmıştır. Bu yüzden cemaat kavramı kullanıldığında ilk akla gelen dini cemaatler olmaktadır (Efe, 2008: 82).

Ferdinand Tönnies'in cemaat ve cemiyet ayrımıyla birlikte sosyoloji literatüründe yer alan cemaat kavramı, cemiyet yapısının aksine biz duygusunun hakim olduğu yüzyüze, samimi ve birincil derece ilişkilerin hakim olduğu bir yapıdır (Çelik, 2013: 293). Cemaatler belirli bir ortamda belli bir kültürü yansıttıkları için yerel; kutsal olanla ilgilendiği için dini ve insanların bir araya gelip etkileşime girdiği bir ortam olduğu için sosyal bir görünüm arz eder (Ammerman, 2012: 401) .

Cemaatler, insanların bir araya gelip namaz kılma, ilahi söyleme, dua etme ya da dini liderin sohbetini dinleme gibi ibadetleri gerçekleştirdikleri, kutsal olanla irtibata geçtikleri temel bir mekandır. Ancak yetişkinler için dini pratiklerin yerine getirildiği bir ortam olmanın ötesinde cemaatler, gelecek nesillere dini geleneklerinin aktarıldığı bir informal bir eğitim kurumu işlevi görmektedir (Ammerman, 2012: 402-403).

Kendilerini ait oldukları cemaate tüm varlıklarıyla adanması sonucunda bireylerde, *ben duygusu* silik hale gelirken, *biz duygusu* hakimiyet kazanır. Cemaat içerisinde bireyleri birbirine kenetleyen ve onları denetleyen adetler, gelenekler ve kurallar sistemi olduğu için cemaatten kopuşlar oldukça azdır (Kurtkan, 1995: 10).

Özelikle Avrupa'da 18. Yüzyılın sonları ile 19.yüzyılın başlarında sosyal, siyasal ve ekonomik sebeplerle ortaya çıkan sanayileşme sürecinin bir sonucu olarak toplumlar cemaat yapısından cemiyet yapısına doğru kayma göstermişlerdir. Sanayileşme ve modernleşme süreci sonunda geleneksel yapıya özgü gelenek, görenek, yaşam tarzı ve dini anlayış yerini seküler değerlere bırakmıştır (Şentürk, 2005: 138). Ancak Türk toplumu Cumhuriyet sonrası her ne kadar cemaatten cemiyete geçiş yapmış olsa da ne tam olarak geleneksel yapıdan sıyrılabilmiş ne de modernleşmeye ayak uydurabilmiştir (Çoşkun, 2005: 91).

1.4. DİNDARLIK

Arapça "din" sözcüğüne Farsça "dar" ekinin eklenmesiyle oluşturulan birleşik sıfat olarak "dindar" kelimesi Türkçeye uzun zamandan beri yerleşmiş ve geniş bir kullanım alanına erişmiştir. Lügatte dindar sözcüğü "Allah'a inanmış ve bağlanmış olan kimse" olarak tanımlanmaktadır (Develioğlu, 1970: 222).

Geleneksel olarak dindarlığı, bireylerin belirli bir dinin geçerli yaygın öğretilerini ya da o dini kabul edip aidiyet gösteren bireylerin çoğunluğu tarafından onaylanan davranışları içten ve samimi bir şekilde özümseyerek yerine getirmesi olarak

tanımlayabiliriz (Cirhinlioğlu, Ok, Cirhinlioğlu, 2013: 8). Bireylerin mensup oldukları dine ait olan inanç, ibadet gibi hususları içten bir şekilde özümseyerek kabul etmesine ve bunlarla meşgul olma derecesine dindarlık; bu inanç, ilke ve sembolleri bireysel ve sosyal yaşantısına aktaran bireye de dindar adı verilmektedir (Kurt, 2008: 22). Okumuş'a (2002: 38) göre dindarlık, bireylerin kalplerindeki iman ve Allah rızası için yaptığı iş ve davranışlar temelinde ortaya koyduğu dini tutum ve davranış şeklini yani dini yaşantıyı; hayatı inanılan dinin ilkeleri doğrultusunda sürdürmeyi ifade eden bir kavramdır. Bir diğer tanıma göre dindarlık, bireylerin ait oldukları dine inanma ve bağlanma seviyelerini ve inanılan dine günlük hayatta verilen önemi gösteren bir kavramdır (Kirman, 2011: 90). Ancak dindarlığın hayattaki etkisini dar bir alanla sınırlayamayız; çünkü sahip olunan inanç, yapılan ibadetler, ahlaki tutum ve davranışlar ve toplumsal ilişkilerde sergilediğimiz tutum ve davranışlar vb. pek çok alanda dindarlığın varlığını ve etkilerini görmekteyiz.

Onay (2004: 17) daha kapsayıcı ve öz bir şekilde; insanın Yüce Varlık ile kurduğu manevi bağa inanç, bu bağ çerçevesinde oluşmuş olan bütün ilişkilere din, bunların bireyin günlük yaşantısına yansımalarını ise dindarlık olarak tanımlamıştır. Esasında dindarlık bireyin ya da grubun günlük yaşantısında dinin önemini ve insanların kabul edip benimsedikleri dine olan bağlılıklarının derecesini gösterir. Her dinin belli inanç esasları ve ibadet şekilleri vardır; dindarlık bu inanç esaslarının bireysel ya da grup halinde belirli bir zamanda ve belirli şartlarda yaşantıya geçirilmesini ifade eder. Bu yüzden Hökelekli'ye (2010: 43) göre dindarlık, yaşayan dindir; dinin hayata geçirilerek bilfiil yaşanan biçimidir. Bir başka ifadeyle hissedilmesi ve yaşanması bakımından bireysel bir nitelik taşıyan dindarlık, sonuç ve etkileri açısından toplumsal bir olgudur. Dindarlık bireysel nitelikleriyle öznel bir görünüme sahipken sosyal etkileri yönüyle nesnel ve gözlemlenebilen bir yapıya sahiptir (Onay, 2004:197).

İngilizce'de 'religious commitment', 'religious involvement', 'religiosity', ve 'religiousness' gibi terimlerle ifade edilen dindarlığın Batı'da da pek çok farklı tanımları yapılmıştır. Roff, dindarlığı "doğaüstü ve aşkın değerlere yönelik bireyin sahip olduğu inanç ve davranışların kurumsal olan ve kurumsal olmayan şekillerini içine alan bir kavram" olarak tanımlar (Yıldız, 2001: 23). Dindarlığı varoluşsal bir düzlemde anlam arayışı ile ilişkilendiren Frankl'a göre içinde bulunduğumuz hayatın anlamını sorgulamak dindar olmak anlamına gelmektedir. Frankl'a göre dindar olmak bir bakıma

hayatı anlamlı hale getirmek demektir. Dindarlığın hayattaki anlam arayışının bir sonucu olduğunu savunan Paul Tillich'e göre var oluşumuzla ilgili ciddi sorular sormak dindar olmakla eş anlamıdır (Bahadır, 2002: 75). Hümanist akımın kurucularından Maslow, insanın doğal yapısında olan değerleri "dini" olarak niteler ve insanın aşkın (doğaüstü) bir kurala uymakla değil; doğal yapısını takip etmesiyle dindar olacağını savunmaktadır. Bireysel din anlayışını vurgulayan Maslow, varoluşsal değerlere sahip olan ve kendini gerçekleştiren bireylerin doğal olarak dindar olduğunu savunur (Ayten, 2012: 143). Himmelfarb ise dindarlığı, bireylerin ait oldukları dinde var olan inanç ve faaliyetleri günlük yaşantılarına taşıyarak bunlarla meşgul olma düzeyi olarak tanımlamıştır (Yıldız, 2006: 83).

Yapılan tanımlamalara baktığımızda araştırmacılar tarafından ortaklaşa kabul edilen, kapsayıcı, genel geçer bir dindarlık tanımı mevcut değildir. Ortak bir dindarlık tanımının bulunmamasında dindarlığın aşkın boyutu içeren öznel bir karaktere sahip olması önemli bir etkidir. Bu sebeple yapılan tanımlar genel olmaktan ziyade özel bir karaktere sahiptir.

1.4.1. Dindarlık Türleri

Bireylerin dine bağlanma biçimleri, dini değerleri içselleştirme seviyeleri ve dini değerlerini davranışlarına yansıtma biçimleri birbirinden farklıdır. Bu bağlamda dindarlığın tek bir şeklinden bahsetmek mümkün değildir. Hatta Hökelekli'ye (2010: 81) göre ne kadar dindar birey varsa o kadar dindarlık tipi vardır. Aynı dine inanan ve bağlanan, aynı dini grubun veya cemaatin içinde bile her bireyin kendine özgü bir dini yönelim tarzı vardır. Çünkü her bireyin sahip olduğu kişilik özellikleri, yetenekleri ve eğilimleri onun dini tarz ve üslubunun oluşmasında önemli bir etkiye sahiptir. İnsanların kişilik özellikleri, içinde yaşadıkları toplumun nitelikleri, dini algılayıp hayata geçirmelerinde ortaya çıkan farklılıklar, her dinin kendine has bir inanç ve ibadet sistemine sahip olması gibi etkenlerle birçok dindarlık tipleri ortaya çıkmış ve tipolojiler ortaya konmuştur.

Literatüre baktığımızda bilim insanlarının alanına ve sahip olduğu bakış açısına göre farklı dindarlık tipolojileri oluşturduklarını görmekteyiz.

Allen (1965), *tahkiki* (committed) ve *taklidi* (consensual) olmak üzere dindarlığın iki tipini tanımlamıştır. Ona göre, dini inanç ve davranışları günlük hayattaki faaliyetleri

etkileyebilecek şekilde, içselleştirerek yaşamak *tahkiki dindarlık*; dini inanç ve değerlerin anlamlı bir şekilde içselleştirilmediği ve dolayısıyla günlük hayatta dini amaç değil araç olarak kullanıldığı dindarlık ise *taklidi dindarlık*tır (Yıldız, 2001: 26-27).

Max Weber sosyolojik açıdan konuya yaklaşmış ve farklı toplumsal gruplara göre farklı dindarlık tiplerinin olduğunu söylemiştir. Weber'in dindarlık sınıflandırmasında, çiftçi dindarlığı, savaşçıların dindarlığı, burjuva dindarlığı, şehir dindarlığı, entelektüellerin veya aydınların dindarlığı, ayinci dindarlık gibi kategoriler mevcuttur (Taş, 2005: 48-49).

Crapss, oluşturduğu tipolojide 3 farklı dindarlık tipi ortaya koyar. *Otoriteye bağlı dindarlık*; dini kurumlara ve onların koyduğu kurallara itaati esas alan dindarlıktır. *Varoluşsal dindarlık*; bu tür dindarlıkta bireyler gönüllü olarak dini inanç ve davranışları kabul eder ve huzur içerisinde yaşar. *İçsel (kendiliğinden) dindarlık*; bireyin kendini dış dünyadan, günlük hayattan soyutlayarak yaşadığı dini tecrübeleri sonucunda aşkın olana ulaşarak gerçekleştirdiği dindarlık türüdür. Bu tür dindarlıkta mistik yaşantı, kendini aşma tecrübeleri önemlidir (Mehmedoğlu, 2004:).

Dindarlığı, bir grubun ortak amaçlarına kendini adanarak ele alan Fromm'a göre dindarlığın iki türü vardır: *Otoriter dindarlık* ve *hümaniter dindarlık*. Otoriter dindarlıkta bireyler, kendi dışlarındaki görülemeyen, dokunulamayan ve duyulmayan bir varlığa teslim olup boyun eğler. Bu tür dindarlıkta esas olan Tanrıya itaattir, çünkü birey Tanrı karşısında tamamen güçsüzdür ve ancak kendisini Tanrıya tam olarak adayıp, boyun eğdiği zaman güçlü hisseder (Fromm, 1990: 42). Hümaniter dindarlıkta ise önemli olan bireyin akıl, sevgi gibi kendi kişisel güçlerini geliştirmesidir. Otoriter dindarlığın aksine salt itaat edip, boyun eğmeye değil kendini gerçekleştirmeye vurgu yapılır (Fromm, 1982: 43-44).

Baston ve Ventis 3 boyutlu bir dindarlık tipolojisi ileri sürmüşlerdir. Bu sınıflandırmaya göre dindarlık, *araç* (mean), *amaç* (end) ve *arayış* (quest) boyutlarından oluşur. Araç dindarlığı, bireylerin belli şeyleri elde etmek, çıkar sağlamak için dini kullanmalarıdır. Amaç dindarlığı, hayatının merkezine dini inancını yerleştirildiği, inanılan değerlerin içselleştirildiği dindarlık türüdür. Arayış dindarlığı ise “İnsan nereden geliyor?”, “Nereye gidiyor?”, “Hayatın anlamı nedir?” gibi varoluşsal düzlemdeki sorulara cevap aramaya dayanır (Kayıklık, 2006: 491-499).

Gazali ise taklidi dindarlık, tahkiki (ilmi) dindarlık ve zevk alınan dindarlık olmak üzere dindarlığın 3 farklı boyutundan bahseder (Yıldız, 2001: 36). Taklidi dindarlıkta birey, herhangi bir delil aramaksızın inanç ve değerleri kabul eder. Dini davranış ve ibadetlerini başkalarını taklit ederek gerçekleştirir. Tahkiki dindarlıkta birey, inancını sorgular, dini inanç ve davranışlarını bilgisiyle temellendirir. Birey taklit etmekten uzaktır bunun yerine araştırarak ve sorgulayarak dini davranışlarını yerine getirmeye çalışır. Zevk alınan dindarlıkta ise birey, yaşadığı deneyim ve tecrübeler sonucunda dini uygulamalardan zevk alır (Gazali, 1988: 23-24).

Aşağıdaki Meadow ve Kahoe (1984) tarafından yapılmış tabloda bazı din psikologlarının iki kutuplu dindarlık tipolojilerine yer verilmiştir (Yıldız: 2001: 26).

Tablo 1: Dindarlık Tipolojileri

Teorisyen	Tercih Edilen Dindarlık	Tercih Edilmeyen Dindarlık
ALLPORT	İç kaynaklı (intrinsic) (dini motifler açısından)	Dış kaynaklı (extrinsic) (sosyal güvence olarak)
LENSKİ	Kurumsal	Toplumsal
ALLEN	Tahkiki (committed) (içselleştirilmiş dini değerler)	Taklidi (Consensual) (dini gruplara tabi olmak)
NOCK	İhtida (kendi seçimiyle mensubiyet)	Sebat etme ('miras bırakılmış' sosyal din)
DEWEY	Dindar olma (külli ideale boyun eğme)	Bir dinin geleneklerini yerine getirme
CLARK	Asıl din (kişinin vizyonu ile hayata düzen verme)	Üçüncü dereceye ait din (alışılmış, koşullanılmış din)

Dindarlığı yönelim açısından tasnif eden Gordon W. Allport, iç güdümlü ve dış güdümlü olmak üzere iki tip dindarlıktan söz etmektedir. Bu oldukça kabul görmüş bir tasnif olarak karşımıza çıkmaktadır.. Genel olarak iç güdümlü (bireysel) dindarlık hayatın din ile belirlendiği, dinin diğer tüm düşüncelerin üstünde bulunduğu tam bir teslimiyeti ifade eder. Dış güdümlü dindarlık ise tehlikelerle karşılaştığı zaman kişisel çıkarları öne alma, faydacı olma ve dini çıkarları için alet etme gibi hususları bünyesinde barındırır. Bireysel din üzerinde duran Allport dini duyguyu; 'kişinin

sonsuzluğa ulaşması ve yaratıcıyla temasa geçmesi’ olarak tanımlar. Allport’a göre bireyi etkileyen, derin anlamlar taşıyan toplumsal din değil; kişinin kendi/bireysel dini inancıdır. Allport’a göre dindarlık ise bireyin istek, ihtiyaç ve değerlerine kök salmış bir olgudur. Her insan kendine özgü bir yapıya sahiptir. Bu yüzden her bireyin farklı bir dini tecrübesi, dini yaşayışı vardır. Bu bağlamda Allport her bireyin dini, kendi varlığına uygun olarak yaşadığını savunur (Bahadır, 2002: 140).

Allport, M. Ross ile birlikte yaptığı “*Personal Religious Orientation and Prejudice*” adlı çalışmasında, iç güdümlü ve dış güdümlü dindarlıkla ilgili şunları söyler:

“Özel dinin iki kutbunu karakterize etmenin en kısa yolu, içsel olarak güdülenenin kendi dinini yaşarken, dışsal olarak motive olanın dinini kullandığını söylemektir. Dış güdümlü kişiler, kendi amaçları için dini kullanma özelliğine sahiptirler. Bu özellikteki insanlar genellikle dini, statü, güvenlik elde etmek; sosyallik sağlayıp ilgi çekmek için kullanırlar. Benimsenen inanç, birinci derecedeki ihtiyaçlara göre biçimlenir. Teleolojik terimlerle ifade edilirse dış güdümlü dindar Tanrıya yönelir ama benliğinden vazgeçmez. İç güdümlü kişiler ana güdülerini dinde bulan bireylerdir. İç güdümlü kişiler için günlük hayatta karşılaşılan diğer ihtiyaçlar daha küçük ve önemsizdir ve bu ihtiyaçlar genellikle dini emir ve yasaklarla uyumlu bir hale getirilir. İç güdümlü bireyler herhangi bir menfaat gözetmeksizin kabul ettiği inancı içselleştirerek yaşar.” (Kayıklık, 2006: 165-166)

Günay’a göre (1998: 208) bireysel dindarlık, bireyin sahip olduğu dini inancın gündelik hayatına duygu, düşünce ve davranış tarzı olarak yansımasıdır. Bireysel dindarlık daha çok dinin ruhsal yaşantıda tezahür etmesidir. Toplumsal dindarlık ise kaynağını toplumdan alan, toplumla birlikte yaşanan dindarlıktır. Toplumsal dindarlıkta birey içsel değerlerinden ziyade içinde bulunduğu toplumun beklentilerini göre dini hayatını şekillendirir (Kayıklık 2006: 166).

Dini iç güdümlü/ bireysel olarak yaşayanlar kendi istek ve arzularından vazgeçerek dini içselleştirmiş kimselerdir. Onlar dini, bütün davranışlarını belirleyici bir denetim odağı olarak görürler. Bu bağlamda iç güdümlü dindarlar kendilerini dinle uyumlu hale getirmeye çalışırlar (Hökelekli, 2010: 85). Allport’a göre iç güdümlü dindarlıkta birey, hayatın vazgeçilmez unsurlarını dinde bulur ve diğer ihtiyaçlarını ikinci planda görür. Bu yüzden iç güdümlü dindarlar, kalplerini ve ruhlarını dinlerine vermiş, gerçek anlamda inanan kimselerdir. Aynı zamanda iç güdümlü dindarlık, bireyin kendini gerçekleştirmesine yardımcı olur. Bireyde sevgi, saygı, merhamet, karşılıksız iyilik gibi olumlu özellikleri ön plana çıkarır (Yapıcı, Kayıklık, 2005:) .

Dış güdümlü dindarlar ise dini bireysel ya da grupsal bir amaca ulaşmak için araç olarak kullanırlar. Onlar için din hayati bir öneme sahip değildir; aksine din makam, itibar, yoksunluklar için telafi kısacası dünyevi istek ve ihtiyaçlarını karşılaması ölçüsünde bir değere sahiptir (Hökelekli, 2010: 84). Dış güdümlü dindarlıkta birey, dini kendi çıkarları doğrultusunda kullanır ve ihtiyaçlarını karşılaması için dinden faydalanır (Yıldız, 2001: 26).

Biz çalışmamızda denetim odağı açısından iç denetim odaklı, dindarlık kaynağı açısından iç kaynaklı bir dindarlık olan **Bireysel Dindarlığı** ve denetim odağı açısından dış denetim odaklı, dindarlık kaynağı açısından dış kaynaklı bir dindarlık olan **Grup (Cemaat) Dindarlığını** ele alacağız.

1.4.2. Dindarlığı Etkileyen Faktörler

Dindarlık, dinden farklı olarak dinamik bir süreç arz eder. Hem dinlerin inanç ve ibadet yapıları farklılık göstermekte hem de bireyler dini inanç ve ilkeleri algılayıp yaşantı haline getirirken farklılıklar sergilemektedir.

Çünkü her dindar dini farklı şekilde algılayıp yaşantısına o şekilde aktarmaktadır. inanç ve ibadet yapısına göre farklı dindarlık biçimleri oluşturmakta ve her birey dini algılayıp yaşantı haline getirirken farklılıklar sergilemektedir. Bireyin sahip olduğu kişisel özellikleri, cinsiyeti, yaşı, yaşadığı sosyal çevre, eğitim durumu, dini bilgi seviyesi, yaşadığı travmatik olaylar vb. pek çok etken dindarlığının şekillenmesinde etkili olabilmektedir.

Yapılan araştırmalara baktığımızda dindarlığı etkileyen belli başlı faktörleri aile, cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve sosyal çevre şeklinde sıralayabiliriz. Şimdi bu faktörlere biraz daha yakından bakalım.

1.4.2.1. Aile

Bireyin, düşüncelerinde, davranışlarında, yaptığı tercihlerde, verdiği kararlarda kısacası hayatının tüm alanında en önemli etken ailesidir. Dini inanç şekillerinin ve davranışlarının oluşmasında da aile en önemli faktörlerden birisidir. Sahip olduğumuz fedakarlık, yardımlaşma, paylaşma, sevgi, saygı gibi değerlerle birlikte din de ailede aynı anda kazanılır (Gürses, 2010: 85; Hallahmi&Argyle, 1992: 98).

Aile; sevgi, şefkat, rahatlık ve otoritenin kaynağıdır. Birey hayatının ilerleyen dönemlerinde de ailede gördüğü rahat ve huzurlu yaşamın devamını ister. Hatta Erikson'a (1984: 1-8) göre çocuğun, doğum sonrası süreçte ailede özellikle annesiyle ikili ilişkisi ölçüsünde edindiği temel güven ya da güvensizlik izlenimleri onun Allah'a karşı duyduğu güven duygusunu da etkilemektedir. İşte bu yüzden ailede atılan dini temeller birey için oldukça önemlidir.

Bireylerin dine olan yatkınlığı büyük ölçüde ve özellikle ilk çocukluk döneminde yetişkinlerin ilgi, teşvik, destek ve örnek olmalarına bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Yapılan pek çok araştırmaya göre dini inanç ve tutumların oluşmasında ilk çocukluk dönemi aile ilişkileri önemli faktörlerden biridir. Dini ilke ve değerler ailede görüntülenen şekliyle çocuğun dünyasına girer ve böylece birey için aile, dini davranışların ve dini ilişkilerin modeli haline gelir. Ailede huzurlu bir manevi ortam içerisinde büyüyen çocuklarda, ilerleyen dönemlerde güçlü bir dini uyanış görülme olasılığı oldukça yüksektir. (Hökelekli, 2008: 256-257).

1.4.2.2. Cinsiyet

Son yıllarda cinsiyet ve dindarlık arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok araştırma yapılmıştır. Batı'da cinsiyet faktörünü esas alarak gerçekleştirilen dindarlık analizlerinde, kadınların erkeklere oranla dine eğilimlerinin daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Gerek nicelik gerek nitelik açısından kadınların dinsel eğilimlerinin daha yüksek olduğu, ibadetleri yerine getirmede daha çok istekli oldukları ve kutsal kitaplarını daha çok okudukları hatta dine duygusal bir boyut kattıkları görülmektedir (Hallahmi, 1975: 153-154).

Türkiye'de yapılan araştırmalarda ise birbirinden farklı sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan bir kısım çalışmalarda kadınların erkeklere göre dinsel eğilimlerinin daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Ayten (2013: 7-31) yaptığı çalışmada kadınların bireysel dini eğilimlerinin erkeklere göre yüksek seviyede olduğunu; kadınların günlük yaşamda dinin etkisini daha çok hissettiklerini, dini inanç sayesinde hayattan anlam bulma ve dini öğrenerek yaşantıya aktarma gibi hususlarda erkeklere göre daha başarılı olduklarını bulgulanmıştır. Kadınların niçin daha dindar olduklarıyla ilgili sosyolojik ve psikolojik çeşitli görüşler ortaya konmuştur. Öncelikle kadınların yaratılış itibarıyla daha duygusal olmaları, kaygı ve endişelerini erkeklere göre daha yoğun düzeyde yaşamaları onların dine olan eğilimlerini artırmaktadır (Hökelekli, 2010: 94; Şahin,

2006: 326). Kadınların erkeklere nazaran daha itaatkar, bağımlı ve edilgen olarak yetiştirilmesinin de kadınların dindarlığının daha yüksek olmasında etkili olabileceği öne sürülmüştür. Buna göre, toplumsallaşma sürecinde kazanılan cinsiyet rolleri, özellikle annelik rolü ile dindarlık arasında güçlü bir ilişki kurulmaktadır. Ayrıca kadınların ev dışında iş gücüne daha az katılmaları ve çocuk yetiştirmede daha büyük sorumluluk almaları, daha fazla zamana sahip olmaları ve evle sınırlı bir yaşam sürdürmeleri onların din ile daha fazla ilgilenmelerine yol açtığı söylenebilir.

Yapılan çalışmaların önemli kısmında kadınların dine olan eğilimlerinin daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilse de; erkeklerin kadınlara nazaran farklı boyutlarda kadınlardan daha dindar olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur. Bayyigit (2001: 101-122) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği araştırmasında, dindarlık düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Buna göre rasyonel inanç ve inançsızlıkta erkeklerin oranı kızlardan; irrasyonel, ilgisiz ve kararsız problemli tutumda ise kızların oranı erkeklerden daha yüksektir. Yine namaz ve oruç ibadetleri yerine getirmede erkek öğrencilerin kızlardan sayısal üstünlüğü gözlenmiştir. Uysal (2006: 80) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, kadın ve erkek dindarlıkları arasında anlamlı farklılıklar çıkmazken, dindarlığın ibadet, bilgi ve tecrübe boyutuna ilişkin tutum ve davranışlar bakımından iki grup arasında anlamlı farklılık gözlenmiş; kadın dini tutum ve davranışlarının erkeklere göre daha az yoğun ve daha az güçlü olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı şekilde Onay (2004: 103), Mehmedoğlu (2004: 162) ve (Hökelekli, 2010: 95) tarafından yapılan çalışmalarda erkeklerin dini inançları benimseme ve ibadetleri yerine getirme oranlarının erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

1.4.2.3. Yaş

Doğum ile ölüm arasındaki hayat yolculuğunda bireyin hangi yaşlarda dine eğilimin artıp, hangi yaşlarda azalma gösterdiği her zaman merak konusu olmuştur. Özellikle Batı'da yapılan araştırmalar gösteriyor ki 18 ila 30 yaşları arasında dini etkinliklere yönelimde kesin bir düşüş yaşanırken, 30 yaştan sonra dine yönelimde sürekli bir artış gözlenmektedir. Fakat bu konudaki boylamsal araştırmalar birbiriyle tutarlı sonuçlar vermediği için 30 ile 60 yaşları arasında dini davranış ve inançlarda meydana gelen değişiklikleri tanımlamak için üç farklı model öne sürülmektedir. Bazı araştırmalar, 15. yaştan 30. yaşa kadar olan dini etkinlikte bir düşüşü, sonraki yaşlarda

ise sürekli bir artışı ifade eden “geleneksel model”e dayanır. İkinci grupta yer alanlar, yaş ile hiçbir değişikliğin olmadığını belirten “sabitlik modeli”ni benimsemiştir. Üçüncü model ise, yaşın yükselmesiyle birlikte ibadetlerde sürekli bir düşüş olduğunu ileri süren “kayıtsızlık modeli”dir (Hallahmi & Argyle, 1975: 326-328).

Uysal (1995: 263-271) 20-41+ yaş grubuyla gerçekleştirdiği araştırmasında, yaş ilerledikçe dine karşı olumlu tutum ve davranışların artarak devam ettiğini ortaya koymuştur. Aynı şekilde Köktaş (1993: 81) araştırmasında, 30. yaştan itibaren Allah inancının yaşla birlikte artış gösterdiğini; ancak 60+ yaş grubunda küçük de olsa azalma eğiliminde olduğunu bulgulamıştır.

Alan yazına baktığımızda dindarlığın yaş ile ilişkisinin incelendiği, yaş ile birlikte dindarlık puanında da bir artışın tespit edildiği görülmektedir. Uysal (2006), Mehmedoğlu (2004), Kızılgeçit (2011) araştırmalarında yaşla birlikte dindarlığın da geliştiğini tespit eden sonuçlara ulaşmışlardır. Yoğurtçu (2009) ve Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu (2013) da araştırmalarında dindarlık ile yaş arasında anlamlı ve pozitif ilişki tespit etmişlerdir Ayten, Göcen, Sevinç ve Öztürk (2012: 67) de çalışmalarında dindarlığın artmasına bağlı olarak dinî başa çıkma ile yaş arasında olumlu ilişki tespit etmiştir. Aynı şekilde Sağır (2014: 51), Suriyeli sığınmacılar üzerinde yaptığı araştırmasında olumlu dinî başa çıkma ile yaş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

1.4.2.4. Eğitim Durumu

Bireyin sahip olduğu bilgi seviyesi ve eğitim düzeyi ile dindarlığı arasında nasıl bir ilişki olduğunu belirlemek için pek çok çalışma yapılmıştır. Öncelikle Batı’da yapılan çalışmalara bakacak olursak birbirinden farklı sonuçlar elde edildiğini görmekteyiz. Yapılan çalışmaların bir bölümünde eğitim düzeyi ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilirken bir kısım çalışmada ise eğitim seviyesinin yükselirken dine olan ilgi ve bağlılıkta azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Hökelekli, 2010: 95-96).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda genel olarak eğitim düzeyi yükseldikçe dindarlık eğilimlerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Taplamacıoğlu (1962: 145) yaptığı çalışmada, namaz kılan, oruç tutan ve dini görevlerini getirme konusunda hassasiyet gösteren bireylerin çoğunluğunun okur-yazar olmayan kişiler olduğunu tespit

etmiştir. Günay'ın (1979) araştırmasında da benzer sonuçlarla karşılaşmaktayız. Bu araştırmaya göre okur-yazar olmayanlar arasında namaz kılmayanlara hiç rastlanmazken ilkokul mezunlarının % 4'ü, ortaokul ve lise düzeyinde öğrenim görenlerin % 14,3'ü ve yüksek düzeyde öğrenim görenlerin % 34,7'sinin namaz kılmadığı bulgulanmıştır. Göcen (2012) konuyla ilgili yaptığı araştırmasında bireylerin eğitim durumunun, dinî yönelimini etkilediğini bulgulanmıştır. Buna göre, ilkokul eğitimine sahip olanların dinî yönelim ortalamaları, lisans eğitimi almış olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Tokur (2011) tarafından gerçekleştirilen başka çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Tokur araştırmasının sonucunda eğitim seviyesi arttıkça dindarlığın alt boyutlarından ibadetin, inancın, dinî motivasyonun ve dindarlık toplam puanının azaldığını tespit etmiştir. Ancak bazı çalışmalarda daha farklı sonuçlar elde edilmiştir. Örneğin Ayten (2009) çalışmasında genel dindarlıkta en yüksek ortalamanın, üniversite ve üzeri tahsili olanlara ait olduğunu, daha sonra da sırasıyla ilkokul, ortaokul ve lise mezunu olanların geldiğini tespit etmiştir. İbadet/Bilgi boyutunda da en yüksek ortalama yine üniversite ve üzeri, en düşük ortalama ise lise grubu sahip olmuştur.

Eğitim düzeyi ile dindarlık arasında oldukça karmaşık bir ilişki vardır. Eğitim düzeyi arttıkça dini eğilimin azalmasının farklı sebepleri olabilir. Öğrenim seviyesinin yükselmesiyle birlikte dini inançlarda rasyonelleşme, liberalleşme ve bireyselleşme eğilimlerinin güç kazandığını ve dindarlık seviyesinin azalmasında etkili olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca geleneksel ve itaate dayalı dindarlıkların, üniversite gibi seküler kültürün etkili olduğu ortamlarda çözülmesi ve gerilemesi de doğal gözükmemektedir.

1.4.2.5. Sosyal Çevre

Sosyal bir varlık olan insan içinde bulunduğu ortamdan etkilenir. Kırsal veya kentsel bir çevrede yetişmiş olmak veya halen köyde veya şehirde hayatını sürdürmek, kişinin her türlü tutum ve davranışlarında olduğu gibi dini ilgi ve bağlılığın oluşmasında ve gelişmesinde de önemli bir etkidir. Günay 1999 yılında gerçekleştirdiği araştırmasında kırsal kesimde yaşayan insanların namaz, oruç gibi ibadetleri düzenli bir şekilde yerine getiren bireylerin oranının, kentte yaşam sürmekte olanlara göre daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Kırsal kesimden kente göç eden insanların kentte oturma süreleri uzadıkça kent yaşamıyla bütünleşmeleri artıkça dini ibadetlerinde bir azalma görülmüş olabilir. Ayrıca kırsal kesimde olanlara nispetle şehirli dindarlar, grup, tarikat, cemaat gibi olgulara daha yakındırlar.

ABD’de yapılan araştırmalar kırsal kesimde yaşayan çiftçiler diğerk meslek gruplarıyla karşılaştırıldığında dini kurumlara üyeliklerinin daha düşük olduğunu, ancak bunun yanında geleneksel ve köktenci bir dini tutum geliştirdiklerini göstermektedir. Buna karşılık şehirli kimseler daha az geleneksel dini tutum geliştirirler. Ayrıca araştırmalar gösteriyor ki, büyük şehirlerde yaşayan kimseler, küçük şehir ve köylerde yaşayanlara göre dini etkinliklere daha az katılım göstermektedir (Hökelekli, 2010: 98). Ayten (2013) yaptığı çalışmada benzer sonuçlara ulaşmış ve kırsal kesimde yaşayan insanların şehirde yaşayan insanlara oranla daha yüksek puan aldıklarını bulgulamıştır.

1.4.3.DİNDARLIĞIN BOYUTLARI

İnsanların yaşamlarını anlamlandıran, düzenleyen ilkeler bütünü olarak din öznel bir yapı iken; dindarlık, dini inanç ve ilkelerin bireysel ve toplumsal yaşantıya yansıtılmış halidir. Dindarlık bilgi, duygu ve davranış gibi yönleriyle bireylerin hayatını pek çok yönden kapsamakta ve kabul edilen dini inanç ve ilkeler bireyin günlük yaşamını etkilemektedir.

Köktaş’a (1993: 50) göre temel olarak dindarlığın boyutları, toplum içerisinde yaşayan bireylerin dindarlığının nasıl tespit edileceği ve dinin insan yaşamını ne derece ve hangi yönlerde etkilediğini tartışmaktan kaynaklanır.

Dindarlığın boyutları ve niteliği ile ilgili tartışmalar devam etse de, bu kavramın çok boyutlu bir yapıda olduğu araştırmacılar tarafından kabul edilmektedir. Batılı sosyologlar önceleri dindarlığın boyutlarını belirlemek için kiliseye gitme sıklığı gibi tek boyutlu göstergeler kullanmışlar, ancak tek faktörün belirleyici olamayacağı yönündeki eleştiriler sonucunda çeşitli dindarlık boyutları tespit edilmeye çalışılmıştır.

1940’lı yıllarda başlayan dindarlık ölçüm çalışmaları 1960’lı yıllardan itibaren ileri ölçüm teknikleriyle yapılmaya başlanmıştır. Bu ölçme çalışmalarının ilk örnekleri Amerika’da yapıldığı için Hristiyan dindarlığını ölçmeye yöneliktir (Onay, 2004: 43). Bu çalışmalarda 1960’lı yıllara kadar Tanrı’ya inanç, dini ibadetlere katılma ve dini bir gruba aidiyet gibi unsurlar dindarlığın bir göstergesi olarak kabul edilmiştir (Köktaş, 1993: 50-51).

Bu girişimlerden ilki Fichter aittir. Ona göre insanlar (katolikler), "gerçek dindar, şekilci, kenarda ve kapalı" dindar olarak sınıflandırılabilir. Deneme girişimleri Glock ve Stark’ın çalışmalarıyla sistemli bir bütünlüğe kavuşmuştur. Kendilerinden

önceki araştırmaların yetersizliğine dikkat eden ve dinin kapsayıcı bir tanımının yapılması gerektiği tezinden hareket eden Glock ve Stark, dindarlığı beş boyutta ele almış ve bu boyutları belirli yönleriyle açıklamaya çalışmışlardır.

1.4.3.1. İnanç Boyutu

Bütün dinlerin temelinde bir takım inanç esasları vardır ve her din, mensuplarından bu inanç esaslarına inanmalarını ve onaylamalarını ister (Kayıklık, 2011: 196). Dini hayatın merkezinde yer alan inanç boyutu, bireylerin bilinmeyen aleme yönelik sorularına cevap verdiği ve nihai anlamı keşfetmelerine yardımcı olduğu için oldukça önemlidir.

Glock'a göre dinin inanç boyutunun 3 önemli amacı vardır. Birincisi ilahi bir varlığın var olduğunu ortaya koymak; ikincisi ilahi varlığın niteliklerini ve diğer inanç unsurlarını ortaya koymak ve böylece üçüncü olarak ilahi iradenin mevcudiyetini ve bu iradenin amaçlarının gerçekleşmesini sağlamaktır (Mehmedoğlu, 2004: 28).

1.4.3.2. İbadet Boyutu

Bu boyut, ibadetleri, yükümlülükleri ve bağlılıkları anlatır. Her dinin mensuplarının yapmasını istediği dini uygulamalar vardır. Bir dinde yerine getirilmesi gereken namaz, oruç, hac, cenaze töreni, kurban kesimi gibi ibadet uygulamaları bu boyuta girer (Kayıklık, 2006: 493). Tanrı inancının var olduğu her dinde mutlaka ibadetlerde var olmuştur. Aslında ibadetler, dini inancın tekrarlarla canlı tutulduğu uygulama tarzlarıdır. Bu yüzden ibadet sistemi olmayan bir inanç sisteminden bahsetmek mümkün değildir (Bahadır, 2002: 146-147).

1.4.3.3. Tecrübe Boyutu

Tecrübe boyutu yoğun dinsel deneyimleri ifade eder. Tecrübe boyutu inanç ve ibadetlerle ilişkili ancak onlarda daha aşkın, hassas bir yaşantıdır. (Kayıklık, 2006: 493). Dindar insanların çeşitli zamanlarda yaşadığı vecd, hal, huzur, halvet gibi içsel tecrübeler bu boyutta değerlendirilebilir.

Dinin tecrübe boyutu, kişinin nihai gerçeklik ve aşkın olan boyutla birebir kurduğu iletişim sürecinde yaşadığı duygulardır. Dine inanan her insan tecrübe boyutunu farklı bir derinlikte yaşar bu yüzden ifade edilmesi zordur.

1.4.3.4. Bilgi Boyutu

Glock’a göre bütün dini sistemler mensuplarından inandıkları dinin temel inanç ve ilkeleri hakkında bilgi sahibi olmalarını ister. Bilgi boyutu, dinin temel öğretileri hakkında bilgi sahibi olmak gerektiği düşüncesine dayanmaktadır (Mehmedoğlu, 2004: 29). Her dinde kutsal metinler, inanç esasları ve ibadetler hakkında temel bilgiler vardır. Bir inancı kabul etmek için bilmek şarttır. Herhangi bir inanç sisteminin kabul edilip, benimsenmesi için bilgi ön şarttır. (Kayıklık, 2011: 196).

1.4.3.5. Etki Boyutu

Yukarıda değindiğimiz inanç, ibadet, tecrübe ve bilgi boyutlarının bireyin duygu, düşünce davranışlarına yansımaları etki boyutunu oluşturur. Dinin etki boyutu, dinin bireyden ne beklediği ile bireyin dine bağlanma ve ibadetleri sonucunda ne kazandığı arasındaki ilişkiyi ele alır. Bütün dinler mensuplarından inanç ve bağlılıklarının bir sonucu olarak belli düşünce ve davranışlardan kaçınmayı, belli görev ve sorumlulukları da yerine getirmesini bekler. Dolayısıyla etki boyutu, dine bağlılığın bireyin düşünce ve davranışlarına kısacası hayatına olan yansımalarını inceler (Mehmedoğlu, 2004: 29).

1.5. DEPRESYON

1.5.1. Tanımı ve Kapsamı

Bireysel ve toplumsal boyutuyla önemli bir halk sağlığı problemi haline gelen psikiyatrik sorunların sayısı her geçen gün artmaktadır. Psikiyatrik bozukluklar içinde en sık rastlanan depresyondur. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, dünyada depresyon tanısı alan bireyler her geçen gün artmaktadır. Öyle ki önümüzdeki yıllarda bu artış sonucu depresyonun kalp hastalıklarından sonra en yaygın ikinci hastalık olacağı belirtilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, Harvard Üniversitesi ve Dünya Bankası işbirliğinde depresyon üzerinde yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre ileriye dönük bakıldığında 2020 yılı itibarıyla depresyon önemli bir engellilik nedeni olmakla birlikte dünya çapında bir sorun haline gelecektir. (<http://www.sinir.org/depresyon-2020-de-ikinci-olum-sebebi.html>) (20.06.2011)

İnsanoğlu, doğadaki diğer canlılara göre duygusal tepkilerini çok daha yoğun, daha canlı ve birbirinden çok farklı şekillerde yaşar. Bu tepkiler çoğu zaman yaşamın

anlamını, tadını hatta amacını yansıtır. İnsanoğlu bazen bir sevinç bir hüznün ya da iki damla gözyaşı ile çok şeyi anlatabilir. Sahip olduğumuz duygular sürece göre değişiklik gösterebilir. Bütün bu duygusal tepkilerin yaşanmasına “*duygulanım*” (*affekt*) adı verilir. Bireyin duygusal yaşamını ifade eden affektif aslında yaşamımızı sürdürmemize yardımcı olan, kişiyi olgunlaştıran, gerek kendi içimizde gerek çevreyle uyumumuzu sağlayan kısacası insanı insan yapan özelliğidir (Öztürk ve ark., 1983: 167; Işık, 1991: 15). Ancak bireyin duyguları, tepkileri yaşamını, çevresiyle olan uyumunu olumsuz yönde etkileyip, işlevselliğini kaybettiğinde duygulanım bozukluğundan bahsedebiliriz (Işık, 1991: 15).

Latince “*depressus*” kökünden gelen depresyon kelime anlamıyla aşağıya doğru bastırmak, çevirmek, kederli, çökkün, cesaretini kırmak, donuklaştırmak, durgunlaştırmak demektir. Türkçe’de ise depresyon kelimesi ruhsal çöküntü ya da çökkünlük anlamlarında kullanılmaktadır (Köknel, 1989: 14). Depresyon; önü alınamayan büyük bir üzüntü, suçluluk duygusu, sosyal yaşamdan uzaklaşma, fazla uyuma, fazla yeme ya da hayata karşı bir isteksizlikle belirginleşen duygu durumudur (Davinson, Neale, 2011: 235).

Ruhbilimde *belirti*, *sendrom*, *hastalık*, *duygu durum değişikliği* olmak üzere dört ayrı yerde kullanılan depresyon sözcüğü; birçok bedensel ya da ruhsal hastalıkla bir belirti (semptom) olarak ortaya çıkabilir. Temelinde acı veren bir duygu durumun bulunduğu, bedensel, ruhsal ve toplumsal depresif belirtilerin tümü sendrom olarak karşımıza çıkar. Bir ruh hastalığı olarak depresyon belirli ölçütleri, sınırları ve süresi olan bir sendromdur (Köknel, 1989: 14-15).

Loo’ya göre depresyon ruhun karanlık bir hali, şiddeti ve yoğunluğu zamana göre değişen üzüntülü bir yaşanmışlık tonudur. Ayrıca Loo depresyonun bilinenin aksine, varoluş problemleri veya bunaltan toplumsal problemler sonucu oluşan bir modern zaman hastalığı olmadığını savunur. Ona göre depresyon her türlü sosyal ortamda ve değişik kültürlerde ortaya çıkabilir. Güney Amerikalı bir çiftçiyi, Magrepli bir köylüyü, zengin bir iş adamını, mutlu bir yuvanın annesini, işsiz kalmış bir emekliyi, ünlü bir yıldızı yakalayabilir (Loo, Loo, 1993: 9).

Normal üzüntü ile patolojik olanı arasındaki sınırı belirlemek zordur. Aralarındaki fark şiddetine, miktarına, başka bir biçimde ortaya çıksalar bile üzüntüye eklenen ve birlikte bulunan semptomların niteliğine bağlıdır. Büyük acı duygusu olan

üzüntü, belki de üzücü bir olaya karşı bir cevaptır; ama bunun şiddeti süresi acıya kıyasla çok fazla olduğunda, özellikle de belli bir nedene bağlı olarak oluşmadığında patolojiktir. Bu noktada Cüceloğlu sinirsel çöküntü tepkisi ile depresyon kavramlarını birbirinden ayırarak tanımlar. Ona göre; bazı bireyler haftalar hatta aylar süren duygusal çöküntü yaşarlar, fakat günlük yaşantısını normal olarak yerine getirir bu kişiler sinirsel çöküntü tepkisi içindedir. Bireyin içinde bulunduğu duygusal çöküntünün şiddeti artarsa ve birey yaşamına devam edemez hale gelirse bu duruma duygusal çöküntü psikozu adı verilir (Cüceloğlu, 1997: 454).

1.5.2. Tarihçesi

Depresyon çok eski dönemlerden beri bilinen bir hastalıktır. Homeros kitaplarında depresyon belirtilerini taşıyan kahramanlar betimlemiştir. Tıbbın babası diyebileceğimiz Hipokrat da olaya klinik tanımlamalar getirerek M.Ö. 450’lerde “melankoli” terimini kullanmış, bu hastalığa neden olarak da “kara öfke”yi göstermiştir. Yunancadan gelen “Kara öfke”nin edebi çevirisi bize melankoli sözcüğünü verir (Loo & Loo, 1993: 9-10).

Melankoliye M.S. 100’lerde Cornelius Celcus tarafından “kara safranın neden olduğu hastalık” şeklinde farklı bir etiyolojik yaklaşımda bulunulmuştur. 1816 yılında ise Esquirol, manik hastalarda izlediği durgunluk dönemlerinden söz etmiştir. 1896 da Emil Kraepelin, bugünkü “manik depresif psikoz” yani “bipolar affektif hastalığı” betimlemiştir (Işık, 1991: 20). Nitekim 19. yüzyılda, Baillarger tarafından kullanılan depresyon kavramı, Kraepelin’in manik depresif psikoz tanımını bitkinlik ve üzüntü dönemleri ve bunu izleyen coşkunculuk ve mutluluk dönemlerini sistemli olarak tanımlaması sonucu kesin olarak benimsenmiştir. Bu, melankolik depresyondur. Depresyon kelimesi daha sonra bu çerçeveyi aşmış ve kişinin yaşamı ve davranışlarını bozarak, psişik canlılığı azalttığı tüm üzüntü dönemlerini ifade etmiştir (Loo & Loo, 1993: 10).

1911’de Karl Abraham’ın dinamik yaklaşımını takiben 1915’de Freud, “Yas ve Melankoli” adı eserinde, melankoliyi yasla karşılaştırmış ve melankolide kişinin şiddetle öfkesini kendisine yönelttiğini; mani de ise birikmiş, yoğun enerji ve neşenin dışarıya taşıdığını, özetle bir çeşit enerji fazlalığının iki farklı biçimde çıkış yolu bulduğunu dile getirmiştir (Işık, 1991: 20).

1960'lı yıllara gelindiğinde monopolar ve bipolar kavramları ortaya çıkmış 1966 yılında ise monopolar deyimi yerini Ünipolar terimine bırakmıştır. 1975'li yıllarda bipolar bozukluklar Tip I ve II olmak üzere ayrılmıştır. Manik dönemin her zaman hafif düzeyde yer aldığı hastalar Tip I olarak değerlendirilirken, manik dönemin her zaman olmamakla beraber şiddetli olduğu hastalar Tip II olarak değerlendirilmiştir. Ve günümüze kadar, gerek dünya sağlık teşkilatı gerek çeşitli ülkelerdeki psikiyatrist ve psikiyatri birliklerince hazırlanan çeşitli sınıflandırmalarla, değişik duygulanım bozuklukları değişik isim ve klinik tablolar altında yer almaya başlamıştır.

1.5.3. Belirtileri ve Türleri

Işık (1991: 19-20), en kısa şekilde kedere, eleme benzer bir duygulanım olarak tanımladığı depresyonda klinik olarak şu üç alanda bozukluk gözlendiğini belirtmiştir:

- Depresif duygu durumu (Depresif mood): Elem, keder, umutsuzluk, kendi değerini küçümseme veya kendini değersiz görme duyguları, kötümserlik, karamsarlık gibi duygular depresyonun türüne göre değişik görünümelerde ortaya çıkar.
- Mental aktiviteler ve itkisel güçlerde inhibisyon: Günlük yaşamda kendini geri çekemeye başlayan birey çevresinde olup bitenlere karşı genel olarak ilgisiz hale gelir, duygusal yatırımları azalır, psişik bir yorgunluk hisseder, insanlarla ilişkilerini sınırlamaya başlar.
- Motor, psikomotor ve fizyolojik aktivitelerde inhibisyon: Bireylerde motor aktivitede yavaşlama ve fiziksel çöküntü gözlenir. Bunlara iştahsızlık, kilo kaybı ve uyku bozukluğu ve cinsel istekte azalma gibi yakınmaları kapsayan biyolojik ve vejetatif semptomlar eşlik eder.

Beck (1976), *depresif üçlü* tanımıyla depresyonun bilişsel üç özelliğini şöyle sıralar: benliğin (self), dünyanın ve geleceğin olumsuz görülmesi. Depresyonun en göze çarpan özelliği üzgün ya da disforik duygu durumudur. Depresif kişiler genellikle kendilerini yetersiz ve değersiz görürler. Bu hastalar kendi çevrelerindeki her şeyi karanlıkta görürler. Kendileriyle ilgili değerlendirmelerinde, sosyal ilişkilerinde sürekli kendilerini eleştirirler. Genellikle yoğun suçluluk duyguları vardır hatta çok küçük ve önemsiz olaylarla ilgili vicdan azabı duyarlar. Onlar için gelecek karanlık ve boş görünür. Bazı aşırı depresif hastalar, herhangi bir geleceği hayal etmeyi bile imkansız görürler (Oltmanns, Neale, Davinson, 2003:).

Çoğu durumda depresyon tek bir sebepten kaynaklanmaz; daha çok birden fazla etkenin bileşimi olarak ortaya çıkar. Genel olarak sürekli üzüntülü halde olma, hayata karşı isteksizlik, sürekli bir huzursuzluk, yaşama sevincinin, anlamının yitirilmesi, duygu durumunda aşırı dalgalanmalar, umutsuzluk duygusundaki artış, ölüm ya da intihar düşünceleri depresyonun temel belirtileri arasında sayılabilir (Köroğlu, 2006: 47-48). Depresyonda bitkinlik, düşük enerji gibi fiziksel belirtiler de yaygındır; bunların yanında fiziksel ağrılara ve acıya da neden olur. Depresyonu olan insanların bazıları, tipik olarak, aşırı yorgunluk hisseder, zor uykuya dalar ve sık sık uyanır; bazıları ise gün boyunca uyur (DSM V, 131).



Tablo 2: Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Sınıflandırmasına Göre Depresyon Belirtileri

	Yoğun üzüntü durumu
	Günlük faaliyetlerde ilgisizlik
	Aşırı uyuma/uykusuzluk
	Enerji kaybı aşırı yorgunluk
	Değersizlik ve suçluluk hissi
	Bir konuya yoğunlaşmada güçlük çekme, sürekli kararsızlık yaşama
	Ölüm düşüncesi, intihar girişimi

Yukarıda tabloda tablo halinde depresyonun genel belirtilerine yer verilmiştir. Ancak bu belirtilerin en az beşinin, en az iki hafta boyunca görüldüğü durumlarda depresyondan söz etmek mümkün olmaktadır.

Depresyon, ciddiyet dercesine göre kişiden kişiye farklı şekillerde, farklı semptomlarla ortaya çıkan bir hastalıktır. Bunun en önemli sebebi depresyonun da kendi içinde farklılaşan, türlere ayrılan bir hastalık olmasıdır. İlk olarak DSM-IV-TR'de depresyon sadece depresif duygu durumunun yaşandığı tek kutuplu(unipolar) depresif bozukluklar ve hem mani hem de depresif epizotların yaşandığı çift kutuplu (bipolar) depresif bozukluklar olarak iki ayrı grup halinde ele alınmıştır. Tek ve çift kutuplu duygu durum bozuklukları birbirinden tamamen farklı olmasa da, belirtilerinde nedensel etkenlerde ve tedavi biçimlerinde önemli farklılıklar vardır. İki uçlu bozukluğu olan hastalar, manik dönem olarak bilinen son derece yükselmiş duygu durumları yaşarlar. Bu dönemler, önceden tahmin edilemeyen ağır depresyon ile normal duygu durum arasında dönüşümlü olarak ortaya çıkar. Tek uçlu bozukluğu olan hastalar ise hiçbir zaman diğer uca kaymaksızın ağır depresyon yaşarlar (Butcher, Mineka, Hooley, 2001: 413; Davinson, Neale, 2011: 437).

DSM V'e göre depresyonun alt grupları aşağıdaki gibi sıralanmıştır: (DSM V, 130)

Tablo 3: Depresyon Tanı Kriterleri

DSM-5 Tanıları	Önemli Değişiklikler	Başlıca Özellikleri
Majör Depresif Bozukluk	Yasla ilişkili semptomların farklı tanıları daha detaylı betimlenmiştir.	İki hafta içinde 5 ya da daha fazla depresif belirtiler, üzüntülü duygudurumunun ya da zevk kaybının dahil olduğu belirtiler
Süreğen Deresif Bozukluk (distimi)	Süreğen depresif bozukluk ve distimi.	İki yıllık süre içinde zamanın yarısında görülen, düşen duygu durumu ve en az iki depresyon belirtisi
Adet Öncesi Disforik Bozukluk	DSM4'ün ek bölümünden DSM-5 'in ana grubuna alınmış	Adetten önceki haftada depresif ya da fiziksel belirtiler
Yıkıcı Duygudurum Düzensizlik Bozukluğu	DSM-5 için yeni sınıflama	10 yaşından önce başlayan en az bir yıl devam eden, yineleyen öfke patlamaları
İki Uçlu I Bozukluk	Anormal aktivitelerde ya da enerjide artış	Hayatında en az bir kere manik dönem
İki Uçlu II Bozukluk	Anormal aktivitelerde ya da enerjide artış	Hayatında en az bir kere hipomanik dönem
Siklotimi (döngüsel)	Kriterleri daha belirgin	İki yıl içinde hipomanik ve depresif dönemlerin olmadığı, tekrarlı olarak yükselen ve düşen duygu değişimleri

1.5.4. Epidemiyolojisi

Ülkemizde yapılan araştırmalar, toplum içinde psikiyatrik yardım gerektiren ruhsal bozuklukların % 20 üzerinde yaygınlığa sahip olduğunu göstermektedir. Bunlar içinde affektif bozukluklar ve özellikle depresif tipte olanlar en sık görülen psikiyatrik bozukluklardır (Küey, Üstün, Güleç, 1987: 16-30). Dünya Sağlık örgütü, dünya nüfusunun yaklaşık %3'nde depresyon yakınmalarının olduğunu ve tıbbi nedenlerle hekime başvuranların %8 ila %15'inde tedavi gerektiren depresyon belirtilerinin olduğunu belirtmiştir.

Psikiyatrik bozukluklar içinde en yaygın olan ve en fazla araştırılan majör depresif bozukluk olmuştur. ABD'de büyük ölçekli bir epidemiyolojik çalışmada insanların yaklaşık %16,2'sinin yaşamlarının bir döneminde majör depresif bozukluk tanısı kriterlerini karşıladığı bulgulanmıştır. Süreğen depresif bozukluklar, majör depresif bozukluklardan daha az görülür. İnsanların %2,5'i hayatları boyunca DSM-IV-TR kriterlerine göre distimi olarak tanımlanır (DSM-V: 133).

DSM- IV verilerine göre majör depresif bozukluk için yaşam boyu risk erkeklerde %5-12, kadınlarda %10-25 olarak bulunmuştur. İki uçlu bozukluk majör depresyondan daha az sıklıkta görülür. Toplumda görülme sıklığı yüzde 1'dir. Ortalama başlama yaşı yirmidir. Kadınlarda erkeklere oranla depresyon dönemi daha sık, mani dönemi ise daha az görülmektedir (Davinson, Neale, 2011: 236).

Vakaların büyük bir kısmında depresyonun başlama yaşı 20 ila 50 arasındadır. Yapılan çalışmalar depresyon görülme ihtimalinin çocuk ve yaşlılarda düşük seviyede olduğunu göstermektedir.

Tablo 4: Yaygın Olarak Görülen Duygu Durum Bozukluklarının Prevalansları (Doksat, 2003)

DUYGU DURUM BOZUKLUĞU	HAYAT BOYU PREVALANS
Depresif Bozukluklar	
Majör depresif Bozukluk (MDB) Tekrarlayıcı, arada tam düzelmeli, Distimik bozukluğun üzerine eklenmiş	Kadınlarda % 10-25, Erkeklerde % 5-12 MDB'Lİ kişilerin yaklaşık %3'ünde
Tekrarlayıcı, arada tam düzelme yok, Distimik bozukluğun üzerine eklenmiş (double depression) Distimik Bozukluk (kronik depresif nöroz)	MDB'li kişilerin yaklaşık % 25'inde Yaklaşık % 6
Bipolar Bozukluklar	
Bipolar I Bozukluk	% 0,4 – 1,6
Bipolar II Bozukluk	Yaklaşık % 0,5
Bipolar I veya II Bozukluk, hızlı döngülü	Bütün bipolarların yaklaşık % 5 – 15'inde
Siklotimik Bozukluk	% 0,4 – 1,0

Ülkelere bağlı olmaksızın neredeyse bütün dünyada yapılan çalışmalarda depresif hastalığın prevalansı kadınlarda, erkeklerden daha yüksektir. Bu fark her yaş grubunda mevcut olmakla birlikte genç ve orta yaş grubunda, çocuk ve yaşlılara göre daha belirgindir (Öztürk, 1983: 173). Cinsiyetler arasında depresyon oranındaki bu farklılığın çeşitli sebepleri vardır. Erkeklerin kadınlara göre daha fazla alkol ve uyuşturucu kullanması sebebiyle tanı konulurken erkeklerin depresyon değil de madde

bağımlısı tanısı almaları cinsiyet arası farklılığın muhtemel sebeplerindendir. Ayrıca kadınlarda depresyon oranının daha yüksek çıkmasında psikososyal faktörler de etkilidir. Özellikle kadınların hem anne hem iş kadını hem de eş olarak maddi manevi büyük bir yük altına girmeleri ve bu sorumlulukları yerine getirme çabası kadınlarda depresyon oranını yükseltmektedir. Ayrıca profesyonel yardım alma konusunda kadınların erkeklere nazaran daha istekli olmaları cinsiyetler arasındaki farklılığı kısmen açıklamaktadır. (Savurun, 1999: 14). Ayrıca kız çocuklarının erkeklere oranla iki kat daha fazla cinsel istismara maruz kalması, yetişkinlik sırasında kadınların erkeklerden daha fazla kronik stres yaşaması, kadınsı hormonların etkisi, kadınların karşılaştığı problemlerle duygu odaklı başa çıkması vb. faktörler de kadınlarda depresyon oranını yükseltmektedir (DSM-V: 134)

1.5.5. Etiyolojisi

Depresyon en çok rastlanan duygusal bozukluklardan biridir. Son derece yaygın olduğu ve insanı çoğu zaman çaresiz hale getirdiği için depresyonun nedenlerini belirlemek önemlidir. Yapılan çalışmalar depresyonun ortaya çıkmasında ve gelişmesinde biyolojik ve psikolojik faktörlerin etkili olduğunu ortaya koymuştur.

1.5.5.1. Psikolojik Faktörler

Depresyonun gelişimini anlamak için birkaç psikolojik model ileri sürülmüştür.

1.5.5.1.1. Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuramda, depresyon genel olarak “kayba tepki” olarak yorumlanır. Sevilen birinin kaybı, statü kaybı, bir grup arkadaş tarafından sağlanana manevi desteğin kaybı vb. kaybın niteliği ne olursa olsun, depresif kişi ona şiddetle tepki gösterir. Çünkü yaşanan acı, birey için çocuklukta meydana gelen daha önceki bir kaybın tüm korku ve hislerinin geri gelmesi demektir. Bu bireyler genellikle, herhangi bir nedenle, çocuklukta sevgi ve ilgiden yoksun kalmıştır. Daha sonraki bir yaşamda oluşan kayıp, bireyin, ilk kaybın meydana geldiği zamanki çaresiz, bağımlı haline “gerilemesine” neden olur (Atkinson, Atkinson, Hilgard, 1995: 625).

Psikanalitik kuramın temeli Freud’a dayanır. Freud, ünlü “Yas ve Melankoli” adlı makalesinde depresyon için potansiyelin erken çocukluk döneminde olduğunu söyler. Freud’a göre oral dönemde çocuğun ihtiyaçları ya aşırı ya da çok az

karşılanmıştır; bu da bireyin bu dönemde saplanıp kalmasına ve ileriki dönemlerde yaşanacak bir kayıpta bilinçdışı bir şekilde gerilemeye neden olur (Davinson, Neale, 2011: 240).

Freud depresyonun gelişimi ile ilgili açıklamalarını, depresyon ve yas tutma arasındaki karşılaştırma üzerinden başlatır. Ona göre bu iki durum benzerlik gösterir. Her ikisi de üzüntülü duygu durumunu, hayata karşı ilgisizliği içerir. Depresif bir insanla yas tutan bir insanı birbirinden ayıran en temel özellik, öz saygının azalmasıdır. Depresif insanlar kendilerini ağır bir şekilde suçlar, ahlaken çökmüş ve değersiz olduklarını, cezalandırılmayı hak ettiklerini söylerler. Freud depresif insanların gerçekte kendilerinden şikayetçi olmadıklarını ama aslında, başka bir insanla ilgili olan düşmanca duygularını yansıttıkları görüşünü savunur. Bu nedenle depresyon öfkenin içe doğru yöneldiği ve orijinal nesne yerine benliğin hedef aldığı bir sürecin göstergesidir (Oltmanns, Neale, Davinson, 2003: 119).

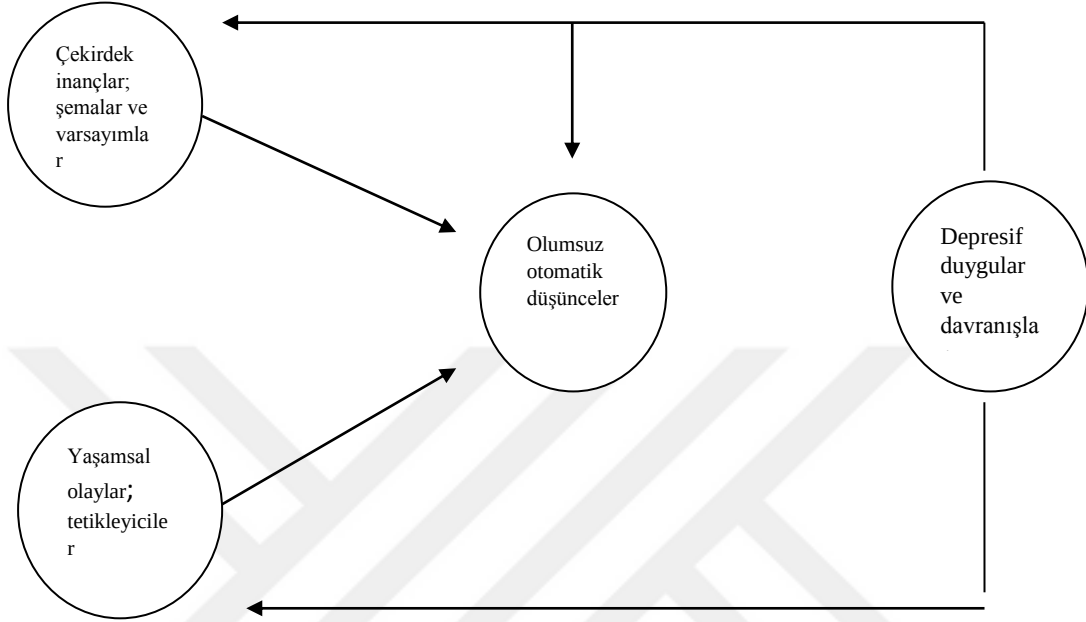
Şüphesiz ki psikanalitik kuramın depresyon konusundaki en önemli katkısı kayıpların depresyon başlangıcı bakımından önemine ve yas belirtileri ile depresyon belirtileri arasındaki benzerliklere dikkat çekmesidir.

1.5.5.1.2. Bilişsel Kuram

1967 yılından beri depresyonu açıklamada en etkili kuramlardan biri Aaron Beck'in bilişsel kuramıdır. Beck'e göre biliş düzeyleri ve düşünce süreçleri depresyona neden olan faktörlerdendir. Beck, depresyonun oluşmasında bireydeki bilişsel işlev bozukluğunun temel rol oynadığını ifade eder. Depresif bireylerde yanlış öğrenme, yanlış algılama, yanlış değerlendirme, gerçekte hayal arasında yeterince ayırt edici olamama vb. etkenler sonucu gerçeği değerlendirmede hata ve bozukluklar meydana gelir. Böylece bireyler kendilerini, dünyayı ve geleceği olumsuz olarak algılar. Bilişsel kurama göre herhangi bir olayın birey için ifade ettiği anlam, onun olaya verdiği duygusal tepkiyi belirler (Işık, 1991: 60).

Bilişsel modele göre; bireyin olumsuz çekirdek inançları, varsayımları, hastalığa yatkınlığı veya kırılganlığı yaşam stresiyle eşleştiğinde bireyi depresyona kadar götüren bir süreç başlar. Örneğin, kendisiyle ilgili “başarısızın teki” ve “yakın ilişki kuramayan biri” şeklinde çekirdek inanç geliştiren bir kişi, yaşamışlıklarında etkisiyle kendini toplumsal görevlerden çekinebilir ya da kişiler arasın ilişkide ilerlemeyi reddedebilir.

İlk etapta sosyal izolasyona yol açan bu olumsuz inanç, bireyin bilişsel çarpıtmaları sonucunda depresif duygulara ve depresif davranışlara dönüşür (Whisman, 2010: 26-28).



Şekil 1.1 Depresyonun Bilişsel Modeli

Bilişsel kurama göre depresyondaki kişiler çocukluk ya da gençlik dönemlerinde anne-baba kaybı, birbirini izleyen çeşitli trajediler, arkadaş çevresinin reddi veya öğretmen eleştirisi gibi olaylar sonucunda olumsuz şemalar geliştirirler. Depresyondaki bireyin edindiği olumsuz şemalar ya da inançlar, bunların öğrenildiği durumlara benzeyen yeni olaylarla karşılaştıklarında hemen harekete geçerler (Davinson, Neale, 2011: 240).

Ayrıca depresyonda olan bireyler olumsuz düşünceye sebep olabilecek, aşırı genelleştirme, seçici soyutlama, abartma ve küçültme, kişiselleştirme, keyfi sonuç çıkarma bilişsel hatalar yapmaktadırlar (Cengil, 2003: 135).

1.5.5.1.3. Öğrenme Kuramları

Öğrenme kuramları depresyonu açıklarken diğer kuramlardan farklı olarak, bireyin daha önceki deneyim ve yaşantısından ziyade şu andaki hayatı üzerinde odaklanır.

İlk defa Seligman tarafından ileri sürülen öğrenilmiş çaresizlik kuramına göre bireyler olumsuz olayları denetleyemediklerini gördüklerinde çaresiz olduklarını öğrenebilirler. Böylece gelecekte tekrarlanan olaylarda bireyin pasif hale gelmesine, tepkisizliğine sebep olur (Butcher, Mineka, Hooley, 2011: 452). Seligman'a göre kontrol edilemeyen sonuçlar değil, bireyin bu sonuçlara getirdiği nedensel açıklamaları depresyonun derecesini belirler.

Umutsuzluk kuramı da depresyonu açıklamak için geliştirilmiş yaklaşımlardandır. Umutsuzluk, bireyin olaylar üzerinde herhangi bir etki ve denetiminin olmadığı, sonucun daima kötü yönde olacağına dair değişmez inancı olarak tanımlanabilir. Yapılan pek çok araştırmada olaylara yönelik olumsuz yüklemenin depresyona neden olduğu bulgulanmıştır (Butcher, Mineka, Hooley, 2011: 457). Ayrıca öğrenme kuramına göre olumsuz olaylardan çıkarılan sonuçlar birey tarafından önemli, kalıcı olarak algılanır ve birey kendini daha az değerli, daha az becerikli ve daha az istenen biri olarak yorumlarsa depresyonun gelişme olasılığı daha da artar (Oltmanns, Neale, Davison, 2003: 124).

1.5.5.2. Biyolojik Faktörler

1.5.5.2.1. Kalıtım

İlk olarak 1921 yılında Kraepelin çalışmasında depresyonun kalıtsal nedenlerinin olabileceği tezini öne sürmüştür. 1930 yılında Luxemberg duygulanım bozukluklarında tek ve çift yumurta ikizleriyle çalışmalar yapmıştır (Köknel, 1989: 35). Özdeş ikizler aynı yumurtadan gelişirler ve aynı kalıtımı paylaşırlar; çift yumurta ikizler ise farklı yumurtalarda gelişirler ve genetik olarak alelade kardeşlerden daha fazla benzerlikleri yoktur. Eğer bir monozigotik ikize manik depresif tanısı konulursa, diğer ikizinde de aynı bozukluğun belirme ihtimali %72'dir; dizigotik ikizler için bu değer sadece %14'tür (Atkinson, Atkinson, Hilgard, 1995: 629). Aynı yumurta ikizleri ve çift yumurta ikizleri üzerinde yürütülen çalışmalarda, kalıtımın %37 oranında etkili olduğu bulgulanmıştır (DSM-V: 142).

1982 yılında, Nurnberger ve Gershan 1930-1979 yılları arasında yayınlanan ve duygulanım bozuklukları üzerinde duran yedi çalışmayı incelemişlerdir. Bu çalışmalarda bildirilen sonuçların ortalaması olarak duygulanım bozukluklarının tek yumurta ikizlerinde yüzde 65, çift yumurta ikizlerinde yüzde 14 olduğunu saptamışlardır (Köknel, 1989: 38). 1977 yılında Mendelewicz ve Rainer, evlatlık olarak verilmiş ve duygulanım bozukluğu gösteren 29 çocuğu, anne babalarını incelemişlerdir. Bunların gerçek anne babalarının yüzde 31’inde, üvey anne babalarının yüzde 12’sinde ruhsal bozukluk olduğunu saptamışlardır.

Yapılan pek çok ikiz çalışmasının sonucuna baktığımızda kalıtım faktörünün en çok iki uçlu bozukluk üzerinde etkili olduğunu görüyoruz (DSM-V: 142). Ancak genetik miras yoluyla aktarılan hastalık değil hastalığa yatkınlıktır.

1.5.5.2.2. Biyokimyasal Faktörler

Yapılan çalışmalar duygu durumlarımızın nörotransmitter denilen ve sinir impulslarının bir nörondan diğerine aktarılmasını etkileyen bir grup kimyasal madde tarafından düzenlendiğini göstermektedir. Afektif bozukluklarda önemli bir rol oynadığına inanılan iki nörotransmitter, norepinefrin ve serotonin’dir. Bu nörotransmitterlerin her ikisi de, beynin duygu- heyecan davranışlarının düzenlenmesi ile ilgili bölümlerinde bulunmaktadır (Atkinson, Atkinson, Hilgard, 1995: 629). Yaygın olarak kabul edilen görüşe göre, düşük derece nöropinefrinin depresyona, yüksek düzeyin ise maniye yol açmaktadır (Davinson, Neale, 2011: 250). Ancak güncel bulgular mani ve depresyonda serotonin düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Araştırma sonuçlarında elde edilen bulgular, duygudurum bozukluklarında nöroileticilerin mutlak seviyelerinin önemli olduğu fikrini desteklememiştir (DSM-5: 143).

1.5.6. Tedavisi

1983’lerde elektrokonvulsif tedavisinin (EKT) keşfi ve depresyon üzerindeki olumlu etkisi depresyon ve maninin daha dikkatle incelenmesine neden olmuştur. 1952 yılında nöroleptiklerin bulunması ve bazı depresanların kullanılmasından sonra 1957’lerde ilk antidepresif ilaçların keşfi ardından lityum kullanımı ve elde edilen sonuçlar, bu hastalıklar için nörotransmitter önemini ortaya koymuştur. Bunun üzerine nörotransmitter sistemleriyle ilgili olanlar başta olmak üzere psikofizyolojik ya da

biyokimyasal birçok kuramın öne sürülmüş, ayrıca dinamik açıdan değişik kuram ve tedavi yöntemleri de geliştirilmeye başlanmıştır (Işık, 1991: 20-21).

1.5.6.1. Biyolojik Tedaviler

Duygu durum bozuklukları için çeşitli biyolojik tedavileri vardır. Bunlardan en sık kullanılan elektrokonvulsif tedavi (EKT) ve ilaç tedavisidir.

1.5.6.1.1. Elektrokonvulsif Tedavi

Depresyon için kullanılan en tartışmalı tedavi elektrokonvulsif tedavidir. EKT yirminci yüzyılın başında Cerletti ve Bini adlı iki doktor tarafından bulunmuştur. EKT genelde hastane ortamlarında hem şizofreni hem de psikotik depresyon hastalarında kullanılmaktadır (Davinson, Neale, 2011: 256). Çoğunlukla ilaç tedavisine yanıt vermeyen hastalarda kullanılan EKT’de, hastanın beyninden kısa bir süre için 70-130 voltluk bir akım geçirilir ve hastanın nöbet geçirmesi sağlanır. Tipik olarak hastalara birkaç gün içinde farklı zamanlarda 6-12 seans tedavi uygulanır (DSM- 5: 159).

1.5.6.1.2. İlaç Tedavisi

İlaçlar duygulanım bozukluklarının tedavisi için yaygın şekilde kullanılmaktadır. En çok kullanılan ilaçlar antidepresan, duygu durumu dengeleyici, seçici seratonin geri alım inhibitörü (SSRI) ve antipsikotik ilaçlar kullanılır. Orta ve şiddetli depresif hastalarda 1960’ların başından 1990’lı yıllara dek en çok kullanılan ilaç tedavisi imipran gibi monoaminler nöro-aktarımlarını artırdığı bilinen standart antidepresanlardı. Bu tirislik antidepresanların depresif belirtileri önemli ölçüde azalttığı pek çok çalışmayla kanıtlanmıştır. Ancak bununla birlikte bu ilaçlar herkeste aynı şekilde etkili olmayabilir; hatta bazı hastalarda çok ciddi boyutlarda yan etkileri gözlenmiştir (Arslanoğlu, 2002: 78-79; Davinson, Neale, 2011: 256-257).

Son yıllarda gittikçe daha popüler hale gelen antidepresanların kendine özgü avantajları ve dezavantajları vardır. Antidepresanlarla tedavinin sonuçlarını araştırmak için büyük örneklem gruplarıyla pek çok çalışma yapılmıştır. Depresyonu hafifletmek için ardışık tedavi seçeneklerinin depresyon üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla 41 merkezde, 3671 hasta üzerinde, 18 tedavinin getirdiği temel kolaylıkları içeren etkilerin incelendiği bir araştırma yapılmıştır (Rush, Trivedi, Wisniewki ve ark., 2006). Araştırma sonuçlarında ise; sitalopram’la tedavi edilen hastaların yalnız 1/3’ünün

semptomlarının tamamen hafiflediği, sitopram'a yanıt vermediği için tedavinin ikinci aşamasında tedavisi yeni bir ikinci ilaçla değiştirilenlerin %30,6'sında remisyon (belirtilerin hafiflediği) bulgulanmıştır. Tedaviye iyi yanıt vermeyen hastalar arasında, tedavinin ikinci aşamasında, üçüncü bir antidepresana %13,7'si cevap verdi. Bu tedavi adımlarının birinde remisyona ulaşmayı başaranlar arasında bile tekrarlama oranı yüksekti bu yüzden bir dizi bileşik tedavi önerildi ve tedavi alanların yalnız %43'ü başarılı şekilde iyileşti (DSM-5: 160).

Lityum tedavisi günümüzde hem depresif hem de manik epizotların tedavisinde duygu durumu dengeleyici olarak yaygın şekilde kullanılmaktadır. Lityum tedavisinin etkileri geniş olarak incelenmiş ve sonuçlara göre manik hastaların yaklaşık üçte ikisinde en azından kısmi iyileşme görülmüştür. Ayrıca lityum, manik ve depresif epizotlar arasındaki döngünün önlenmesinde de oldukça etkilidir. Lityum tedavisi de uyuşukluk, bilişsel yavaşlama, kilo alma, ve sindirim sistemi güçlükleri gibi olumsuz yan etkiler yaratabilir (Butcher, Mineka, Hooley, 2011: 485).

1.5.6.1.3. Psikolojik Tedaviler

Psikanalitik yaklaşım, bireyin sahip olduğu depresif ruh halinin çocukluk yıllarına dayandığını savunur. Depresif kişiler genelde düşük özgüveni olan, çevresinin sosyal destek ve onayına ihtiyaç duyan bireylerdir. Bu yüzden psikanalitik kuram, kayıp, onay bağımlılığı ve öfkenin içselleştirilmesi üzerinde odaklanır. Psikoterapide, kişiler arası çatışmalar, kayıplar ve kişiler arası izolasyon gibi problemler incelenir. Psikoterapide, hastanın, sorun hakkında kendi duygularını tanımlaması, önemli kararlar vermesi ve problemlerle ilgili sorunları çözmeye yardımcı olacak konular üzerine odaklanması sağlanır. Psikoterapi sırasında sözel ve sözel olmayan iletişimin geliştirilip hastanın, olumsuz duygularını keşfetmesi, duyguları rahatça ifade etmesi desteklenir ve problemlerin çözümü için alternatif öneriler ve tatmin edici yeni davranış modellerinin oluşması sağlanır (DSM-5: 155).

Depresyonun tedavisinde psikoterapiyle ilgili yapılan pek çok araştırma sonucunda psikoterapinin, MDB üzerinde rahatlatıcı bir etkiye sahip olduğu (Elkin, Shea, Watkins ve ark., 1990), tedavi sonra hastalığın tekrarlamasını önlediği

bulgulanmıştır. Ayrıca majör depresif bozukluk görülen ergenlerde, doğum sonrası kadınların tedavisinde psikoterapi oldukça etkili bir yöntemdir (DSM-5: 155).

İlk defa 1970 yılında Aaron Beck tarafından bir makalede isimlendirilen bilişsel terapi, olumsuz düşünceye ve depresyon başlangıcında çok önemli görülen çekirdek olumsuz inançların önemine dikkat etmeye dayalı bir tedavi yöntemi olarak tanımlanmış ve davranışsal terapiden ayırt edilmiştir (Whisman, 2010: 25). Bilişsel terapiye göre, depresyonun tedavi edilebilmesi için düşüncenin yeniden yapılandırılması şarttır. Bu yüzden bilişsel terapinin temel hedefi hastalara hayatlarındaki tüm bilgiyi gözden geçirerek olumsuz düşünceleri nasıl sıvayacaklarını öğretmektir (Blackburn, 1992: 238).

Yapılan pek çok çalışma bilişsel terapinin, MDB semptomlarını hafifletmede etkili olduğunu göstermektedir. Bilişsel terapinin en önemli faydası, tedavi sonrası danışanların depresyonun tekrarlama risklerini azaltmayı öğrenmiş olmalarıdır. BT'nin *bilinçli farkındalık temelli bilişsel terapi* olarak adlandırılan adaptasyonunun amacı, insanlara, depresif olmaya başladıkları zamanı tanımayı ve bir merkezileştirme algısını benimsemeyi öğretmek ayrıca yalnız düşündükleri zihinsel olaylara bakmaktan daha çok benliklerinin ana yönlerine ya da gerçeğin yansımına doğru nasıl bakabilecekleri konusunda onları yönlendirmektir. Zamanla hastalara depresyonla ilgili duygu ve düşüncelerinden bağımsız bir ilişki geliştirmeleri öğretilir ve bu bakış açısı, negatif düşünce örüntüsünün yükselmesini ve depresyonu önler (DSM-5: 157).

İKİNCİ BÖLÜM

BİREYSEL DİNDARLIK, GRUP DİNDARLIĞI VE DEPRESYON

2.1. BİREYSEL DİNDARLIK

Tarihsel süreç içerisinde baktığımızda sanayileşme ve şehirleşmenin getirdiği kaçınılmaz bir son olarak aynı ortamda ama birbirinden kopuk, resmi ve yüzeysel ilişkiler için yaşamak zorunda kalan insanlar bu yaşam koşullarında hayatta bir anlam ve amaç arama yolunu seçmişlerdir. Bu seçimden dindarlık biçimi de etkilenmiştir. İnanan ve inandığı değerleri yaşamak isteyen insanlar çağdaş yaşamın getirdikleri sonucunda toplumsal bir miras olarak dini yaşayışa devam edemezler. Ancak sekülerleşen dünyada bu miras tamamen kaybolup gitmez, biçim değiştirerek varlığını sürdürür. Bunun sonunda ise bireysel dindarlık ortaya çıkar (Günay & Çelik, 2006: 167).

Bireylerin dinsel yaşantılarına etki eden ve onu belirleyen çok çeşitli etkenler vardır. Ancak içinde bulunulan koşulların değişmesi, insan yaşamının pek çok alanında olduğu gibi dini yaşayış biçiminde de önemli değişimlere neden olmuştur. Ancak bu değişimi dinden uzaklaşma veya kopma olarak değerlendirmek yerine dinsel yaşayışın biçim değiştirmesi olarak algılamak daha doğru ve isabetli olacaktır. Çünkü birey yaşadığı hayat koşullarının değişimi sonucu geleneksel ve toplumsal dindarlıktan bireysel dindarlığa geçiş yapmıştır. Bu geçiş, değişen hayat şartlarının bireye sunduğu ve bireylerin uymak zorunda kaldığı bir durumdur.

Güngör'e göre; (1982: 214) çağdaş insan için din, donuk ve ölü bir gelenekten ziyade, insanları sıcacık saran, bütün benliklerine nüfuz eden bir hayat kaynağıdır. Bireysel dindarlıkta insan inandığı dini ve değerleri kendi yalnızlığı içinde yaşar ve Rabbi ile kendi arasında geçen bir yaşam biçimi ortaya çıkar. Toplumsal dindarlar dini yaşarken çevresindeki insanlardan güç alırlar, bireysel dindarlıkta ise birey bu gücü kendi özel donanımlarında bulur ve öznel bir dinsel yaşayış biçimi geliştirir. İşte bu öznel dini yaşayış biçimi *bireysel dindarlık* olarak adlandırılır. (Günay & Çelik, 2006: 168).

Lukes dinsel bireycilik araçlara ihtiyaç duymadan, hayatının sorumluluğunu bireyin kendisinin taşıdığı, Tanrıyla kurulan ilişkide dış etkenlere ihtiyaç duymadan

kendi çabasıyla ilişki kurmanın doğal bir hak ve görev oluşunu savunan görüştür (Ünal; 2011: 64).

Cevizci'ye (1999: 151) göre ise dinsel bireycilik; devlet ya da başka kurumlara gerek kalmadan Tanrıyla olan ilişkinin birey tarafından belirlendiği, dini meselelerde bireylerin bağımsız ve özgür bir şekilde düşüncesini dile getirerek tartışabileceğini ve bireylerin istediği dine ya da dini gruba dahil olabileceğini savunan öğretilerdir.

2.2. GRUP/ CEMAAT DİNDARLIĞI

Grup/cemaat dindarlığı, bireyin kendi içsel yaşantısından ziyade içinde bulunduğu grubun istek ve yönlendirmelerine göre dini hayatın yaşandığı, kaynağını belli bir toplum ya da gruptan alan ve grupla yaşanan dindarlıktır. Birey dini içinde bulunduğu gruptan öğrenir ve dini yaşantı grup halinde gerçekleşir. Grup dindarlığı daha çok sanayileşmenin ve kentleşmenin zayıf olduğu toplumlarda görülür. Sanayileşmenin getirdiği bireysellik duygusundan uzak ve iç içe bir yaşam sürdürülen toplumlarda bireyler daha çok birbirine ihtiyaç duymakta ve daha kolay bir araya gelmektedir. Bunun doğal bir sonucu olarak sanayileşmenin ve şehirleşmenin az olduğu toplumlarda grup dindarlığı insanlar için aranan bir yaşam biçimi haline gelmiştir.

2.2.1. Dini Gruplara Üyelik

Bireyin dini gruplara üye olmasında güvenlik ihtiyacı, sosyal ihtiyaçlar, ekonomik ihtiyaçlar, ortak değerler gibi psikolojik ve sosyolojik pek çok etken bulunmaktadır. Biz çalışmamızda bu etkenlerden doğuştan getirilen aidiyet duygusuna, dini gruplarda var olan kolektif şuur kavramına ve dini bilgi yetersizliğine değineceğiz. Bu etkenler bireylerin hem gruba girmesinde hem de grupta grupta kalmayı sürdürmesinde önemli bir role sahiptir.

2.2.1.1. Aidiyet Duygusu

Geçmişten günümüze değişen toplumsal yapı içerisinde bireyler her zaman başkalarına ihtiyaç duymuştur. Hem psikoloji ve sosyal psikoloji alanında yapılan çalışmalar hem de sosyolojik incelemeler bireyin doyum sağlama ve birlikte yaşama ihtiyacından kaynaklanan aidiyet duygusu üzerinde durmuşlardır. Belli bir ortak tarihe ve kültüre sahip olan kişiler bir sosyal grup içerisinde örgütlenirler. Bu sosyal gruplarda her zaman aidiyet duygusuna dayalı psikolojik bir boyut mevcuttur (Günay, 2005: 25).

Baumeister ve Leary'ye göre, insanlar temel ve yakıcı bir ait olma ihtiyacı içerisindedir, bu da insanların birbirleriyle yakınlaşmalarına ve gruplara katılmalarına yol açar. Daha da önemlisi, ait olma ve başka insanlarla kenetlenme duygusu, bireyde güçlü bir öz-saygı ve öz-değer duygusunun yaşanmasına neden olur (Hogg & Vaughan, 2007: 341) .

Diğer insanlarla bir grup içerisinde ilişki kurmak, pek çok açıdan bireye doyum sağlamaktadır. Bir gruba üye olan bireyin güvelik ve konfor arayışı, kendini değerli ve önemli hissetme ihtiyacı doyum bulmaktadır. (Bilgin, 2008: 123-124). Kağıtçıbaşı'na (1999: 259) göre dini gruplara katılmak bireyin ait olma, ilgi görme, güvenlik gibi pek çok psikolojik ihtiyacını karşılamakla beraber; bireyin olumlu bir sosyal kimlik kazanmasını da sağlar.

Çelik'e (2011: 27-28) göre herhangi bir gruba dahil olmada aidiyet duygusunu bir topluluk veya cemaat içerisinde gidermeye yönelik dinsel motivasyonun güçlü bir etkisi vardır. Ayrıca, bireyler birbirlerine sosyal destek ve yardım sağlayarak, diğerlerinin tavsiyelerinden ve rehberliğinden yararlanma imkanına da bulurlar.

2.2.1.2. Kolektif Şuur

Dinsel toplantılar, gruplar, ayinler ve dini törenler gibi çok sayıda kişinin ya da grubun aktif olarak katıldığı ve birbirlerine tepki verdiği sosyal durumlardaki davranışlara kolektif etkileşim denir. Aidiyet duygusunun doğal bir sonucu olarak grup üyeleri arasında kolektif bir şuur meydana gelir. Ortak bir dünya görüşünün benimsenmesi, aynı yaşam tarzının paylaşılması sonucu grup içerisinde gelişen şuura 'biz şuuru' ya da 'kolektif şuur' denilmektedir. Cemaat ya da tarikat yapılanmalarında geniş bir iletişim ağı ve karşılıklı etkileşim sonucu ben şuuru yerini, biz şuuruna bırakır ve böylece herhangi bir dini gruba ait bireyler her türlü davranışlarını gruba uygun şekilde yerine getirirler. Dini grup içerisinde birlikte düşünme, geleceği birlikte tasarlama ve birlikte hareket etme gibi ortak hedefler daha önemli ve öncelikli hale gelir ve bireysellik ikinci planda kalır (Eren, 2000: 98-99). Bireylerin dini gruplara katılımlarının bir sonucu olarak kolektif şuur oluşur.

2.2.1.3. Dini Bilgi İhtiyacı

Dini gruplara yönelmenin özeldeki sebeplerinden biri de bireylerin dini bilgilerindeki eksikliği dini gruplar aracılığıyla tamamlama isteğidir. Aile ortamında

yeterli dini eğitimi alamamış, eğitim kurumlarında yeterli ve doğru bir dini bilgi verilmemiş ya da yaşamın ilerleyen dönemlerinde sosyo-ekonomik şartlar gereği herhangi bir dini eğitim almamış bireyler için dini gruplar bu eksikliğin tamamlanmasında etkin bir rol oynamışlardır. Böylece dini gruplar, insanların dini konuda bilgilendikleri, dini tecrübelerini geliştirdikleri yerler olmaktadır (Efe, 2008: 86-87). Özellikle insanlar için merak konusu olan metafizik alem, ölüm ve ötesindeki yaşam, dünyanın ve insanın yaratılış amacı, aşkın dini tecrübeler gibi pek çok konuda dini gruplar önemli birer bilgi kaynağı olarak görülmektedir.

Bu etkenlerin dışında dinin onaylamadığı bir yaşantıya sahip bireylerin suçluluk psikolojisiyle tasavvufa, dolayısıyla dini gruplara yöneldiğini söyleyebiliriz. Aynı şekilde dini daha deruni yaşama isteği bireyleri dini gruplara yöneltmektedir (Efe, 2008: 85).

2.2.2. Dini Gruplara Üyeliğin Birey Davranışı Üzerindeki Etkileri

Sosyal gruplarla ilgili yapılan pek çalışmada grup içerisinde yer alan bireylerin gruptan nasıl etkilendikleri, grup ve birey arası ilişki incelenmiştir. Daha önce de değindiğimiz gibi her grup içerisinde, üyelerin nasıl davranmaları gerektiğini belirten ortak inançlar yani normlar vardır. Sosyal grupları karakterize eden, davranışları betimleyen bu normlar açık yasalar şeklinde olabildiği gibi örtük, fark edilmeyen biçimlerde de olabilir. Bu normların üyeler üzerinde güçlü bir etkisi vardır. Herhangi bir ortam da üyeler hangi davranışın uygun ve kabul edilebilir olduğunu normlar sayesinde öğrenirler (Hogg & Vaughan, 2007: 329-332). Grup içerisindeki roller de grup normlarına uygun davranılarak gerçekleştirilir (Güney, 2008: 155). Bu yüzden diyebiliriz ki grup üyeliği sonrası davranış değişimlerinin sebebi büyük ölçüde grupta geçerli olan normlardır.

Bireyler içinde bulunduğu gruba uygun davranırlar. İstisnaları olmakla birlikte üyelerin çoğunluğunda görülen uyma davranışı, bireylerin grup tarafından etkilenmesi ve davranışlarını da grubun etkisine göre değiştirmesini ifade eder.

Bireylerin içinde bulunduğu gruba uyma davranışı göstermelerinin pek çok nedeni vardır. Grubun yanılmaz ve kesin bir *bilgi kaynağı* olarak görülmesi, her grupta mevcut olan ortak bir *söz birliğinin* bulunması, bireyin grup dışı kalma endişesi ile bu söz birliğine *ters düşmekten korkması*, grup içinde üyelerin aynı ortamda *yüzyüze olması*, ve *grubun büyüklüğü* uyma davranışını etkiler (Gönüllü, 2001: 199-200).

Grubun birey üzerinde önemli etkileri vardır. Öncelikle gruba aidiyet bireyin tutum değişimine neden olur. “Bir bireye atfedilen, onun psikolojik bir objeyle ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan bir eğilim” olarak tanımlanan tutum, gruba üyelik ile hem artabilir hem de engellenebilir (Kağıtçıbaşı, 1998; 84). Tutum değişimi grup normuna uygunsa, artırıcı bir etki yaparken, grup normuna aykırı ise engelleyici rol oynar. Gruba üyelik bireyin verimliliğini olumlu yönde etkiler. Bireyler herhangi bir grup içindeyken yalnız yapabildiklerinden çok daha fazlasını yaparlar (Varol: 1993; 160). Aynı zaman da grup içerisindeki bireylerde zararı (riski) göze alma eğilimi artış gösterir. Grup içinde alınan kararlarda sorumluluk dağılacığı için bireyler tek başlarına verdikleri kararlardan çok daha fazla risk alabilirler (Kağıtçıbaşı: 1988; 214).

2.3. DEPRESYON VE DİNDARLIK

Özellikle son 25-30 yılda bu alanda yapılan çalışmalar dindarlık ile ruh sağlığı arasında önemli bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yapılan ampirik çalışmaların büyük bir bölümü göstermektedir ki; samimi bir inanç, ibadetlere devamlılık, dua etme gibi dinsel davranışlar gösteren dindarlık düzeyi yüksek bireyler, dindarlık düzeyi düşük olan bireylere nazaran psikolojik açıdan daha iyi durumda, daha iyimser, hayattan memnuniyet oranı çok daha yüksek ve depresyon, kaygı, anksiyete gibi ruhsal problemlere karşı daha dayanıklıdır (Köylü, 2010: 6). Ancak dindarlığın ruh sağlığı üzerindeki etkisini tek yönlü ve indirgemeci bir yaklaşımdan ziyade çok yönlü olarak ele alıp incelemek daha faydalı olacaktır. Çünkü dinin ruh sağlığını nasıl etkileyeceği; dinin türüne ve tanımına, bireysel farklılıklara, sağlık ve mutluluk kriterlerine, bireyin dinle bütünleşme düzeyine göre farklılık gösterebilmektedir. (Yapıcı, 2007: 47). Nitekim yapılan çalışmaların önemli bir kısmında ruh sağlığı ile dindarlık arasında olumlu bir ilişki olduğu bulgulansa da bazı çalışmalarda herhangi bir ilişki olmadığı bazı çalışmalarda ise olumsuz bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu alanın önemli isimlerinden biri olan Koenig (2004: 1194-1200), yaptığı çalışma sonucunda 2000 yılından önce bu alanda yapılan 700 çalışmadan 500’ünün (%71) din ve ruh sağlığı arasında olumlu bir ilişki olduğunu ortaya koyduğunu belirtmektedir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre; 93 çalışmanın 60’ında dindarlık seviyesi yüksek olan bireylerin daha az depresyona girdikleri ve depresyonu olan bireylerin de daha hızlı iyileştikleri, 68 çalışmanın 57’sinde dindarlık düzeyi arttıkça intihar olaylarının daha az görüldüğü,

114 çalışmanın 94'ünde dindar olanların daha ümitli, iyimser ve psikolojik açıdan daha iyi oldukları tespit edilmiştir.

Değişen ve gelişen hayat şartları sonucunda çağımızın en önemli ruhsal hastalıklarından biri depresyondur. Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu'nun 2012 yılı verilerine göre depresyon, dünya genelinde 350 milyon kişiyi etkilemektedir. Aynı verilere göre depresyonun 2030 yılına kadar da insan sağlığını tehdit eden hastalıklar listesinde ilk sırada olacağı tahmin edilmektedir (www.who.int/mediacentre/factsheets/fs (10.01.2015)). Toplumda bu kadar yaygın olarak görülen depresyonun dindarlıkla arasında nasıl bir ilişkinin var olduğu uzun zamandır araştırılıp incelenen bir konudur. Bu konuda değişik dönemlerde, çeşitli bakış açılarından hareketle farklı şeyler söylenmiştir (Yapıcı, 2007: 46).

Dindarlığın depresyonu 3 şekilde etkileyebileceğini savunan Idler, bu konuda üç farklı hipotez geliştirmiştir. *Toplumsal bağlılık* hipotezine göre dini bir çevre bireye sosyal destek sağlar ve depresyon riskini azaltıcı bir rol oynar. *Tutarlılık* hipotezine göre din ümitsizlik ya da kadere boyun eğme yerine ümit ve iyimserlik duygusunu ön plana çıkararak bireyi depresyona karşı korur. *Theodicy* hipotezine göre din, bireyin hayatta karşılaştığı olumsuz olayları acı ve ıstırap olarak negatif yönde algılama potansiyelini olumlu yönde değiştirir (Stack, 2000-2001: 79).

Ayten'e göre (2015: 39) herhangi bir dini inanca sahip olan birey, hayatta bir anlam ve güven, karşılaştığı olumsuzluklara karşı iyimser bir bakışı açısı kazanır ve böylece din, bireyin hem kişisel gelişimine ve manevi olgunluğuna katkı sağlar hem de teselli kaynağı olur. Yapılan pek çok çalışmada dindarlığın depresyonu azaltıcı bir faktör olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle olumlu dini başa çıkma depresif eğilimleri önemli derecede azaltmaktadır.

101 yaşlı depresif hasta üzerinde yaklaşık 1 yıl süren araştırmaları sonucunda Koenig ve arkadaşları (1998: 536-542), kiliseye devam etme ve Kitab-ı Mukaddes okuma gibi dini yaşantıların depresyon üzerinde önemli bir etkisi olduğunu, bu hastaların herhangi bir tıbbi tedavi almadan iyileştiklerini tespit etmişlerdir. Dini inancın bireye kazandırdığı güçlü benlik tasarımının özellikle yaşlılık döneminde birey için güçlü bir destek olduğunu, bireyin yaşadığı her türlü soruna karşı umutla ve iyimser bakarak daha kolay baş edebildiğini söyleyebiliriz.

Sosyal destek ve dindarlık ile depresif belirtiler ve fonksiyonel rahatsızlıklar arasındaki ilişkiyi araştıran Cummings ve ark. (2003: 25-29) çalışmaları sonucunda, sosyal destek seviyesi yüksek olan ve dini faaliyetlere katılan yaşlılarda depresyon oranının düşük olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca araştırmacılar depresyon üzerinde eğitim, cinsiyet ya da evlilik durumunun dindarlık kadar etkili bir faktör olmadığını vurgulamışlardır.

Kanada'da 37 bin kişi üzerinde ibadet sıklığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada, ibadete devam arttıkça depresyonun azaldığı, psikiyatrik düzensizliklerin daha düşük seviyede görüldüğü bulgulanmıştır. Yine aynı araştırmada hayatın anlamının keşfedilmesinde, yaşamda karşılaşılan sıkıntı ve zorluklarla başa çıkmada dindarlığın önemli bir yere sahip olduğu ifade edilmiştir (Baetz ve ark.,2006: 654-657). Jang ve Johnson (2004: 239-260) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışmada yine dindarlık ve depresyon arasındaki ilişki ele alınmış ve dindarların, daha düşük düzeyde dindar olanlara ya da hiç dindar olmayanlara göre daha az depresyon belirtisi gösterdiği tespit edilmiştir.

Mirola (1999: 419-437), depresyon ve dindarlık arasındaki ilişkiyi incelemek için 18-55 yaş grubu arasında değişen kadın erkek 354 kişi ile yaptığı araştırmasında, kadınların hem dini katılımlarının hem de depresyona yatkınlıklarının erkeklerle oranla daha yüksek olduğunu bulgulanmıştır. Ayrıca araştırmada kadınların dini katılımlarıyla depresyon arasında ters bir ilişki olduğu bulunurken, erkeklerin dini katılımlarıyla depresyon arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Dini eğitim ve başa çıkma ile depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi 20-61 yaş arası toplam 305 mahkum üzerinde yaptıkları anket çalışmasıyla inceleyen Lonczak ve arkadaşları (2006: 171-192), sağlam bir dini eğitime bağlı dindarlık seviyesi arttıkça depresif semptomların, saldırgan tutumların azaldığını sonucuna ulaşmışlardır.

Bramm ve arkadaşları (2004: 467-489) yaşlılar üzerinde yaptıkları boylamsal bir araştırmada 6 yıl süreyle ibadete devamlılık ve depresif semptomlar arasındaki ilişkiyi incelemişler ve kiliseye devamlılık ile depresif semptomlar arasında ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı çalışmada kiliseye devam etmenin yaşlılara psiko-sosyal anlamda destek sağladığı ve fiziksel sağlık problemi yaşayanlar arasında dindarların dindar olmayanlara göre daha az depresif belirti gösterdiği bulgulanmıştır..

Bergin, Masters ve Richards (1987: 197-204) dinsel yönelimle kişilik özellikleri, anksiyete, depresyon ve otodisiplin arasındaki ilişkiyi incelemişler ve dışa dönük dindarlıkla depresyon arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını, içe dönük dindarlık ile depresyon arasında ise ters yönlü bir ilişki olduğu bulgulamışlardır. Aynı şekilde Maltby ve Day (2000: 383-393) de yaptıkları çalışma sonucunda içe dönük dindarlarda depresyon düzeyinin düşük olduğunu, iç güdümlü dindarlık arttıkça depresyonun azaldığını tespit etmişlerdir. Allport ve Ross (1967: 432-443) iç güdümlü dindarlık yönelimi ile depresif semptomlar arasında tutarlı bir şekilde negatif yönde ilişkili olduğunu bulgulamıştır.

Depresyon ile dindarlık arasındaki ilişkiyi inceleyen gerek literatür araştırmaları gerekse meta-analizler genel olarak iki değişken arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu sonucuna ulaşmaktadır. Bunun yanı sıra az da olsa depresyon ile dindarlık arasında olumlu bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalarda mevcuttur. Mesela Murphy ve arkadaşları (2007:168-169), 271 hasta üzerinde yaptıkları çalışmada dini inanç ile umutsuzluk arasında negatif, depresyon ile dini ise inanç arasında pozitif bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Görüldüğü üzere dindarlık ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların büyük bir kısmı Batı’da Hristiyan ve Yahudi gelenekteki örneklemeler üzerinde gerçekleştirilmiştir. İngiltere ve Amerika başta olmak üzere Batı geleneği çerçevesinde yapılan araştırmaları diğer dinlere ve toplum yapılarına genellemek sıkıntılı olabilir. Literatüre baktığımızda Doğu dinlerinde ruh sağlığı ve din arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların oldukça az seviyede olduğunu görmekteyiz. Ancak son zamanlarda bu eksikliği gidermek adına hem ülkemizde hem de diğer İslam ülkelerinde Müslüman örneklemeler üzerinde dindarlık ve ruh sağlığını inceleyen araştırmalar yapılmaktadır. Müslüman örneklemeler üzerinde yapılmış olan araştırmaları değerlendiren Abu Raiya ve Pargament (2011: 94) dindarlığın ruh sağlığına olumlu yönde katkı yaptığını vurgulamışlardır.

Ülkemizde dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisini inceleyen araştırmaların başında Yaparel’in (1987) 20-40 yaş arası 120 kişi üzerinde depresyon ve dindarlık arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasını söyleyebiliriz. Bu araştırma sonucunda Yaparel; 20-22 yaş grubunda depresyon ve dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını, 23-28 yaş grubunda ibadetlere katılım ile depresyon arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu, 29-33 yaş grubunda ise dua ile depresyon arasında pozitif bir ilişki olduğunu yani

depresyon düzeyi yükseldikçe dua seviyesinin de yükseldiğini, 34-40 yaş grubunda ise depresyon ile dini duygu arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu yani dini duygu seviyesi yükseldikçe depresyonun azaldığını tespit etmiştir.

Gürsu (2011: 230), Konya’da 1009 ergen üzerine yaptığı araştırmada dindarlık ile depresyon arasında negatif ilişki olduğunu bulgulamıştır. Güven (2008: 118), yaşları 18 ile 85 arası değişen 305 kişi üzerinde yaptığı araştırmasında, depresyon ile dindarlığın etki boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Şengül (2007: 147), yaşları 18-72 arasında değişen 336 kişi üzerinde yaptığı araştırmasında, dindarlığın bilgi ve ibadet boyutu ile depresyon arasında negatif ilişki olduğunu bulgulamıştır.

Yapılan çalışmalardan hareketle dinin bazen doğrudan bazen dolaylı olarak depresyona karşı koruyucu bir rol oynadığını rahatlıkla söyleyebiliriz. Temelinde bireyi, aile kavramını ve toplumu korumak olan din, hem bireysel anlamda hem de toplumsal anlamda kişiyi karşılaştığı olumsuzluklara karşı daha iyimser bir bakış açısı kazandırarak bireyi başta depresif semptomlar olmak üzere diğer ruhsal hastalıklara karşı korumaktadır.

Yapılan çalışmalarda dindarlığın alt gruplarını oluşturan bireysel ve grup dindarlığının depresyon üzerindeki olumlu\olumsuz etkileri de araştırılmıştır. Bir yıl boyunca 70 yaşlı depresyon hastasını gözlemleyen Koenig ve arkadaşları (1998), iç güdümlü dindarlık ile depresif durumların azalma hızı arasında doğru bir orantı olduğunu tespit etmişlerdir. Yani iç güdümlü dindarlık arttıkça depresif semptomlardaki azalma da artmaktadır (Dein ve Kımter, 2014: 742).

Son Gün Azizleri Kilisesine bağlı 4468 yaşlı üzerinde yaptıkları çalışmada Norton ve arkadaşları (2006) kiliseye devam eden ve ibadetlerini yerine getirme sıklığı yüksek olan kadınlarda depresyon seviyesinin düşük olduğunu; ancak erkekler söz konusu olduğunda kiliseye devam sıklığı arttıkça depresif belirtilerinde arttığını bulgulamışlardır. Bu çalışmanın sonucundan hareketle dindarlığın depresyon üzerindeki etkisinin cinsiyete göre farklılık gösterdiğini söyleyebiliriz. Bu çalışmalarda her ne kadar kurumsal dindarlığın bireysel dindarlığa oranla ruh sağlığını daha olumlu etkilediği sonucuna ulaşılsa da, bunun tam tersi bireysel dindarlığın ruh sağlığını olumlu yönde etkilediğini tespit eden pek çok çalışma mevcuttur. Murray-Swank ve arkadaşlarının (2006) 83 bakıcı üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada depresyon ile

dindarlık arasında ters yönlü bir ilişki olduğu, özellikle ruhsal sağlığının korunmasında bireysel dindarlığın kurumsal dindarlıktan çok daha etkili olduğu tespit edilmiştir (Yapıcı, 2007: 128-129).

İçe dönük, dışa dönük, arayışsal dindarlık gibi dinsel yönelim ile psikolojik çöküntü arasındaki ilişkiyi inceleyen Salsman ve Carlson (2005: 201-209) 17-25 yaş arası 251 kişi üzerinde yaptıkları araştırmada, dindarlığı içsel olarak yaşayan bireylerde psikolojik çöküntünün daha düşük seviyede olduğu gözlemlenirken; dışsal dindarlık ile psikolojik çöküntü arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM BULGULAR VE YORUM

3.1. YÖNTEM

3.1.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma betimsel tarama yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu çerçevede bireysel ve grup dindarlığı ile depresyona yatkınlık düzeyi arasındaki ilişki ele alınmıştır.

Genel tarama modelleri, çok sayıda elemandan oluşmuş bir evrende, herhangi bir konuda genel bir kanıya varmak için evrenin tamamı ya da evreni temsil eden bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir. (Karasar, 2005:85).

3.1.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini İstanbul’da yaşayan yetişkin dindarlar oluşturmaktadır. Çalışmamız özelde dindarlığın alt boyutlarını oluşturan bireysel dindarlığı ve grup/cemaat dindarlığını kapsamaktadır. Bu nedenle çalışma grubu, örneklemin alt gruplarının aynı oranda temsil edilebilmeleri ve daha iyi karşılaştırılabilirmeleri için tabakalı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Her iki tabakadan da basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle belirlenen toplam 540 katılımcıyla ulaşılmıştır. Bireysel dindar kategorisindeki katılımcılara araştırmacının iletişim ağı güçlü tanıdıkları vasıtasıyla kartopu örnekleme yöntemiyle; herhangi bir cemaate bağlı olan katılımcılara ise yine araştırmacının farklı dini gruplarla güçlü ilişkileri olan tanıdıkları vasıtasıyla kartopu örnekleme yöntemiyle ulaşılmıştır. Verilerin düzenlenmesi aşamasında hatalı ve eksik veriler çıkarılmış, kalan katılımcının verileri üzerinden analiz yapılmıştır. Bu katılımcıların 274 tanesi bireysel dindar, 220 tanesi ise belli bir dini cemaate bağlı olan dindarlardır.

3.1.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu”, dindarlık düzeylerini ölçmek için “Dinsel Eğilim Ölçeği”, depresyona yatkınlık seviyelerini ölçmek için “Beck

Depresyon Ölçeği” ve belli bir dini cemaate mensup olan dindarların cemaatlerine olan bağlılık düzeylerini ölçmek için “Cemaate Bağlılık Ölçeği” kullanılmıştır.

3.1.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada katılımcılara, diğer ölçme araçlarıyla birlikte katılımcıların demografik (Cinsiyet, Yaş, Eğitim Düzeyi, Ekonomik Durum vb.) özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

3.1.3.2. Cemaate Bağlılık Ölçeği (ÇBÖ)

Horozcu ve Kalkan tarafından 2017 yılında geliştirilen ölçek bireylerin mensup oldukları cemaate bağlılık düzeylerini ölçmek için kullanılmıştır. 5’li likert tipi olan ölçekte 1 “Bana hiç uygun değil”, 5 “Bana tamamen uygun” ifadelerine karşılık gelmektedir. Ölçek 13 madde ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Cemaate bağlılığı ölçmek için “Bu cemaatin üyesi olmaktan mutluluk duyuyorum” ve “Evlilik, meslek vb. konularda karar verirken cemaatin/cemaat liderimin görüşünü göz önünde bulundururum” maddeleri örnek verilebilir. Tek boyut, ölçeğin toplam varyansının %48.78’ini açıklamaktadır. Ölçeğin Cronbach’s Alpha katsayısı .90, Spearman-Brown Coefficient .89 ve $r = .80$ ’dir. Doğrulayıcı faktör analizi neticesinde ölçeğin yüksek uyumluluk gösterdiği tespit edilmiştir. (Horozcu, Kalkan, 2017: 27-37)

2.1.3.3. Dinsel Eğilim Ölçeği

Dindarlık düzeylerinin ölçümü için Allport ve Ross’un 1967 de geliştirdiği 20 maddelik ölçeğin Kayıklık (2000) tarafından dilimize uyarlanmasıyla elde edilen Dindarlık Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. 5’li likert tipi olan ölçekte 1 “Bana hiç uygun değil” 5 “Bana tamamen uygun” olarak değerlendirilir. 10 maddeden oluşan ölçek tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçeğin güvenilirliği için yapılan madde analizi sonucunda, madde toplam korelasyonlarının .26 ile .59 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Cronbach’s Alpha değer .78 olarak tespit edilmiştir.

3.1.3.4. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

Batı’da depresyon üzerine yapılan çalışmalarda sıklıkla kullanılan Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Beck tarafından oluşturulmuş, 21 maddeden oluşan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Sıklıkla görülen duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ölçmektedir. Depresyonun ciddiyetine göre 0’dan 3’e kadar sıralanan her bir madde depresyonla ilgili davranışsal bir özelliği belirlemektedir. Bu ölçeğin amacı tanı

koymak değil, bireylerin sahip olduğu belirtilerin derecesini ölçmektir. Hisli tarafından 1989 yılında geçerlik ve güvenirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Çalışmada Beck Depresyon Ölçeği'nin güvenirliği, madde analizi ve yarıya bölme teknikleriyle incelenmiş ve bu korelasyon katsayıları sırayla .80 ve .74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği birlikte geçerlik yöntemiyle saptanmaya çalışılmış ve kriter olarak MMPI-D Skalası kullanılmıştır. İki ölçek arasındaki Pearson katsayısı ise .50 olarak tespit edilmiştir.

3.1.4. Verilerin Toplanması

Örnekleme hatasını azaltarak evrenin daha fazla temsil edilmesini sağlamak amacıyla tercih ettiğimiz tabakalı örnekleme yöntemi ile evren yani dindar yetişkin katılımcılar, bireysel dindarlar ve cemaate mensup olan dindarlar olmak üzere iki alt tabakaya ayrılmıştır. Özellikle cemaate mensup dindarlar arasında örneklem seçilirken evrenin temsil gücünü artırmak için ülkemizde var olan dini cemaatlerden eşit sayıda katılımcı basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Çalışmanın verileri 2018 yılı Haziran – Eylül ayları arasında katılımcıların gönüllü olarak yaklaşık yirmi dakika içerisinde anket formlarını doldurmaları ile elde edilmiştir.

3.1.5. Verilerin Analizi

Katılımcılar tarafından doldurulan ölçekler kontrol edilerek eksik ve yanlış doldurulanlar değerlendirme dışı bırakılmıştır. Elde edilen veriler SPSS programıyla analiz edilmiştir. Çözümlemede parametrik testlerin sayıltısı olan normallik, çoklu bağlantılılık, varyansların homojenliği gibi hususlar incelendikten sonra araştırmanın amacına göre oluşturulan alt problemlere dayalı olarak betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve adımsal regresyon analizi gibi istatistiksel yöntemler kullanılmıştır.

Elde edilen veriler analiz edilirken, farklı iki grup arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığını ölçmek için bağımsız grup t-test yöntemi kullanılmıştır. İki gruplu grupların karşılaştırılmasında, tek yönlü varyans analizi (one way ANOVA) kullanılmıştır. Farkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ise, Fisher LSD testi uygulanmış ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini belirlenirken Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır.

3.1.6. Araştırmanın Hipotezleri

Gerek psikoloji gerekse din psikolojisi alanında özellikle son yıllarda dindarlık ve depresyon kavramlarıyla ilgili pek çok çalışma yapılmıştır. Ancak bireysel ve cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi karşılaştırmalı olarak ele alan bir çalışma henüz yapılmamıştır. Yaptığımız literatür taraması sonucunda bu araştırma için geliştirdiğimiz hipotezler şunlardır:

H1: Bir cemaate mensup olan dindarlar ile bireysel dindarlar arasında dinsel eğilim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık vardır. Bir cemaate mensup olan dindarların dinsel eğilim düzeyi, bireysel dindarların dinsel eğilim düzeyine göre daha yüksektir.

H2: Bireysel ve cemaat dindarlığı ile depresyon eğilimi arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Bir cemaate mensup olan dindarlarda dinsel eğilim ile yaş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Bireysel dindarlarda dinsel eğilim ile yaş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H5: Bireysel dindarlık ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H6: Cemaat dindarlığı ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Bireysel dindarlık ve cemaat dindarlığı ile ekonomik durum arasında anlamlı farklılıklar vardır; ekonomik durumu çok düşük olan dindarlar, ekonomik durumu yüksek ve orta olanlara göre daha yüksek dinsel eğilim ortalamasına sahiptir.

H8: Cinsiyetin her iki dindarlık tipinde de depresyon eğilimi ile ilişkisi bulunmaktadır.

H8_a: Hem bir cemaate mensup olan dindarlarda hem de bireysel dindarlarda depresyona eğilim düzeyi cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterir; kadınların depresyon eğilim düzeyi, erkeklerin depresyon eğilim düzeyinden daha yüksektir.

H9: Eğitim düzeyinin her iki dindarlık tipinde de depresyon eğilimi ile ilişkisi bulunmaktadır.

H9_a: Hem bir cemaate mensup olan dindarlarda hem bireysel dindarlarda depresyona eğilim düzeyi eğitim seviyesine göre anlamlı farklılık gösterir; eğitim seviyesi düşük olanların depresyona eğilim düzeyi, eğitim seviyesi yüksek olanların depresyona eğilim seviyesinden daha yüksektir.

H10: Ekonomik durumun her iki dindarlık tipinde de depresyon eğilimi ile ilişkisi bulunmaktadır.

H10_a: Her iki dindarlık tipinde de depresyona eğilim düzeyi ekonomik duruma göre anlamlı farklılık gösterir; ekonomik durumu düşük olanların depresyona eğilim düzeyi, ekonomik durumu yüksek olanların depresyona eğilim düzeyinden daha yüksektir.

H11: Cemaate bağlılık düzeyi ile depresyona eğilimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Cemaate bağlılık düzeyi arttıkça depresyona eğilim düzeyi azalır.

3.1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada belirlenen dindarlık, cemaate bağlılık ve depresyona eğilim düzeyleri “Dindarlık Eğilim Ölçeği”, “Cemaate Bağlılık Ölçeği” ve “Beck Depresyon Ölçeği” nin ölçtüğü niteliklerde sınırlıdır. Ayrıca demografik değişkenler cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve ekonomik durum gibi değişkenlerle sınırlı tutulmuştur.

Araştırma, 494 katılımcıdan oluşan bir örneklem ile sınırlıdır.

Araştırma kesitseldir. Belirli bir süre zarfında yapılmıştır. Zamanla katılımcıların inanç, düşünce ve tutumlarında değişimler yaşanabileceği göz ardı edilemez bir gerçektir.

Araştırmanın genellenebilirliği 18 yaş ve üzeri yetişkin dindarlarla sınırlı tutulmuştur.

3.2. BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, katılımcılara uygulanan anketlerle ulaşılan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Öncelikle "Bireysel\Cemaat Dindarlığı

ve Demografik Değişkenlere Ait Bulgular"a yer verilecektir. İkinci olarak katılımcıların dindarlık ve depresyon düzeylerine dair genel profile yer verilecektir. Daha sonra ise "Bireysel\Cemaat Dindarlığı ve Depresyon Arasındaki İlişki ve Etkileşime Dair Bulgular", ve "Bireysel\Cemaat Dindarlığı, Depresyon ve Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki ve Etkileşime Dair Bulgular" sırasıyla sunulacaktır. Elde edilen bulgular tablolar halinde sunulacak olup gerekli açıklama ve yorumlamalar yapılacaktır. Elde edilen sonuçlardan sadece anlamlı olanlara yer verilecek olup, anlamlı olmayan sonuçlara değinilmeyecektir.

3.2.1. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ile Yaş İlişkisi

Bu araştırmada cevabı merak edilen önemli sorulardan biri de dindarlığın yaşa göre anlamlı farklılıklar gösterip göstermediği sorusudur. Katılımcıların dindarlık düzeyleri ile yaş grupları arasında nasıl bir farklılık olduğunu incelemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 5: Cemaate Mensup Olan Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Yaşları Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu		
Değişkenler		Yaş
Cemaat Dindarlığı	R	,154*
	p	,023
	N	220

Tablo 5’de görüldüğü üzere cemaate bağlı dindarlık ile yaş arasında pozitif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin var olduğu bulgulanmıştır. Cemaate bağlı dindarlarda yaş arttıkça dindarlık düzeyi de artış göstermektedir. Bireysel dindarlık ile yaş arasında istatistiksel anlamda anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Alan yazına baktığımızda dindarlık ile yaş ilişkisini inceleyen çalışmalarda da genel olarak yaş ile birlikte dindarlık düzeyinde bir artış olduğu tespit edilmiştir. Kızılgöçit (2011), Mehmedoğlu (2004), Uysal (2006), Köktaş (1993), araştırmalarında yaşla birlikte dindarlığın da gelişim gösterdiğini bulgulamışlardır.

Elde ettiğimiz bu sonuçlar, alanda yapılan diğer birçok çalışma ile de benzerlik göstermekte ve “*bir cemaate bağlı olan dindarlarda dinsel eğilim ile yaş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır*” şeklindeki hipotezimizi desteklemektedir. Yaşla birlikte olgunlaşan cemaate bağlılığı daha derinden hissederek yaşayan, hayat tarzı haline getiren cemaate bağlı dindarlarda yaşla birlikte dindarlık düzeyleri de artış göstermektedir.

3.2.2. Bireysel ve Cemaate Mensup Dindarlarda Dindarlık Düzeyi İle Eğitim Düzeyi Arasındaki İlişki

Dindarlık ile eğitim düzeyi arasında nasıl bir ilişki olduğu, bireysel dindarlar ile herhangi bir cemaate bağlı olan dindarların eğitim seviyelerinin, dindarlık düzeyini nasıl ve hangi yönde etkilediği ve iki grup arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı araştırmamızın temel problemlerinden biridir. Katılımcıların dindarlık düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan ANOVA testi sonucundan elde edilen sonuçlar aşağıda tablo halinde verilmiştir.

Tablo 6: Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri İle Eğitim Düzeyleri Arasındaki İlişki							
	Grup	N 274	Ort.	Ss	F	p	Fark
Bireysel Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyleri	1. İlkokul	8	4,4750	,52304	1.642	0,001	4>3
	2. Ortaokul	18	4,2111	,55401			
	3. Lise	66	4,2106	,51355			
	4. Lisans	174	4,3615	,46429			
	5. Lisansüstü	8	4,4000	,50143			

Tabloda 6’da görüleceği üzere bireysel dindarlık ortalamalarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda eğitim düzeylerinin aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ($F=1,642$; $p=,001$) Anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan Post-Hoc LSD testi sonuçlarına göre *lise grubu* ile *lisans grubu* arasında da dindarlık düzeyi açısından bir ilişki ve etkileşim vardır. Bu ilişki lisans grubunun lehine ($p<,05$)

düzeyinde anlamlı bir ilişkidir. Bu bağlamda bireysel dindarlar içerisinde lisans mezunu olanların dinsel eğilimlerinin, lise mezunu olanlara göre daha yüksek seviyede olduğu bulgulanmıştır.

Bu bulgular, *“bireysel dindarlık ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır”* şeklinde geliştirdiğimiz hipotezimizi desteklemektedir. Ancak bir cemaate mensup olan dindarlar için geliştirdiğimiz *“cemaat dindarlığı ile eğitim düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır”* şeklindeki hipotezimiz desteklenmemektedir.

Din Psikolojisi alanında yapılan çalışmalara baktığımızda genel olarak eğitim seviyesi yükseldikçe dindarlığın azaldığı tespit edilmiştir. Mehmedoğlu (2004) çalışmasında eğitim düzeyi ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki bulamamışken, Karaca (2000) ölüm psikolojisi üzerine yaptığı çalışmasında ortaokul ve lise mezunlarının, lisans mezunu ve akademisyenlere göre daha dindar olduklarını bulgulanmıştır. Karaca, bu sonucu ortaokul ve lise mezunlarının dine karşı daha teslimiyetçi yaklaştığını bu yüzdende dindarlık ortalamalarının daha yüksek olduğunu; lisans ve lisansüstü mezunu olanlarda ise eğitim seviyesinin artması sonucu dini şüphe ve sorgulamaların artmasıyla açıklamaktadır. Göcen (2012) konuyla ilgili araştırmasında ilkokul mezunu olanların lisans mezunu olanlara göre daha yüksek dini yönelim ortalamasına sahip olduğunu tespit etmiştir. Ayten (2009) çalışmasında farklı sonuçlara ulaşmış ve üniversite ve üzeri eğitim seviyesine sahip olanların genel dindarlıkta en yüksek ortalamaya sahip olduklarını bulgulanmıştır.

Konuyla ilgili çalışmalara baktığımızda birbirinde farklı sonuçlara ulaşıldığını, eğitim düzeyi ve dindarlık arasında kimi zaman pozitif kimi zaman negatif yönlü ilişki tespit edildiğini görmekteyiz. Biz çalışmamızda bireysel dindarlar içerisinde de lisans mezunu olanların hem ortaokul hem lise mezunlarına göre daha yüksek bir dinsel eğilim ortalamasına sahip olduğunu ve dinsel eğilimin eğitim düzeyine göre farklılık gösterdiğini tespit ettik. Bireysel dindarlar içerisinde lisans düzeyinde eğitim almış olan katılımcılar, dini ilkeleri kaynağından öğrenerek içselleştirmiş ve bilinçli bir dindarlık düzeyine ulaşmış olmaları sebebiyle hem lise hem ortaokul düzeyinde eğitim almış katılımcılara göre daha yüksek bir dindarlık ortalamasına sahip olduğundan söz edilebilir. Bireysel dindarlarda eğitim seviyesi yükseldikçe dindarlık düzeyi de yükselmektedir ancak cemaate bağlı dindarlar ile eğitim düzeyi arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

3.2.3. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki

Araştırmamızda ele alınan önemli başlıklardan biri de ekonomik durumu ile dindarlık arasındaki ilişkidir. Beş kategoride incelediğimiz ekonomik ile bireysel ve cemaat dindarlığı arasındaki ilişkiye dair sonuçlar aşağıda tablolar halinde verilmiştir.

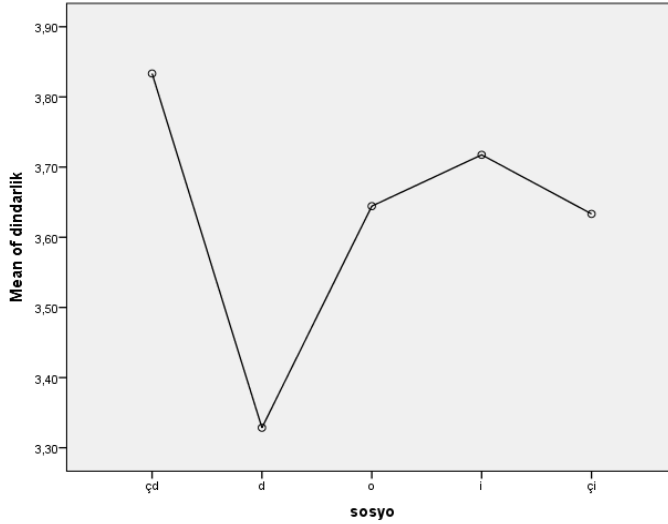
3.2.3.1. Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi ve Ekonomik Durum İlişkisi

Tablo 7: Cemaate Mensup Olan Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki							
	Grup	N 220	Ort	Ss	F	p	Fark
Cemaate Bağlı Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyleri	1.Çok Düşük	3	3,6923	,38462	5,82	0,001	1>2
	2.Düşük	21	3,1172	,28118			3>2
	3.Orta	106	3,0225	,46482			4>2
	4.İyi	80	3,0856	,41252			5>2
	5.Çok İyi	9	3,1282	,38075			

Tablo 7’de görüleceği üzere cemaate bağlı dinsel eğilim ortalamaları ile ekonomik durum arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda ekonomik durum aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=5,82$; $p=,001$). ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan LSD testi sonucuna göre ekonomik durumu *çok düşük* olanlar ile *düşük* olanlar arasında, çok düşük olanların lehine istatistiksel olarak ($p<,05$) düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Bu durum ekonomik durumu çok düşük olan cemaate bağlı dindarların ekonomik durumu düşük olan katılımcılara göre dinsel eğilim ortalamalarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Ayrıca tabloda görüleceği üzere ekonomik durumu düşük olan katılımcılarla, hem orta hem iyi hem de çok iyi ekonomik durumu olanlar arasında, ekonomik durumu

orta, iyi ve çok iyi olanların lehine ($p<,05$) düzeyinde anlamlı bir farklılık vardır. Bu durum bize ekonomik seviyesi orta, iyi ve çok iyi olanların daha yüksek bir dinsel eğilim seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.



Şekil 2: Cemaat Dindarlığı ve Ekonomik Durum

Ortalama grafiğinde de görüleceği üzere cemaate bağlı dindarlık ekonomik durumuna göre farklılık gösterir. Gelir durumu çok düşük olan yetişkinler, gelir durumu düşük, yüksek ve orta olanlara göre daha yüksek dinsel eğilim ortalamasına sahiptir. Ancak elde edilen bulgulara göre ekonomik durumu düşük olan katılımcılar ekonomik durumu hem çok düşük hem orta hem iyi hem de çok iyi olanlara göre en düşük dinsel eğilim ortalamasına sahiptir.

Ülkemizde yapılan çalışmalara baktığımızda genel olarak ekonomik seviye ile dindarlık arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu, gelir seviyesi yani maddi anlamda refah yükseldikçe dindarlık seviyesinde düşüş olduğunu görmekteyiz. Ancak elde edilen sonuçlar birbirinden farklılık arz etmektedir; örneğin Köktaş (1993), Akdoğan (2002), Yapıcı (2007) araştırmalarında gelir düzeyi ile dindarlık arasında ters orantılı bir ilişki tespit etmişler diğer yandan Şahin (1999), Karaca (2000), Uysal (2006) ve Göcen (2009) ise çalışmalarında dindarlık ile gelir durumu arasında herhangi bir ilişki tespit edememişlerdir.

Bireyin yaşam standardını belirleyen sosyo-ekonomik durum şüphesiz ki dini motivasyonu, yaşayış şeklini de doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemektedir. Daha önce yapılan çalışmalara baktığımızda elde edilen verilerden ulaşılan genel sonuç; gelir

seviyesi düştükçe dinsel eğilim seviyesinin arttığını göstermektedir. Nitekim çalışmamızda elde ettiğimiz sonuçlar, cemaate bağlı dindarlar söz konusu olduğunda *“bireysel dindarlık ve cemaat dindarlığı ile ekonomik durum arasında anlamlı farklılıklar vardır; ekonomik durumu çok düşük olan dindarlar, ekonomik durumu yüksek ve orta olanlara göre daha yüksek dinsel eğilim ortalamasına sahiptir”* şeklinde geliştirdiğimiz hipotezimizi doğrular niteliktedir.

3.2.3.2. Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri İle Ekonomik Durum Arasındaki İlişki

Tablo 8: Bireysel Dindarların Dindarlık Düzeyleri ile Ekonomik Durum Arasındaki İlişki							
	Grup	N 274	Ort	Ss	F	p	Fark
Bireysel Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyleri	1.Çok Düşük	2	4,1000	,42426	3.518	0,008	3>2 4>2
	2.Düşük	9	3,8111	,47288			
	3.Orta	164	4,3293	,48232			
	4.İyi	89	4,3820	,48137			
	5.Çok İyi	10	4,1100	,39001			

Bireysel dindarlık ortalamasının, ekonomik duruma göre anlamlı bir değişiklik gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan ANOVA testi sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda bireysel dindarlarda dindarlık düzeyi ile ekonomik durum arasında anlamlı bir ilişki olduğunu görmekteyiz.

Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD testi veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda ekonomik durumu *düşük* olanlar ile *orta* olanlar arasında dinsel eğilim puanları arasında bir ilişki olduğunu görmekteyiz. Bu ilişki tablo 8’de görüldüğü üzere ekonomik durumu orta olanların lehine anlamlı bir ilişkidir ($p<,05$). Bu durum bize gelir düzeyi orta seviyede olanların dinsel eğilim düzeyi ortalamalarının, gelir düzeyi düşük seviyede olanlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bir başka deyişle orta düzey gelire sahip olanlar, düşük olanlara göre daha dindardır. Aynı şekilde tabloya baktığımızda ekonomik

durumu *iyi* olanlarla *düşük* olanlar arasında da ekonomik durumu iyi olanların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlemlenmektedir. Bu bağlamda ekonomik durumu iyi olanların dinsel eğilim düzeyi ortalamalarının, ekonomik durumu düşük olanlara göre daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

Beş kategoride incelenen ekonomik durum ile hem bireysel dindarlık hem de cemaat dindarlığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmektedir. Ancak cemaate bağlı dindarlar arasında ekonomik durumu çok düşük olanların dindarlık ortalamaları daha yüksek olarak tespit edilmişken; bireysel dindarlarda ekonomik durumu iyi ve orta olanların düşük olanlara göre daha yüksek bir dindarlık ortalamasına sahip olduğu bulgulanmıştır. Bu durum bize bireysel ve cemaat dindarlarının ekonomik durum ve dindarlık ortalaması bağlamında farklılaştığını göstermektedir. Bireysel dindarlarda ekonomik durumu orta ve iyi olanlar daha dindar iken cemaate bağlı olan katılımcılarda çok düşük ekonomik seviyeye sahip olanlar daha dindar olarak tespit edilmiştir.

3.2.4. Dinsel Eğilim ve Depresyon Arasındaki İlişki

3.2.4.1. Düzeylerin Genel Ortalamaları

İnsan yaşantısına anlam katarak şekillendiren kurallar sistemi olarak din, öznel bir gerçeklik olarak karşımıza çıkarken; dindarlık, dini kural ve ilkelerin hem bireysel hem toplumsal yaşantıya aktarılmış halidir. Bilişsel, duygusal ve davranışsal yönleriyle dindarlık bireyin tutum ve davranışlarını önemli ölçüde etkiler. Ancak her bireyin dindarlığı yani dini anlama ve yaşayış biçimi birbirinden farklılık gösterir. Bu bağlamda dinamik bir süreç olan dindarlık, bireyin cinsiyetine, yaşına, eğitim durumuna veya medeni durumuna göre farklılık gösterebilen bir olgudur.

Bireysel dindarlık ve cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişkinin ele alındığı bu çalışmada, örneklemin bu değişkenlere ait genel profili tablo halinde verilmiştir.

Tablo 9: Katılımcıların Dinsel Eğilim Düzeyi Ortalamaları						
	Gruplar	N	M	SD	t	p
Dinsel Eğilim Düzeyi	Bireysel Dindar	274	4,3197	,48748	,372	,710
	Cemaate Bağlı Dindar	220	4,3014	,60760		

Kayıklık (2000) tarafından dinsel eğilimi ölçme amacıyla geliştirilen ve ölçek parametresinde en yüksek puanı 5 olan dindarlık ölçeğine verilen cevaplar ışığında örneklemin dinsel eğilim düzeyi ortalamasının, ortanın üzerinde bireysel dindarlarda (M: 4,31), cemaate bağlı dindarlarda ise (M: 4,30) bir değere sahip olduğu görülmektedir. Görüldüğü üzere iki tabaka halinde incelediğimiz örneklemimizde bir cemaate bağlı olmayan bireysel dindarların dinsel eğilim düzeyi ortalamaları bir cemaate mensup olan dindarların dinsel eğilim düzeyi ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Niteliksel olarak bireysel dindarlar ile herhangi bir cemaate mensup olan dindarlar arasında dinsel eğilim düzeyi açısından herhangi bir farklılık bulgulanmamıştır.

Elde edilen sonuçlarda karşılaştığımız bulgular; *“bir cemaate mensup olan dindarlar ile bireysel dindarlar arasında dinsel eğilim düzeyi açısından anlamlı bir farklılık vardır. Bir cemaate mensup olan dindarların dinsel eğilim düzeyi, bireysel dindarların dinsel eğilim düzeyine göre daha yüksektir”* şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir.

Tablo 10: Katılımcıların Depresyon Eğilim Düzeyi Ortalamaları						
	Gruplar	N	M	SD	t	p
Depresyon Eğilim Düzeyi	Bireysel Dindar	274	,5567	,38372	,637	,524
	Cemaate Bağlı Dindar	220	,5331	,42641		

Araştırmamızda Beck tarafından geliştirilen, 1989 yılında Hisli tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan 21 maddelik Beck Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek parametresinde her bir maddenin en yüksek puanı 3 olan ve katılımcıların depresyona yatkınlık düzeyini tespit etmek amacıyla dağıtılan anketlerden elde edilen bulgulara baktığımızda, örneklemin depresyona yatkınlık düzeyinin oldukça düşük seviyede olduğu görülmektedir. Bireysel ve cemaat dindarlığı açısından baktığımızda her iki grubun depresyona yatkınlık düzeyi arasında farklılık görülmemektedir. Elde ettiğimiz sonuçlar *“bir cemaate mensup olan dindarlar ile*

bireysel dindarlar arasında depresyon eğilimi açısından bir farklılık vardır” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Hem bireysel dindarlarda hem de bir cemaate bağlı olan dindarlarda depresif belirtilerin minimal düzeyde olduğu görülmektedir.

3.2.4.2. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi İle Depresyon Arasındaki İlişki

Bu araştırmada bireyin günlük yaşantısını olumsuz olarak etkileyen depresyon ile dindarlık arasındaki ilişki merak edilmiştir. Bireysel ve cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişki incelenmiş ve elde edilen bulgular tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 11: Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dinsel Eğilim Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu		
Değişkenler		Depresyon
Cemaate Bağlı Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyi	R	-,234*
	p	,000
	N	220
*0,01 düzeyinde anlamlıdır.		

Tablo 11’deki bulgulara baktığımızda cemaat dindarlığı ile depresyon arasında zayıf, negatif yönde, istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki ilişkinin var olduğu görülmektedir ($r=-,234$ $p<,01$). Bu sonuçlar bize cemaate bağlı dindarlık arttıkça depresyonun azaldığını göstermektedir. İnsanların belli bir grupta birlikte yaşadığı dindarlık, bireyi hayatın getirdiği zorluklara karşı daha güçlü hale getirmektedir. Bu bağlamda belirli bir cemaate mensup olan dindarlar depresyona karşı daha korunaklıdır.

Tablo 12: Bireysel Dindarda Dinsel Eğilim Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu		
Değişkenler		Depresyon
Bireysel Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyi	r	-,375*
	p	,000
	N	274
*0,01 düzeyinde anlamlıdır.		

Tablo 12’ye baktığımızda aynı şekilde bireysel dindarlık ile depresyon arasında zayıf, negatif yönde istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır ($r=-,375$ $p<,01$). Bu durum bize bireysel dindarlık arttıkça depresyona yatkınlık düzeyinin azaldığını göstermektedir. Hem bireysel dindarlık hem de cemaat dindarlığı ile depresyon arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

Bu sonuçlar “*bireysel ve cemaat dindarlığı ile depresyon eğilimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır*” şeklindeki hipotezimizi doğrulamaktadır. Daha önce yapılan çalışmalara baktığımızda da dinin ruh sağlığını olumlu yönde etkilediğini dindarlık seviyesi yüksek olan bireylerde hayat memnuniyeti, zorluklarla başa çıkma, stres vb durumlarda dinin koruyucu bir rol oynadığını görmekteyiz. Allah ile olumlu ilişki kurmak, O’na sığınmak, sorunlarının çözümü için O’na dua etmek bireyin sıkıntılarını gidermekte günahkarlık, intihar vb olumsuz duygulardan uzaklaştırmakta ve hayatına bir anlam katmaktadır. Böylelikle yüksek dindarlık düzeyi bireyi depresyona karşı korumakta ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Nitekim biz de hem bireysel hem cemaate mensup dindarlar gerçekleştirdiğimiz çalışmamızda dindarlık düzeyi arttıkça depresyon seviyesi azaldığını, yaşantıya, duygu ve düşüncelere aktarılan dindarlığın bireyin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyerek depresyona karşı koruduğunu görmekteyiz.

3.2.4.3. Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Cemaate Bağlılık Düzeyi ve Depresyon İlişkisi

Yukarıda cemaate bağlı olan dindarlarda, dindarlık arttıkça depresyon düzeyinin azaldığını vurgulamıştık. Bu bağlamda herhangi bir cemaate mensup olan dindarlarda, cemaate bağlılık düzeyi ile depresyon arasında herhangi bir ilişkinin var olup olmadığı

sorusunda hareketle aşağıda tablo halinde cemaate bağlılık düzeyi ve depresyon arasında tespit edilen ilişkiye yer verilmiştir.

Tablo 13: Cemaate Bağlılık Düzeyi ile Depresyon Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu		
Değişkenler		Depresyon
Cemaate Bağlılık Düzeyi	R	-,133*
	p	,048
	N	220
*0,05 düzeyinde anlamlıdır.		

Tablo 13’deki bulgulara göre cemaate bağlılık düzeyi ile depresyon arasında zayıf, negatif yönde, istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Cemaate bağlılık düzeyi arttıkça depresyon düzeyi azalmaktadır. Bu sonuç, “*cemaate bağlılık düzeyi ile depresyona eğilimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Cemaate bağlılık düzeyi arttıkça depresyona eğilim düzeyi azalır*” şeklinde geliştirdiğimiz hipotezimizi desteklemektedir.

İnsan sosyal bir varlıktır, cemaate bağlılık düzeyi arttıkça birey içinde bulunduğu gruba aidiyet hisseder. Belirli bir cemaat içerisinde diğer insanlarla bir arada olmak, değer görmek, aidiyet hissetmek bireyi depresyona karşı korumakta ve depresyon seviyesini en aza indirmektedir. Birlikte yaşanan dini yaşantı, paylaşılan dini kardeşlik duygusu, aynı mekan içerisinde olmak bireylerde cemaate hissettikleri aidiyet duygusunu artırmakta ve artan cemaate aidiyet duygusu bireyi hayatta karşılaştıkları sıkıntı ve zorluklara karşı daha dirençli hale getirmektedir. Bundan dolayı cemaate bağlılık düzeyi arttıkça depresyon düzeyinde azalma görülmektedir.

3.2.5. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dindarlık Düzeyi - Cinsiyet ve Depresyon İlişkisi

Araştırmamızda cevabı merak edilen sorulardan bir tanesi de bireysel/cemaat dindarlığı ile cinsiyet ve depresyon arasında herhangi bir ilişkinin var olup olmadığıdır. Aşağıda tablolar halinde her iki dindarlık grubunun cinsiyet ve depresyon ilişkisine yer verilmiştir.

Tablo 14: Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Dinsel Eğilim Düzeyi - Cinsiyet ve Depresyon İlişkisi (t-test)							
	<i>Cinsiyetiniz</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Bireysel Dindarların Dinsel Eğilim Düzeyi	<i>Kadın</i>	196	,5912	,39509	3,416	,317	0,01
	<i>Erkek</i>	78	,4627	,40548			

Kadın ve erkeklerin depresyon düzeylerinin karşılaştırması için yapılan t testi sonrasında kadın ve erkek bireysel dindarların depresyon düzeylerinin birbirinden farklı olduğu bulgulanmıştır. Kadınların depresyona eğilim düzeyleri ($\bar{x}$ =,5912), erkeklerin depresyona eğilim düzeylerinden ($\bar{x}$ =,4627) daha yüksektir.

Yapılan pek çok çalışmada kadınların dindarlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapıcı (2007), Cirhinlioğlu, Ok ve Cirhinlioğlu (2013), Kirman (2005) çalışmalarında kadınların dindarlık ortalamalarının erkeklere göre yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Bu durumun oluşmasında kadınların daha duygusal bir fitratta olmaları, erkeklere nazaran daha uysal, itaatkar bir tarzda yetiştirilmeleri, annelik duygusu kadınların dindarlık seviyesini artırıcı etkenler arasında sayılabilir.

Ruh sağlığı bağlamında kadın ve erkeklere baktığımızda, erkeklerin ruh sağlığı ve mutluluk düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğunu, kadınların ise depresyon ve anksiyete düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu görmekteyiz. Nitekim biz de çalışmamızda bireysel dindarlarda kadınların depresyon düzeylerinin erkeklere nazaran daha yüksek bir seviyede olduğunu bulguladık. Bu sonuç “*hem bir cemaate mensup olan dindarlarda hem de bireysel dindarlarda depresyona eğilim düzeyi cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterir; kadınların depresyona eğilim düzeyi, erkeklerin depresyona eğilim düzeyinden daha yüksektir*” şeklindeki hipotezimizi bireysel dindarlar söz konusu olduğunda doğrulamaktadır. Ancak cemaate bağlı olan dindarlarda ise depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

3.2.6. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyleri

Tablo 15: Cemaate Bağlı Dindarların Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyi Ortalamaları			
	<i>N</i> 220	<i>M</i> %	<i>SD</i>
<i>Psikiyatrik Rahatsızlıklar</i>	220	13,3	,49815
<i>Depresyon</i>	18	8,2	,27471
<i>Panik Atak</i>	4	1,8	,13391
<i>Obsesyon</i>	0	0	,00000
<i>Bipolar Bozukluk</i>	3	1,4	,11624
<i>Şizofreni</i>	1	0,5	,06742
<i>Sosyal Fobi</i>	2	0,9	,09513
<i>Diğeri</i>	1	0,5	,06742

Katılımcıların deskriptif düzeyleri ortalamalarına dair değerlerin yer aldığı Tablo 18'e baktığımızda cemaate bağlı olan dindar katılımcılarda *depresyon* ortalamasının diğer ortalamalara göre daha yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Her ne kadar rakamlar birbirine yakın olsa da depresyondan sonra ikinci en yüksek değer *panik atak* olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra ise sırasıyla *bipolar bozukluk*, sosyal fobi gelmektedir.

Tablo 16: Bireysel Dindarların Psikiyatrik Rahatsızlık Düzeyleri Ortalamaları			
	<i>N</i> 274	<i>M</i> %	<i>SD</i>
<i>Psikiyatrik Rahatsızlıklar</i>	274	8,4	,24276
<i>Depresyon</i>	13	4,7	,14097
<i>Panik Atak</i>	6	2,2	,04499
<i>Obsesyon</i>	1	0,4	,07777
<i>Bipolar Bozukluk</i>	0	0	,04499
<i>Şizofreni</i>	0	0	,10020
<i>Sosyal Fobi</i>	3	1,1	,04499

Tablo 16'da yer alan deskriptif düzeylere baktığımızda bireysel dindarlarda *depresyon* ortalamasının diğer ortalamalara göre daha yüksek olduğunu görmekteyiz.

Tabloda görüleceği üzere depresyondan sonra en yüksek ikinci ortalama panik atak olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra ise sırasıyla sosyal fobi ve obsesyon gelmektedir.

3.2.7. Bireysel ve Cemaate Mensup Olan Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanılan Olaylar Ve Depresyon İlişkisi

Bireysel ve cemaat dindarlarının son zamanlarda yaşadıkları olaylarla depresyon düzeyi arasında nasıl bir ilişki ve etkileşimin var olduğu bu çalışmada cevabı aranan bir diğer sorudur. Hem sosyal hem bireysel anlamda içinde bulunduğu durumdan etkilenen bir varlıktır. Bu bağlamda araştırmada katılımcıların son zamanlarda yaşadığı olaylarla depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu şeklinde bir hipotez geliştirilmiştir. Bireysel ve cemaat dindarları olarak iki gruba ayırdığımız örneklemimizde, depresyon ile son zamanlardaki yaşam olayları arasındaki ilişki aşağıda tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 17: Cemaate Bağlı Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanılan Olaylar ve Depresyon Arasındaki İlişki							
Son Zamanlarda Yaşanan Olaylar	Grup	N 220	Ort	Ss	F	p	Fark
Cemaate Bağlı Olan Dindarlar	1.Sıkıntılı olaylar	35	,6653	,35400	3.302	0,03	1>3
	2.Normal olaylar	144	,5344	,42069			
	3.Güzel olaylar	41	,4158	,47631			

Tablo 17’de, veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile güzel olaylar yaşayanlar arasında depresyon düzeyleri açısından bir ilişki meydana geldiğini görmekteyiz. Bu ilişki tabloda görüldüğü üzere cemaate mensup olan dindarlarda son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile güzel olaylar yaşayanlar arasında sıkıntılı olaylar yaşayanların lehine anlamlı bir ilişki vardır. Bu durum bize son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanların depresyon düzeylerinin, güzel olaylar yaşayanlara göre daha yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar, güzel olaylar yaşayanlara göre depresyona daha meyillidir.

Tablo 18: Bireysel Dindarlarda Son Zamanlarda Yaşanan Olaylar ve Depresyon İlişkisi							
Son Zamanlarda Yaşanan Olaylar	Grup	N 274	Ort	Ss	F	p	Fark
Bireysel Dindarlar	1.Sıkıntılı olaylar	81	,8172	,43399	32.852	0,000	1>2
	2.Normal olaylar	161	,4537	,30681			
	3.Güzel olaylar	32	,4152	,26780			

Bireysel dindarların son zamanlarda yaşadıkları olaylara göre depresyon düzeylerinin anlamlı bir değişiklik gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan ANOVA testi sonucunda bireysel dindarlarda son zamanlarda yaşanan olaylarla depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. ANOVA sonrası Scheffe testi uygulanmıştır.

Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında oluştuğunu belirlemek amacıyla yapılan Post- Hoc Scheffe testi veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile normal olaylar yaşayanlar arasında depresyon düzeyleri açısından bir ilişki meydana geldiğini görmekteyiz. Bu ilişki tabloda görüldüğü üzere bireysel dindarlarda son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile normal olaylar yaşayanlar arasında sıkıntılı olaylar yaşayanların lehine anlamlı bir ilişki vardır. Bu durum bize son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanların depresyon düzeylerinin, normal olaylar yaşayanlara göre daha yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar, normal olaylar yaşayanlara göre depresyona daha meyillidir.

Araştırmamızda merak edip baktığımız bazı değişkenler arasında ise anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir. Özetleyecek olursak elde ettiğimiz sonuçlarda bireysel\cemaat dindarlığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmamızda elde ettiğimiz verilere göre cinsiyet faktörünün dindarlık üzerinde herhangi bir etkisi yoktur. Aynı şekilde bireysel\cemaat dindarlığı ile yaş ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Yine yaptığımız veri çalışmalarında

bireysel\cemaat dindarlığı ile ekonomik durum ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada bireysel ve cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişki ele alınmıştır. Ayrıca katılımcıların dindarlık ve depresyon düzeyleri ile yaş, cinsiyet, ekonomik durum, eğitim seviyesi gibi demografik özellikleri arasında istatistiksel anlamda nasıl bir ilişkinin var olduğu incelenmiştir. Araştırma 2018 yılında İstanbul'da yaşayan, yaşları 18-65 arasında değişen 494 yetişkin dindar birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Anket yöntemiyle veriler toplanmış ve SPSS programı ile analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlarda araştırmaya katılan bireysel dindar kategorisindeki katılımcıların yüksek düzeyde dinsel eğilim ortalamasına (M: 4,31), bir cemaate mensup olan katılımcıların ise yine yüksek düzeyde dinsel eğilim ortalamasına (M: 430) sahip olduğu görülmektedir. Bir cemaate mensup olan dindarlarla bireysel dindarları karşılaştırdığımızda, bir cemaate bağlı olmayan bireysel dindarların dinsel eğilim düzeyi ortalamaları bir cemaate mensup olan dindarların dinsel eğilim düzeyi ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını görmekteyiz. Depresyona eğilim düzeylerine baktığımızda bireysel dindar katılımcıların çok düşük düzeyde depresyon eğilim ortalamasına (M:0,55), aynı şekilde bir cemaate mensup olan katılımcıların da depresyona eğilim düzeylerinin çok düşük düzeyde bir depresyon eğilim ortalamasına (M: 0,53) sahip olduğunu görmekteyiz.

Araştırmada dindarlık ve depresyon ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi gösteren bulgular, çalışmamızın en başında kurduğumuz hipotezler bağlamında incelenmiştir. Araştırmada ulaşılan bulgular tablolar halinde sunulmuştur. Elde edilen sonuçlarda cemaate bağlı dindarlık ile yaş arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu, cemaate bağlı olan dindarlarda yaş arttıkça dinsel eğilim düzeyinin de artış gösterdiği tespit edilmiştir. Bireysel dindarlarda ise dinsel eğilim ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Dinsel eğilim ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediğimizde, bireysel dindarlık ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğunu görmekteyiz. Buna göre bireysel dindarlar arasında lisans mezunu olanların dinsel eğilim ortalamaları, lise mezunu olanlara göre daha yüksek seviyededir. Bu sonuçlar bize bireysel dindarlarda eğitim seviyesi yükseldikçe dinsel eğilimin de yükseldiğinin göstermektedir. Ancak araştırmada bir cemaate bağlı dindarlık ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Yapılan araştırmada bireysel ve cemaat dindarlığı ile ekonomik durum arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir. Buna göre bir cemaate bağlı olan dindarlar arasında ekonomik durumu çok düşük olanların dinsel eğilim ortalaması, ekonomik durumu düşük olanlara nazaran daha yüksek seviyededir. Ekonomik durumu çok düşük olanların, düşük olanlara göre daha dindar olduklarını söyleyebiliriz. Ayrıca araştırmada gelir durumu orta, iyi ve çok iyi olanlar, gelir durumu orta olanlara göre daha yüksek dinsel eğilim ortalamasına sahiptir.

Bireysel dindarlık ile ekonomik durum arasındaki ilişkiyi incelediğimizde orta düzey gelire sahip olanlar, düşük olanlara göre daha yüksek dinsel eğilim ortalamasına sahiptir. Ayrıca elde ettiğimiz bulgulara göre bireysel dindarlarda ekonomik durumu iyi olanlar, düşük olanlara göre daha dindardırlar.

Araştırmamızın temel hipotezi olan bireysel /cemaat dindarlığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi incelediğimizde bir cemaate bağlı dindarlık ile depresyon arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre bir cemaate bağlı dindarlık arttıkça depresyona eğilim düzeyi azalmaktadır. Bireysel dindarlık ve depresyon arasında ise aynı şekilde negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bireysel dindarlık arttıkça depresyona eğilim düzeyi azalmaktadır.

Araştırmamızda bireysel/cemaat dindarlığı ile cinsiyet ve depresyon arasında ilişki incelenmiş ve bireysel dindarlık tipinde de kadınların depresyona eğilim düzeylerinin ($\bar{x}=,5912$), erkeklerin depresyona eğilim düzeylerinden ($\bar{x}=,4627$) daha yüksek seviyede olduğu bulgulanmıştır. Ancak, cemaate bağlı dindarlarda depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bireysel ve cemaat dindarlığı ile psikiyatrik rahatsızlıklar arasındaki ilişki incelenmiş ve cemaate bağlı dindarlarda *depresyon* ortalamasının diğer ortalamalara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Her ne kadar rakamlar birbirine yakın olsa da depresyondan sonra ikinci en yüksek değer *panik atak* olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra ise sırasıyla *bipolar bozukluk*, sosyal fobi gelmektedir.

Bireysel dindarlarda ise aynı şekilde *depresyon* ortalamasının diğer ortalamalara göre daha yüksek olduğunu görmekteyiz. Depresyondan sonra en yüksek ikinci

ortalama panik atak olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra ise sırasıyla sosyal fobi ve obsesyon gelmektedir.

Araştırmamızda bireysel ve cemaat dindarlığı ile son zamanlarda yaşanan olaylar ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiş ve cemaate bağlı dindarlarda, son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile güzel olaylar yaşayanlar arasında depresyon düzeyleri açısından bir ilişki meydana geldiği tespit edilmiştir. Bu ilişki cemaate mensup olan dindarlarda son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar ile güzel olaylar yaşayanlar arasında sıkıntılı olaylar yaşayanların lehine anlamlı bir ilişkidir. Bu durum bize son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanların depresyon düzeylerinin, güzel olaylar yaşayanlara göre daha yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Başka bir ifadeyle son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar, güzel olaylar yaşayanlara göre depresyona daha meyillidir.

Bireysel dindarlarda son zamanlarda yaşanan olaylarla depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Buna göre son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanların depresyona eğilim düzeylerinin, normal olaylar yaşayanlara göre daha yüksek seviyede olduğunu göstermektedir. Son zamanlarda sıkıntılı olaylar yaşayanlar, normal olaylar yaşayanlara göre depresyona daha meyillidir.

Araştırmamızda incelediğimiz bazı değişkenler arasında anlamlı ilişkiler tespit edilememiştir. Elde ettiğimiz sonuçlarda bireysel\cemaat dindarlığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgulara göre cinsiyet faktörünün dindarlık üzerinde herhangi bir etkisi yoktur. Aynı şekilde bireysel\cemaat dindarlığı ile yaş ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Yine yaptığımız veri çalışmalarında bireysel\cemaat dindarlığı ile ekonomik durum ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Ülkemizde dindarlık ve ruh sağlığı bağlamında yapılmış olan pek çok araştırma bulunmaktadır. Ancak bireysel ve cemaat dindarlığı ile ilgili ülkemizde yapılmış herhangi bir bilimsel çalışmaya rastlanmamıştır. Toplumumuzda cemaatlerin hem bireysel hem toplumsal yaşantımızda oldukça önemli bir yere sahip olmasına rağmen bilimsel anlamda cemaatlerin hayatımıza ve ruh sağlığımıza nasıl bir etkisi olduğuna dair çalışmalar yapılmamış olup daha çok kavramsal çerçevede cemaatlerin kendine özgü yapıları hakkında bilgi veren çalışmalar yapılmıştır. Özellikle din psikolojisi

alanında dindarlığın önemli bir alt tipi olan bireysel ve cemaat dindarlığı ile ilgili çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Özellikle Müslüm toplumlarının kültürel ve dini yaşantıları dikkate alınarak hazırlanmış, bireysel ve cemaat dindarlığını kapsayacak dindarlık ölçeklerine ihtiyaç duyulmaktadır.

Batıda yapılan çalışmalarda dindarlık türleri ile ilgili Hristiyan örneklem üzerine geliştirilmiş ölçek çalışmaları mevcuttur. Ancak bu ölçeklerin Müslüman-Türk kültür yapısına çok fazla uyum sağlamadığını görmekteyiz. Özellikle din psikolojisi literatüründe Müslümanlar tarafından geliştirilmiş, hem kültürel yapımıza hem dini ilke ve uygulamalarımıza uygun ölçeklere ihtiyaç duyulmaktadır.

Din psikolojisi literatüründe dindarlığın ve bireysel/cemaat dindarlığının çeşitli değişkenlerle arasındaki ilişkiyi araştıran geniş örneklem gruplarıyla yapılmış akademik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Cemaatlerin ülkemizdeki ve bireysel yaşantımızdaki önem ve etkilerine ışık tutacak şekilde cemaatlerin yapıları hassas bir şekilde inceleyen ve günlük rutinlerden ruhsal sağlığa kadar hayatımıza olan etkilerine yer veren çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

KAYNAKÇA

Abu-Raiya, Hisham, Pargament, Kenneth, I., 2011	Empirically Based Psychology of Islam: Summary and Critique of the Literature, Mental Health, Religion & Culture, 14 (2), ss: 93-115
Allport, G. V., 2014	Birey ve Dini, Ankara, Elis Yayınları
Allport, G. V., Ross, J. M., 1967	Personal Religious Orientation and Predudice, Journal of Personality and Social Psychol, 5 (4), 432-443
Akdoğan, A.: 2002	Geleneksel Toplumdan Modern Topluma Geçişte Dini Hayat, İstanbul, Rağbet Yayınları
Akyüz, N., Çapçioğlu, İ., 2012	Din Sosyolojisi El Kitabı, Ankara, Grafiker Yayınları
Amerikan Psikiyatri Birliği	Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. Dördüncü baskı (1994). Çev.: E. Köroğlu, Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
Ammerman, N.T., 2012	Cemaatler: Yerel, Sosyal ve Dini, Din Sosyolojisi, Edt., P. B. CLARKE, Çev.: İ. Çapçioğlu, Ankara, İmge Kitabevi.
Arslanoğlu, K., 2002	Psikiyatri El Kitabı, İstanbul, Adam Yayınları.
Aronson, E., Wilson, T., Akert. R., 2012	Sosyal Psikoloji, Çev.: O. Gündüz, İstanbul, Kaknüs Yayınları.
Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Hilgard, E. R., 1995	Psikolojiye Giriş II, California Üniversitesi, San Diego, Çev: K. Atakat, M. Atakay, A. Yavuz, İstanbul, Sosyal Yayınları.
Ayten, A., 2009	Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma, M.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi , 37 (2), 111-128.
2012	Psikoloji ve Din, İstanbul, İz Yayıncılık.
2013	Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”, Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Cilt 13, Sayı 3, ss. 7-31
2015	Din, Erdem ve Sağlık, İstanbul, Çamlıca Yayınları
Ayten, A., Göcen, G., Sevinç, K., & Öztürk, E. E., 2012	Dini Başa çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi , 12 (2), 45-79.
Baetz, M. R., Bowen, G. Jones & T. Kuru- Sengul, 2006	How Spiritual Values and Worship Attendance Relate to Psychiatric Disorders in the Canadian Population, Canadian Journal of Psychiatry, 51 (10), 654-661.

Bahadır, A., 2002	Anlam Arayışı ve Din, İstanbul, İnsan Yayınları
2011	İnsanın Anlam Arayışı ve Din, İstanbul, İnsan Yayınları
Baumeister. R. F.& Leary, M. R., 1995	The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. Psychological Bulletin, 117, ss.497-529.
Bayyığıt, M., 2001	Gençlik ve Din; Üniversite Gençliği Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma, Ankara, Yediveren Kitap.
Bergin, A. E., Masters, K. S. & Richards, P. S., 1987	Religiousness and Mental Health Reconsidered: A Study of an Intrinsically Religious Sample, Journal of Counseling Psychology 34 (2), 197-204.
Bilgin, N., 2008	Sosyal Psikoloji, İzmir, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları No: 145, 2. Baskı.
Blackburn, I. M., 1992	Depresyon ve Başa Çıkma Yolları”, Çev: N. H. Şahin, R. N. Rugancı, İstanbul, Remzi Kitabevi.
Bodur, H. E., 2003	Moonculuk Hareketi ve Türkiye’de Benzer Bir Cemaat Yapılanmasının Sosyolojik Analizi, K.S.Ü.İ.F. Dergisi, yıl: 1, , s. 1, Ocak-Haziran s. 13-39
Bram, A. W., Hein, E., Deeg, D. J., Twisk, J. W., Beekman, A. T., Tilburg W., 2004	Religious Involvement and 6 Year Course of Depressive Symptoms in Older Dutch Citizens: Results From The Longitudinal Aging Study Amsterdam, Journal of Aging Health 16(4), 467-489.
	Psikoloji Sözlüğü, Ankara, Bilim ve Sanat Yay.
Butcher, J. N., Mineka, S., Hooley, J. M., 2011	Anormal Psikoloji”, Çev.: O. Gündüz, İstanbul, Kaknüs Yay.
Cevizci, A., 1999	Felsefe Sözlüğü, İstanbul, Paradigma Yayınları.
Cengil, M., 2003	Depresyonu Önlemede Dini İnançın Koruyucu Rolü, Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi 3(2) 129– 153.
Charney E, Weissman M., 1988	Epidemiology of Depressive and Manic Syndromes In Depression and Mania, ed(s) Georgotas A, Cancro R. Elsevier, New York.
Cirhinlioğlu, Z., Ok, Ü., Cirhinlioğlu, F. G., 2013	Dindarlık Ruh Sağlığı ve Modernite, Ankara, Nobel Yayıncılık
Coşkun, A., 2005	Sosyal Değişme ve Dini Normlar, İstanbul, Dem Yayınları.
Cummings, S. M., Neff, J. A. ve Hussaini B. A., 2003	Functional Impairment as a Predictor of Depressive Symptomatology: The Role of Race, Religiosity, and Social Support, Health and Social Work, 28 (1), 23-32.
Cüceloğlu, D., 1997	İnsan ve Davranışı, İstanbul, Remzi Kitabevi.
Çelik, C., 2011	Türkiye’de Dini Grupların Sosyolojisi”, Kayseri: ERUSAM, Analiz no: 1
2013	Din Sosyolojisi, Konya, Palet Yayınları.

Davinson, G. C., Neale, J. M., 2011	Anormal Psikoloji, Çev: İhsan Dağ, Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları
Dein, S., Kımter, N., 2014	Din, Maneviyat ve Depresyon: Tetkik ve Tedavi İçin Öneriler, Ekev Akademi Dergisi Yıl: 18 Sayı: 58, s.739-750
Develioğlu, F., 1970	Osmanlı – Türkçe Ansiklopedik Lügat, Ankara
Doksat M. K., 2003	Evrimsel Perspektiften Depresyon ve Sitokinler, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 13(3).
Draz, M. A., 2007	Din ve Allah İnancı, Çev.: B. Karlığa, İstanbul, Bir Yayıncılık
Efe, A., 2008	Gruplaşma ve Cemaatleşme Olgusunun Sosyolojik Açıdan İncelenmesi, Isparta: Tuğra Yayınevi.
Emmons, R. A., Paloutzian, R. F., 2002	The Psychology of Religion”, Annual Review of Psychology, 54(1): 377-402
Erikson, E., 1984	İnsanın Sekiz Çağı, Çev.: T. B. Üstün, V. Şar, Ankara, Birey ve Toplum Yayınları
Freyer, H., 1964	Din Sosyolojisi, Çev.: T. Kalpsüz, Ankara, A.Ü.İ.F. Yayınları, No:54.
Fromm, E., 1990	Psikanaliz ve Din, Çev.: Ş. ALPAGUT, İstanbul, Kabalcı Yayınları,
Gazali, 1998	el-Munkız Mİne'd Dalal, Çev.: Y. Pakiş. 3. Baskı, İstanbul, Umran Yay.,
Glock, C., 1998	Dindarlığın Boyutları Üzerine, Din Sosyolojisi, Edt. M. E. Köktaş - Y. Aktay Ankara, Vadi Yayınları
Göcen, G., 2012	Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi: Ankara.
Gönüllü, M., 2001	Grup ve Grup Yapısı, C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, Cilt 2, Sayı 1, s.199-200
Göregenli, M., 1995	Kültürümüz Açısından Bireycilik-Toplulukçuluk Eğilimleri: Bir Başlangıç

	Çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, 10(35), 1-14.
Günay, Ü., 1998	Din Sosyolojisi, İnsan Yayınları
2001	Din Sosyolojisi, İstanbul, İnsan Yayınları.
2005	Din Sosyolojisi, İstanbul, İnsan Yayınları.
2006	Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi, Adana, Karahan Kitabevi
2008	Davranış Bilimleri, Ankara, Nobel Yayınları, 4. Baskı
Güngör, E., 1982	İslam'ın Bugünkü Meseleleri, İstanbul, Ötüken Yayın
Doksat, M. K., 2003	Evrimsel Perspektiften Depresyon ve Sitokinler, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 13(3).
Draz, M. A., 2007	Din ve Allah İnancı, Çev.: B. Karlığa, İstanbul, Bir Yayıncılık
Gürses, İ., 2001	Kölelik ve Özgürlük Arasında Din, Bursa, Arasta Yay.
Gürses, İ., 2010	Dindarlık ve Kişilik, Bursa, Emin Yayınları
Gürsu, O., 2011	Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Konya, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
Güven, H., 2008	Depresyon Dindarlık İlişkisi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
Hallahmi, B., Argyle, M., 1992	Yaş ve Din, Çev.: A. Kurt, Bursa, U.Ü.İ.F. Dergisi, sayı:4
Hallahmi, B., Argyle, M., 1975	The Social Psychology of Religion, Routledge & Kegan Paul.
Hodges, S., 2002	Mental Health, Depression and Dimensions of Spirituality and Religion. J Adult Develop, 9,109-115.
Hofstede, G. & Spangenberg, J., 1987	Measuring individualism and collectivism at occupational and organizational levels, In Çev. Kağıtçıbaşı (Ed.), Growth and progress in

	cross-cultural psychology, Lisse, Holland: Swests and Zeitingen.
Hogg, M. A., Vaughan, G. M., 2007	Sosyal Psikoloji, Çev.: İ. Yılmaz, A. Gelmez, Ankara, Ütopya Yayınları.
Horozcu, Ü, Kalkan, K., 2017	Cemaate Bağlılık Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, Cilt 3, Sayı: 2, s. 27-37
Hökelekli, H., 2008	Din Psikolojisi, Ankara: T.D.V. Yayınları
Hökelekli, H., 2010	Din Psikolojisine Giriş, İstanbul, Dem Yayınları
Işık, E., 1991	Duygulanım Bozuklukları: Depresyon ve Mani, İstanbul, Organon Yay.
Jang S. J., Johnson B. R., 2004	Explaining Religious Effects on Distress Among African Americans, Journal for The Scientific Study of Religion 43 (2), 239-260
Johnson, D. W., Johnson, F.B., 1987	Joining Together: Group Theory and Group Skills, 3. Baskı, Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
Kağıtçıbaşı, Ç., 1988	İnsan ve İnsanlar, İstanbul, Evrim Basım Yayın Dağıtım
Karaca, F., 2000	Ölüm Psikolojisi, İstanbul, Beyan Yayınları
2015	Din Psikolojisi, Trabzon, Eser Ofset Matbaacılık
Karacoşkun, M. D., 2012	Din Psikolojisi El Kitabı, Ankara, Grafiker Yayınları
Kayıklık, H., 2011	Din Psikolojisi; Bireysel Dindarlık Üzerine, Adana, Karahan Kitabevi
Kayıklık, H., 2006	Değişen Dünyada Birey, Din ve Dindarlık, “Dindarlığın Sosyo-psikolojisi” Edt.: Adana, Karahan Kitabevi.
2006	Bireysel Dindarlığın Boyutları ve İnanç-Davranış Etkileşimi, İslami Araştırmalar Dergisi, Cilt 19, Sayı:3, s. 491-499
Kızılgeçit, M., 2011	Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık İlişkisi, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum

Kirman, M. A., 2011	Din Sosyolojisi Terimleri Sözlüğü, İstanbul, Rağbet Yayınları
Koenig, H. G., George L.K. ve Peterson B.L., 1998	Religiosity and Remission of Depression Medically İll Older Patients, The American Journal of Pschiatry, 155 (4), 536-542
Koenig, H.G., 2004	“Religion, Spirituality and Medicine: Research findings and Implications for Clinical Practice, Southern Medical Journal, 97(12), ss.1194-1200
Kocacık, F., 1997	Toplumbilim, Sivas, C.Ü. Yayınları
Köknel, Ö.,1989	Depresyon; Ruhsal Çöküntü, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi
Köktaş, M. E., 1993	Türkiye’de Dini Hayat, İstanbul, İşaret Yayınları
Köroğlu, E., 2006	Depresyon Nedir? Nasıl baş edilir?, HYB Yay.
Köse, A., Ayten, A., 2012	Din Psikolojisi, İstanbul, Timaş Yayınları.
Köylü, M., 2010	Ruh ve Beden Sağlığı ile Din İlişkisi Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirmesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 2010, sayı: 28, ss. 5-36
Gürses, İ., 2001	Kölelik ve Özgürlük Arasında Din, Bursa, Arasta Yay.
2010	Dindarlık ve Kişilik, Bursa, Emin Yayınları
Gürsu, O., 2011	Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Konya, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
Kurt, A., 2008	İş Adamlarında Dindarlık ve Dünyevileşme, Bursa, Emin Yayınları
Kurktan, A., 1995	Genel Sosyoloji, İstanbul, Filiz Kitabevi, 5. Baskı
Küey, L., Üstün, T., Güleç, C., 1987	Türkiye’de Ruhsal Bozukluklar Epidemiyolojisi Araştırmaları Üzerine Bir Gözden Geçirme Çalışması, Toplum ve Hekim, 44: 16-30
Lenski, L., 1963	Thé Religious Factor, New York 1963 [Aktaran Ali Ulvi Mehmedoğlu, Kişilik ve Din, Dem Yay., İstanbul, 2004, s. 27]

Lonczak, H.S., Clifasefi, S. L., Marlatt, G. A., Blume A. W. & Donovan D. M., 2006	Religious Coping and Psychological Functioning in a Correctional Population, Mental Health, Religion and Culture 9 (2), 171-192
Loo, H., Loo, P.,1993	Depresyon, Çev.: A. Öz, İstanbul, İletişim Yayınları
Malcver, R. M., Pace, C. H., 1971	Cemiyet I, Çev.: Amiran Kurtkan, İstanbul, Milli Eğitim Basımevi
Maltby, J., Day , L., 2000	Depressive Symptoms and Religious Orientation: Examining the Relationship Between Religiosity and Depression Winthin The Contex of Other Correlates of Depression, Personality and Individual Differences 28 (2), 383-393
Mehmedoğlu, A. U., 2004	Kişilik ve Din, İstanbul, Dem Yayınları
Mirola, S. A., 1999	A Refuge for Some: Gender Differences inthe Relationship Between Religious İnvolment, and Depression, Sociology of Religion, 60 (4), 419-437
Murphy, P. E. vd., 2007	Klinik Depresyon Hastalarında Dini İnanç ve Uygulamaların Depresyon ve Umutsuzlukla İlişkisi, Atatürk Ün. İlahiyat Fakültesi Dergisi, 48(2), ss.161-170.
Okumuş, E., 2002	Gösterişçi Dindarlık, İstanbul, Ark Yayınları
Oktuğ, Z., Özden, M., 2013	Bireycilik/Toplulukçuluk ile Bireysel Yenilikçilik Eğilimi Arasındaki İlişkide İçsel Motivasyonun Biçimlendirici Rolü, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Aralık, 14(2), 1-22.
Oltmanns, T. F., Neale, J. M., Davison, G. C., 2003	Anormal Davranışlar Psikolojisinde Vak'a Çalışmaları, Çev: İ. Dağ, Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yay.
Onay, A., 2004	Dindarlık, Etkileşim ve Değişim, İstanbul, Dem Yayınları
Öztürk, O. ve ark., 1983	Ruh Sağlığı ve Hastalıkları, Ankara, Türkiye Sinir ve Ruh Sağlığı Derneği Yayınları
Sağır, Z., 2014	Suriyeli Mültecilerde Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.

Sakallı, N., 2001	Sosyal Etkiler, Ankara, İmge Kitabevi
Salsman, J. M., Carlson, C. R., 2005	Religious Orientation, Mature Faith and Psychological Distress: Elements of Positive and Negative Associations, Journal For The Scientific Study of Religion, 44(2), 201-209
Savurun, M., 1999	Depresyonun Tanımı ve Epidemiyolojisi, İ.Ü Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri: Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu, 2-3 Aralık
Stack, S., 2000-2001	Dindarlık, Depresyon ve İntihar, çev.: Talip Küçükcan, Akademik Araştırmalar Dergisi, sayı:7-8, s. 79
Şahin, İ., 2006	Değişim Sürecinde Bir Anadolu Kasabasında Kadın Dindarlığı: Boğazlıyan Örneği, "Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi", Edt.: Ü. Günay-C. Çelik, Adana, Karahan Kitabevi Yayınları
Şengül, F., 2007	Dindarlık ve Ruh Sağlığı İlişkisi, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
Şentürk, Ü., 2005	Değişim Sürecinde Cemaatleşme ve Yeni Cemaatler, Toplumsal Yapı, Edt., Yaşar Kaya, İstanbul, Turan Yayıncılık
Şerif, M., Şerif, C., 1996	Sosyal Psikolojiye Giriş, Çev. M. Atakay, A. Yavuz, İstanbul: Sosyal Yayınları.
Taplamacıoğlu, M., 1962	Yaşlara Göre Dinî Yaşayışın Şiddet ve Kesafeti Üzerinde Bir Anket Denemesi, AÜİF Dergisi, C. 10, s. 149-150.
Taş, K., 2005	Üniversite Gençliğinin Dindarlık Kriterleri, Ankara, Alter Yay.
Tekin, M., 2016	Din Sosyolojisi, İstanbul, Rağbet Yayınları
Triandis, H. C., 2001	Individualism- Collectivism and Personality, Journal of Personality, 69(6): 907- 924.
Tokur, B., 2011	Stres-Dindarlık İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum
Uluocak, Ş. 2012	Sosyal Gruplar ve Grup Dışı Birliktelikler, Davranış Bilimleri, Edt., N.

	Güngör Ergen, B. Şahin Kütük, R. Coştur, Ankara, Siyasal Kitapevi.
Uysal, V., 1995	İslami Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma, İslami Araştırmalar, Cilt VII, sayı 3-4, 1995
2006	Türkiye’de Dindarlık ve Kadın, İstanbul: Dem Yayınları
Ünal, M. S., 2011	Dinsel Bireycilik, Ankara, Açılımkitap.



EKLER

EK-1

Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz
☐ Kadın ☐ Erkek
2. Yaşınız.....
3. Eğitim durumunuz
☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü
4. Ekonomik durumunuz
☐ Çok düşük ☐ Düşük ☐ Orta ☐ İyi ☐ Çok iyi
5. Bir dini cemaate bağlılık duyuyor musunuz?
☐ Hayır ☐ Evet
6. Hayatınızda sizi derinden sarsan bir olay (travma) yaşadınız mı?
☐ Hayır ☐ Evet
7. Cevabınız evet ise başaückıkmda aşğıdakilerden hangisi/lerinin yardımını gördünüz?
(Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)
☐ Dinimin ☐ Cemaatimin ☐ Ailemin ☐ Arkadaşlarıımın
☐ Psikolog/psikiyatırın ☐ Diğer (Lütfen yazınız)....
8. Psikiyatrik bir tanı aldınız mı? Aldıysanız hangisi? (birden fazla işaretleyebilirsiniz)
☐ Hayır ☐ Depresyon ☐ Panikatak ☐ Obsesif Kompulsif Bozukluk
☐ Bipolar Bozukluk ☐ Şizofreni ☐ Sosyal fobi
☐ Diğer (Lütfen yazınız)....
9. Son zamanlarda ne tür yaşam olaylarıyla karşı karşıya kalıyorsunuz?
☐ Sıkıntılı olaylar ☐ Normal olaylar ☐ Güzel olaylar
10. Son zamanlardaki psikolojinizi nasıl değerlendirirsiniz?
☐ Çok bozuk ☐ Bozuk ☐ Normal ☐ İyi ☐ Çok iyi

EK-2
Dinsel Eğilim Ölçeği

	Aşağıda okuduğunuz cümlelerin sizi ne kadar anlattığını düşünerek, o sütundaki kutucuğu (X) şeklinde işaretleyiniz.	Bana hiç uygun değil	Bana uygun değil	Kararsızım	Bana uygun	Bana tamamen uygun
1	Dinimin gereklerini hayatımın her alanına uygulamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Allah'ın varlığını her zaman güçlü bir şekilde hissederim.	1	2	3	4	5
3	Her önemli karar aşamasında Allah'tan bana rehberlik etmesini isterim.	1	2	3	4	5
4	Dinî inançlarım bazen davranışlarımı sınırlar.	1	2	3	4	5
5	Benim için hiçbir şey, Allah'a ibadet etmekten daha önemli değildir.	1	2	3	4	5
6	Dinî inanç ve değerlerimi diğer bütün dünyevî işlerimin üzerinde tutmaya büyük gayret gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Dinî inançlarım hayata bakış açımı belirler.	1	2	3	4	5
8	Ahlakî bir hayat yaşadığım sürece, neye inandığım o kadar önemli değildir.	1	2	3	4	5
9	Dinî inanç ve değerlerin, günlük işlerimi etkilemesine izin vermem.	1	2	3	4	5
10	Hayatta dinden çok daha önemli şeyler olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5

EK -3
Cemaate Bağıllık Ölçeği

	Hiç uygun değil	Uygun değil	Kısmen uygun	Uygun	Tamamen uygun
Dünya görüşümü, hayata bakışımı içinde bulunduğum cemaatin görüşlerine paralel olarak belirlerim.	1	2	3	4	5
Evlilik, meslek vb. konularda karar verirken cemaatimin/cemaat liderimin görüşünü göz önünde bulundururum.	1	2	3	4	5
Kendimi bu cemaatin bir üyesi olarak görmüyorum	1	2	3	4	5
Eğitim hayatının başlangıcında olsam cemaatimin/cemaat liderimin tasvip etmediği bir okulda okumam.	1	2	3	4	5
Cemaatimin tercihi siyasi tercihim etkilemez	1	2	3	4	5
Bu cemaatin bugün olmayacağını söyleseler kendimi kötü hissederim.	1	2	3	4	5
Cemaatimde kendimi iyi hissetmezsem çıkarım	1	2	3	4	5
Zor zamanlarımda cemaatimden yardım görüyorum.	1	2	3	4	5
Evlilik çağında olsam cemaatim/cemaat liderim tasvip etmese de kendi uygun gördüğüm kişiyle evlilik yaparım.	1	2	3	4	5
Olur da dini bir konuda cemaatimin görüşü mezhebimin görüşüyle çelişirse cemaatimin görüşünü tercih ederim.	1	2	3	4	5
Bu cemaatin üyesi olmaktan mutluluk duyuyorum.	1	2	3	4	5
Her ne kadar bu cemaate üye olsam da bundan daha iyi cemaatler olabilir.	1	2	3	4	5
Cemaatim/cemaat liderim herhangi konuda bir şey söylerse onu sorgulamam.	1	2	3	4	5

EK- 4

Beck Depresyon Ölçeği

Aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini işaretleyiniz.

- 1- ☐ 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.
☐ 1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
☐ 2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
☐ 3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.
- 2- ☐ 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.
☐ 1. Gelecek hakkında karamsarım.
☐ 2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
☐ 3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
- 3- ☐ 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.
☐ 1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
☐ 2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
☐ 3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.
- 4- ☐ 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
☐ 1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
☐ 2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
☐ 3. Her şeyden sıkılıyorum.
- 5- ☐ 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.
☐ 1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
☐ 2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
☐ 3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 6- ☐ 0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.
☐ 1. Cezalandırılabilceğimi hissediyorum.
☐ 2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
☐ 3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.
- 7- ☐ 0. Kendimden memnunum.
☐ 1. Kendi kendimden pek memnun değilim.
☐ 2. Kendime çok kızıyorum.
☐ 3. Kendimden nefret ediyorum.
- 8- ☐ 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.
☐ 1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
☐ 2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
☐ 3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.

- 9- ☐ 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
☐ 1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
☐ 2. Kendimi öldürmek isterdim.
☐ 3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
- 10- ☐ 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
☐ 1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.
☐ 2. Çoğu zaman ağlıyorum.
☐ 3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 11- ☐ 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
☐ 1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
☐ 2. Şimdi hep sinirliyim.
☐ 3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.
- 12- ☐ 0. Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
☐ 1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
☐ 2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
☐ 3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.
- 13- ☐ 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.
☐ 1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
☐ 2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
☐ 3. Artık hiç karar veremiyorum.
- 14- ☐ 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.
☐ 1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
☐ 2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
☐ 3. Kendimi çok çirkin buluyorum.
- 15- ☐ 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
☐ 1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
☐ 2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
☐ 3. Hiçbir şey yapamıyorum.
- 16- ☐ 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.
☐ 1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
☐ 2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
☐ 3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
- 17- ☐ 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.
☐ 1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
☐ 2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
☐ 3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.
- 18- ☐ 0. İştahım her zamanki gibi.
☐ 1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
☐ 2. İştahım çok azaldı.
☐ 3. Artık hiç iştahım yok.
- 19- ☐ 0. Son zamanlarda kilo vermedim.
☐ 1. İki kilodan fazla kilo verdim.
☐ 2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
☐ 3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

- 20-** () 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.
() 1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
() 2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
() 3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum.
- 21-** () 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.
() 1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
() 2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.
() 3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.

