

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

TANRI'YA BAĞLANMA İLE DİNÎ BAŞA ÇIKMA İLİŞKİSİ

LEYLA ŞEN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2022

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**

TANRI'YA BAĞLANMA İLE DİNİ BAŞA ÇIKMA İLİŞKİSİ

LEYLA ŞEN

Danışman: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Asım YAPICI

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Rifat GEÇİOĞLU

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ADANA / 2022

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma, jürimiz tarafından Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK
(Danışman)

Jüri: Prof. Dr. Asım YAPICI

Jüri: Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Rifat GEÇİOĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

...../...../2022

Prof. Dr. Serap ÇABUK
Enstitü Müdürü

NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlâk kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, • Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 04/10/2022

Leyla ŞEN

ÖZET

TANRI'YA BAĞLANMA İLE DİNİ BAŞA ÇIKMA İLİŞKİSİ

Leyla ŞEN

Yüksek Lisans Tezi, Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK

Ekim 2022, 90 sayfa

Bu çalışmanın amacı, bireylerin Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Nicel desen ve ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmış olan araştırmanın örneklemini, Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde eğitim alan 564 öğrencidir. Araştırmada, sosyodemografik değişkenler için *Kişisel Bilgi Formu*; Tanrı'ya bağlanma stilleri için *Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE)*; dinî başa çıkma tarzları için ise *Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ)* kullanılmıştır. Verilerin analizinde; t-test, ANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon ve çoklu karşılaştırma testlerinden LSD analizleri kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında yüksek düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki; Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tanrı'ya kaygılı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında yüksek düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki bulunurken; Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında orta düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Tanrı'ya kaygılı bağlanma ve kaçınmacı bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönde bir ilişki olsa da, bu ilişkiler anlamlılık düzeyinde bulunmamıştır. Ortaya çıkan sonuçlar literatür çerçevesinde yorumlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma, Tanrı'ya Bağlanma, Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma

ABSTRACT**THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT TO GOD AND RELIGIOUS
COPING****Leyla ŞEN****Master's Thesis, Department of Philosophy and Religious Sciences****Supervisor: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK****October 2022, 90 pages**

This study, which investigates the relationship between God attachment styles and religious coping styles, was designed according to the quantitative design and relational screening model. The sample of the research consists of 564 students studying at various faculties of Çukurova University. *Personal Information Form* for sociodemographic variables; Turkish adaptation of *Attachment to God Inventory (AGI)* for God attachment styles; and Turkish adaptation of *Religious Coping Scale (RCOPE)* for religious coping styles, were used in this study. In the analysis of data; t-test, ANOVA, Pearson Product-Moment Correlation and LSD that is a kind of multiple comparisons tests were used. According to the results obtained, a highly positive and significant relationship between secure attachment to God and positive religious coping; a low-level positive and significant relationship was found between secure attachment to God and negative religious coping. While there is a highly positive and significant relationship between anxious attachment to God and negative religious coping; a moderately positive and significant relationship was found between avoidant attachment to God and negative religious coping. There was no significant relationship between insecure (anxious and avoidant) attachment to God and positive religious coping although it was negative relationship. These results were interpreted within the framework of the literature.

Key Words: Attachment, Attachment to God, Coping, Religious Coping

ÖN SÖZ

İnsan, diğer canlılardan farklı olarak dünyaya geldikten sonra bakıma en uzun süre ihtiyaç duyan varlıktır. Bu muhtaç olma hâli, yaşamını idame ettirebilmesi için onu başkalarına bağlı/bağımlı bir hale getirmektedir. Bunun yanında, sosyal bir varlık olması, öğrenme ve keşfetme yolculuğunu sosyalleşme ve diğerleriyle aynileşme yoluyla gerçekleştirmesini gerekli kılmaktadır. Gerek hayatta kalabilmesi için başkalarına olan ihtiyacı gerekse iletişim ve aynileşmeye olan eğilimi, insanı ilişki ve bağ kurmaya zorunlu hâle getirmektedir. Bu iletişim ve aynileşme süreci, *bağlanma* denilen mekanizma aracılığıyla sürmektedir. Başkalarıyla güçlü duygusal bağ kurma eğilimi olarak bağlanma, bebeklik çağında ortaya çıkan ve hayat boyu devam eden bir seyir izlemektedir. Bebeklikte birincil bakım verenle kurulan bağlanma ilişkisi, daha sonraki yaşam dönemlerinde farklı bağlanma figürleriyle devam etmektedir. Bu ilk bağlanma deneyimleri, ileri dönemde ortaya çıkacak bağlanma ilişkilerinin de şekillenmesine neden olmaktadır. Bağlanma mekanizmasının bir ürünü olan ve *içsel çalışma modelleri* adı verilen zihinsel temsiller ise, kişinin kendine, başkalarına ve dünyaya karşı varsayımlarını şekillendirmektedir. Böylece birey, dünyaya ve başkalarına karşı kendi konum, rol ve ilişkisini nasıl devam ettirmesi gerektiğine dair bir şemaya sahip olmaktadır. Ayrıca bireyin zor zamanlarda nasıl hareket etmesi gerektiğine dair yol haritaları çizen bu şemalar sayesinde birey başa çıkmayı da öğrenmektedir.

Bireyin başa çıkmada inancını kullanma yolu olarak dinî başa çıkma, bireyin kutsal ile olan ilişkisinden bağımsız şekilde düşünülemez. Dinin kutsalla kurulan münasebetin bir ürünü olması dolayısıyla insan, kutsal bir sır olan Tanrı ile de tecrübî bir ilişki içerisine girer. Bu tecrübî ilişki, duygusal bir nitelik taşımaktadır. Gerek dinin Tanrı/kutsal ile olan ilişki üzerine kurulu olması, gerek bu ilişkinin duygusal bir bağ ihtiva etmesi, gerekse de bebeklikteki ebeveyn/temel bakım veren ile kurulan bağlanma mekanizmasının bir bağlanma figürü olarak Tanrı ile benzer şekilde işlemesi, Tanrı'ya bağlanmanın bir bağlanma türü olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bağlanma için geçerli olan fonksiyonların Tanrı için de geçerli olduğu söylenebilir. Bu durumda, bağlanma ve Tanrı'ya bağlanmanın benzer mekanizması bizi, bağlanma sisteminin başa çıkmayı şekillendirmesi gibi Tanrı'ya bağlanmanın da dinî başa çıkmayı şekillendirebileceği düşüncesine götürmektedir.

Tanrı'ya bağlanma ile dinî başa çıkma ilişkisini inceleyen bu araştırmanın giriş bölümünde araştırmanın problemi, amacı ve önemine yer verilmiştir. İkinci bölümde ise,

problemin kavramsal çerçevesi çizilmiş ve bu bağlamda bağlanma kavramı, bağlanma kuramı, bağlanma stilleri ve gelişim dönemlerine göre bağlanma süreci; Tanrı'ya bağlanmanın temellendirilmesi, bir bağlanma figürü olarak Tanrı ve Tanrı'ya bağlanma ile ilgili hipotezler; stres, başa çıkma, dinî başa çıkma, başa çıkma unsurları, etkinlikleri ve tarzlarının teorik alt yapısı verilmiştir. Üçüncü bölümde, araştırmanın yöntemi kapsamında araştırma modeli, hipotezler, evren ve örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanması, verilerin analizi ve araştırmanın sınırlılıklarına dair bilgiler sunulmuştur. Dördüncü bölümde, araştırmadan elde edilen verilerin analizi neticesinde ortaya çıkan bulgulara yer verilmiştir. Beşinci bölümde, araştırma bulguları literatür bulguları ile birlikte tartışılmış, altıncı ve son bölümde ise, araştırmanın sonuçları ve önerileri sunulmuştur.

Bu tez çalışması sürecinde gösterdiği anlayış, destek ve rehberliği ile yanımda olan ve beni motive eden kıymetli danışmanım sayın Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK'a teşekkürlerimi sunuyorum. Din psikolojisi alanı ile tanışmama vesile olan ve yüksek lisans yapmaya beni teşvik eden değerli hocam Prof. Dr. Asım YAPICI'ya araştırmanın problem ve metoduna dair önerilerinden dolayı teşekkürü borç biliyorum. Ayrıca araştırma verilerinin analizi sırasında, tüm yoğunluğuna rağmen yardımlarını esirgemeyen Arş. Gör. Dr. Ali KOÇAK'a da çok teşekkür ediyorum.

Manevi destek ve dualarıyla her daim yanımda olup beni motive eden, şefkat, sevgi, anlayış ve ilgileriyle beni iyileştiren aileme ve bilhassa sevgili ablalarımın eğitim hayatım boyunca yanımda oldukları için tüm içtenliğimle minnettarlığımı sunuyorum. İlgi, sevgi, yakınlık ve dualarıyla manevi desteklerini esirgemeyen, beni teşvik eden ve araştırma sürecinde yükümü hafifleten tüm dostlarıma ve sevdiklerime şükran borçluyum.

Son olarak sevgi, ilgi ve yüce gönüllüğüyle kızı olmaktan gurur duyduğum, şefkat timsali biricik anneme; hayatta olduğu için şanslı hissettiğim, beni her daim önemseyen, gözeten ve buralara gelmemde üzerimdeki hakkı çok olan canım babama minnet ve şükranlarımı sunuyorum.

Bu çalışmayı, dünyaya gelmeme vesile olan ve beni ben yapan anne ve babama şükranlarımın bir göstergesi olarak adıyorum.

Leyla ŞEN
Adana / 2022

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
ÖN SÖZ	vi
KISALTMALAR	xi
TABLolar LİSTESİ	xii
ŞEKİLLERİ LİSTESİ.....	xiii
EKLER LİSTESİ.....	xiv

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	2
1.3. Araştırmanın Önemi	2

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma	3
2.1.1. Bağlanma Kavramı	3
2.1.2. Bağlanma Kuramı	3
2.1.3. İçsel Çalışma Modelleri	6
2.1.4. Bağlanma Stilleri	6
2.1.5. Bağlanma ve Gelişim.....	10
2.1.5.1. Bebeklik ve Çocukluk Dönemi	11
2.1.5.2. Ergenlik Dönemi	14
2.1.5.3. Yetişkinlik Dönemi	14
2.2. Tanrı'ya Bağlanma	17
2.2.1. Bir Bağlanma Figürü Olarak Tanrı.....	19
2.2.1.1. Yakınlık Arayışı ve Yakınlığı Sürdürmek	19
2.2.1.2. Güvenli Sığınak.....	21
2.2.1.3. Güvenlik Üssü	22

2.2.2. Tanrı'ya Bağlanma İle İlgili Hipotezler	22
2.2.2.1. İlişki (İkame) Hipotezi	22
2.2.2.2. Telafi Hipotezi.....	23
2.3. Dinî Başa Çıkma.....	25
2.3.1. Stres ve Başa Çıkma	25
2.3.2. Din ve Başa Çıkma	26
2.3.3. Dinî Başa Çıkma Unsurları.....	28
2.3.4. Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri.....	31
2.3.5. Dinî Başa Çıkma Tarzları	33

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli.....	35
3.2. Araştırmanın Hipotezleri	36
3.3. Evren ve Örneklem	37
3.4. Veri Toplama Araçları	39
3.4.1. Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE).....	40
3.4.2. Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ).....	40
3.4.3. Kişisel Bilgi Formu.....	40
3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	41
3.6. Sınırlılıklar	41

BÖLÜM IV

BULGULAR

4.1. Ölçeklere Dair Bulgular.....	42
4.2. Demografik Değişkenlere Göre Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma Bulguları	43
4.2.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları	43
4.2.2. Yaş Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları..	44
4.2.3. Fakülte Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları	45

4.2.4. Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları	47
4.2.5. Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları	48
4.3. Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma İlişkisine Dair Bulgular	49

BÖLÜM V

TARTIŞMA

5. 1. Demografik Değişkenlere Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma.....	51
5.1.1. Cinsiyete Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma	51
5.1.2. Yaşa Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma	53
5.1.3. Fakülteye Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma	55
5.1.4. Anne ve Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma	56
5.2. Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma İlişkisi	60

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç	64
6.2. Öneriler	69

KAYNAKÇA.....	72
----------------------	-----------

EKLER	85
--------------------	-----------

KISALTMALAR

akt.	: Aktaran
bkz.	: Bakınız
C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
DBÇ	: Dinî Başa Çıkma
DBTÖ	: Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği
Ed.	: Editör
s.	: Sayfa
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences
TBE	: Tanrı'ya Bağlanma Envanteri
t.y.	: Tarih yok
vb.	: ve benzeri
vd.	: ve diğerleri

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Ebeveyn Dindarlığının Bir Fonksiyonu Olarak Yetişkin Dindarlığı ile Çocuklukta Bağlanma Güvenliği	24
Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyete İlişkin Betimsel Değerleri	37
Tablo 3. Katılımcıların Fakültelere İlişkin Betimsel Değerlerleri	37
Tablo 4. Katılımcıların Yaşa İlişkin Betimsel Değerlerleri	38
Tablo 5. Katılımcıların Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Dair Betimsel Değerleri.....	39
Tablo 6. Katılımcıların Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Dair Betimsel Değerleri.....	39
Tablo 7. Ölçeklere İlişkin Betimsel Değerler	42
Tablo 8. Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları.....	43
Tablo 9. Katılımcıların Yaş Durumu Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Korelasyon Analiz Sonuçları.....	44
Tablo 10. Katılımcıların Fakülte Durumu Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının ANOVA Analiz Sonuçları	45
Tablo 11. Katılımcıların Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyi Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları.....	47
Tablo 12. Katılımcıların Baba ile Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyi Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları.....	48
Tablo 13. Katılımcıların Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları	49

ŞEKİLLERİ LİSTESİ**Sayfa**

Şekil 1. Bağlanmanın Tanımlayıcı Özellikleri	4
Şekil 2. Dört Kategori Modeli'nde Temel Bağlanma Boyutları ve Kategorileri	9
Şekil 3. Araştırmanın Modeli	35



EKLER LİSTESİ

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu.....	85
Ek 2. Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği.....	88
Ek 3. Tanrı'ya Bağlanma Envanteri	89



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi

Günlük hayatta, iç veya dış dünyada karşılaşılan zorlu süreçler ve stres verici durumlar karşısında bireyin, bilişsel ve davranışsal olarak geliştirdiği çabalar veya sürece başa çıkma denir (Ekşi, 2001). Birey başa çıkma sürecinde, karşılaşılan duruma bilişsel veya duygusal anlam yükleme, savunma mekanizmaları geliştirme, davranışsal girişimlerde bulunma gibi tepkilerde bulunur (Çolak, 2020). Bunun yanında, bireyin hayatına anlam veren bir alan olarak dinin, zorluklara karşı sunduğu teselli ve yön gösterme (Ayten, 2012b) hizmeti de, bireyin inandığı din aracılığıyla bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak güç bulmasını ve dini, başa çıkma aracı olarak kullanmasını sağlar. Ancak bireyin başa çıkma sürecinde her zaman başarılı olamaması, olumlu dinî başa çıkmanın yanında olumsuz dinî başa çıkma şekillerini de kullanması (Ekşi, 2001), bu durum ile ilişkili olabilecek değişkenlerin varlığını sorgulatmaktadır. Bununla birlikte, dinî yaşayışın bir unsuru olan dinî başa çıkmanın yordayıcılarının belirlenmesi; bireysel dinî hayatı olumsuz etkileyen sağlıksız başa çıkma şekillerinin arka planını anlama adına önem arz etmektedir. Bu bağlamda akla gelebilecek yordayıcılardan biri, Tanrı'ya bağlanma şeklidir.

Tanrı'ya bağlanma; Bowlby tarafından temelleri atılan bağlanma kuramından yola çıkılarak, yaşamın ilk yıllarındaki bir ebeveyn veya birincil bakım veren ile kurulan ilişki mekanizmasının, benzer şekilde Tanrı ile kurulan ilişkide de ortaya çıktığı savından hareket eden yaklaşımdır (Erdoğruca Korkmaz, 2012; Subaşı, 2012). Nitekim, ebeveyne bağlanma ile Tanrı'ya bağlanma arasındaki benzer örüntü ve yaşam boyu edinilen diğer bağlanma figürleri gibi Tanrı'nın da bir bağlanma figürü olması (Sağlam Demirkan, 2020; Subaşı, 2012), bağlanma-Tanrı'ya bağlanma ilişkisini ortaya koymaktadır.

Dinî başa çıkma sürecinde bireyin kullandığı başa çıkma tarzlarının, zorlu süreçler karşısındaki algı ve tutumlarının Tanrı ile kurduğu ilişkiden bağımsız olması düşünülemez. Stresli bir durum ile karşılaşan bireyin bunu Tanrı'nın bir cezası olarak görme eğilimi, Tanrı ile arasındaki ilişkide bir güven sorunu olduğunu; buna karşılık, bu durumu Tanrı ile birlikte üstesinden geleceği bir olgunlaşma fırsatı şeklinde değerlendirmesinin, bu süreçte Tanrı'yı güvendiği bir dayanak olarak benimsediğini göstermektedir. Nitekim, bağlanma figürüne karşı güvenli veya güvensiz bağlanan

bireyin dinî ve manevi başa çıkma tarzlarının buna göre değiştiği bilinmektedir (Eryücel, 2013). Tanrı'ya güvenli bağlanma ile dinî başa çıkma arasındaki anlamlı veriler de bu durumu desteklemektedir (Sağlam Demirkan, 2020).

Sonuç olarak; dinî başa çıkma sürecini anlamlandırma ve arka plandaki yordayıcıların mahiyetini ortaya koyma adına, Tanrı'ya bağlanma ile dinî başa çıkma ilişkisini yetişkin örnekleminde ele almak isteyen bu araştırmanın problemi, “Yetişkin bireylerin Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma tarzları arasında anlamlı bir ilişki var mı?” sorusu üzerine kurulmuştur.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı; yetişkin bireylerin Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin varlığını, var olan ilişkinin ne anlam ifade ettiğini incelemek ve dinî başa çıkmanın yordayıcıları hakkında daha fazla bilgi sahibi olarak literatüre katkı sağlamaktır.

Amaç:

- “Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma tarzları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?”
- “Kişisel Bilgi Formu'nda yer alan değişkenler (cinsiyet, yaş, ... vb.) açısından Tanrı'ya bağlanma stilleri ve dinî başa çıkma tarzları anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?”

sorularına yanıt aramaktır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Araştırma sonucu elde edilecek verilerin, dinî başa çıkmanın yordayıcılarını anlamaya yönelik daha fazla bilgi sahibi kılacağı ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanında, bireyin dinsel hayatının şekillenmesinde temel teşkil edebilecek bir unsur olarak Tanrı'ya bağlanma üzerinde ebeveyn rolünü anlamaya yardımcı olacağı ümit edilmektedir. Böylece, dinî başa çıkmanın arka planı hakkında daha fazla bilgi sahibi olmanın; olumsuz dinî başa çıkmayı yordayan değişkenlerin sağaltımına ve daha sağlıklı bir dinî yaşantı için manevi uygulamaların geliştirilmesine yönelik veri sunması öngörülmektedir. Ayrıca, din eğitiminde bağlanma mekanizmasının önemine dikkat çekmesi beklenmektedir.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağlanma

2.1.1. Bağlanma Kavramı

Terim anlam itibariyle bağlanma, “*bir başkasıyla kurulan, genellikle güçlü ve uzun ömürlü duygusal bağ*” olarak ifade edilmekte ve bilhassa bebek ve anne ilişkisi için kullanılmaktadır (Statt, 2002). Kavramın terim anlam kökenlerine bakılacak olursa, on sekizinci yüzyıl filozofu ve yazar olan Rousseau’nun “*anne-bebek ilişkisi*” kavramını kullanan ilk kişi olduğu görülür. Yazarın bağlanma hakkındaki yazıları “*annelik sevgisi*” ile ilişkilidir (Goulet vd., 1998).

Bağlanma kuramının temellerini atan John Bowlby’e (1977, 1988) göre bağlanma; belirli/özel birileriyle kurulan, içinde güvenlik, rahatlık ve desteği barındıran güçlü bir duygusal bağ ifade eder. Kuram temelinde bu bağ ile bilhassa; anne-çocuk, ebeveyn-çocuk veya temel/birincil bakım veren-çocuk arasındaki ilişki kast edilmektedir (Doksat & Çiftçi, 2016).

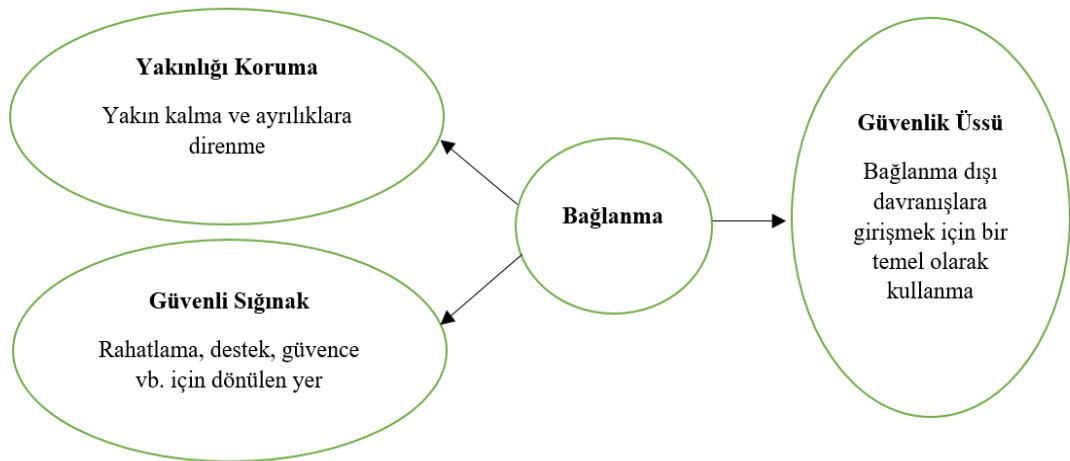
2.1.2. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı; 1950 yılında Dünya Sağlık Örgütü’nün (WHO) isteği üzerine, evsiz çocukların ruh sağlığı hakkında bir rapor yayımlayan Bowlby’nin çocukluğun erken döneminde anneden ayrılmanın kişilik gelişimi üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmaları ile başlamıştır (Bowlby, 1982b). Bowlby kuramını; psikanaliz, etoloji, deneysel psikoloji ve öğrenme kuramlarından yararlanarak şekillendirmiş (Hinde & Stevenson-Hinde, 1993), anne mahrumiyeti yaşayan veya fiziksel bakım almasına rağmen yeterli sevgi ve ilgi görmeyen çocukların yaşadığı psikopatolojik sorunlardan yola çıkarak geliştirmiştir. O, bu kuramı “insanların belirli birileriyle güçlü duygusal bağ kurma eğilimini kavramsallaştırmanın ve istenmeyen ayrılık ve kayıpların doğurduğu kaygı, öfke, depresyon ve duygusal uzaklaşma içeren birçok duygusal sıkıntı ve kişilik bozukluğu biçimini açıklamanın bir yolu” olarak adlandırır (Bowlby, 1977).

Sosyal bir varlık olan ve doğumuyla birlikte fizyolojik ihtiyaçları dolayısıyla uzun süreli bakıma gereksinim duyan insan, doğası gereği bağlanmaya ihtiyaç duyar. Bağlanma; çocuk ve bakım vereni arasındaki ilişkide, çocuğun bakım verene yönelik

gelişen onu arama, onunla yakınlık kurma isteği ve buna yönelik geliştirdiği davranışlarla kendini gösteren, bilhassa stresli durumlarda belirginleşen, sürekliliği ve tutarlılığı olan, hayat boyu devam eden bir duygusal bağdır (Bowlby, 1958, 1982b, 1988, 2005).

Bireylerin kendileri için önemli olan diğerleriyle duygusal bağ kurma eğilimi olarak bağlanma sistemi, bebeğin hayatta kalabilmesi için gerekli olan fiziksel yakınlığı muhafaza ederek hem çevreden gelebilecek tehlikelere karşı koruma hem de çevreyi keşfetmelerine yardımcı olacak koşullar için imkân sağlar (Sümer & Güngör, 1999b). Bowlby'e göre bu sistem; korku, hastalık veya yorgunluk hallerinde, bir bağlanma figürüyle ilişki ve yakınlık kurmaya duyulan güçlü bir istek olarak ifade edilmektedir. Bireyin tehdit hissetmediği veya bağlanma figüründen ayrılmadığı durumlarda bu sistem aktive olmaz (Bowlby, 1980, 1982b). Bebek özellikle herhangi bir sıkıntı veya korku halinde bağlanma figürüne yakınlık kurma eğilimine girer. Bu tür zamanlarda bağlanma figürü, bebeği rahatlatacak ve kendisini yeniden güvende hissedebileceği güvenli bir sığınak işlevi görmektedir. Bununla birlikte bakım veren, bebeğin çevresini keşfetmesine yardımcı olacak bir güvenlik üssü olarak bebeğin keşfetmek için ayrılıp yeniden dönebilmesine olanak sağlar. Bowlby'e göre "*yakınlığı koruma*", "*güvenlik üssü*" ve "*güvenli sığınak*" bağlanmanın üç temel özelliği ve bağlanma ilişkisinin üç temel işlevidir (Hazan & Shaver, 1994). Bağlanmanın bu tanımlayıcı özellikleri Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1. Bağlanmanın Tanımlayıcı Özellikleri

Kaynak: Hazan & Shaver, 1994

Bunun yanında bağlanma ile keşif davranışı birbiriyle bağlantılıdır. Bireyin dünya hakkında bilgi sahibi olabilmesi ve tecrübe elde edebilmesi için keşfetmeye yönelmesi gerekir. Bundan dolayı, bu keşif sürecinde bağlanma figürünün ortamda mevcut olması veya o güvenceyi çocuk için sağlamış olması gerekir (Bowlby, 1973). Bu şekilde, bağlanma figürünü güvenlik üssü olarak gören bebek, bağlanma figüründen aldığı güvence ile çevreyi keşfe çıkar ve öğrenme yolunda ilerlemeye başlar. Bu süreçte karşılaştığı zorluklarla da başa çıkmayı öğrenen bebek, herhangi bir tehlike veya sıkıntı anında rahatlama, destek alma veya emniyet ihtiyacı için tekrardan güvenli bir sığınak olarak gördüğü bağlanma figürüne yönelir. Bağlanma figürünün bebeğe verdiği bu güvence yoluyla, bebeğin kendine olan güveni ve başa çıkma mekanizması da şekillenmiş olur. Bu anlamda, bireyin “özerk” olabilmesine yardımcı olan merak duygusu aracılığıyla kendini ve çevreyi keşfedebilmesi için bağlanma figürünün “güvenlik üssü” fonksiyonunu gerçekleştirebilmesi önem arz etmektedir. Bu fonksiyonların gerçekleşebilmesi ise, çocuğa bakım verenlerin duyarlı olma düzeyi ile ilişkilidir (Sümer, 2020).

Bağlanma sisteminde temel hedef fizyolojik ve psikolojik yakınlık kurmaktır (Fraley, 2002). Yaşamın erken yıllarında şekillenen bu sistem, anne-bebek ilişkisinde yakınlığı koruyan ve bağlanmayı sağlayan belli başlı bağlanma davranışlarına sahiptir. Bu davranışlar emmek, sarılmak, takip etmek, ağlamak ve gülümsemek vb. gibi doğuştan gelen davranışlardır. Ağlama ve gülme yoluyla annenin bebeğe yönelmesi ve yakınlığın sürdürülmesi sağlanır. Takip etme veya sarılma yoluyla ise, bebeğin anneye gitmesi ve yakınlığın korunması sağlanır (Bowlby, 1958). Bu yolla hem bebeğin fiziksel ihtiyaçları giderilmiş ve hayatta kalma olasılığı artmış olur hem de anne-bebek arasında karşılıklı bir şekilde gelişen, bağlanma denilen duygusal bağ hâsıl olmuş olur.

Bağlanma kuramı 3 temel ilke ile özetlenecek olursa (Kesebir vd., 2011) ;

- i) İnsan yavrusu bağlanmayı kolaylaştıracak bir davranış repertuarı ile doğar.
- ii) Yakınlığın sürdürülmesi, diğerinin de yakınlaşma gereksinimini karşılar.
- iii) Yaşanan deneyimler sonucu çocuk kendine ve dış dünyaya bir anlam verir. Bunu yeni ilişkilere genelleyerek bütünleştirir ve bir zihin modeli şeklinde içselleştirir.

Bu anlamda, bağlanma figürüyle kurulan ilişkinin kalitesi ve annenin verdiği bakım şekli de bağlanma ilişkisini etkiler. Bu süreçte bakım verenin fiziksel ve psikolojik güvenlik ihtiyacını ne derece karşılayıp karşılamadığı, bağlanma figürünün bebekte yankı bulduğu imaj, bebeğin dünyaya ve kendine karşı izlenimlerini şekillendirir. Bu

izlenimler, Bowlby'nin "*içsel çalışma modelleri*" adını verdiği zihinsel temsilleri meydana getirir.

2.1.3. İçsel Çalışma Modelleri

Bowlby'e göre, bağlanma figürüyle kurulan ilişkide, tekrarlayan davranış örüntüleri çocukların zihinsel temsillerini şekillendirir (Bowlby, 1973). Bağlanma kuramı temelinde, ebeveynin çocuk ile kurduğu ilişki ve davranış şekilleri, ilerleyen yıllarda yakın ilişkilerdeki beklenti, inanç ve tutumları etkileyen "*içsel çalışma modelleri*"ni meydana getirmektedir. Bireyin ve bağlandığı nesnenin ilişki örüntülerinin zihinde meydana getirdiği bu modeller, anne-bebek etkileşimi neticesinde iki türlü şema şeklinde cereyan eder, "*değerli ben*" ve "*güvenilir o*" (Kesebir vd., 2011). Yaşamın ilk yıllarındaki bağlanma örüntüleri, "*benlik ve başkaları modelleri*" olarak adlandırılan zihinsel modeller yoluyla sonraki yıllara taşınır. Benlik modeli, bağlanma ilişkisinde kişinin kendisini sevmeye değer olup olmadığına ilişkin varsayımlarına; başkaları modeli ise, başta bağlanma figürü olmak üzere diğerlerinin güvenilir ve gerektiğinde ulaşılabilir olup olmadığına ilişkin varsayımlarına karşılık gelir (Bowlby, 1973). Bu durum, bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına karşı ne derece duyarlı olduğuna bağlı olarak şekillenmektedir. Bağlanma figürünün duyarlılığı, çocuğa verdiği güven ve destek, çocukların kendilerine yönelik değerli olduğu hissini ve çevrelerinin de ihtiyaçlarına karşılık verebildiğine yönelik bir güven oluştururlar. Bunun aksine, tutarsız ve duyarsız davranan bakıcılar, çocuklarda kendini değersiz hissetmeye ve çevrelerinin ihtiyaç duyulduğunda buna karşılık vermeyeceklerine yönelik şemalar oluşturmaya sebep olurlar (Ainsworth vd., 2015). Böylece bakım verenle kurulan ilişki, bu zihinsel temsiller aracılığıyla, gelecekteki dünyaya ilişkin varsayımları bir ömür boyu etkilemeye devam etmektedir.

2.1.4. Bağlanma Stilleri

Bowlby, erken dönem çocuklukta meydana gelen anneden ayrılığın sebep olduğu mahrumiyetin bağlanmayı etkilediğini vurgulamaktadır (Bowlby, 1951). Bu anne veya bakım veren mahrumiyeti, çocukta bir dizi davranışa neden olmaktadır. Bakım verenden ayrılma ile birlikte gelişen bu safhaların ilki, ayrılığı "*protesto*" etmedir. Protesto, hemen başlayabilir veya gecikebilir. Birkaç saatten birkaç haftaya kadar sürebilen bu evrede çocuk, bu durumdan rahatsız olduğunu çoğunlukla ağlayarak gösterir. Annesinin geri

geldiğini gösteren işaretleri bekleme ve huzursuzluk hâkimdir. İkinci evre “*umutsuzluk*” evresidir. Bu evrede çocuk durgunlaşır ve aralıklı olarak azalmış bir tepki söz konusudur. Çocuk, etrafındakilerden herhangi bir talepte bulunmaz. Sessizleşmeye ve bir tür yas haline bürünür. Üçüncü evre ise “*kopma*” evresidir. Bu safhada, yeniden bir iletişim kurma belirir. Çocuk, çevresindekilerin ilgi ve yakınlığını kabul etmeye başlar ve hatta bir ölçüde girişken ve mutlu görünür. Bu bir toparlanma gibi görünse de, bakıcı geri döndüğünde ona olan ilgisini kaybedebilir veya mutsuz bir kayıtsızlık sergileyebilir (Bowlby, 1982b). Bowlby’nin ortaya koyduğu bu tipoloji, Ainsworth ve arkadaşlarının “*Yabancı Ortam Testi*” adını verdikleri ünlü çalışmaya temel teşkil etmiştir (Yörükân, 2020). Bowlby’nin teorik çalışmalarına deneysel çalışmalarıyla katkı sağlayan Mary Ainsworth, bağlanma kuramının gelişimine etkisi olan diğer önemli bir isimdir. Ainsworth ve arkadaşları; çocukların anneleri ile olan ilişkisinin niteliği, anneden ayrılma ve keşif davranışına odaklanan ünlü Yabancı Ortam Testi’ni geliştirmişlerdir. Bebek yaştaki bir çocuğun aşına olmadığı bir durumda gösterdiği tepki, davranış ve uyumunun gözlemlenmesi ve kategorize edilmesi amaçlanmıştır. Test; anneden ayrılmaya odaklanan ve üçer dakikadan oluşan sekiz aşamadan oluşmaktadır.

Ainsworth ve arkadaşlarının (2015) gerçekleştirdiği prosedür şu şekildedir:

- 1- Anne ve bebek deneycinin öncülüğünde oyuncaklarla dolu bir odaya alınır. Bebeğin yabancı ortama vereceği tepkilere bakıldığı sırada deneyci dışarı çıkar.
- 2- Anne bebeğini oyuncaklarla oynamaya bırakır ve sandalyeye oturur. Bebeğin arzuladığı durumlarda ona karşılık verme veya üzgün olduğunda sakinleştirme dışında herhangi bir müdahalede bulunmaz. Sadece bebeğin yeni ortamda nasıl tepki verdiğine, ortamı keşfedip keşfetmediğine bakılır. Çocuk hala oynamaya başlamadıysa, verilen işaretle birlikte annenin çocuğu oynamaya teşvik etmesi istenir.
- 3- Daha sonra odaya yabancı bir kadın girer ve oturur. Bir dakika boyunca sessiz kalan yabancı kadın, ardından anneye bir dakika kadar konuşmaya koyulur. Sonraki bir dakika boyunca da çocukla iletişim kurmaya çalışır. Böylece bebeğin anne ortamda ancak aktif olmadığı sırada yabancıya vereceği tepki gözlemlenir.
- 4- Daha sonra verilen işaretle birlikte anne yavaşça odadan ayrılır. Bu aşamada bebek ve yabancı odada yalnızdır. Bebeğin yabancı ile yalnız kaldığı durumda ne tepki vereceğine bakılması amaçlanmaktadır (Çoğu bebek, anne ayrıldıktan sonra doğal olarak tepki gösterecektir. Bebeğin yoğun şekilde üzüldüğü hallerde veya

annenin isteği söz konusu olursa bölümün sonlandırılması öngörülmüştür). Bebek rahatsız olursa yabancı çocuğu yatıştırmaya koyulur.

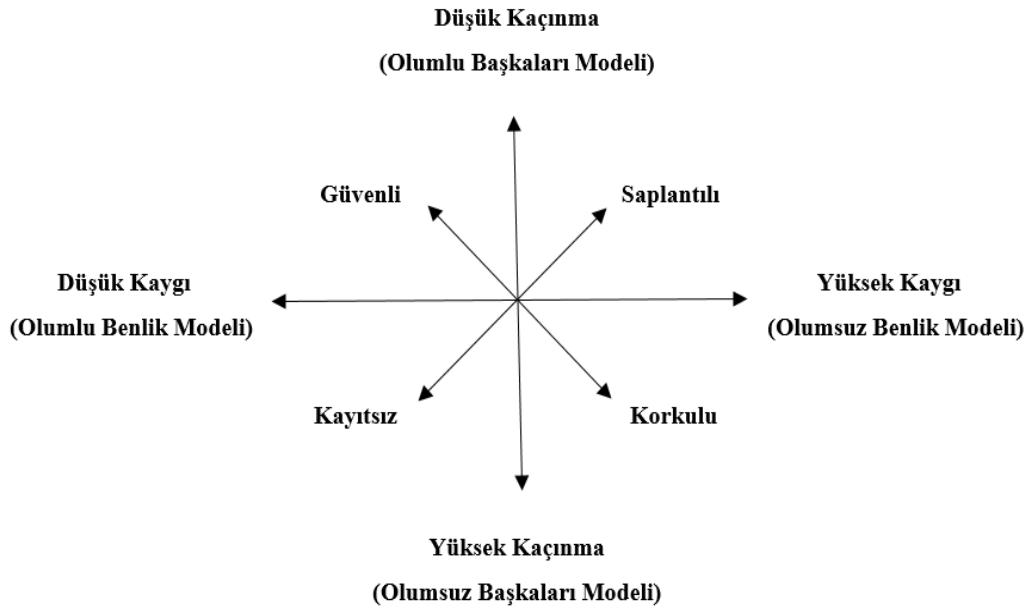
- 5- Anne verilen komutla tekrar odaya döner. Ancak odanın kapısını açmadan önce çocuğa seslenir. Ardından kapıyı yavaşça açar ve duraklar. Bu esnada, bebeğin anne geri döndükten sonraki tepkisi kontrol edilmektedir. Anne daha sonra bebeğini yatıştırmaya ve onu yeniden oyuna döndürmeye çalışır (Anne odaya girince yabancı kadın da dışarı çıkmıştır).
- 6- Bebek yeninde oyun oynamaya ve keşfe daldığı sırada anne odadan tekrar ayrılır. Annenin kapıda durup “güle güle” yaparak ayrılmasıyla birlikte bebek artık odada yalnızdır. Yabancı bir ortamda yalnız kalan bebeğin ne tür bir tepki verdiğine bakmak istenmektedir (Bu esnada bebek aşırı tepki verirse bölümün sona erdirilmesi planlanmıştır).
- 7- Yabancı kadın tekrar odaya girer ve bebek rahatsız hissediyorsa onu yatıştırmaya çalışır. “Bebek annesi yokken yabancı biri tarafından sakinleşebilecek mi? Tekrardan oyuna dönecek mi? Yoksa huzursuz olmaya devam mı edecek?” Bu soruların yanıt bulması amaçlanmaktadır.
- 8- Daha sonra anne tekrar odaya döner ve yabancı dışarı çıkar.

Araştırmacılar, bu gözlemler sonucunda bebeğin ortaya koyduğu tepki ve davranış örüntülerini üç kategori altında toplamışlardır. Bunlar “*güvenli*”, “*kaçıngan*” ve “*kaygılı-kararsız*” bağlanma örüntüleri olarak belirlenmiştir (Kesebir vd., 2011).

Güvenli bağlanmış çocuklar, öncelikle anneleriyle ortamı keşfetme ile meşgul olmuşlar ve anne odadan ayrıldıktan sonra bir miktar kaygılanmışlardır. Yabancı ile iletişim kurduktan sonra oyunlarına geri dönebilmişler ve anne geri döndüğünde onunla yaklaşabilmişlerdir. Anneye dokunma, sokulma ve rahatlama davranışlarında bulunan bebekler, tekrardan oyuna ve çevreyi keşfetmeye devam etmişlerdir. *Kaygılı-kararsız bağlanan çocuklar*, ortamı keşfetme konusunda daha isteksiz olmuşlar ve annenin ayrılmasıyla birlikte kaygılanıp tedirgin olmuşlardır. Yabancı ile iletişim kurmakta zorlanan çocuklar, anneleri geri döndüğünde anneye kızgınlık tepkileri göstermiş ve güçlükle yatıştırılabilmişlerdir. Anne yokluğunda yoğun kaygı yaşayan bu çocuklar, anne ile yeniden bir araya gelince anneye sıkıca yapışarak birlikte olmak istemiş ancak kolaylıkla sakinleşmemişlerdir. *Kaçıngan bağlanmış çocuklar* ise, ayrılma ile birlikte çok az tepkide bulunmuş ve işleriyle meşgul olmaya devam etmişlerdir. Anne odaya yeniden döndüğü zaman, soğuk ve uzak davranmışlardır. Yakınlaşmak istemeyen bu çocuklar,

kucağa alınmayı reddetmişlerdir (Set, 2019; Sümer & Güngör, 1999b; Yörükân, 2020). Daha sonra bu tipolojiye *düzensiz/dezorganize* olarak adlandırılan, Main ve Solomon'un keşfettiği dördüncü bir kategori eklenmiştir. Bu çocuklar, anne ile yeniden birleşme sırasında çok çeşitli tuhaf, korkulu, kopuk, çelişkili ve görünüşte açıklanamayan davranışsal tepkiler göstermişlerdir (Ainsworth vd., 2015).

Bartholomew ve Horowitz ise, Bowlby'nin içsel çalışma modelleri temelinde benlik ve başkaları modeli olarak ortaya koyduğu yaklaşımından yola çıkarak 4 yetişkin bağlanma biçimi tanımlamışlardır (Bartholomew & Horowitz, 1991). Dört Kategori Modeli olarak isimlendirilen bu tipoloji çerçevesinde güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olarak belirlenen bağlanma biçimleri Şekil 2'de verilmiştir.



Şekil 2. Dört Kategori Modeli'nde Temel Bağlanma Boyutları ve Kategorileri

Kaynak: Sümer, 2006

Bu modelde, “*güvenli bağlanma*” tarzına sahip bireyler, olumlu ben ve olumlu diğerleri şeklinde bir bakış açısı içerisindedirler. Kendilerinin seilmeyi hak ettiğine, başkalarının güvenilir ve gerektiğinde ulaşılabilir olduğuna inanırlar. Başkalarıyla ilişki kurmakta zorlanmazlar. İlişkileri esnasında özerkliklerini kaybetmeyen bu bireyler, herhangi bir sıkıntı yaşadıklarında duygularını ifade etmekte sorun yaşamazlar. Böylesi durumlarda başkalarından yardım istemekten çekinmezler ve çözüm odaklıdır. Stresli yaşam olaylarında duygu düzenleme becerilerini işlevsel olarak kullanabilirler.

“*Saplantılı bağlanma*” stiline sahip kişiler, olumsuz ben ve olumlu diğerleri bakış açısına sahiptirler. Kendilerini sevmeye layık görmeyen bu bireyler, başkalarına yönelik olumlu değerlendirmelere sahiptir. Diğerlerinin onay ve desteğine sürekli olarak ihtiyaç duyarlar ve bu yüzden kendilerini başkalarına kanıtlama eğilimi gösterirler. Kaygı düzeyi yüksek bireylerdir. *Kayıtsız bağlanma* tarzına sahip kişiler, olumlu ben ve olumsuz diğerleri algısına sahiptirler. Kendilerine değer veren bu bireyler, başkalarına karşı olumsuz değerlendirme içindedirler. Kendi özerkliklerine aşırı derecede önem verirler ve başkalarıyla yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar. *Korkulu bağlanma* tarzına sahip bireyler ise, hem kendileri hem de başkalarına karşı negatif bir değerlendirme içindedirler. Bu stil, güvenli bağlanmanın tam zıttıdır. Bireysel bir değersizlik içinde olmakla birlikte başkalarının da güvenilmez ve reddedici olduğuna ilişkin beklentiye sahiptirler. Reddedilmekten korktukları için ilişki kurmaktan kaçınarak kendilerini korumaya çalışırlar (Set, 2019; Sümer & Güngör, 1999b).

2.1.5. Bağlanma ve Gelişim

Bowlby, bağlanmayı beşikten mezara kadar devam eden bir süreç olarak ifade eder. Ona göre bağlanma, özellikle erken çocukluk döneminde belirgin olmakla birlikte, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinde de ortaya çıkmaktadır. Birey; ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde, önceki yıllara göre daha az yoğun ve talepkâr olsa bile, herhangi bir endişe veya sıkıntı anında acil bir sevgi ve ilgi ihtiyacı baş göstermektedir (Bowlby, 1973, 1982b, 1988, 2005). Nitekim bağlanma; bir kişinin korku, yorgunluk veya hastalık gibi hâllerde bir bağlanma figürüyle ilişki kurmak ya da yakınlık aramak şeklinde ortaya çıkmaktadır (Bowlby, 1982a, 1982b). Bu figür, dünya ile daha iyi başa çıktığı düşünülen birisidir ve bağlanma davranışının bu yakınlığı koruma gibi temel bir işlevi vardır. Bilhassa stresli durumlarda aktive olan ve diğer zamanlarda daha az belirgin olan bağlanma sistemi, yaşam boyu devam eden bir seyir içindedir. Böylesi zamanlarda ulaşılabilir ve duyarlı bir bağlanma figürünün varlığı güçlü bir güvenlik hissi sağlar. Yaşımız ne olursa olsun, acil bir durumda yardım etmeye hazır ve istekli birilerinin varlığı, bizim için bir sigorta görevi görür (Bowlby, 1982a).

Yaşamın ilk yıllarında temel bakım verenle kurulan ilişki neticesinde bağlanma figürüne yönelik gelişen bağlanma stillerinin çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde kurulan diğer sosyal ilişkiler üzerinde etkili olduğu bilinmektedir (Nacar & Gökkaya, 2019).

2.1.5.1. Bebeklik ve Çocukluk Dönemi

Bowlby, bağlanmanın yaklaşık olarak yaşamın ilk 2-3 yılında şekillendiğini ifade eder (Bowlby, 1982b, 2005). O'na göre bebeklikteki bu bağlanma süreci, dört evrede gerçekleşir. Birinci evrede (0-12 hafta) bebeğin henüz belirli birine yönelmiş, ayırt edici bir bağlanma davranışı yoktur. Bebek, herhangi birine yönelme, gülümseme ve bebeleme, kavrama ve tutma, göz hareketlerini takip etme gibi davranışlarda bulunur. İkinci evrede (3-6 ay) bebek, çevresindekilere karşı benzer davranışlarda bulunsada anneye yönelik belirgin bir yöneliş vardır. Üçüncü evrede (6 ay-3 yaş), bağlanma gözle görülür şekilde belirgindir. Yabancılara karşı tedirgin olan bebek için, anne gidince peşinden gitme, dönünce karşılama ve anneyi çevreyi keşfetmede bir merkez (güvenli üs) olarak kullanma durumu söz konusudur. Belirli birileri ikinci bağlanma figürü olarak seçilse de, ikinci evrede görülen başkalarına karşı yakınlık davranışı azalmıştır (Bowlby, 1982b). Dördüncü evre (3 yaş) ise, *amaca göre düzenlenmiş ortaklık* adı verilen evredir. Çocukta yakınlığı sürdürme amacı, hazzı erteleme ve bakıcının ulaşılabilirliği, zihinsel temsiller aracılığıyla düzenlenir. Artık ayrılıklar daha az kaygı yaratmaktadır (Hazan & Shaver, 1994; Holmes, 2001). Çocuğun anneye olan yakınlığı koruma mekanizması, üç yaşına kadar kolayca aktive olurken, bu yaştan sonra zamanla anne ile yakınlık kurma ivediliğinde azalma görülür (Bowlby, 1982b).

Yaşamın ilk yılında, bebeklik dönemindeki bağlanma gelişiminin iki temel belirleyicisi vardır: (a) Annenin ayrıldığı durumlarda ağlama ve izleme, (b) geri döndüğünde onu karşılama ve yakınlık kurma. Diğer belirleyici kriterler, üçüncü aydan sonra anneye karşı özelleşmiş gülümseme, anneye doğru hareketlenme ve tehlike anında anneye yapışma davranışlarıdır. Daha ileri düzeydeki belirtiler ise, annenin varlığında ve yokluğunda bebeğin nasıl davrandığıdır (Bowlby, 1982b). Bebek her zaman anneye yakın kalmaz. Emeklemeye başlayan bebek küçük gezintiler yoluyla çevreyi ve diğer insanları keşfetmeye başlar. Bu keşif gezileri esnasında rahatlamak için ara ara annesine yeniden döner. Ancak, iki durumda bu güvenli keşfetme davranışı sona erer: (a) Çocuk korktuğunda veya acı duyduğunda, (b) anne uzaklaştığında. Bu durumda çocuk, hemen anneye dönmeye çalışır veya ağlar. Keşif davranışı daha çok annesiyle birlikteyken görülür. Annenin yokluğunda, bir yabancının varlığında veya yabancı bir ortamda çocuk daha ürkek ve endişelidir (Ainsworth, 1967; Ainsworth ve Witting, 1969; Rheingold, 1969; akt. Bowlby, 1982b).

Schaffer ve Emerson'a göre, bağlanma gücünün kriteri, anneden ayrılan bebeğin buna ne kadar itiraz edip etmediği ve bu itirazın ne kadar güçlü olduğudur (Bowlby, 1982b). Bu durumda, bebeğin her an anneye yakın olması gerektiği düşünülebilir. Ancak, bebeğin çevreyi keşfedebilmesi ve bağımsızlığını kazanabilmesi için, öncelikle güvenli bir bağlanmanın gerçekleşmesi ve zamanla ayrılıkların daha az kaygı yaratması gerekir. Nitekim Bowlby (1982b)'nin aktarımıyla Ainsworth'e göre, Schaffer ve Emerson'un bu savı tek başına eksik ve yanıltıcıdır. Daha fazla ayrılık anksiyetesi göstermek, her zaman bağlanmanın gücünü göstermez. Annelerini hem bağlanma ihtiyacı için hem de dünyayı keşfetmede güvenlik üssü olarak kullanan güvenli bağlanmış çocukların aksine, ayrılığa fazlasıyla direnme, güvensiz bağlanmanın bir göstergesi olabilir. Böylece bu yakınlık kurmadaki aciliyet azalmasının, bebeğin çevresini keşfetmesi ve bireyselleşebilmesi için gerekli bir durum olduğu söylenebilir.

Doğum öncesi dönemde gelişmeye başlayan bağlanma ilişkisinde, fetüs annenin duygusal tepkilerine cevap verebilmekte, yirmi altıncı hafta itibarıyla algılama ve tepkide bulunma gibi kabiliyetlere sahip olmaktadır. Bu nedenle annenin, gebeliğini benimsemesi, henüz anne karnındaki bebeğe olumlu hislerini yansıtabilmesi bağlanmanın temellerini meydana getirir. Örneğin; annenin gebeliği sırasında karnına dokunması, bebeğiyle tensel bir temasta bulunması ve bunu duyumsaması, bebeğini kabul anlamında bağlanma ilişkisi için önem taşımaktadır. Bu esnada, annenin kendi bağlanma örüntüsü de bebeğiyle kurduğu ilişkiye yön verebilmektedir. Eğer anne kendi ebeveyni ile güvenli ve sıcak bir ilişki kurabilmişse, bu hal hem evliliğine hem de bebeğine aksetmektedir. Bunun yanında bakım verenin bebeğin ihtiyaçlarına duyarlılığı, bebeğin sosyal ve duygusal gelişimi, bebeğin kendini ifade edebilmesi ve aradaki bağın güçlenmesi açısından oldukça önem arz etmektedir (Soysal vd., 2005). Thompson'a göre duyarlılık, "genellikle bebekten gelen sinyallere karşı bakıcının dikkatli olması, bunları doğru yorumlaması ve duruma uygun ve hızlı tepkileri vermesi şeklinde ölçülmektedir." (Thompson, 2006). Bu duyarlılık, bebeğin sahip olduğu duygusal güvene en az iki şekilde yarar sağlamaktadır. Birincisi; bu duyarlılık, stresi yönetebilme ve düzenleme becerisi sağlar. İkincisi ise; bebeğin öz yeterliğini arttırarak, benlik farkındalığı oluşturmada ve ilişkilerindeki duygusal güven üzerinde etkili olmaktadır. Bu noktada, duyarlılığın ne olmadığını bilmek faydalı olacaktır. Çünkü duyarlılık, bebekle sürekli bir fiziksel bir yakınlık halinde olmak, ağlamaması için çabalamak veya her isteğini yerine getirmek anlamına gelmemektedir. Bowlby'e göre duyarlılık kavramı "çocuğa saygı" yı ifade eder. Dünyaya çocuğun gözünden bakabilmek, onun amaçlarına ilgi duyduğunu

hissettirebilmek ve kişilik özelliklerini algılayabilmek bu saygının bir parçasıdır (Thompson, 2006).

Bağlanma açısından birincil figür çoğunlukla anne olmasına rağmen, birçok bebekte bu temel bağlanma ilişkisinin babayla da kurulduğu bilinmektedir. Babayla kurulan bu bağlanma ilişkisinde annenin rolü büyüktür. Anneler tarafından desteklenmesi durumunda babalar ile çocuklar arasında güvenli bir bağın gelişebilme ihtimali yüksektir. Ebeveynlerin her ikisinin de uyarıcı kaynağı olması durumunda, bebeğin her ikisine de güvenli şekilde bağlanması muhtemeldir. Bununla birlikte, bebeğin algılaması da bu sürece katkı sağlamaktadır. Babanın anneden, ses tonu, dış görünüşü, verdiği tepkiler, kokusu ve dokunuşu itibarıyla farklı oluşu sayesinde bebek, baba ile annenin farklı kişiler olduğunu anlayabilmektedir. Ebeveynlerden birinin olmaması halinde diğer bağlanma figürünün yanında olduğunu bilmesi onu rahatlatır. Yine bu dönemlerde bebekler, açlık ve yorgunluk hallerinde anneyi, hareketli oyunlarda babalarını tercih etmektedirler (Kesebir vd., 2011).

Hemen hemen her kültürde babaların çocuklarla oyun oynamayı tercih ettiği görülmektedir (Grossmann vd., 2008). Hem anne hem de oyun döneminde baba ile kurulan ilişkiler çocuğun kendisini güvende hissetmesini sağlar. Eğer ebeveynler çocuğun gereksinimlerini tutarlı bir şekilde karşılırsa bu güven duygusu, çocuğun dünyayı keşfetme, öğrenme ve gelişmesini sağlar. Aksi takdirde çocuk kendine güvenmeyen, ürkek ve yeni gelişmelere kapalı bir hale gelir (Şahin & Yaka, 2010). Nitekim, Ainsworth ve arkadaşlarının (2015) 1-2 yaşlarındaki çocuklara uyguladığı Yabancı Ortam Testi çalışmasında, anneleri duyarlı ve ihtiyaçlarına olumlu karşılık verilen çocukların olumlu bağlanma sergilediği; kaygılı-kararsız bağlanan çocukların faaliyetlerine anneleri tarafından sıklıkla müdahalede bulunulduğu ve annelerin genellikle tutarsız davranış örüntülerine sahip olduğu; çocuklarıyla yakınlık kurmak istemeyen, fiziksel temastan kaçınan ve soğuk davranan annelerin çocuklarının ise kaçınan bağlanma sahibi olduğu gözlenmiştir.

Bağlanma figüründen herhangi bir sebeple ayrılma, ilerleyen yıllarda hastalık ve yorgunluk şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Doğumun akabinde annelerinden ayrılmak durumunda kalan ve özel bakım altına alınan bebeklerin gelişimlerinde yavaşlama ve durgunluk, yemek yemeyi reddetme, sosyal geri çekilme ve yüzlerinde devamlı bir hüznün ifadesi olduğu görülmüştür. Bu şekilde birincil bağlanma figüründen ayrılık yaşanması gibi hallerde, fizyolojik tepkilerin ve nörobiyolojik sistemin farklılaştığı belirtilmiştir (Kesebir vd., 2011). Ayrıca bağlanma ilişkisinin kesintiye uğraması veya sağlıklı bir

bağlanma ilişkisinin gelişmemesi sonucunda, güvensiz bağlanma tarzlarının meydana geleceği ve ilerleyen yıllarda psikopatolojik sorunlara yol açabileceği bilinmektedir (Salter Ainsworth & Bowlby, 1991; Tüzün & Sayar, 2006).

2.1.5.2. Ergenlik Dönemi

Ergenlik dönemi, bireyin kimliğini keşfetmeye ve bu anlamda özerklik kazanmaya başladığı bir gelişim evresidir. Bu dönemde ergen bireyin ebeveyninden uzaklaşarak arkadaş çevresine yöneldiği, arkadaşlarıyla yakınlık arayışı içinde olmaya ve onları bir güvenli sığınak olarak kullanmaya başladığı görülür. Ancak, bir bağlanma figürü olarak ebeveynler tamamen terk edilmezler ve ergenler için güvenlik üssü rolünü üstlenmeye devam ederler (Hazan & Shaver, 1994). Bu dönemde birey, bir bakım alıcı rolünden kendisinin de bağlanma figürü olduğu başka bir evreye geçiş yapar. Birey tek yönlü ilişkiden çıkarak karşılıklı ilişki içine girmeye ve başkaları için bir güvenlik üssü olmaya başlar (Güngör, 2000).

Bağlanma temelinde ergenliğin bir geçiş aşaması olduğu söylenebilir. Bu nedenle ergen birey, temel bağlanma figürüne olan bağımlılığının azalması için çabalar. Bu anlamda, yeni durumlarla başa çıkmada bağlanma önemli rol oynar. Bu dönemde birey stresli durumlarda destek almak için daha çok arkadaşlarına yönelir. Ancak bu ebeveyne gereksinim duymadıkları anlamına gelmez. Ergen bireylerin bazı yönlerden anne-babayı bağlanma ihtiyaçları için kullandığı ve güvenli bağlanmanın genç yetişkinliğe kadar bireylerin iyi oluşlarını yordadığı bilinmektedir. Nihai olarak, ergenlik döneminde arkadaşlara bağlanmanın önemi artarken anne-babaya bağlanma önemini korumaktadır (Morsünbül & Çok, 2011).

İçsel çalışma modellerinin ergenlik döneminde de aktivitesini gösterdiği ve hatta bu dönemde gelişimini tamamlayarak sonraki yıllardaki değişimler karşısında daha dirençli bir duruma geldiği bilinmektedir. Bu durumu test eden Zimmermann ve Becker-Stoll (2002)'un araştırmalarında, içsel çalışma modelleri incelenen ergenlerin bağlanma temsillerinde bir değişim olmadığı görülmüştür.

2.1.5.3. Yetişkinlik Dönemi

Bağlanma kuramı, hayatın ilk yıllarında temel bakım veren veya ebeveynlerle kurulan ilişkinin niteliğinin ilerleyen yaşam dönemlerinde ilişkilerdeki beklentileri ve sosyal davranışları etkilediği savından hareket etmektedir (Bowlby, 1982a). Erken dönemde

gelişen ve bağlanma örüntülerinin bir zihinsel şeması olan içsel çalışma modelleri aracılığıyla, bireyin hem kendilik hem de başkaları algısı şekillenmiş olur. Ayrıca kişinin kendine ve başkalarına yönelik güven, inanç ve beklentileri de bu durumdan etkilenmektedir (Cassidy, 1988; Hazan & Shaver, 1994).

Bowlby ve Ainsworth öncülüğünde başlayan bağlanma çalışmaları, uzun bir süre çocukluk dönemi ile sınırlı kalsa da zamanla farklı gelişim dönemlerini inceleyen çalışmalarla çeşitlenmiştir. Yetişkinlik dönemi çalışmaları ilk olarak Main ve arkadaşlarının yaptığı çalışmalarla başlamıştır. Main ve arkadaşları (1985) tarafından yapılandırılmış bir görüşme ölçeği geliştirilerek, bireylerin kendi ebeveynleri ile olan ilişkileri ve deneyimleri bağlamında yetişkinlik dönemi bağlanma ilişkileri incelenmiştir. Bu bağlanma stillerinin Ainsworth'ün kategorileriyle uyumlu olduğu ve bunların yetişkinlik için de geçerli olabileceği görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre, güvenli bağlanan bireylerin çocukluk hatıralarını hatırlamakta zorlanmadıkları ve genellikle olumlu anıları anımsadıkları; kaygılı/saplantılı bağlanmaya sahip bireylerin bir yandan ebeveynlerini olumlu resmederken bir yandan da hatıralarını birleştirmekte zorlandıkları; kaçınan/kayıtsız bağlanan bireylerin ise, anılarını hatırlamakta zorluk çektikleri görülmüştür.

Yine Hazan ve Shaver (1987), Ainsworth ve arkadaşlarının araştırmasını baz alarak romantik ilişkileri incelemişlerdir. Hazan ve Shaver bu çalışmalarında bir bağlanma ilişkisi olarak romantik sevgiyi incelemiş, Ainsworth ve arkadaşlarının kategorileştirdiği üçlü bağlanma stilini yetişkin romantik bağlanma ilişkisine modellemişlerdir. Bir soru ve bu üç bağlanma stiline karşılık gelecek şekilde üç paragraflık yanıtların yer aldığı bir ölçek geliştirmişlerdir. Bu çalışmaya göre, güvenli bağlanma stiline sahip bireyler; yakın ilişkiler kurmakta zorlanmayan, hem çocuklukta ebeveynleriyle olan ilişkilerine hem de romantik ilişkilerine dair olumlu inanç ve beklentilere sahip bireylerdir. Ayrıca güvenli bağlanmanın yakınlık ile olumlu kıskançlık ile de olumsuz yönde bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında kaygılı-kararsız bağlanmaya sahip bireyler; ilişkilerinde daha kıskanç, takıntılı ve terk edilme korkusu yaşayan bireylerdir. Ayrıca yoğun duygusal iniş ve çıkış yaşantılarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Kaçınan bağlanmış yetişkinlerin ise, yakın ilişkiler kurmaktan kaçınan, başkalarına daha az güvenen, ilişkilerine dair olumsuz inanç, beklenti ve deneyimlere sahip bireyler olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın sonuçları başka araştırmalarda da tekrarlanmış olup, yakın ilişki yaşantılarının bağlanma kuramı çerçevesinde bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Sümer & Güngör, 1999b).

Daha önce “*Bağlanma Stilleri*” başlığı altında bahsedildiği üzere, Bartholomew ve Horowitz (1991), içsel çalışma modelleri bağlamındaki benlik ve başkaları algısından hareketle dörtlü bir bağlanma modeli geliştirmişlerdir. Olumlu-olumsuz benlik ve olumlu-olumsuz başkaları temelinde dört ayrı bağlanma tarzı belirlemişlerdir. Güvenli, kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma stili olarak belirlenen bu modelde, teorik bakımdan güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin Hazan ve Shaver’ın çalışmasındaki güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma tarzlarını karşıladığı; korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerinin ise Hazan ve Shaver’ın modelinde kaçınan bağlanmaya karşılık geldiği görülmektedir (Brennan vd., 1991; Sümer & Güngör, 1999b). Dörtlü bağlanma modelinde kaçınan bağlanmanın korkulu ve kayıtsız şeklinde ayrılmasının nedeni, ilişkilerini önemsememe ve yaşanan gerilimi reddetme ile başkalarına yakın olduğunda kaygı ve gerilim hissetmenin farklı bağlanma stillerine karşılık gelmesi olarak düşünülmüştür (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Çocuk bağlanması ve yetişkin bağlanması büyük oranda benzerlik göstermesine karşın, yetişkinlik dönemindeki bağlanma ile çocukluk dönemindeki bağlanmanın birbirinden ayrıldığı noktaların olduğu da belirtilmelidir. Bebek veya çocuk, herhangi bir bağlanma figürünün bakımını alabilir; ancak o bağlanma figürüne bakım veremez. Bebek/çocuk güvenlik arayışında olur; ancak o güvenliği sağlayamaz. Buna karşın, yetişkin bağlanma ilişkileri karşılıklıdır ve her bir partner hem bakım sağlayıcı hem de alıcıdır. Diğer bir fark, bir çocuğun birincil bağlanma figürünün genellikle bir ebeveyn olması, oysa bir erişkinin birincil bağlanma figürünün çoğunlukla bir yaşıt, genelde de cinsel bir partner olmasıdır. Erişkin bağlanma örüntüleri, bağlanma davranışı, bakım verme davranışı ve cinsel çiftleşme davranışı olmak üzere üç davranış sisteminin birlikteliğini içerir (Shaver, Hazan & Bradshaw, 1988; Weiss, 1982; akt. Hazan & Shaver, 1994). Çocukluk döneminde olduğu gibi yetişkinlik döneminde de stres altına girildiğinde bir bağlanma figürüne yakınlık kurma ihtiyacı doğmakta ve bağlanma figürünün varlığında rahatlık, yokluğunda ise kaygı hissedilmektedir (N. H. Şahin & Yaka, 2010).

Korku, hastalık ve yorgunluk gibi hallerde aktive olan bağlanma davranışı, çocukluktaki bağlanma davranışının bir devamı olarak yetişkinlikte de görülür. Hastalık ve afet gibi durumlarda erişkinler de başkalarından talepkâr olurlar. Doğal olarak, ani tehlike ve felaket durumlarında kişi elbette tanıdığı ve güvendiği bir başkasının yakınlığını arayacaktır. Bu tür koşullarda bağlanma davranışının arttığı herkesçe fark edilen bir durumdur (Bowlby, 1982b). Bowlby’e (1982b) göre yetişkin yaşamındaki bu

gibi bağlanma göstergelerini “gerileyici” olarak tanımlamak yanlıştır ve terim psikopatolojik çağrışım içermektedir. Ona göre, yetişkin bağlanma davranışını gerileyici kavramı ile ifade etmek, onun insan yaşamında beşikten mezara oynadığı hayati rolü görmezlikten gelmektir.

Bowlby, her yaştan insanın zorluklar ortaya çıktığında, arkalarında yardımlarına yetiyecek bir veya daha fazla kişinin varlığından emin olduklarında, yüksek düzeyde mutlu ve yeteneklerini en avantajlı şekilde harekete geçirebildiklerini ifade eder (Bowlby, 2005).

2.2. Tanrı’ya Bağlanma

Din psikolojisi, dinin kendisini konu edinen ilahiyattan farklı olarak, psikolojinin de bir alt alanı olması dolayısıyla kişinin duygularının, düşüncelerinin ve davranışlarının din ile ilişkide olduğu alanı incelemektedir. Dini değil bireysel dinsel yaşayışı konu edinen din psikolojisi, dinsel yaşayışı psikolojik olarak anlamaya çalışır (Kayıklık, 2014). Buna rağmen, din psikolojisinin psikolojide izole ve ihmal edilen bir alt disiplin olmasının en önemli nedenlerinden biri, empirik olarak doğrulanmış yerleşik teorik bir alt yapı ve araştırmaların eksikliği olarak görülmektedir (Granqvist, 2006). Granqvist (2006), mevcut durumun psikolojinin kabul görmüş başa çıkma teorisi, yükleme teorisi, evrimsel psikoloji ve davranış genetiği gibi alanlarının dinî inançlara uygulanmasıyla değişebileceğini ifade etmektedir. İşte tam bu noktada Kirkpatrick, bağlanma teorisinin din psikolojisi için bilimsel açıdan daha az ön yargılı bir temel sağlayabileceğini ve psikolojik açıdan din üzerine yapılan araştırmalarla ilgili var olan tabuyu/ön yargıyı ortadan kaldıracak bir açılım sağlayacağı savını ortaya atmaktadır (Kirkpatrick, 2006).

Bağlanma kuramını din temelinde ele alma ve bu çerçevede Tanrı’ya bağlanma konusunu inceleme çalışmalarının öncüsü Lee A. Kirkpatrick olmuştur (Kirkpatrick, 1992, 2012; Kirkpatrick & Shaver, 1990a; Rowatt & Kirkpatrick, 2002). Bağlanma teorisini din bağlamında ele alma çalışmaları, bireylerin Tanrı’ya karşı geliştirdikleri bağlanma ilişkisine odaklanmaktadır (Rowatt & Kirkpatrick, 2002). Bu yaklaşım; anne-çocuk ilişkisinde, bir bağlanma figürü olması ve çocuğa sağladığı güven dolayısıyla annenin üstlendiği rolü, Tanrı’nın da inanan bireyler için üstlendiği fıkından hareket eder (Granqvist & Hagekull, 1999; Kirkpatrick, 1992, 1997). Bağlanma teorisinin birey-Tanrı ilişkisine uyarlanması, 1990’dan itibaren pek çok araştırmaya konu olmuştur (Granqvist

& Kirkpatrick, 2008; Kirkpatrick, 1992, 1997, 1998; Kirkpatrick & Shaver, 1990a; Rowatt & Kirkpatrick, 2002).

Dinin farklı pek çok tanımı olmakla birlikte, Vergote'un ifade ettiği üzere, “Tabiat üstü (aşkın, müteal) ilahi ve kutsal bir varlık (Tanrı, Allah, İlah..) ile ilişkili olan inançların, tasavvurların, tecrübelerin, duyguların, işaretlerin, dilin ve davranışların bütünü” olarak tanımlamaktadır (akt. Altun, 2015). Chevalier’e (1986) göre ise, “din, insanla yüce kudret arasında yaşanılmış, düşünülmüş bir ilişkiler sistemi” olarak ifade edilmektedir. Latince’de din (religion), “religare” veya “relegere” köklerinden türemiş olup, bağlı olma/bağlanmış olma veya bir araya getirmek/toplamak anlamlarına gelmektedir (Kirkpatrick, 2005). Bu tanımlamalar bizi, dinin ilişkisel bir düzeyde tecrübe edildiği sonucuna götürmektedir. Nitekim, dinî hayatın “ilişki” merkezli olduğu pek çok kişi tarafından dile getirilmiştir. Greeley, “nasıl ki herhangi birinin yaşam öyküsü ilişkiler öyküsüyse, dinî öyküsü de bir ilişkiler öyküsüdür” şeklinde ifade etmektedir (Greeley, 1981). Stark (1965) ise, dinî deneyimi Tanrı ve bireyin sosyal bir çift aktör olarak yer aldığı bir ikili etkileşim biçimi olarak tanımlamaktadır (akt. Kirkpatrick, 2005). Bu anlamda, dinsel yaşayışın temelinde de Tanrı ile birey arasındaki ilişkinin yer aldığı söylenebilir. Bu ilişkiselliğin bir sonucu olarak dinler, Tanrı ile yakınlığı korumanın yollarını sunar. Birçok teistik dinin temel ilkesi Tanrı’nın her yerde hazır ve nazır olduğudur. Yani insan, her zaman Tanrı ile yakınlık içindedir. Daha da ötesinde, sembolik ifadeler yoluyla bu yakınlık güçlendirilmeye çalışılmıştır. Örneğin, neredeyse tüm dinler, kişinin Tanrı’ya daha yakın olmak için gidebileceği ibadet yerleri sağlar. Ayrıca çeşitli putlar, resimler, haçlar vb. gibi sembollerle, Tanrı’nın varlığını inananlara sürekli olarak hatırlatmak için tasarlanmış gibi görünmektedir (Granqvist & Kirkpatrick, 2008). Dinî yaşantıda ilişkiselliğin önemli bir yerde olmasından hareketle Kirkpatrick, bağlanma kuramını bu konuyu temellendirmekte bir araç olarak görür (Kirkpatrick, 2005).

Bununla birlikte dinî yaşantıdaki Tanrı-insan ilişkisi, tecrübeye dayalı, duygusal bir yapı arz eder. Nitekim William James’e göre, bireysel dinî tecrübenin/dinsel yaşantının temelinde dinî duygu yer almaktadır (Ayten, 2012a). Bu noktada, bağlanmanın belirli birileriyle kurulan güçlü bir duygusal bağ (Bowlby, 1977, 1980, 1988) olarak tanımlandığını hatırlatmakta fayda vardır. Bu durumda, hem bağlanma tanımı hem de yukarıda bahsi edilen dinî yaşantıya dair ifadelerden hareketle, duygusal bir ilişki üzerine kurulu Tanrı-insan ilişkisinin içinde bir tür bağlılık ihtiva ettiği sonucuna ulaşılmaktadır. Dolayısıyla birey ve Tanrı ilişkisinde bir bağlanmadan söz edilebilir. Bu anlamda, bağlanmanın bir duygusal ilişki olması bunu destekler nitelikte görülmektedir.

2.2.1. Bir Bağlanma Figürü Olarak Tanrı

Freud'un Tanrı'yı "*yüceltilmiş bir baba figürü*" olarak ilan etmesinden beri (Freud, 1998), din psikologları erken çocukluk deneyimi ile sonraki dindarlık arasındaki ilişkiyi merak etmişlerdir (Kirkpatrick & Shaver, 1990a). Bu anlamda, din psikolojisi literatüründe 1950'den beri, bireylerin Tanrı algısı ile ilgili empirik çalışmalar yapılmıştır. Bilhassa iki konu üzerine odaklanan bu araştırmalar, bireyin benlik kavramı ile Tanrı imajı ve ebeveyn kavramı ile Tanrı imajı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan ilk çalışmalar Freudyen hipotezlerin aksine Tanrı figürünün babadan ziyade anne figürü üzerinden veya tercih edilen ebeveyn üzerinden algılandığı sonuçlarına ulaşmıştır. Tercih edilen ebeveyn birincil bağlanma figürü ise, Tanrı imajının da bu ebeveyn imajıyla benzerlik göstermesi beklenir. Batı kültürü açısından da babadan ziyade annenin bağlanma figürü olmasının daha olası olması dolayısıyla, Tanrı imajının da anne algısına daha çok benzeyeceği sonucuna ulaşılabilir (Kirkpatrick, 1992). Bu durumda Kirkpatrick'in (1992) ifadesiyle, "Tanrı, Freud'un öne sürdüğü gibi yüceltilmiş bir baba figürü değil, daha çok yüceltilmiş bir bağlanma figürüdür."

Tanrı ile kurulan ilişkinin bir bağlanma ilişkisi olduğunu daha iyi kavramak için Bowlby (1982b) ve Ainsworth (1985)'ün bağlanma ilişkisine özgü ayırt edici kriterlerini ele almakta yarar vardır. Kirkpatrick, Tanrı ile olan ilişkinin bir bağlanma bağı olduğunu bu kriterlerle savunmaktadır (Granqvist & Kirkpatrick, 2008; Kirkpatrick, 2005). Ona göre Tanrı'nın bir psikolojik bağlanma figürü olduğunu anlayabilmek için, bağlanma ilişkisinin diğer kişisel ilişkilerden ayırt edildiği ölçütler üzerinden gitmek ve Tanrı'nın bu ölçütleri ne kadar iyi karşıladığını incelemek gerekmektedir (Kirkpatrick, 2005).

2.2.1.1. Yakınlık Arayışı ve Yakınlığı Sürdürmek

Bağlanma sistemi, bakım verene fiziksel yakınlığı koruma imkanı vererek çocuğa, dışarıdan gelebilecek tehlikeye karşı korunma ve çevreyi keşfetme olanağı tanır. Çünkü, bağlanmanın temel amacı, bebeği tehlikelerden korumak ve hayatta kalmayı sağlamaktır. Böylelikle bebek için gelişebileceği güvenli alan sağlanmış olur. Bowlby'e göre, yakınlık sayesinde, "güvenlik üssü" ve "güvenli sığınak" işlevlerine olanak tanınmaktadır (Bowlby, 2005; Sümer & Güngör, 1999b).

Bu noktada Tanrı'nın fiziksel yakınlığı problemi ortaya çıkmaktadır. Kirkpatrick "*Attachment, evolution, and the psychology of religion*" (2005) adlı eserinde bu konuyu açıklığa kavuşturmaya çalışmıştır. Ona göre, diğer kişilerle kurulan fiziksel yakınlığın

Tanrı ile kurulamayacağı bariz bir şekilde göz önüne alındığında, bu husus bağlanma ve Tanrı ile ilgili tartışılması önemli bir kriter olarak görünmektedir. Çünkü genellikle tanım gereği Tanrı fiziksel, bedensel bir biçimde mevcut değildir. Bu nedenle, belirsiz bir metaforik anlamın ötesinde Tanrı ile ilgili olarak yakınlık arayışından bahsetmenin mantıklı olup olmadığı sorulabilir. Kirkpatrick burada Bowlby'nin (1973) "Bağlanma" serisinin ikinci cildinde psikolojik yakınlık işlevine daha çok yöneldiğinden ve kolay erişilebilirliğin öneminden bahsettiğinden söz eder. Ayrıca Kobak'tan (1999) aktardığı şekliyle, Bowlby'nin bağlanma figürünün güvenlik duygusu verebilmesi için bağlanma figürünün duyarlı olarak algılanması gerektiği savına yer verir. Bunlardan hareketle Kirkpatrick, Tanrı'nın inananlar tarafından kolayca erişilebilir ve duyarlı olarak algılandığı sürece bağlanma modelinin potansiyel olarak uygulanabileceğini öne sürer. Yine benzer şekilde, Ainsworth'ün (1982) hem bağlanma davranışlarının doğasının hem de "yakınsal" sayılan kriterlerin gelişim süreci boyunca tahmin edilebilir bir şekilde değiştiğine dair gözlemlerine yer verir. Yaşamlarının ilk 6 ayında, anneleriyle teması başlatmak ve sürdürmek için ağlama ve kolları kaldırma gibi çeşitli bağlanma davranışlarında bulunan çocukların bu yakınsal davranışlarının olgunlaştıkça aşamalı olarak daha uzak davranışlarla değiştirildiğini ifade eder. Bretherton'dan (1987) aktardığı şekliyle, daha büyük çocukların genellikle görsel veya sözlü temas yoluyla rahatlatılabildiğini veya güvenlik duygusunun yeniden yüklenebildiğini; ergenler ve yetişkinlerin gerektiğinde bağlanma figürünün potansiyel olarak mevcut olduğu bilgisi ile genellikle tatmin olabildiğini vurgular.

Bunun yanında Kirkpatrick (2005), mesafelere rağmen ister çocuk ister yetişkin olsun, mektup, telefon veya e-posta, internet gibi sanal yollar aracılığıyla bağlantılarını sürdürülebildiğini dile getirir. Ona göre, bebeklik ve erken çocukluk döneminin ötesinde, bir bağlanma figürünün etkinliği fiziksel değil, psikolojik yakınlığa bağlıdır. Eğer bir bağlanma figürünün erişilebilirliği ve tepki verebilirliğine ilişkin "bilgi" çoğu durumda yeterli olabiliyorsa, maddi olmayan bir Tanrı'nın da bir bağlanma figürü olarak işlev görebileceğini ve onun psikolojik hükümlerini sunabileceğini öne sürer. Bu öneriyi Tanrı'nın bir bağlanma figürü olarak kabulüne dair küçük bir adım olarak gören Kirkpatrick, dinlerin Tanrı'nın (veya tanrıların) yakınlığı ve erişilebilirliği algısını kolaylaştırmasının birçok yolu olduğunu dile getirir.

Monoteist dinlerde Tanrı'nın her yerde hazır ve nazır olduğu inancı, bütün inananların Tanrı ile yakın olma hissini mümkün kılar. Ancak tüm soyut temsil ve hayal gücümüze rağmen, tamamen soyut bir varlığa bağlılık, zorlu bir meydan okumadır. Bu

nedenle, tipik olarak Tanrı'nın her yerde hazır ve nazır olduğu düşünülse de, neredeyse tüm dinler, ibadet edenlerin Tanrı'ya "daha yakın" olmak için gidebilecekleri, kiliseler ve türbeler gibi somut yerler, ibadethaneler sağlar. İmajlar, ikonlar, sembolik işaretler vs. yoluyla, Tanrı'yı psikolojik olarak belirgin ve somut yollarla ulaşılabilir kılma işlevi söz konusudur (Kirkpatrick, 2005).

Bowlby, dünya ile daha iyi başa çıktığı düşünülen bir kişi ile yakınlığı korumanın bağlanmanın tanımlayıcı özelliği olduğunu ifade eder (Bowlby, 2005). Tıpkı bağlanma kuramında bebeğin/çocuğun bakım verene yönelik yakınlık arayışında olduğu gibi inanan birey de, Tanrı ile bağlantı kurmaya çalışır. Tanrı'yı hatırlama amacıyla günlük, haftalık, yıllık vb. gibi ritüeller yoluyla bu bağlanma ilişkisini devam ettirir. Örneğin; günde beş vakit namaz kılma, cuma namazına gitme, hacca gitme, kiliseye gitme, zikir çekme, dua etme vb. gibi ibadetlerle birey Tanrı ile iletişimde kalmaya devam eder. Kirkpatrick (2005), bu tür dua ve ibadetleri bağlanma davranışı olarak değerlendirir. Tıpkı bebeğin ağlaması, sokulması, uzanması... vb. gibi bu davranışlar da bir anlamda Tanrı ile bağlantı içinde olma işlevi görmektedir.

2.2.1.2. Güvenli Sığınmak

Bağlanmanın temel işlevi, tehlikelerden korunmadır (Bowlby, 2005). Olumsuz hayat olayları, stres, hastalık vb. gibi kriz durumlarında bireyler Tanrı'ya döner ve ona sığınır (Granqvist & Kirkpatrick, 2008). Bu gibi durumda Kirkpatrick'e göre Tanrı, bir psikolojik bağlanma nesnesi olarak görülür (Subaşı, 2012). Bowlby'e göre hastalık, yorgunluk, açlık, acı çekme vs. gibi stres ve tehlike içeren hâllerde çocuk annelik yapan kimseye yaklaşma ve olumsuz koşulları sona erdirmeye çalışır, yani bağlanma ihtiyacı içerisine girer. Bu durumda anne, bir "güvenli vaha" veya "cennet" olarak görülür. Böylece çocuk anneye sığınarak o sınırlayıcı faktörlerden kurtulmaya çalışır (Yörükân, 2020). Dindar kişi, tehlike anında Tanrı'nın (veya başka bir figürün) kendisini korumak ve teselli etmek için hazır olacağına dair inançla ilerler. Diğer zamanlarda, yalnızca Tanrı'nın varlığının ve erişilebilirliğinin bilgisi, onun günlük hayatın sorunlarına ve zorluklarına güvenle yaklaşmasını sağlar (Kirkpatrick, 2005).

2.2.1.3. Güvenlik Üssü

Çocuk, çevreyi keşfetmede annesini bir güvenlik üssü olarak kullanmaktadır (Ainsworth & Bell, 1970). Annenin varlığında daha güvenli bir şekilde keşfe çıkan bebekler, keşif esnasında annelerinden uzaklaşırlar bile, anneyi güvenli bir dayanak olarak kullanmaya devam ederler. Yıllar geçtikçe tehlike arz eden bir durum olmadıkça çocuk annesinin varlığına daha az ihtiyaç duyar. Arada sırada annelerinin varlığını kontrol etmek yeterli hale gelir (Sroufe, 1977; akt. Subaşı, 2012). Bowlby, kişinin bir bağlanma figürünün istediği zaman kendisi için ulaşılabilir olacağından emin olduğunda, herhangi bir sebeple böylesi bir güvenden mahrum kalan bireye göre, yoğun ya da kronik korkuya daha az eğilimli olacağını dile getirir (Bowlby, 1973). Bu anlamda, bağlanma ilişkisinde çocuk için en önemli tecrübenin “hissedilen güvenlik” (felt security) olduğu söylenebilir (Sroufe & Waters, 1977). Bebeğe bu emniyet hissini veren anne gibi Tanrı da, kutsal ve yüce bir varlık olarak bireye güvenli zemin temin eden bir bağlanma figürü işlevi görür. Kaufman’e (1981) göre, Tanrı tam da bağlanma figürüne uygun olan konumdadır. Bir anne veya baba imgesi olup olmaması bir yana, asıl önemli olan Tanrı’nın ihtiyaç hissedildiğinde çocuklarının yanında olan ve onların emniyetlerini sağlayan koruyucu ve şefkatli bir anne gibi düşünülmesidir (Kirkpatrick, 2006).

2.2.2. Tanrı’ya Bağlanma İle İlgili Hipotezler

Kirkpatrick bağlanma kuramından hareketle Tanrı’ya bağlanma ile ilgili iki hipotez ortaya atmıştır (Kirkpatrick, 1992; Kirkpatrick & Shaver, 1990a). Bunlar *İlişkisel (İkame) Hipotezi* ve *Telafi Hipotezi*’dir.

2.2.2.1. İlişki (İkame) Hipotezi

İlişki (Correspondence) Hipotezi, erken dönem çocukluk döneminde birincil bakım veren ile kurulmuş olan bağlanmanın, yetişkinlik dönemi ilişkilerinde olduğu gibi Tanrı ile kurulan ilişkide de tutarlı olacağı savından hareket eder (Granqvist, 1998). Bu hipotez temelde Bowlby’nin “işsel çalışma modelleri”nin çoğunlukla hayat boyu devam ettiği görüşüne dayanmaktadır (Granqvist, 2003; Granqvist & Hagekull, 1999). İşsel çalışma modellerinin tutarlı yapılarından dolayı, ebeveynini olumlu algılayan bireyin Tanrı’yı olumsuz şekilde algılaması beklenen bir durum değildir (Kirkpatrick, 2005). Erken dönem bağlanma ilişkileri yetişkinlikteki eş, arkadaş ve Tanrı ile kurulan bağlanma ilişkisinde süreklilik arz etmektedir (Hill, 2008).

İlişki Hipotezi'ne göre dindarlığın asıl etki kaynağı, bağlanma stilidir. Buna göre erken dönemde annesiyle güvenli bağlanan çocuğun ilerleyen yıllarda Tanrı'yla olan ilişkisi güvenli; annesiyle kaygılı bağlanan çocuğun ise gelecekte Tanrı ile kaygılı bir ilişki kurması muhtemeldir (Kirkpatrick, 2005).

Konu ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, hipotezi destekleyen araştırmaların olduğu görülmektedir. Kirkpatrick ve Shaver (1992)'ın yaptığı bir araştırmada, farklı bağlanma tarzına sahip bireylerin farklı dinsel bağlılıklar gösterdikleri, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin Tanrı ile daha iyi bir ilişki içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer çalışmada, yetişkin romantik ilişkilerinde kaygılı ve kaçınan bağlanan bireylerin Tanrı ile de benzer şekilde kaygılı ve kaçınan bir şekilde bağlandığı tespit edilmiştir (Beck & McDonald, 2004). Kirkpatrick (1998) tarafından içsel çalışma modelleri temelinde yapılan başka bir araştırmada, benlik algısına yönelik zihinsel temsiller ile Tanrı imgesi arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur. Başkaları algısına yönelik zihinsel temsiller ile Tanrı'ya inanıyor olmak arasında da yine olumlu ilişki tespit edilmiştir.

2.2.2.2. Telafi Hipotezi

Ainsworth, bakım verene güvenli bir şekilde bağlanamamış çocukların, bakım verenin yerine başka bir bağlanma figürü koyarak güvenli bağlanma hissini deneyimlediklerini ifade etmiştir. Buradan hareke eden Kirkpatrick, bu mekanizmanın benzer şekilde Tanrı'ya bağlanma için de kullanıldığını dile getirmiş ve Telafi (Compensational) Hipotezi'ni ortaya atmıştır (Kirkpatrick, 1997). Bu hipotez, erken dönem bakım verene güvensiz bir şekilde bağlanan bireylerin, çocukluklarında deneyimleyemedikleri güven, yakınlık, sıcaklık vb. gibi gereksinimlerini ilerleyen yıllarda, bağlanma figürünün yerine Tanrı'yı ikame ederek telafi ettiğini açıklar. Çocukluğunda gerekli güven, yakınlık ve sıcak duyguları yaşanmamış olması, erişkinlikte bireyi bu durumu telafi edecek bir bağlanma figürü aramaya sevk eder. Bu bağlanma figürü, daha güçlü ve bilge bir konumda olan herhangi bir öğretmen, akraba, yaşça büyük bir arkadaş vb. olabilir (Kirkpatrick, 2005).

Telafi Hipotezi'ne yönelik araştırmaların büyük bir kısmı, din değiştirme (conversion) ile ilgili çalışmalardır. Konuyla ilgili bir araştırmada, ani ihtida tecrübesi ile kaygılı bağlanma arasında kuvvetli bir ilişki tespit edilmiştir (Granqvist & Hagekull, 1999). Diğer bir çalışmada, annelerine ve babalarına güvenli bağlanamayan çocukların

güvenli bağlananlara nazaran yetişkinlik dönemi dindarlıklarında daha fazla artış olduğu gözlemlenmiştir (Granqvist, 1998). Kirkpatrick ve Shaver (1990) tarafından yapılan bir başka araştırmada, kaçınan bağlanan bireylerin ani ihtida deneyimleri yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Anne dindarlığının bireylerin dindarlığını etkilediği bu araştırmada, anneleri dindar olmayan bireylerin kaçınan bağlanmış olanlarında dindarlık oranı en yüksek olanlar olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca ani dinî değişim yaşayan bireylerin, bu deneyimlerinin derin duygusallık içerdiği bulgularına ulaşılmıştır. İlgili çalışmanın verilerine dayanılarak ortaya çıkan sonuç, Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1.

Ebeveyn Dindarlığının Bir Fonksiyonu Olarak Yetişkin Dindarlığı ile Çocuklukta Bağlanma Güvenliği

	Dindar Ebeveyn	Dindar Olmayan Ebeveyn
Ebeveyne	Daha Dindar	Daha Az Dindar
Güvenli Bağlanma		
Ebeveyne	Daha Az Dindar	Daha Dindar
Güvensiz Bağlanma		

Kaynak: Kirkpatrick, 2005

Güvenli bağlanan bireylerin dindarlıkları çoğunlukla sosyalleşme süreci içinde veya ebeveyni modelleme yoluyla gerçekleşirken (Rowatt & Kirkpatrick, 2002); güvensiz bağlanan bireylerin dindarlıkları yoğun duygusal bir telafi ile gerçekleşmektedir (Granqvist & Hagekull, 1999). Bundan yola çıkarak Granqvist ve Hagekull (1999), ikame temelli dindarlığı dıştan (without) dindarlık, telafi temelli dindarlığı ise içten (within) dindarlık olarak ifade etmişlerdir. Telafi mekanizmasını hareket geçiren ve bu mekanizmanın temelinde yatan şey duygusal yoksunluğu telafi etmektir (Granqvist & Hagekull, 1999). Bundan dolayı, telafi hipotezine “Duygusal Telafi Hipotezi (Emotional Compensation Hypothesis)” denmiştir (Granqvist, 2002).

2.3. Dinî Başa Çıkma

2.3.1. Stres ve Başa Çıkma

Biyolojik perspektiften stres, konuyla ilgilenen öncü bilim adamlarından olan Selye'ye göre, canlının iç dengesinin (homeostasis) iç veya dış çevre tarafından zorlanmasıdır (akt. Güçlü, 2001). Psikolojik bir terim olarak bakıldığında, Cüceloğlu (2019)'na göre “bireyin fizik ve sosyal çevredeki uyumsuz koşullar nedeniyle, bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı gayrettir”. Diğer bir terim anlamı ise, “kişinin içeriden veya dışarıdan gelen ve mevcut dengeyi veya duygusal, bilişsel, sosyal işleyişi bozma eğilimi gösteren ve onu bu dengeyi korumaya veya bozulan dengeyi yeniden kurmaya yönelik yeni davranışlara zorlayan gerçek ya da algılanan uyarıcılara verdiği fiziksel -ruhsal-bilişsel tepkilerdir” (Budak, 2000). Başa çıkma konusundaki çalışmalarıyla tanınan Lazarus ve Folkman (1984) ise stresi; kişi ile çevre arasında gelişen ve kişinin refahını tehlikeye atan, kaynaklarını zorlayan veya aşan şey olarak değerlendirildiği ilişki olarak tanımlamaktadır.

İnsanlar, günlük hayat içerisinde bedensel, zihinsel ve ruhsal pek çok uyararla karşı karşıya kalmakta ve bu uyarılar, içinde bulunulan denge, düzen ve uyumun bozulmasına neden olabilmektedir (Basut, 2006). Strese neden olan bu kaynakları üç başlık altında toplamak gerekirse: Deprem, sel, savaş gibi *travmatik olaylar*, ölüm, evlenme, suç işleme gibi *önemli hayat olayları*, tartışma, ödevi zamanında yetiştirme, zaman kısıtlılığı gibi *günlük sıkıntılar* (Atkinson vd., 1990; akt. Ekşi, 2001). Bu tür durumlarda birey sıkıntı çekecek, çözüm yolları arayacak ve yeniden dengeye ulaşmak için çaba harcayacaktır. İşte bu noktada stres ve başa çıkma ilişkisi önem kazanmaktadır (Basut, 2006).

Baş çıkma, iç ve dış dünyanın sebep olduğu ihtiyaç ve zorlukları gidermek, kontrol altında tutmak ve meydana gelen gerginlikleri azaltmak için gösterilen bilişsel ve davranışsal çabalar olarak ifade edilebilir (Basut, 2006). Skinner ve Wellborn'a (1994) göre başa çıkma, insanların psikolojik stres koşulları altında davranışlarını, duygularını ve motivasyonel uyumlarını nasıl düzenledikleridir. Dinî başa çıkma konusunda yaptığı çalışmalarıyla bilinen Pargament (2003)'e göre ise “baş çıkma, bireylerin yaşamlarında olayları tamamen anlamaya çalıştıkları ve önemli kişisel veya çevresel isteklerin gereği gibi hareket ettikleri, olumlu, etkileyici bir süreç olarak tarif edilebilir.” Diğer bir ifadeyle “baş çıkma, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları bazı önemli kişisel ihtiyaç ve taleplerini anlamaya çalışmak yoluyla karşılamaya çalıştıkları bir sürekli değişim süreci olarak” görülmektedir (Pargament, 2003). İnsanın başa çıkma sürecinde gösterdiği her

çaba bir “başa çıkma” faaliyetidir. Bu bazen anlamlandırma gibi bilişsel, öfke duyma gibi duygusal veya gezme, spor yapma, ibadet etme gibi davranışsal olabilir (Ayten, 2012b).

Stresle başa çıkma konusunda özellikle Lazarus tarafından geliştirilen bilişsel temelli başa çıkma kavramına değinmek faydalı olacaktır. Bilişsel temelli başa çıkmada birey stres yaratan bir durumla karşılaştığında öncelikle durumu değerlendirir, sonra da problem odaklı ya da duygusal odaklı başa çıkma tarzlarından birini seçer. Buna göre birey stresle başa çıkma süreci olumlu veya olumsuz sonuçlanır (Lazarus & Folkman, 1984).

Bireyin stresle başa çıkarken problemin çözümüne yönelik, aktif, mantıklı ve bilinçli çabaları problem odaklı başa çıkmadır. Problemi tanımlamak, çözmek için stratejiler geliştirmek, alternatifler üretebilmek ve en iyi seçimi yapabilmek problem odaklı başa çıkma sürecinin bir parçasıdır. Bu stres veren durum değiştirilemiyorsa veya problem kontrol edilemez bir duruma geldiyse duygu odaklı başa çıkma kullanılır. Birey uzaklaşma, sosyal destek arama, olayı kabullenme veya kendine hâkim olmak suretiyle olumsuz duyguların problem çözümüne engel olmasını önlemeye çalışır (Arıcı, 2005; Atkinson vd., 1990; Şahin & Durak, 1995).

Durumsal faktörlere göre başa çıkma tarzları değişebilir. Kontrol edilebilirlik ve değiştirebilme söz konusuysa problem odaklı başa çıkma tarzı; kontrol edilebilirliği ve değiştirilmesi zor ise, duygu odaklı başa çıkma tarzı ön plana çıkar (Lazarus & Folkman, 1984; Sears vd., 2020). Bundan dolayı problem odaklı başa çıkmada birey daha aktif iken, duygu odaklı başa çıkmada pasif bir kabulleniş hâlinin olduğu söylenebilir (Atkinson vd., 1990).

2.3.2. Din ve Başa Çıkma

İnsan, aciz ve çaresiz olduğu durumlarda İlâhi bir gücün yardımına başvurma yoluna gider. Çeşitli felaketler, yıkıntılar ve maddî-manevî sıkıntılar içindeyken Allah’ın müdahalesine ihtiyaç duyar. Bu nedenledir ki insan savaş, deprem, hastalık, kaza ve ölüm gibi yaşantılar karşısında dua ve ibadet etme eğilimine girer (Hökelekli, 2017). Bu anlamda, dinin insan hayatı içindeki önemi tartışılmaz bir gerçek olarak karşımızda durmaktadır.

İnsanlık tarihi kadar eski olan din, tarihin başlangıcında beri insan hayatıyla iç içe olmuş ve yaşantıları üzerinde önemli bir etkiye sahip olmuştur (Hökelekli, 2020). Son yıllarda Batı’da psikoloji ve psikiyatri alanlarında din ve maneviyatın ele alınması bir

tabu olmaktan çıkmış ve konuyla ilgili çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Bu süreç içinde dinî başa çıkma ölçekleri de geliştirilmiş ve çeşitli değişkenlerle dinî başa çıkma arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Örneğin; dinî yönelim, kişilik, depresyon, dinî kimlik vb. gibi (Ekşi, 2001). Dinî başa çıkma, kişinin karşılaştığı stres verici olaylar karşısında inancını kullanma yolu olarak ifade edilebilir (Pargament, 1997; Pargament vd., 2000, 2001). Pargament, başa çıkmayı stresli zamanlarda bir anlam arayışı olarak tanımlar ve bu yönüyle dine benzetir; ancak başa çıkmanın dinin aksine kutsallığı barındırma şartı olmadığını dile getirir (Pargament, 1997). Dinin insana yaşamına amaç ve anlam katma, zorluklar karşısında teselli verme ve bilişsel, duygusal ve davranışsal yollar kazandırma işlevi göz önüne alındığında din ve başa çıkmanın benzer bir yapı ve ortak bir ilişkiye sahip olduğu söylenebilir. Ancak kutsal bir yapı olan din, başa çıkmadan çok daha güçlü bir işleve sahiptir. Pargament'e göre, dinî başa çıkma tutumları diğer başa çıkma tutumlarına göre daha başarılıdır. Bunun nedeni ise dinî başa çıkmanın diğer başa çıkma tutumlarını etkileyerek harekete geçirmesidir. Çünkü genellikle dinî başa çıkma insan gücünün kontrol edemeyeceği durumlarda kullanılmaya başlanır (akt. Topuz, 2003).

Din, başa çıkma sürecine üç farklı şekilde dâhil olabilir (Pargament, 2003):

- 1- Din, başa çıkma sürecinin her bir unsurunun bir parçası olabilir.
- 2- Din, başa çıkma sürecine yardımcı olabilir.
- 3- Din, başa çıkma sürecinin bir ürünü olabilir.

Böylece; din zorlu zamanlarda devreye girerek problemleri İlahî kudrete havale etmede bireye yardım ederek başa çıkmanın bir parçası olabilir. İkinci olarak; kabullenme, mutmain edecek açıklamalar ve telafi edici mekanizmalarla başa çıkma sürecine yardımcı olabilir. Üçüncü olarak; insanların başına gelen olumsuz deneyimler onları dine yöneltebilmekte ve bu şekilde başa çıkmanın bir ürünü ve sonucu da olabilmektedir (Bahadır, 2021; Uysal vd., 2017).

Dinin başa çıkma üzerindeki olumlu etkilerine bakılacak olursa (Pargament vd., 2005):

- 1- Dinin sadece kaygıyı azaltma değil; bunun ötesinde anlam verme, kişisel gelişim, kendini gerçekleştirme vb. gibi işlevleri vardır.
- 2- Din, durumu yadsımayı teşvik etmek yerine, olumsuz olayların kutsal mercek aracılığıyla yeniden yorumlanmasını teşvik eder. Krizlerin fırsat olarak görülmesini sağlayabilir. Sevgi dolu bir Tanrı'dan gelen değerli bir ders ve nihayetinde müşfik bir planın parçası şeklinde algılanabilir.

- 3- Din başa gelen olaylara pasif bir tutum sergilediği görüşünün aksine aktif bir şekilde başa çıkmayı teşvik eder. Deneysel çalışmalar, dindarlık ölçütlerinin pasif başa çıkmadan çok aktif başa çıkma ile ilişkilendirildiğini göstermektedir.

2.3.3. Dinî Başa Çıkma Unsurları

Zor zamanlarda başa çıkmak için kullanılan pek çok dinî unsur bulunmaktadır. Dua, sabır, tevekkül, şükür, tövbe, affetme, ibadet etme, yardım etme, ahiret ve kader inancı vb. faaliyetler bu unsurların başında gelmektedir.

- **Dua**

Belki de en sık başvurulanan dinî başa çıkma etkinliği olan dua, kelime itibariyle “çağırarak, seslenmek, istemek; yardım talep etmek” anlamlarına gelmekte; terimsel bakımdan ise, “kulun bütün benliğiyle yüce yaratana yönelerek ondan istek ve dilekte bulunması anlamında dinî terim ve bu amaçla icra edilen bir ibadet şekli” olarak tarif edilmektedir (Cilacı, 1994). Bu anlamda dua, insandan Allah’a doğru bir iletişim şekli ve bir yalvarış ve yakarıştır (Peker, 2011). Carrel (2018)’a göre ise, “bir şikayetten, bir ızdırap çılgılığında, bir yardım dilemeden ibarettir”. Tüm bu tanımlara dikkat edildiğinde, duanın aşkın olanla kurulan bir ilişki şekli olduğu ve bu ilişkinin iletişim kurma, talep etme ve derdini dökme gibi unsurları ihtiva ettiği görülür. Bunun yanında dua, yapılması için özel bir vakte ve mekâna ihtiyaç duyulmayan, Tanrı ile her an ve birebir kurulabilecek en yakın, en samimi ve en mahrem ilişkidir. Tanrı ve insan arasındaki özel bir ilişki olan duanın bu mahiyeti belki de en açık şekilde Kur’an-ı Kerim’deki şu ayetlerde görülmektedir: “Kullarım sana beni sorduklarında bilsinler ki şüphesiz ben yakınım, bana dua ettiğinde dua edenin dileğine karşılık veririm.” (Bakara, 2/186), “Bana dua edin, duanıza icabet edeyim.” (Mü’min, 40/60). Ayrıca, dua aynı zamanda bir ibadet olması dolayısıyla kulluğun en öz ifadesi olarak değerlendirilir. “Kulluğunuz ve niyazınız olmasa Allah size ne diye değer versin!” (Furkan, 25/77) ayeti ve “Dua ibadetin özüdür” (Tirmizî, Deavât, 1/ DİB, 2020a.) hadisi duanın bu niteliğini açıklığa kavuşturur mahiyettedir.

Bununla birlikte, Tanrı’ya doğru gerçekleşen bu yönelimin ardında insanı duaya iten bazı güdülerin var olduğu bilinmektedir. Nitekim Kur’an’daki dualar üzerine psikolojik değerlendirmelerde bulunan Kayıklık (2001)’a göre, insanların dua etme güdülerini iki grupta toplanabilir. Bunlar; 1) *İhtiyaçlar ve istekler*, 2) *Güçsüzlük ve çaresizlik*’tir. İhtiyaç ve istekler, insanın dünya ve ahiret hayatına dair gereksinim ve arzular olarak iki yönlü

bir yapı arz eder. Yaratılış ve imkânları nedeniyle her hususta Allah’a muhtaç olan insan, dua aracılığıyla bu ihtiyaçlarını itirafta bulunmaktadır. Heiler (1932) bu durumu destekler mahiyette, ihtiyaçların insana dua etmeyi öğrettiğini dile getirmektedir. Duaya iten diğer bir güdü olarak güçsüzlük ve çaresizlik ise; darlık, yokluk ve aniden ortaya çıkabilecek durumlar karşısında bireyin yaşadığı zayıflık ve aciziyeti ifade eder. Böylesi durumlarda insan için bir ümit kapısı olan dua, bireye büyük bir güven duygusu sağlamaktadır (Kayıklık, 2001). Buna göre, duanın bireyin karşılaştığı zorluklar karşısında başa çıkmaya yardımcı bir dinî tecrübe olduğu söylenebilir. Nitekim dua etme, duygusal başa çıkma sürecinde ortaya çıkan bir pratiktir. Problemin üstesinden gelmede duygu ve tutumların değiştirilmesi adına dua, bireye ilahi bir destek sağlamaktadır (Albayrak, 2007). Bunun yanında, inanan bireylerin yaşadığı sorunları Tanrı’ya daha çok dayandırma eğiliminde olması, dua aracılığıyla dinginliğe kavuşmasına yardımcı olabilir (Albayrak, 2007). Konuyla ilişkin olarak yurtiçi ve yurtdışında yapılan pek çok çalışmada psikosoyal sorunlarla mücadele eden bireylerin duaya sıkça başvurdukları ve duanın kaygıyı azaltma, mücadele azmi ve kendine güveni artırma gibi hususlarda etkili olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır (Ayten, 2012b).

- **Sabır**

Sabır, başka bir dinî başa çıkma yoludur. Sözlükte “engellemek, hapsetmek; güçlü ve dirençli olmak” anlamlarına gelen sabrın, terimsel olarak “üzüntü, başa gelen sıkıntı ve belâlar karşısında direnç gösterme; olumsuzlukları olumlu kılmak için gösterilen metanet” mânalarına geldiği, karşının ceza (telâş, kaygı, yakınma) olduğu ifade edilmektedir (Çağrı, 2008). Bu sözcükler (sabır ve ceza) Kur’an-ı Kerim’de zıt anlamlarda kullanılmıştır (İbrahim, 14/21). Bu tanımlardan anlaşıldığı üzere sabır sanıldığı gibi pasif bir davranış değil, aksine aktif bir mücadele halidir. Nitekim “sabır, her türlü zorluk, tehdit ve kayıp karşısında gönüllü bir şekilde dayanma, direnme, göğüs germe ve sonucu bekleme eğilimi olmakla birlikte duygusal, bilişsel, davranışsal boyutlarıyla yaşanan çözümleyici psikolojik süreçtir” (Doğan, 2014). Buna göre, ister problem çözmede olayları yeniden yorumlama veya duygusal düzenleme yoluyla metanetini koruma, ister çözüme yönelik harekete geçme şeklinde olsun, sabrın herhangi bir çaba içinde olunan aktif bir faaliyet olduğu söylenebilir.

Doğan (2014)’a göre din, müntesiplerine acı veren durumlar karşısında olayları farklı açılardan değerlendirebilecekleri öğretiler sunar. Bu sayede bireyler dayanılması güç zorluklara katlanabilir. Ayrıca sabır, dinî başa çıkma amacıyla kullanıldığında sabır hem başa çıkma sürecine yardımcı olmakta hem de dinsel gelişimi desteklemektedir.

Dinlerin inanalar için zorluklara karşı sunduğu anlam hizmeti, bireylerin durumu yeniden yorumlamasına yardımcı olabilir. Nitekim zorluklar karşısında yılmadan azimle mücadele etmeye teşvik eden ve sabredenleri öven ayetlerin insanı metanete ve harekete geçmeye sevk ettiği görülmektedir (Bakara 2/155; Hac, 22/35; Mü'minun, 23/111; Furkan,25/75; Kasas, 28/54; Ankebut, 29/59; Lokman, 31/17; Mearic, 70/5; Müddessir, 74/7; İnsan,76/12; Asr,103/3). Ayrıca Allah'ın sabredenlerle beraber olduğunu ve sevdiğini dile getiren (Bakara, 2/153; Al-i İmran, 3/17; Al-i İmran 3/146; Enfal 8/46; Enfal 8/66) ayetler, zorlu zamanlarda her daim Allah'ın yanlarında olduğunu ve bu çabanın Allah'ın sevgisine değer bir gayret olduğunu hatırlatarak, inananlar için bir güç ve motivasyon kaynağı olmaktadır. Bu sayede inananlar problemlerle daha kolay başa çıkmaktadır.

- ***Tevekkül ve Şükür***

Bir diğer başa çıkma unsuru ise “tevekkül”dür. Tevekkül; sözlük anlamı itibariyle “Allah’a güvenmek” anlamındaki “vekl” kökünden türemekte olup “birinin işini üstüne alma, birine güvence verme; birine işini havale etme, ona güvenme” anlamlarına gelmektedir (Çağrı, 2012). Tirmizi (Sıfatü’l-kıyâme, 60)’ de geçen bir hadiste (DİB, 2020b) geçtiği üzere, “önce deveyi bağlayıp ardından tevekkül etmek gerektiği” ifade edilir. Buradaki bağlamından ötürü tevekkül, üstüne düşen sorumluluğu yerine getirdikten sonra, Allah’a dayanıp güvenmek, O’na havale etmek şeklinde anlaşılmıştır (Çağrı, 2012).

İnanan birey, yaşadığı sıkıntılarda elinden geleni yaptıktan sonra gerisini Allah’a havale ederek, bir anlamda yüklerini O’na teslim etmekte; bu teslimiyet bireyi rahatlatmaktadır. Tarhan (2019)’a göre, bir kaygıyı azaltma yöntemi olarak tevekkül, insan üzerinde rahatlatan bir etki göstermekte ve birey, inancın verdiği pozitif bilişsel kodlarla yaşamın zorluklarına karşı daha metanetli olabilmektedir.

Dinî başa çıkma yollarından biri de “yapılan iyiliği bilmek ve onu yaymak, iyilik edeni iyiliğiyle övmek; minnettarlık” anlamındaki “şükür”dür. Terim anlamıyla şükür; “Allah’tan veya insanlardan gelen nimet ve iyilikten dolayı minnettarlığını ifade etme, nimete söz ve fiille mukabelede bulunma, Allah’a itaat edip günah işlemekten uzak durmak suretiyle nimetin gereğini yapma” şeklinde tanımlanmaktadır (Çağrı, 2010). Şükür, hayata daha pozitif bakabilmeyi sağlayan bir duygu halidir. Birey sahip olduklarına minnettar olduğu zaman, daha olumlu bir ruh haline sahip olabilir, eldeki imkân ve potansiyellerini daha etkili bir şekilde kullanabilir. Ayten’e (2012b) göre, yalnızca olumlu şeyler değil, başa gelen olumsuz olaylar karşısında da şükür duygusunu

geliştirebilmek, yaşanan stres, kaygı, ümitsizlik ve anlamsızlık duygularının azalmasını ve bu duygularla daha kolay başa çıkabilmeyi sağlar. Yapılan araştırmalara göre, din ve maneviyat ile iç içe olan bireylerin yaşamlarındaki şükür yaşantısı ile depresif belirtilerin ortadan kalkması arasında olumlu bir ilişki vardır (Emmons, 2013).

- **Tövbe**

Dinî başa çıkma denince akla gelen bir diğer başa çıkma yolu ise, bilhassa suçluluk duygusunun en etkili tedavi yöntemi olarak nitelendirebileceğimiz “*tövbe*”dir. Arapça’da tövbe (tevb, metâb) “*geri dönmek, rücû etmek, dönüş yapmak*” anlamındadır ve “*dinde yerilmiş şeyleri terk edip övgüye lâyık olanlara yönelme*”, “*günahtan dönüp Allah’a yönelme*” olarak ifade edilmektedir (Topaloğlu, 2012). Bireyin yaptığı hatalardan dolayı yaşadığı yoğun suçluluk, öfke ve kaygı duyguları, bireyin öz saygısını zedeleyebilir, öz güvenini yitirebilir ve değersiz hissettirebilir. Bunların bir sonucu olarak, birey hayata karşı mücadele etme azmini kaybedebilir, daha karamsar, ümitsiz ve içe kapanık olabilir. Bireyin merhamet ve affından emin olduğu, en güvenli sığınak olan Allah’a samimice yönelip en mahrem sırlarını ve hatalarını itiraf etmesi, bireyde bir tür “*katarsis*” yaşatır. Sheff (1979)’e göre, Yunanca’da temizlenme, arınma anlamlarına gelen katarsis, psikanaliz temelinde geçmişte yaşanmış duygusal krizlerin güvenli bir ortam içinde (terapistin odası) yeniden tecrübe edilmesi olarak ifade edilir ve katarsis olmadan terapötik değişim gerçekleşemez (akt. Şahin, 2018). Böylece tövbe eden birey de, yaşadığı acı, suçluluk ve derin pişmanlıkları itiraf ederek bir duygusal boşalma yaşamaktadır. Ayrıca aynı hataları yapmamaya gayret etme niyetiyle tövbe eden birey, pozitif anlamda bir değişime doğru yol almış olur. Bu değişim, kişinin gelişimi için faydalı bir yol sunmaktadır. Bununla birlikte Rizvi (1994), tövbenin acı çeken bireye affedilme umudu verdiğini; affedilmenin ise, dünya ve Allah ile uzlaşmanın ön koşulu olduğunu ifade etmektedir (akt. Aksöz, 2015).

2.3.4. Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri

Pargament ve arkadaşları (2000), dinî başa çıkma ölçeğini (RCOPE) geliştirdikleri çalışmalarında, başlıca dinî başa çıkma etkinliklerini şöyle sınıflandırmışlardır:

Anlam Bulmaya (Yeniden Değerlendirme) Yönelik Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri

- *Hayra Yorma*: Stres etkenini potansiyel açıdan hayırlı veya faydalı olarak değerlendirmek.

- *Tanrı'nın Cezası Olarak Görme:* Stres etkenini günahlardan dolayı Tanrı'dan gelen bir ceza olarak değerlendirmek.
- *Şeytan İşi Olarak Görme:* Stres etkenini şeytanın neden olduğu bir iş olarak değerlendirmek.
- *Tanrı'nın Gücünü Sorgulama:* Tanrı'nın stresli durumu etkileme gücünü yeniden değerlendirmek.

Kontrolü Elde Etmeye Yönelik Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri

- *İşbirlikçi Dinî Başa Çıkma:* Problem çözmede Tanrı ile ortak hareket ederek kontrolü sağlamak.
- *Aktif Dinî Teslimiyet:* Başa çıkmada elinden geleni yaptıktan sonra kontrolü aktif olarak Tanrı'ya bırakmak.
- *Pasif Dinî Erteleme:* Problemin çözümünde pasif kalmak ve Tanrı'nın durumu kontrol etmesini beklemek.
- *Doğrudan Şefaät İçin Yalvarmak:* Tanrı'ya yalvararak bir mucize ya da ilahi şefaät aracılığıyla müdahale etmesini istemek.
- *Kendi Kendini Yöneten Dinî Başa Çıkma:* Tanrı'nın yardımını yerine doğrudan bireysel inisiyatif yoluyla kontrolü aramak.

Teselli ve Tanrı'ya Yakınlık Elde Etmeye Yönelik Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri

- *Manevi Destek Aramak:* Tanrı'nın sevgisi ve ilgisiyle teselli ve güvence aramak.
- *Dinî Odaklanma:* Odağı stres etkeninden uzaklaştırmak için dini faaliyetlerde bulunmak.
- *Dinî Arınma:* Dini eylemler veya tevbe yoluyla manevi arınma arayışına girmek.
- *Manevi Bağlantı:* Aşkın güçle manevi bir bağlılık duygusu yaşamak.
- *Manevi Hoşnutsuzluk:* Stresli durumda Tanrı'yla birey arasındaki ilişkinin sorgulanması ve bu ilişkiye dair memnuniyetsizlik hissi.
- *Dinî Sınırları İşaretlemek:* Kabul edilebilir dini davranışları kabul edilemez dinî davranışlardan açıkça ayırmak ve dini sınırlar içinde kalmak.

Tanrı ve Başkalarıyla Yakınlık Kurmaya Yönelik Dinî Başa Çıkma Etkinlikleri

- *Din Adamlarından veya Üyelerden Destek Aramak:* Cemaat üyeleri veya din adamlarının sevgi ve ilgileri aracılığıyla teselli ve güvence aramak.
- *Dinî Yardım:* Başkalarına manevi destek ve rahatlık sağlamaya çalışmak.
- *Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk:* Stresli durumlarda din adamlarına (veya kendi inancına mensup bireylere) yönelik kafa karışıklığı veya memnuniyetsizlik duymak.

Yaşam Dönüşümü Sağlamaya Yönelik Dinî Başa Çıkma Yöntemleri

- *Dinî İstikamet Arayışı:* Din aracılığıyla hayatta yeniden yön bulma çabası içine girmek.
- *Dini Dönüşüm:* Hayatta radikal değişiklik yapma amacıyla dine yönelmek.
- *Dini Bağışlama:* Sulha zıt öfke, kırgınlık ve korku vb. olumsuzluklardan kurtulmak için dine ve Tanrı'ya yönelmek.

Tüm bu etkinlikler, stresli durumdaki bireyin bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak ortaya koyacağı muhtemel tepkilerdir. Bir şekilde dinle bağlantı içinde olan ve zorlu zamanlarda dinsel yönelim içine giren bireyler problemleri algılama ve yorumlama; problem karşısında gösterecekleri tepki ve çabalar bakımından çeşitli stratejiler geliştirmektedir. Ancak görüldüğü gibi bu stratejilerin bir kısmı yapıcı ve olumlu iken, bir kısmı ise olumsuz ve yıkıcı mahiyettedir.

2.3.5. Dinî Başa Çıkma Tarzları

Pargament ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği araştırmalar sonucunda, dinî başa çıkmanın genellikle olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma olarak iki şekilde kullanıldığı tespit edilmiştir (Hökelekli, 2020). Birey başa çıkma yolunu kullanırken hem olumlu hem olumsuz yöntemlere başvurabilir. Bir başa çıkma metodu olarak dinin de doğal olarak bu sürecin bir parçası olduğu unutulmamalıdır.

Olumlu dinî başa çıkma yöntemlerinden oluşan şema; Tanrı ile güvenli bir ilişkiden, bir maneviyat duygusundan, hayatta bir anlam bulunduğu inancından ve başkalarıyla manevî bir bağlanma duygusundan meydana gelmektedir. Bu olumlu dinî başa çıkma yöntemleri, negatif durumlarda olumlu dinî değerlendirme, Tanrı ile işbirliği içinde hareket eden bir dinî başa çıkma, Tanrı'nın manevi desteğini talep etme, başkalarına yönelik dinî yardım ve dinî affi içermektedir. *Olumsuz dinî başa çıkma* yöntemlerinden meydana gelen şema ise, genel bir dinî yönelim şeklinden müteşekkildir; gerilim ve karmaşanın hâkim olduğu, Tanrı ile zayıf bir ilişkinin kurulduğu, dünyaya karşı uğursuz bir algının belirginliği söz konusudur. Olumsuz dinî başa çıkma yöntemlerinde, Tanrı'nın gücü sorgulanır, Tanrı'ya karşı öfke içeren ifadeler, negatif durumların bir ceza olduğuna ilişkin dinî değerlendirmeler bulunur (Pargament, 2005).

Ayten'e (2012b) göre, olumlu dinî başa çıkma tarzları, genellikle birey ve Tanrı arasında, birey ve birey arasında güvenli bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir. Olumlu

dinî başa çıkma, zor durumlarda Tanrı'ya yöneliş, başa gelen olayları hayra yorma, dinî yalvarma, dinî yakınlaşma, dinî istikamet arayışı ve dinî dönüşüm gibi alt boyutlara sahiptir. Birey ile Tanrı veyahut birey ve birey arasında güvensiz bir ilişki olduğuna işaret eden olumsuz dinî başa çıkma tarzları ise, manen memnuniyetsizlik, olayları şerre yorma, kişilerarası dinen memnuniyetsizlik gibi alt boyutlara sahiptir. Yine Ayten'in (2012b) yaptığı çalışmaya göre, insanların olumlu başa çıkma yöntemlerine olumsuz başa çıkma yöntemlerine göre daha fazla başvurduğu, olumlu dinî başa çıkma yollarını kullanan bireylerin depresif eğilimlerinin azaldığı; aksine olumsuz dinî başa çıkma faaliyetlerini kullanan bireylerin ise depresif eğilimlerinin artış gösterdiği tespit edilmiştir.

Koenig ve arkadaşları (1988) tarafından yapılan bir çalışmada, katılımcıların %45'i stresle başa çıkmada dinî inançlarını kullandıklarını belirtmiştir. Bununla birlikte, en çok kullanılan dinî başa çıkma etkinliklerinin de Tanrı'nın adaletine ve kadere inanma, dua etme ve Tanrı'nın desteğini ve gücünü hissetme olduğu tespit edilmiştir. Şiddetli ağrıları olan hastalar üzerinde yapılan diğer bir araştırmada, olumlu dinî başa çıkmayı kullanmanın, acıyı değerlendirme ve yönetme kararlarını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında, duanın, ibadet etmenin, aynı inancı paylaştıkları kişilerle sosyal ilişkilerin ve Tanrı'ya güvenmenin bireylerin aktif başa çıkmalarına destek olduğu görülmüştür (Büssing vd., 2009). Dinî başa çıkma ve yaşam kalitesini araştıran bir çalışmada ise yüksek yaşam kalitesi, varoluşsal ve sosyal destek arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Tarakeshwar vd., 2006).

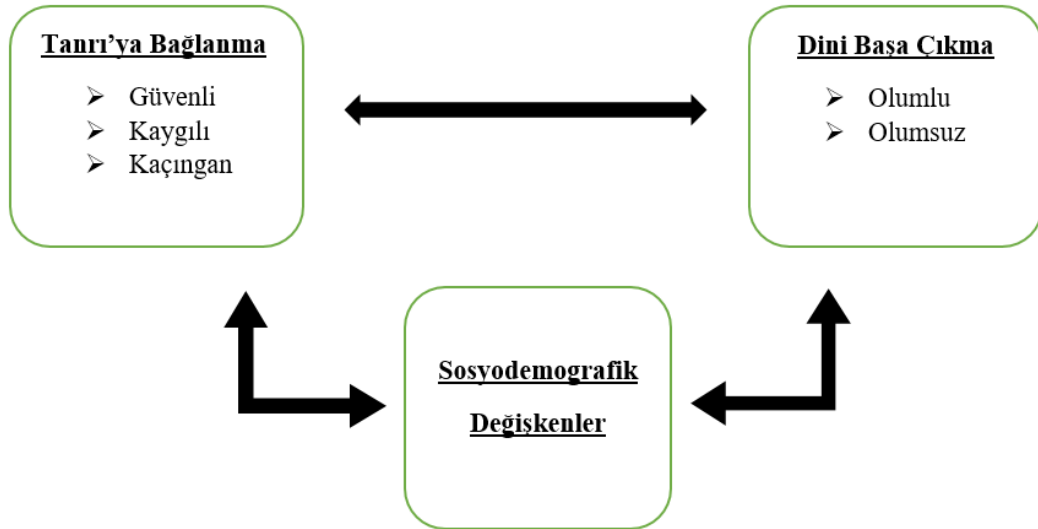
BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde yöntem kapsamında; araştırma modeli, evren ve örneklem, katılımcıların nitelikleri, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi hakkında bilgi verilecektir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Yetişkin bireylerde Tanrı'ya bağlanma ile dinî başa çıkma ilişkisini ele alan bu araştırma; bir nicel yöntem araştırması olup, kesitsel ve ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Tarama modelleri; herhangi bir değiştirme ve etkileme çabası olmaksızın, var olan birey, durum ve olayları oldukları gibi tanımlamaya çalışır. Gözlemsel bir şekilde inceleyip tespit etmeyi amaçlar (Karasar, 2020). İlişkisel tarama modelleri ise Karasar (2020)'a göre, “İki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir.”. Araştırmanın modeli Şekil.3'te verilmiştir.



Şekil 3. Araştırmanın Modeli

3.2. Araştırmanın Hipotezleri

Sosyodemografik Değişkenler ile Tanrı'ya Bağlanma Stilleri ve Dinî Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkiye Dair Hipotezler

- Kadın katılımcıların Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₁)
- Kadın katılımcıların Tanrı'ya kaygılı bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₂)
- Erkek katılımcıların Tanrı'ya kaçınan bağlanma ortalama puanları kadın katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₃)
- Kadın katılımcıların olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₄)
- Yaş ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır. (H₅)
- Yaş ile dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki vardır. (H₆)
- İlahiyat fakültesi öğrencilerinin Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₇)
- İlahiyat fakültesi öğrencilerinin olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir. (H₈)
- Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır. (H₉)
- Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır. (H₁₀)
- Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı ilişki vardır. (H₁₁)
- Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır. (H₁₂)

Tanrı'ya Bağlanma Stilleri ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkiye Dair Hipotezler

- Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. (H₁₃)
- Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. (H₁₄)

- Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. (**H₁₅**)
- Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. (**H₁₆**)

3.3. Evren ve Örneklem

Araştırmada genel evren üniversite öğrencileri; çalışma evreni ise Çukurova Üniversitesi öğrencileri olarak modellenmiştir. Örneklem ise, Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde eğitim alan 564 öğrencidir. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine ilişkin betimsel veriler aşağıda verilmiştir.

Tablo 2.

Katılımcıların Cinsiyete İlişkin Betimsel Değerleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	361	64,0
	Erkek	203	36,0
	Toplam	564	100,0

Tablo 2'de cinsiyet değişkenine ilişkin betimsel veriler sunulmuştur. Cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, örneklemin %64'ünün (N=361) kadın; %36'sının (N=203) ise erkek katılımcılardan meydana geldiği görülmektedir.

Tablo 3.

Katılımcıların Fakültelere İlişkin Betimsel Değerleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Fakülte	Eczacılık (1)	56	9,9
	Eğitim (2)	66	11,7
	Fen-Edebiyat (3)	76	13,5
	Hukuk (4)	68	12,1
	İlahiyat (5)	78	13,8
	Mimarlık (6)	55	9,8
	Mühendislik (7)	79	14,0
	Sağlık Bilimleri (8)	86	15,2
	Toplam	564	100,0

Tablo 3'te katılımcıların eğitim aldıkları fakültelere ilişkin betimsel veriler sunulmuştur. Örneklem grubunun %9,9'u (N=56) eczacılık fakültesi; %11,7'si (N=66) eğitim fakültesi; %13,5'i (N=76) fen-edebiyat fakültesi; %12,1'i (N=68) hukuk fakültesi; %13,8'i (N=78) ilahiyat fakültesi; %9,8'i (N=55) mimarlık fakültesi; % 14,0'ü (N=79) mühendislik fakültesi; %15,2'si (N=86) sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır.

Tablo 4.

Katılımcıların Yaşa İlişkin Betimsel Değerlerleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Yaş	18	30	5,3
	19	81	14,4
	20	94	16,7
	21	93	16,5
	22	133	23,6
	23	73	12,9
	24	34	6,0
	25	11	2,0
	26	4	,7
	27	1	,2
	28	2	,4
	30	2	,4
	32	1	,2
	34	1	,2
	35	1	,2
	42	2	,4
	44	1	,2
Toplam		564	100,0

Tablo 4'te katılımcıların yaşlarına ilişkin betimsel değerler verilmiştir. Örneklem grubunun yaşı 18-44 aralığında değişmektedir. Yaş ortalaması ($\bar{x} = 21,43$) 21 civarındır. Katılımcıların %5,3'ü (N=30) 18 yaşında; %14,4'ü (N=81) 19 yaşında; %16,7'si (N=94) 20 yaşında; %16,5'i (N=93) 21 yaşında; %23,6'sı (N=133) 22 yaşında; %12,9'u (N=73)

23 yaşında, %6.0'sı (N=34) 24 yaşında, %2.0'ı (N=11) 25 yaşında; %7'si (N=4) 26 yaşında; %0,2'si (N=1) 27 yaşında; %0,4'ü (N=2) 28 yaşında; %0,4'ü (N=2) 30 yaşında; %0,2'si (N=1) 32 yaşında; %0,2'si (N=34) yaşında; %0,2'si (N=1) 35 yaşında; %0,4'ü (N=2) 42 yaşında; %0,2'si (N=1) 44 yaşındadır.

Tablo 5.

Katılımcıların Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Dair Betimsel Değerleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Anne ile Olan	Orta	125	22,2
Duygusal Bağ	Kuvvetli	439	77,8
ve İlişki	Toplam	564	100,0

Tablo 5'te katılımcıların anneleri ile olan duygusal bağ ve ilişkisine dair betimsel veriler sunulmuştur. Örneklem grubunun %22,2'sinin (N=125) annesi ile olan duygusal bağı ve ilişkisi orta düzeyde; %77,8'inin (N=439) annesi ile olan duygusal bağ ve ilişkisi kuvvetli düzeydedir.

Tablo 6.

Katılımcıların Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Dair Betimsel Değerleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Baba ile Olan	Orta	236	41,8
Duygusal Bağ	Kuvvetli	328	58,2
ve İlişki	Toplam	564	100,0

Tablo 6'da katılımcıların babaları ile olan duygusal bağ ve ilişkisine dair veriler sunulmuştur. Örneklem grubunun %41,8'inin (N=236) babaları ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzeyde; %58,2'sinin (328) babaları ile olan duygusal bağ ve ilişkisi kuvvetli düzeydedir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları; *Kişisel Bilgi Formu*, *Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE)* ve *Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ)*'dir.

3.4.1. Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE)

Bireylerin Tanrı'ya ne şekilde bağlandıklarını belirlemek için kullanılan Tanrı'ya Bağlanma Envanteri; “Tanrı'ya bağlanma tecrübesi, erken dönemdeki bağlanma tecrübelerinin aynalanması mı yoksa erken dönemdeki bağlanma ihtiyacını karşılamada yaşanan boşluğu telafi etme şekli midir?” sorusunu cevaplandırabilmek amacıyla, Richard Beck ve Angie McDonald (2004) tarafından geliştirilmiştir. Esasen, Brennan, Clark ve Shaver'ın (1998) “Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE)” ölçeğinden yararlanılarak geliştirilmiş bir envanterdir (akt. Subaşı, 2012). İlk defa Hacer Subaşı (2012) tarafından yüksek lisans çalışması sırasında Türkçe'ye çevrilmiş, geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Türkçe formunda 23 madde olan ölçek, 7'li likert tipi olup Cronbach Alpha değeri 0.787'dir. Bizim çalışmamızda ise Cronbach Alpha değeri 0.74 olarak bulunmuştur.

3.4.2. Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ)

Orjinali Pargament ve arkadaşları tarafından (1998) geliştirilen ölçek, Ekşi (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek, 14 likert tipi maddeden oluşup, 7'si olumlu, 7'si olumsuz dinî başa çıkmayı ölçmektedir. Ölçek, olumlu dinî başa çıkma için 0.64, olumsuz dinî başa çıkma için 0.63 güvenirlik katsayısına sahip iken, ölçeğin tamamının güvenirlik katsayısı 0.69 olarak tespit edilmiştir. Ölçekten düşük puan alınması o başa çıkmanın az, yüksek puan alınması o başa çıkmanın çok kullanıldığını göstermektedir. Bizim çalışmamızda ise, Cronbach Alpha değeri 0.78 olarak tespit edilmiştir.

3.4.3. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, örneklem katılımcılarının cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim alınan fakülte, üniversitede kaçınıcı yıllarında oldukları, ekonomik düzey, hayatlarının büyük çoğunluğunu nerede geçirdikleri, anne-babanın hayatta olup olmadığı, anne-babanın evlilik durumu gibi sosyodemografik değişkenler ile çocukluklarında bakımlarını kimin üstlendiği, bu bakım veren kişiyle olan duygusal bağ ve ilişki, anne-baba ile olan duygusal bağ ve ilişki, herhangi bir Tanrı ve dine inanıp inanmadıkları gibi değişken verilerini toplama amacı ile oluşturulmuştur. Ancak daha sonra, araştırmacı tarafından uygulanan bu anket formundaki “medeni durum, üniversitede kaçınıcı yıllarında oldukları, ekonomik düzey, hayatlarının büyük çoğunluğunu nerede geçirdikleri, anne ve babanın sağ-vefat hayatta olup olmadıkları, anne ve babanın evlilik

durumları, çocukluklarında bakım verenin kim olduğu, bu bakım veren ile olan duygusal bağ ve ilişki” verilerin analiz sürecine dahil edilmemiştir.

3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

Veri toplama işlemine Aralık 2021 ayında başlanmış, veri toplama süreci 2022 Mart ayının sonlarında tamamlanmıştır. Veriler, Çukurova Üniversitesi’nin çeşitli fakültelerindeki öğrencilere, kendilerine gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra, gönüllü katılım yolu ile uygulanmıştır. Araştırma veriler anket tekniği ile toplanmıştır. Uygulanan 650 anket formunun 86 tanesi; geri getirmeme, hatalı veya eksik doldurulma dolayısıyla analiz dışı bırakılmıştır. Dolayısıyla kalan 564 anket ile çalışılmıştır.

Araştırma sonucu elde edilen veriler, öncelikle bilgisayar ortamında SPSS 26.0 programına girilmiştir. Eksik verilerin olup olmadığı kontrol edilmiştir. Araştırma problemine göre kullanılması gereken analiz çeşitleri belirlenmiş ve ilişki varlığının test edilmesi için korelasyon analizi kullanılmıştır.

Çalışmanın değişken düzeyleri tanımlayıcı istatistiksel yöntemle analiz edilmiştir. Tartışılan argümana göre farklılaşma olup olmadığını incelemek için karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Bu durumda normal dağılım gösteren verilerin analizinde, iki bağımsız grup arasındaki ortalama farkını test etmek için t-test ve ANOVA; değişkenler arası ilişkiler için Pearson Moment Çarpma Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu’nda yer alan “anne ile olan duygusal bağ ve ilişki durumu” ile “baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumu” değişkenlerine ait katılımcı sayısının istatistiksel açıdan karşılaştırmaya uygun olmaması nedeniyle beş kategoriden (Zayıf-Mesafeli; Çatışmalı-Kötü; Orta-İdare Eder; Kuvvetli-İyi; Değişken Dengesiz) iki kategoriye (Orta ve Kuvvetli) indirilmiştir. Ayrıca, “herhangi bir Tanrı’ya inanma” ile “herhangi bir dine inanma” durumlarına ilişkin sorulara “hayır” veya “şüpheliyim” yanıtı verenlerin oranının çok düşük olması dolayısıyla örneklem içinde bir ayrıştırmaya gidilmemiş, genel değerlendirmeye dâhil edilmişlerdir.

3.6. Sınırlılıklar

- Araştırma, çalışılan ve verilerin toplandığı örneklem ile sınırlıdır.
- Araştırma, kullanılan veri toplama araçları ile sınırlıdır.
- Araştırma, kullanılan veri analiz teknikleri ile sınırlıdır.
- Araştırma, verilerin toplandığı süre ve şartlar ile sınırlıdır.
- Araştırma, faydalanılan literatür çalışması ile sınırlıdır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma problem ve hipotezlerine yönelik yanıt bulabilmek amacıyla uygulanmış olan istatistiksel analiz bulgularına yer verilmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formu ve ölçeklerden elde edilen bulgular tablolarda gösterilmiştir.

4.1. Ölçeklere Dair Bulgular

Tablo 7.

Ölçeklere İlişkin Betimsel Değerler

Ölçekler	n	En küçük En büyük		$\bar{x}$	Ss	Basıklık		Çarpıklık	
		değer	değer						
TBE	564	32,00	155,00	81,20	16,55	-,172	,103	1,035	,205
TBE Güven	564	21,00	92,00	55,58	12,48	-,156	,103	-,236	,205
TBE Kaygı	564	5,00	35,00	12,63	5,93	,617	,103	-,131	,205
TBE Kaçınma	564	4,00	39,00	12,98	4,79	,300	,103	,997	,205
DBTÖ	564	10,00	38,00	24,50	4,92	-,481	,103	,389	,205
Olumlu DBÇ	564	7,00	28,00	20,88	5,38	-,728	,103	-,238	,205
Olumsuz DBÇ	564	7,00	25,00	12,02	3,69	,766	,103	,210	,205

(TBE: Tanrıya Bağlanma Envanteri; DBTÖ: Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği; DBÇ: Dinî Başa Çıkma)

Analiz için ilk olarak normallik testleri yapılmış ve basıklık-çarpıklık değerleri tüm ölçek ve ölçek alt boyutlarında kontrol edilmiştir. Basıklık-Çarpıklık değerleri -2, +2 arasında olduğu için normal dağılımın ihlal edilmediğine karar verilmiştir.

4.2. Demografik Değişkenlere Göre Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma Bulguları

4.2.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları

Tablo 8.

Katılımcıların Cinsiyetleri Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
TBE Güven	Kadın	361	57,09	11,67	562	3,734	,000
	Erkek	203	52,90	13,41			
TBE Kaygı	Kadın	361	12,51	5,567	562	-,630	,529
	Erkek	203	12,85	6,53			
TBE Kaçınma	Kadın	361	12,51	4,39	562	-3,154	,003
	Erkek	203	13,83	5,33			
Olumlu DBÇ	Kadın	361	21,62	4,87	562	4,182	,000
	Erkek	203	19,57	5,97			
Olumsuz DBÇ	Kadın	361	11,60	3,46	562	-3,532	,000
	Erkek	203	12,77	3,96			

(TBE: Tanrıya Bağlanma Envanteri; DBTÖ: Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği; DBÇ: Dinî Başa Çıkma)

Cinsiyet açısından katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) ve Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadıklarını belirlemek için uygulanan t-testi sonucunda:

Kadın bireylerin erkek bireylere göre ortalama TBE Güven alt boyut puanı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($t_{(562)} = 3,734$; $p < 0,05$). TBE Kaygı alt boyut puanları cinsiyet açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmamıştır ($p > 0,05$). TBE Kaçınma alt boyut puanları cinsiyet bakımından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = -3,154$; $p < 0,05$). Ortalama TBE Kaçınma puanının erkek bireylerde istatistiksel olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Olumlu DBÇ alt boyut puanları kadın bireylerde erkek bireylere göre yüksektir ve bu durum istatistiksel olarak anlamlıdır ($t_{(562)} = -4,182$; $p < 0,05$). Olumsuz DBÇ alt boyut ortalama puanı erkek bireylerde kadın bireylere göre daha yüksektir ve bu durum istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t_{(562)} = -3,532$; $p < 0,05$).

4.2.2. Yaş Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları

Tablo 9.

Katılımcıların Yaş Durumu Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Korelasyon Analiz Sonuçları

Değişken		TBE Güven	TBE Kaygı	TBE Kaçınma	Olumlu DBÇ	Olumsuz DBÇ
Yaş	r	,062	-,065	-,102*	,091*	-,027
	p	,139	,125	,016	,031	,523
	n	564	564	564	564	564

*Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2-kuyruklu)

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-kuyruklu)

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyutları ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyutlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığının tespiti amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda:

Yaş ile TBE Kaçınma alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ($r = -,102$; $p < 0,05$); yaş ile Olumlu DBÇ alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ($r = ,091$; $p < 0,05$). Yaş ile diğer alt boyutlar arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

4.2.3. Fakülte Değişkenine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları

Tablo 10.

Katılımcıların Fakülte Durumu Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının ANOVA Analiz Sonuçları

Değişkenler	Fakülte	n	$\bar{x}$	SS	sd	F	p	Anlamlı Fark
TBE Güven	Eczacılık (1)	56	56,54	11,25	7	10,344	,000	
	Eğitim (2)	66	57,11	11,05	563			1>4, 2>3,
	Fen-Edebiyat (3)	76	53,04	11,46				2>4, 2>7,
	Hukuk (4)	68	48,93	12,51				3>4, 5>1,
	İlahiyat (5)	78	64,08	10,10				5>2, 5>3,
	Mimarlık (6)	55	55,84	13,02				5>4, 5>6,
	Mühendislik (7)	79	52,54	13,58				5>7, 5>8,
	Sağlık Bilimleri (8)	86	56,20	11,32				8>4, 8>7
	Toplam	564	55,58	12,48				
TBE Kaygı	Eczacılık (1)	56	14,04	6,95	7	1,718	,102	
	Eğitim (2)	66	13,62	5,88	563			
	Fen-Edebiyat (3)	76	12,25	5,49				
	Hukuk (4)	68	12,12	5,77				
	İlahiyat (5)	78	13,10	6,08				
	Mimarlık (6)	55	10,78	5,02				
	Mühendislik (7)	79	12,32	5,88				
	Sağlık Bilimleri (8)	86	12,76	5,98				
	Toplam	564	12,63	5,92				
TBE Kaçınma	Eczacılık (1)	56	13,76	4,26	7	719	,656	
	Eğitim (2)	66	13,04	3,86	563			
	Fen-Edebiyat (3)	76	12,88	4,28				
	Hukuk (4)	68	12,32	4,68				
	İlahiyat (5)	78	13,06	4,84				
	Mimarlık (6)	55	12,60	5,28				
	Mühendislik (7)	79	13,62	5,32				
	Sağlık Bilimleri (8)	86	12,64	5,40				
	Toplam	564	12,98	4,79				
Olumlu DBÇ	Eczacılık (1)	56	20,89	4,80	7	9,532	,000	
	Eğitim (2)	66	21,33	5,10	563			1>7, 2>3,
	Fen-Edebiyat (3)	76	19,25	5,82				2>4, 2>7,
	Hukuk (4)	68	19,32	5,03				5>1, 5>2,
	İlahiyat (5)	78	24,36	3,62				5>3, 5>4,
	Mimarlık (6)	55	20,67	5,12				5>6, 5>7,
	Mühendislik (7)	79	18,90	6,32				5>8, 6>7,
	Sağlık Bilimleri (8)	86	22,00	4,58				8>3, 8>4,
	Toplam	564	20,88	5,38				8>7
Olumsuz DBÇ	Eczacılık (1)	56	12,14	3,83	7	1,802	,084	
	Eğitim (2)	66	12,33	3,48	563			
	Fen-Edebiyat (3)	76	11,02	3,62				
	Hukuk (4)	68	11,78	3,46				
	İlahiyat (5)	78	12,94	3,42				
	Mimarlık (6)	55	11,98	4,20				
	Mühendislik (7)	79	11,64	3,46				
	Sağlık Bilimleri (8)	86	12,31	3,94				
	Toplam	564	12,02	3,69				

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyut puanları ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının fakülteler bakımından anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti amacıyla yapılan ANOVA analizi yapılmıştır. Ardından anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden LSD testi uygulanmıştır. Ulaşılan sonuçlar şöyledir:

Katılımcıların TBE Güven alt boyutu puanları fakülterle göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($F_{(7,563)} = 10,344$; $p < 0,05$). Ortaya çıkan sonuçlara göre, ilahiyat fakültesinde öğrenim gören katılımcıların TBE Güven alt boyutu puanlarının sırasıyla hukuk, mühendislik, fen edebiyat, mimarlık, sağlık bilimleri, eczacılık ve eğitim fakültesinde öğrenim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların TBE Kaygı ve TBE Kaçınma alt boyut puanları fakülterle göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır ($p > 0,05$).

Olumlu DBÇ alt boyut puanları fakülte değişkeni açısından, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($F_{(7,563)} = 9,532$; $p < 0,05$). Ortaya çıkan sonuçlara göre, ilahiyat fakültesinde öğrenim gören katılımcıların Olumlu DBÇ puanlarının sırasıyla mühendislik, fen edebiyat, hukuk, mimarlık, eczacılık, eğitim ve sağlık bilimleri fakültesinde öğrenim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların Olumsuz DBÇ alt boyut puanlarının fakülterle göre, gruplar arası istatistiksel anlamlılık göstermemiştir ($p > 0,05$).

4.2.4. Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları

Tablo 11.

Katılımcıların Anne ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyi Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları

Değişkenler	Anne Bağı	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
TBE Güven	Orta	125	53,8240	12,94347	562	-1,785	,075
	Kuvvetli	439	56,0774	12,31283			
TBE Kaygı	Orta	125	14,6160	5,96871	562	4,306	,000
	Kuvvetli	439	12,0683	5,79835			
TBE Kaçınma	Orta	125	14,2240	5,16012	562	3,304	,001
	Kuvvetli	439	12,6333	4,62669			
Olumlu DBÇ	Orta	125	19,3200	5,28327	562	-3,721	,000
	Kuvvetli	439	21,3257	5,32728			
Olumsuz DBÇ	Orta	125	13,2960	4,24079	562	4,447	,000
	Kuvvetli	439	11,6583	3,44054			

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyut puanları ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için yapılan t-testi sonucunda:

TBE Güven alt boyut puanları anne ile olan bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel anlamlı fark göstermemiştir ($p>0,05$). TBE Kaygı alt boyut puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arasın istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)}=-4,306$; $p<0,05$). Anne ile olan bağ duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri kaygı alt boyutu puanları anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. TBE Kaçınma alt boyut puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)}=-3,304$; $p<0,05$). Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların TBE Kaçınma alt boyutu puanları anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlar katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur.

Olumlu DBÇ alt boyut puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)}=-3,721$; $p<0,05$). Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olan katılımcıların Olumlu

DBÇ alt boyutu puanları anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Olumsuz DBÇ alt boyut puanları anne ile olan bağ ve ilişki düzeyine göre gruplar arasın istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($t_{(562)} = 4,447$; $p < 0,05$). Anne ile duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların Olumsuz DBÇ alt boyut puanları anne ile duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

4.2.5. Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma Bulguları

Tablo 12.

Katılımcıların Baba ile Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyi Açısından Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanlarının t Testi Analiz Sonuçları

Değişkenler	Baba Bağı	n	$\bar{x}$	SS	sd	t	p
TBE Güven	Orta	236	55,1780	12,08736	562	-645	,519
	Kuvvetli	328	55,8659	12,76368			
TBE Kaygı	Orta	236	13,7500	5,91653	562	3,843	,000
	Kuvvetli	328	11,8293	5,81110			
TBE Kaçınma	Orta	236	13,9746	4,83685	562	4,219	,000
	Kuvvetli	328	12,2744	4,63642			
Olumlu DBÇ	Orta	236	20,4364	5,30036	562	-1,669	,096
	Kuvvetli	328	21,2012	5,41849			
Olumsuz DBÇ	Orta	236	12,8093	3,95744	562	4,368	,000
	Kuvvetli	328	11,4543	3,38341			

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyut puanları ile Dinî Başa Çıkma tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için yapılan t-testi sonucunda:

TBE Güven alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$). TBE Kaygı alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 3,843$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların TBE Kaygı alt boyutu puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. TBE Kaçınma alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre gruplar

arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 4,219$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların TBE Kaçınma alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

Olumlu DBÇ alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p < 0,05$). Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları, baba ile duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 4,368$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta olan katılımcıların Olumsuz DBÇ alt boyut puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur.

4.3. Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma İlişkisine Dair Bulgular

Tablo 13.

Katılımcıların Tanrı'ya Bağlanma Envanteri Alt Boyut ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Alt Boyut Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler		Olumlu DBÇ	Olumsuz DBÇ
TBE Güven	r	,701**	,128**
	p	,000	,002
	n	564	564
TBE Kaygı	r	-,045	,505**
	p	,282	,000
	n	564	564
TBE Kaçınma	r	-,008	,420**
	p	,842	,000
	n	564	564

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2-kuyruklu)

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-kuyruklu)

Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyut puanları ile Dini Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanları arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan korelasyon analizi sonucunda:

TBE Güven alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r = ,701$, $p < ,05$). TBE Güven alt boyut puanları arttıkça Olumlu DBÇ alt boyut puanları artmaktadır. TBE Güven alt boyut ile Olumsuz DBÇ alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r = ,128$, $p < ,05$). TBE Güven alt boyut puanları arttıkça Olumsuz DBÇ alt boyut puanları artmaktadır.

TBE Kaygı alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir ($r = -.045$, $p > .05$). TBE Kaygı alt boyutu ile Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r = .505$, $p < .05$). TBE Kaygı alt boyut puanları arttıkça Olumsuz DBÇ alt boyut puanları artmaktadır.

TBE Kaçınma alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir ($r = -.088$, $p > .05$). TBE Kaçınma alt boyutu ile Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r = .420$, $p < .05$). Tanrıya Bağlanma Envanteri kaçınma alt boyutu puanları arttıkça Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları artmaktadır.

TBE Kaygı alt boyutu ve TBE Kaçınma alt boyutu ile Olumlu DBÇ arasında negatif yönde bir ilişki vardır ancak bu ilişkiler anlamlı düzeyde değildir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

5.1. Demografik Değişkenlere Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma

5.1.1. Cinsiyete Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma

Katılımcıların Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE) ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının cinsiyet açısından anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için yapılan t-testi sonuçlarına göre;

TBE Güven alt boyutu puanları cinsiyet açısından, gruplara göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 3,734$; $p < 0,05$). Kadınların TBE Güven alt boyutu puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Böylece, “*Kadın katılımcıların Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_1)*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Kadınların Tanrı'ya yönelik atıflarının genel anlamda daha olumlu bir yapı arz etmesi, bu sonuca sebep olmuş olabilir. Nitekim, kadınların erkeklere nazaran daha olumlu Tanrı algısına sahip olduğuna yönelik literatür çalışmaları bu sonucu desteklemektedir (Mehmedoğlu, 2011; Nelsen vd., 1985; Seyhan, 2014).

TBE Kaçınma alt boyutu puanları cinsiyet bakımından, gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = -3,154$; $p < 0,05$). Kadınların TBE Kaçınma alt boyutu puanları erkeklerden daha düşük bulunmuştur. Buna göre, “*Erkek katılımcıların Tanrı'ya kaçınan bağlanma ortalama puanları kadın katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_3)*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Bu durum, kadın erkek arasındaki biyolojik farklılıklar ve toplumsal açıdan yüklenen rollerden kaynaklanıyor olabilir. Erkeklerden bağımsız ve güçlü olmalarının beklenmesi gibi beklentiler bir neden olarak kabul edilebilir. Ayrıca literatürde erkeklerin kaçınan bağlandıklarına yönelik veriler (Bartholomew & Horowitz, 1991; Sümer & Güngör, 1999a), çalışmamız bağlamında, bireylerin erken yaşta deneyimlediği bağlanma ilişkisinin Tanrı'ya ikame edildiğini düşündürmektedir.

TBE Kaygı alt boyutu puanları, cinsiyet bakımından gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$). Buna göre, “*Kadın katılımcıların Tanrı'ya kaygılı bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_2)*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır.

Literatürdeki çalışmalara göz atıldığında, cinsiyet açısından farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Tanrı'ya bağlanma ile cinsiyet arasında anlamlı sonuçlara ulaşmayan çalışmalar (Hatefi vd., 2019; Reiner vd., 2010; Sağlam Demirkan, 2020; Subaşı, 2012) olduğu gibi, anlamlı veriler elde eden çalışmalar da vardır. Erdoğan Korkmaz'ın (2012) çalışmasında araştırma sonuçlarımızla uyumlu olarak, kadınların Tanrı'ya güven puanları erkeklerden anlamlı şekilde yüksek çıkarken, kaygı alt boyutu puanları açısından kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Çınar'ın (2015) yaptığı çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Hayta (2017) ise, kadınların Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalamalarının erkeklerden; erkeklerin Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma ortalamalarının ise kadınlardan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yine, Bonab ve Namini'nin (2010) yaptığı çalışmada, kadınların Tanrı'ya güven ve teslimiyet skorları erkeklerden anlamlı şekilde daha yüksek çıkmıştır. Bu veriler, araştırma sonuçlarımızın cinsiyet bazında literatür ile genel anlamda uyumlu olduğunu göstermektedir.

DBTÖ alt boyutlarının cinsiyetler açısından ortaya çıkan sonuçlarına bakılacak olursa, kadın bireylerin Olumlu DBÇ ortalamalarının erkek bireylerden anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir ($t_{(562)} = -4,182$; $p < 0,05$). Olumsuz DBÇ alt boyutunda ise, erkek katılımcıların puan ortalamaları kadın bireylerden daha yüksektir ve bu durum istatistiksel olarak anlamlıdır ($t_{(562)} = -3,532$; $p < 0,05$). Böylece, “*Kadın katılımcıların olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H₄)*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Ortaya çıkan bu sonuçlara göre akla gelebilecek ilk tez, toplumumuzda kadınların daha dindar olmasından kaynaklanabileceğidir. Konuyla ilgili literatüre bakıldığında, bu tezi destekleyen çalışmalar olduğu gibi (Baynal, 2015; S. Korkmaz, 2020; Yapıcı, 2007), cinsiyet ve dindarlık arasında anlamlı ilişki tespit etmeyen çalışmalar da mevcuttur. Nitekim Yapıcı'nın (2012) Türkiye'deki cinsiyete göre dindarlığa ilişkin meta-analiz çalışmasına göre, tespit edilen 136 bulgudan kadınlar % 27.94'ünde, erkekler % 20.59'unda daha dindar çıkmıştır. Geriye kalan % 51.47'sinde ise, cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla, Türkiye toplumunda kadınların kısmen daha dindar olduğu göze çarpsa da, genel bir kanıya varmak zor görünmektedir (Yapıcı, 2016). Ancak buna rağmen, kadınların dindarlığın inanç, ibadet, duygu ve etki boyutlarında erkeklerden daha dindar olması (Yapıcı, 2012), olumsuz yaşam olayları deneyimlerinde “hayra yorma, dua etme, sadaka verme, diğer din kardeşleri ile yakınlık kurma” gibi etkinliklere daha çok başvurmaları (Uysal vd., 2017), erkeklere göre daha sosyal olmaları ve sosyal ilişkiler

aracılığıyla toplu dinsel aktivitelere daha çok yönelmeleri, olumlu dinî başa çıkmanın kadınlarda daha yüksek çıkmasını açıklayabilir. Ayrıca kadınların genel anlamda dinî başa çıkma stratejilerine daha çok başvurmalarının (Büyüksahin, 2009; Krause vd., 2018) da bu sonucu etkilediği söylenebilir.

Dinî başa çıkma ile cinsiyet ilişkisine dair literatüre göz atıldığında; çalışmamızın sonuçlarına benzer olarak, Ekşi'nin (2001) çalışmasında erkeklerin olumsuz dinî başa çıkma puanları kadınlardan daha yüksek bulunurken, Uysal ve arkadaşlarının (2017) araştırmasında kadınların olumlu dinî başa çıkma puanları kadınların lehine anlamlı çıkmıştır. Biri Amerika diğeri İran'da gerçekleştirilen başka çalışmalarda, yine kadınların olumlu dinî başa çıkma skorlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Gerber vd., 2011; Ghorbani vd., 2017). Bunun yanında literatürde cinsiyet ve dinî başa çıkma arasında herhangi bir ilişki tespit etmeyen veya erkeklerin olumlu ve olumsuz dinî başa çıkmayı kadınlardan daha çok kullandığına yönelik sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Ayten, 2012b; Ercan & Kula, 2021; Karakaş & Koç, 2014). Buna göre, literatürde araştırma sonuçlarımızla benzer sonuçlar olduğu gibi, farklı verilere ulaşan çalışmaların da olduğu görülmektedir.

5.1.2. Yaş Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma

Katılımcıların Tanrı'ya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyutları ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyutlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda, yaş ile TBE Kaçınma alt boyutu arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ($r = -.102, p < 0,05$); Olumlu DBÇ alt boyutu arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. *Böylece, “Yaş ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₅)” ve “Yaş ile dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₆)”* hipotezlerimiz desteklenmiştir. Buna göre, yaş arttıkça TBE Kaçınma seviyesi düşmekte, Olumlu DBÇ ortalaması ise artmaktadır. Bu durumda, yaş aldıkça olgunlaşan bireyin din ile daha barışık bir ilişki içine girdiği akla gelmektedir. Ayrıca, genç yaşlarda dine ilginin zayıf olması, bireylerin yaş aldıkça Allah'a yakınlaşma içerisine girmesi ve problemlerle başa çıkma sürecinde dinî unsurları daha yapıcı bir şekilde kullanması söz konusu olabileceğinden böyle bir tablonun ortaya çıkmış olması muhtemeldir. Nitekim Ayten ve Sağır'ın (2014) gerçekleştirdiği bir çalışmada, yaş ile dindarlık ve olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Yaşa bağlı dindarlık düzeyinin arttığına yönelik başka literatür çalışmaları da mevcuttur (Baynal, 2015; Bergan & McConatha, 2001; Çevik Demir, 2013; Uysal, 1995). Ancak, araştırmamızda düşük düzeyde bir anlamlılık çıktığı ortadadır. Böyle bir sonucun çıkmasının nedeni, örneklemin üniversite öğrencilerinden meydana gelmesi ve yaş dağılımının birbirine çok yakın olmasından kaynaklanmış olabilir. Örneklem yaş aralığı 18-44 yaş arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 21 civarındadır. Bu yaş, ergenliğin sonu ve genç yetişkinliğin başlangıcı olarak (bkz. Colarusso, 2013), bireyin hayatında değişime kapı açan bir dönemdir. Dolayısıyla, birey ya ergenliğin şüphe ve kararsızlık içeren çalkantılı yapısını yeniden gözden geçirecek, yeniden yapılandıracak veya dinî hayatını dengeleyecek (Hökelekli, 2017) ya da ilk yetişkinlik yıllarında meslek edinme, evlilik vb. gibi kaygıların da sebebiyle dinî ilgi ve yaşayışında zayıflama görülecektir (Certel, 2015). Bundan ötürü, daha sağlıklı verilere ulaşabilmek ve yorumlayabilmek için karşılaştırmaya elverişli daha çeşitli ve geniş bir yaş örneklemini ile çalışmanın daha uygun olacağı düşünülmektedir.

Literatüre göz atıldığında, Çağlayan'ın (2022) bulgularına göre yaş ile birlikte Tanrı'ya güvenli bağlanma puanları artarken, kaygılı bağlanma düzeyleri azalmaktadır. Bulgularımızla uyumlu olarak ise, yaş ile Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma seviyesi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanında, bir kısım çalışmada (Sağlam Demirkan, 2020; Zhu & Upenieks, 2022) yaşa bağlı Tanrı'ya bağlanma skorlarının arttığı gözlenirken, yaşa bağlı herhangi bir ilişki tespit etmeyen başka bulgular (Çınar, 2015; Gürman, 2019; Hatefi vd., 2019; Subaşı, 2012) da mevcuttur. Yaşları 11-14 arasında değişen çocuklarla yapılan bir çalışmada, yaş ile birlikte olumlu dinî başa çıkma puanlarının azaldığı (Van Dyke vd., 2009) bulunurken; ergenlerde benlik saygısı ve dinî başa çıkma üzerine yapılan bir başka çalışmada, yaşa bağlı olumlu dinî başa çıkma seviyelerinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Çevik Demir, 2013). Yetişkin örneklemelerinde gerçekleştirilen çalışmalarda ise, genel anlamda yaş ilerledikçe olumlu dinî başa çıkma kullanım düzeyleri yükselmektedir (Angın, 2021; Topuz, 2003). Bu noktada, tıpkı dindarlık gibi dinî başa çıkma kullanımının da yaşa bağlı değişkenlik gösterdiğini, genel anlamda yaş ile birlikte artış gösterse (Ayten & Ensa, 2012; Klaassen vd., 2006) de, ergenlik gibi kritik yaşam dönemlerinde bu bulguların değişkenlik gösterebileceği söylenebilir. Nitekim Türkiye'de dinî başa çıkma çalışmaları açısından yapılan bir değerlendirme çalışmasında, dinî başa çıkma bulgularının yaşa göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Abanoz, 2020).

5.1.3. Fakülteye Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) ve Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyutlarının fakülteler bazında anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için öncelikle ANOVA analizi yapılmış, ardından anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden LSD testi yapılmıştır. Buna göre:

TBE Güven alt boyutu puanları fakültelere göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($F_{(7,563)} = 10,344$; $p < 0,05$). Ortaya çıkan sonuçlara göre, İlahiyat fakültesinde öğrenim gören katılımcıların TBE Güven alt boyutu puanları sırasıyla hukuk, mühendislik, fen edebiyat, mimarlık, sağlık bilimleri, eczacılık ve eğitim fakültesinde öğrenim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. TBE Kaygı ve TBE Kaçınma alt boyut puanları fakültelere göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır ($p > 0,05$).

DBTÖ Olumlu DBÇ puanları fakülteler açısından, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmıştır ($F_{(7,563)} = 9,532$; $p < 0,05$). Buna göre ilahiyat fakültesinde öğrenim gören katılımcıların Olumlu DBÇ puanlarının sırasıyla mühendislik, fen edebiyat, hukuk, mimarlık, eczacılık, eğitim ve sağlık bilimleri fakültesinde öğrenim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların Olumsuz DBÇ puanlarının ise fakültelere göre, gruplar arası istatistiksel anlamlılık göstermediği görülmüştür ($p > 0,05$).

Böylece, “İlahiyat fakültesi öğrencilerinin Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir (H_7)” ve “İlahiyat fakültesi öğrencilerinin olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir (H_8)” hipotezlerimiz doğrulanmış bulunmaktadır. Ortaya çıkan tablo, beklenen bir durumdur. Bu durumun, dinî eğitim alan veya dinî ilgisi bulunan bireylerin dindarlık düzeylerinin diğer gruplara nazaran daha yüksek olması ihtimalinden veya din ile iç içe olmaları nedeniyle hayatlarında dinsel etkinliklere daha çok yer vermelerinden kaynaklandığı söylenebilir. Nitekim, herhangi bir dinî aidiyet içinde olan veya bir şekilde dinî eğitim almış bireylerin Tanrı'ya olumlu bağlanmış olduğu ve Tanrı'ya bağlanma tarzlarının bağlı bulunulan dinî gruplara veya belli doktrinlere göre anlamlı şekilde farklılaştığı bilinmektedir (Beck, 2006; Beck & McDonald, 2004; Zahl & Gibson, 2012).

Literatürde din eğitimi verilen okul veya bölümlerde okuyan veya herhangi bir şekilde dinî eğitim görmüş bireyler, aynı araştırmadaki diğer gruplara göre dindarlık, dinî başa çıkma, Tanrı ile olan ilişki açısından daha müspet veriler kaydetmişlerdir (Aflakseir & Coleman, 2011; Doğan, 2018; Ekşi, 2001; Granqvist & Hagekull, 2000; Kılıç, 2019; Subaşı, 2012). Ayrıca din eğitimi veya okulların ergenlerin dindarlığı üzerinde etkili olduğuna yönelik veriler de (Francis & Brown, 1991; Shah, 2004), din eğitiminin bireyin dinî yaşantısına yön verdiğini göstermektedir. Bayraktutar (2019) tarafından imam hatip lisesi öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada, dinî bilgi düzeyi yüksek olan öğrencilerin olumlu dinî başa çıkma stratejilerine başvurma sıklığı ve olumlu Tanrı tasavvuru seviyeleri, bilgi düzeyi daha düşük olanlara göre anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Kısacası, din eğitimi alan, dinî kültür içinde bulunan, dindar veya dinî ilgileri bulunan bireylerin dinsel etkinliklere başvurmaları doğal bir eğilimdir. Bunun yanında olumlu etkinlikleri kullanmaları da daha olasıdır.

5.1.4. Anne ve Baba ile Olan Duygusal Bağ ve İlişki Düzeyine Göre Tanrı'ya Bağlanma ve Dinî Başa Çıkma

Katılımcıların Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyut puanlarının anne ve baba ile olan bağ ve ilişki durumuna göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için yapılan t-testi sonucunda:

TBE Güven alt boyutu puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı fark göstermemiştir ($p>0,05$). TBE Kaygı alt boyutu puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = -4,306$; $p<0,05$). Anne ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların TBE Kaygı alt boyutu puanları kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. TBE Kaçınma alt boyutu puanları, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = -3,304$; $p<0,05$). Anne ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların TBE Kaçınma alt boyutu puanları kuvvetli olanlar katılımcılardan daha yüksek bulunmuştur. Böylece, “*Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H_9)*” hipotezimiz kısmen doğrulanmıştır.

Olumlu DBÇ alt boyutu puanları anne ile bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = -3,721$; $p<0,05$). Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi kuvvetli olan katılımcıların Olumlu DBÇ alt

boyut puanları orta düzey olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları anne ile olan bağ ve ilişki durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($t_{(562)} = 4,447$; $p < 0,05$). Anne ile duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların Olumsuz DBÇ alt boyut puanları kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Buna göre, “*Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı ilişki vardır (H_{11})*” hipotezimiz doğrulanmıştır.

TBE Güven alt boyutu puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$). TBE Kaygı alt boyutu puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 3,843$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların TBE Kaygı alt boyutu puanları kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. TBE Kaçınma alt boyutu puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 4,219$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların TBE Kaçınma alt boyutu kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Böylece, “*Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı’ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H_{10})*” hipotezimiz kısmen doğrulanmıştır.

Olumlu DBÇ alt boyutu puanları baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p < 0,05$). Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları, baba ile duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ($t_{(562)} = 4,368$; $p < 0,05$). Baba ile olan duygusal bağ ve ilişkisi orta düzey olan katılımcıların Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları kuvvetli olanlardan daha yüksek bulunmuştur. Buna göre, “*Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır (H_{12})*” hipotezimiz kısmen doğrulanmıştır.

Buna göre, anne ve babaları ile olan ilişkisi daha zayıf olan bireylerin Tanrı’ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma düzeyleri anlamlı şekilde daha yüksektir. Alanyazına göz atıldığında, ebeveyne yönelik algıların Tanrı’ya yönelik algılarla uyumlu olduğu, ebeveynini pozitif veya negatif değerlendirenlerin Tanrı’yı da benzer şekilde pozitif veya negatif değerlendirme eğilimi içinde olduğu veya Tanrı’ya bağlanma mekanizmasının kimi zaman ikame, kimi zaman da telafi hipotezi yoluyla işlediği görülmektedir (Beck & McDonald, 2004; Brokaw & Edwards, 1994; Dickie vd., 1997; Granqvist vd., 2007; Granqvist & Hagekull, 1999; Limke & Mayfield, 2011; McDonald vd., 2005; Sim & Yow, 2011). Tüm bunlara bakıldığında, birey ya ebeveyni ile özdeşleştirdiği olumlu veya

olumsuz ilişkisini Tanrı ile olan ilişkisine yansıtacak ya da güvenli bağlanma eksikliğini bir şekilde Tanrı ile telafi etme yoluna gidecektir. Konuyla ilgili literatürde, çalışma sonuçlarımızla uyumlu olarak, Subaşı'nın (2012) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, kaygılı bağlanma stili ile Tanrı'ya kaygılı bağlanma tarzı arasında anlamlı ilişki bulunmuş; anlamlı olmasa da, kaygılı bağlanan bireylerin aynı zamanda Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma eğilimine de sahip olduğu görülmüştür. Yine, Erdoğan Korkmaz'ın (2012) Tanrı'ya Bağlanma Ölçeği'ni (TBÖ) geliştirdiği çalışmasında, yakın ilişkilerinde kaygılı bağlanmış bireylerin Tanrı ile de kaygılı bağlanmış olduğu tespit edilmiştir. Cassibba ve arkadaşları (2013) tarafından anneler ve çocukları üzerinde yapılan bir çalışmada, anneleri ile güvenli bağlanmış çocukların güvensiz bağlanmış çocuklara nazaran Tanrı'yı daha yakın hissettikleri görülmüştür. Buna göre, verilerimizin literatürdeki ikame hipotezini destekleyen çalışmalarla genel anlamda uyumlu olduğu söylenebilir.

Tanrı'ya güvenli bağlanma boyutunda gruplar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Bunun nedeni; anne-baba ile olan ilişki sorunlu olsa bile, bir şekilde Tanrı'ya bağlanmada telafi mekanizmasının işlemesi olabilir. Nitekim, koşullara göre bireylerin Tanrı'ya bağlanma sisteminin farklı şekilde işlediği bilinmektedir. Örneğin, Murunga ve arkadaşlarının (2017) gerçekleştirdiği bir araştırmada, ebeveynleri evli olan bireylerde ikame hipotezi vuku bulurken, ebeveyni boşanmış bireylerde telafi mekanizmasıyla Tanrı'ya bağlanma görülmüştür. Ayrıca, çalışmamızda güvenli bağlanma boyutunda anlamlı sonuçların çıkmamasının sebebi, örneklemimizin genel anlamda Tanrı ile güvenli bağlanmış olmasından kaynaklanıyor olabilir. Subaşı'nın (2012) çalışmasında da bağlanma stilleri ile Tanrı'ya güvenli bağlanma boyutu arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bu durum, toplumumuz dinamikleri bağlamında, ikame veya telafi yoluyla bir şekilde bireylerin Tanrı'ya güvenli bağlanmış olduğunu düşündürmektedir.

Anne ve babaları ile ilişkisi daha zayıf olan bireylerin olumsuz dinî başa çıkma puanları da anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Pollard ve arkadaşlarının (2014) yaptığı bir çalışmada, kaygılı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönde; kaçınmacı bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Konuyla ilgili bir başka çalışmada, güvenli bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma; kaygılı ve kaçınan bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Schottenbauer vd., 2006). Böylece,

literatürdeki bu verilerin, ebeveynle kurulan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiye dair sonuçlarımızı desteklediği söylenebilir.

Bununla birlikte, bireylerin Tanrı ile olan ilişkisini belirleyen tek faktörün bağlanma deneyimleri olmadığı; bilhassa erken yaştaki yaşantılar bağlamında ebeveyn dindarlığının önemli bir yer işgal ettiği bilinmektedir (Granqvist, 1998, 2005; Granqvist & Hagekull, 2003; Kirkpatrick, 2005; Kirkpatrick & Shaver, 1990b). Buna göre; bireyin Tanrı'ya bağlanma, dinsel değişim ve dindarlık gibi dinî yaşantıları, anne-babanın dinsel hayatı ile de bağlantılıdır. Nitekim, güvensiz bağlanan bireylerin, ebeveynlerinin düşük dindarlık düzeyinde olduğu durumlarda daha dindar; güvenli bağlanan bireylerin ise, ebeveynlerinin dindarlık düzeyinin yüksek olduğu hallerde daha dindar olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo.1). Burada, güvenli bağlanmaya sahip bireylerin ebeveynleri ile daha kolay özdeşleştiği ve sosyal öğrenme yoluyla dindar olmalarının daha olası olduğu ve bir şekilde ikame hipotezinin işlediği görülmektedir. Buna karşın, güvensiz bağlanmaya sahip bireylerin, hem erken yaşta deneyimleyemediği güvenli bağlanma figürü boşluğunu telafi etmek hem de özdeşleşemediği ebeveynine karşıt bir tepki içine girdiği söylenebilir. Ayrıca, dindar olan ebeveynlerin güvensiz bağlanan çocukları daha az dindar olurken, dindar olmayan bireylerin güvenli bağlanan çocukları da yine daha az dindar olmaktadır (bkz. Tablo.1) Kısacası, ebeveyn ile kurulan bağ ve özdeşleşme ile ebeveynin rol modeliği, dindarlığı büyük ölçüde etkilemektedir. Dolayısıyla, bireyin Tanrı ile olan ilişkisi de bu etkilenmeye dahildir.

Babayla olan ilişkinin niteliği ile olumlu dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, anneleriyle ilişkisi kuvvetli olanların olumlu dinî başa çıkma ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Burada, babadan ziyade anne ile olan duygusal ilişki niteliğinin, zor zamanlarda Tanrı'ya yönelme ve dinsel etkinliklere başvurma ile bir bağlantı içinde olduğu görülmektedir. Toplumumuzda genel anlamda bakım veren konumda olanın anne olması, çocuğun bağlanma ilişkisinin anne üzerinden şekillenmesine neden olmuş olabilir. Bu durumda, annesi ile daha çok vakit geçiren çocuğun annesinin dindarlığını ve Tanrı ile olan ilişkisini model almış olması da muhtemeldir. Bu da onun zor zamanlarda anneden aldığı dinsel motifleri kullanmasına neden olmuş olabilir. Bu bağlamda, anne dindarlığıyla Tanrı ile kurulan ilişki arasında bağlantı olduğuna dair veriler (Çınar, 2015; Uysal vd., 2014), toplumumuz açısından annenin dinsel hayatta baskın bir konumda olduğunu göstermektedir. Nitekim toplumumuzda, babalar otoriter, koruyucu ve güven veren olarak görülmesine karşın, sevgi ve sıcaklık figürü olarak algılanan anneler de babaların bu görevlerini psikolojik

açıdan üstlenebilmektedir. Bir bakıma, Allah'ın gözeten, koruyan merhamet ve şefkat üssü olması gibi anneler de bu görevi üstlenmektedir (Hayta, 2017). Bu anlamda, anneliğin şefkatli bakımının, zor zamanlarda yetişkin bireyi, benzer bir bağlanma figürü olan Tanrı'nın şefkatli doğasına yönelmeye sevk ettiği söylenebilir. Tüm bunlar, sonuçlarımızın babaya nazaran anne lehine çıkmasını açıklamakta, anne figürünün dinsel hayat üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır.

5.2. Tanrı'ya Bağlanma ile Dinî Başa Çıkma İlişkisi

Tanrıya Bağlanma Envanteri (TBE) alt boyutları ile Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (DBTÖ) alt boyutları arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yapılan korelasyon analizi sonucunda:

TBE Güven alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r=701$, $p<.05$). Böylece, “*Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H₁₃)*” şeklindeki hipotezimiz araştırma sonucu ile desteklenmiştir. Bu netice, beklenen bir durumdur. Allah ile arasındaki ilişkiyi güvenli bir zemine oturtabilmiş birey, başına gelen musibet veya zorluklarda Allah'a dayanarak, O'nun desteğini arayarak ve O'nunla olan bağını muhafaza ederek dinî başa çıkma yoluna gidecektir. Dua ve ibadetler aracılığıyla Allah ile iletişime girecek; böylece korku, hastalık vs. gibi zorlu zamanlarda harekete geçen bağlanma mekanizması bireyi Allah'a daha da yakınlaştıracaktır. Bireyin inanma ihtiyacının, dindarlığının psikolojik kaynaklarının ve dinsel dönüşümlerinin altında yatan nedenlerden biri de maddi ve manevi gereksinimler, korku ve güvenlik ihtiyacı, hastalık, yas, ölüm, boşanma... vb. gibi sıkıntı ve zorlanmalardır (Kayıklık, 2014; Köse, 2019). Bu anlamda, bu gibi zor zamanlarda devreye giren bağlanma sistemi, bu işleyişinden ötürü inanma ihtiyacı ve dindarlığın psikolojik kaynaklarından biri olarak kabul edilebilir. Nihayetinde acizyet, yüce bir güce sığınma yoluyla bağlanmayı yani iman etmeyi gerektirmektedir.

İman, “korkunun bertaraf olması, gönlün huzur dolması” anlamına gelmekte olup, “insanın güven içinde olduğu hali/durum”u anlatmak için kullanılır (el-İsfahani, 2020). İmanda emniyet, huzur ve sükuna kavuşturma, kesin ve içten gelen bir inanma söz konusudur (Kayıklık, 2014). Bağlanma kuramının temel mekanizması güvene dayalı bir ilişkidir. Bu anlamda imanın Allah ile kurulan bir tür güvenli bağlanma olduğu söylenebilir. Nitekim, annenin verdiği temel güven, sevgi ve şefkat duyguları gibi iman

da Allah ile kurulan teslimiyet, bağıllık ve güvene dayalı, içinde Allah'ın rahmet ve şefkatinin deneyimlendiği bir mahiyet taşımaktadır (Erdoğruca Korkmaz, 2011). Bunun yanında iman; sabır ve şükür gibi dinî yöntemler aracılığıyla bireye zorluklar karşısında mücadele etme gücü verir. Tıpkı annesini güvenlik üssü olarak gören bebeğin korkmadan keşfetme ve öğrenmeye koyulması gibi, iman yani Allah'a güvenli bağlanma da bireye yaşama gücü, anlamı ve zorluklar karşısında dayanma gücü sağlar. Kendisini her an gören ve gözetten bir İlah'ın kontrolü altında olmak emniyet verir. Bu noktada, başa çıkmanın salt duygusal veya bilişsel değil davranışsal yönünün de ortaya çıktığı görülmektedir. Nitekim, Bakara 153. ayet'te geçen "Sabır ve namazla Allah'tan yardım dileyin" ifadesi, hem Allah ile iletişim ve bağ kurmanın yolu olarak namazı hem de Allah'a dayanıp güvenerek eylemsel anlamda mücadele etmeyi ifade eden sabrı ortaya koymaktadır. Bir bakıma iman eden birey, Tanrı'yla iş birliği içinde ve bağını sürdürerek bir başa çıkma yolu izlemektedir. Dinî başa çıkma ise tehlike anında güvenli sığınak olarak görülen Tanrı'ya sığınma görevi görmektedir.

TBE Güven alt boyutu ile Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r=128$, $p<.05$). Buna göre, *"Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H_{14})"* şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır. Tanrı ile güvenli bir ilişki kurabilmiş bireyin dinî başa çıkmaya başvururken olumlu motifler kullanması beklenmektedir. Söz gelimi, Tanrı ile güçlü bir güvenli bağ kurabilmiş bireyin başına gelen herhangi bir musibette "Neden ben ?" diye isyan etmesi veya şikayet etmesi, olanların sorumluluğunu başkalarını atıp suçlaması, dolayısıyla olumsuz motifler geliştirmesi beklenen bir durum değildir. Ancak bir bakıma çıkan bu sonuçların gerçek hayatı yansıttığı da söylenebilir. Nihayetinde kompleks bir varlık olan insanın Tanrı ile olan ilişkisi ve dindarlığını etkileyen pek çok etken bulunabilmektedir. Bu durumda, içsel çalışma modelleri tarafından şekillenen dünyaya ilişkin varsayımlar, kendilik veya başkasına yönelik algılar ve beklentiler, dinî yönelim şekli, inanç sistemi ve o inanç sisteminin algılandığı toplumsal dinamikler... vb. gibi pek çok faktör, bireyin teoride Tanrı ile güvenli bir bağ kurmuş olsa da pratikte dinî başa çıkma tarzını kullanırken negatif yöntemlere başvurmasına sebep olabilir. Örneğin; İslam dininde yer alan kendini muhasebeye çekme ve sık sık tövbe etmeye yönelik öğretiler, bireysel algıların da etkisiyle kimi Müslümanların korku ve ümit dengesinden çıkmasına ve olumsuz dinî başa çıkmaya daha çok başvurmasına yol açabilir.

TBE Kaygı alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ($p>.05$). Aynı şekilde, TBE Kaçınma alt boyutu ile Olumlu DBÇ alt boyutu puanları arasında da anlamlı bir ilişki görülmemiştir ($p>.05$). Her iki alt boyutun puanları da Olumlu DBÇ ile negatif bir ilişki içinde olmasına rağmen, bu ilişki anlamlı düzeyde değildir. Bu durum, örneklem içindeki Tanrı'ya güvenli bağlananların oranının daha yüksek olmasından kaynaklanıyor olabilir. Buna göre, *“Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H_{15})”* şeklindeki hipotezimiz desteklenmemiştir.

TBE Kaçınma alt boyutu ile Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r=420$, $p<.05$). Aynı şekilde TBE Kaygı alt boyutu ile Olumsuz DBÇ alt boyutu puanları arasında da istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r=505$, $p<.05$). Böylece, *“Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H_{16})”* şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Buna göre Tanrı'ya güvensiz bağlanma, problemlerle başa çıkarken olumsuz dinî etkinliklere başvurma ile ilişkilidir. İlgili literatüre bakılacak olursa:

Tanrı tasavvuru ile dinî başa çıkma arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, pozitif Tanrı tasavvuru ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif, olumsuz dinî başa çıkma ile negatif yönde, yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Aynı çalışmada negatif Tanrı tasavvuru ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif, olumlu dinî başa çıkma arasında ise negatif yönlü, yüksek düzeyde, anlamlı ilişki tespit edilmiştir (Bayraktutar, 2019). Diyaliz hastaları üzerinde yapılan bir çalışmada, Allah'a güvenli bağlananların anlamlı şekilde olumlu dinî başa çıkma ortalamaları daha yüksek; olumsuz dinî başa çıkma puanları anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur (Sağlam Demirkan, 2020). Aynı araştırmada, güvenli bağlanmaya sahip bireyler olumlu dinî başa çıkmayı anlamlı şekilde daha çok kullanırken, olumsuz dinî başa çıkmaya en az başvurmaktadır.

Bunun yanında, biri romantik bağlanma diğeri Tanrı'ya bağlanma üzerine çalışan iki araştırmada, kaçınmacı bağlanmalar ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönlü, kaygılı bağlanmalar ile olumsuz dinî başa çıkma arasında ise pozitif yönlü anlamlı sonuçlara ulaşan çalışmalar mevcuttur (Kim vd., 2020; Pollard vd., 2014). Konuyla ilgili bir diğer çalışmada, güvenli bağlanmaya sahip bireyler olumlu dinî başa çıkma etkinliklerine daha sık başvururken (Cooper vd., 2009); kaygılı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Barr-Jeffrey, 2008). Dikkat edildiği üzere, kaygılı bağlanmaya sahip bireylerin negatif dinî başa çıkma

stratejilerine daha yatkın olduğu görülmektedir. Bu durum kaygılı bağlanmanın “değersiz ben-değerli o” şeklindeki cereyan eden içsel çalışma modellerinin bir ürünü olabilir. Sevilme, onay alma ve değer görme arayışı kişilerarası ilişkilere daha kişisel ve duygusal yaklaşmasına, istediğini elde edemediği zaman hayal kırıklığı ve uzaklaşmaya gidebileceği ikircikli ve olumsuz örüntüler sergilemesine sebep olabilir. Nitekim, kaygılı bağlanmanın değersiz hissedilen özgüvensiz yapısı, bağlanma figürüne tam anlamıyla güvenli bağlanmayı engel teşkil etmektedir. Kim ve arkadaşlarına (2020) göre, negatif dinî başa çıkma kullanan bireyler Tanrı’nın sevgisi ve gücünü sorgulama, Tanrı’ya cezalandırıcı olarak yorumlama yoluna gidebilirler. Buna göre, kaygılı bağlanan bireylerin olumsuz başa çıkma şemalarını kullanmaya daha eğilimli olduğu söylenebilir.

Ebeveynini kaybetmiş bireylerin Allah tasavvurlarının incelendiği bir çalışmada, Allah’ı yakın, rahatlatıcı, gözetken ve koruyan olarak tasavvur eden bireyler için Allah bir yardım ve sığınma makamı olarak görülmektedir. Ayrıca, bireyler ebeveyn kaybını Allah’tan gelen bir ceza olarak görmemişlerdir (Göcen & Genç, 2019). Ayrıca araştırmacılara göre, bireylerin Allah tasavvurlarının sağlam temelde sağlıklı bir şekilde yönlendirilmesinin mühim bir gereksinim olduğu vurgulanmıştır. Granqvist’in (2005) bağlanma ve dinî başa çıkma arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada, güvensiz bağlanma geçmişi ile Tanrı’ya telafi edici bağlanma arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu; işbirlikçi başa çıkmanın da telafi edici mekanizma ile olumlu bir seyir izlediğini tespit etmiştir. Buna göre, Tanrı’ya telafi edici bağlanan bireyler sorunlarla başa çıkarken Tanrı ile daha fazla işbirliği yapma eğilimindedir. Başka bir çalışmada ise, bağlanma alt boyutları ile dinî başa çıkma alt boyutları arasında anlamlı herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır (Özkan & Düzgüner, 2021).

Tanrı ile iyi bir ilişki ve bağ kurmuş bireylerin, problemlerle başa çıkmada olumlu dinî etkinlikleri daha çok kullandığı, Tanrı ile güvensiz ilişki kuranların olumsuz dinî başa çıkmaya daha yatkın olduğu görülmektedir. Bu anlamda araştırma verilerimiz genel anlamda literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir. Yine de konu ile ilgili daha fazla araştırma yapılmaya ihtiyaç olduğu belirtilmelidir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Tanrı'ya bağlanma ile dinî başa çıkma arasındaki ilişkinin araştırıldığı bu çalışmada, Tanrı'ya bağlanma alt boyutları (güvenli, kaygılı ve kaçınan) ile dinî başa çıkma alt boyutları (olumlu ve olumsuz dinî başa çıkma) arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet, yaş, fakülte, anne ile olan duygusal bağ ve ilişki, baba ile olan duygusal bağ ve ilişki gibi sosyodemografik değişkenlere göre Tanrı'ya bağlama ve dinî başa çıkmanın farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. İlişkisel tarama modeline göre tasarlanmış araştırma, Çukurova Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde eğitim alan 564 öğrenci ile yapılmış; anket tekniği ile toplanan veriler SPSS 26 paket programında analiz edilmiştir.

Araştırmada, *“Tanrı'ya bağlanma ve dinî başa çıkma değişkenleri ile cinsiyet, yaş, eğitim alınan fakülte gibi sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı ilişki var mıdır? Anne ve baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi ile Tanrı'ya bağlanma ve dinî başa çıkma arasında anlamlı ilişki var mıdır? Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma tarzları değişkenleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?”* sorularının cevabı aranmıştır. Elde edilen sonuçlara göre:

Tanrı'ya güvenli bağlanma ve kaçınmacı bağlanma alt boyutlarının ortalama puanları cinsiyet açısından gruplara göre anlamlı şekilde farklılaşmıştır. Kadınların Tanrı'ya güvenli bağlanma puanları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerin ise Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma puanları kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Böylece, *“Kadın katılımcıların Tanrı'ya güvenli bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_1)”* ve *“Erkek katılımcıların Tanrı'ya kaçınan bağlanma ortalama puanları kadın katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_3)”* şeklindeki hipotezlerimiz doğrulanmıştır. Tanrı'ya kaygılı bağlanma alt boyutunda cinsiyete göre gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık görülmemiştir. Buna göre, *“Kadın katılımcıların Tanrı'ya kaygılı bağlanma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H_2)”* şeklindeki hipotezimiz desteklenmemiştir. Bir ve üç numaralı hipotezlerimizin neticesi beklenen bir durum olmasına rağmen, Tanrı'ya kaygılı bağlanma alt boyutunda kadınların lehine anlamlı bir farklılık çıkmaması, söz konusu inanç olunca erkeklerin de en az kadınlar kadar kaygılı örüntüler geliştirebileceğini ortaya koymaktadır.

Olumlu dinî başa çıkma puanlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Kadınların olumlu dinî başa çıkma ortalamaları erkek bireylerden anlamlı şekilde daha yüksek iken; erkeklerin olumsuz dinî başa çıkma ortalamaları kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Böylece, “*Kadın katılımcıların olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları erkek katılımcılardan anlamlı şekilde daha yüksektir (H₄)*” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Bu durum, genel anlamda kadınların dindarlığın inanç, ibadet ve etki boyutlarında daha dindar olması, zorlu zamanlarda kutsal ile ilişki kurmaya daha çok yönelmesi ve dinî başa çıkma etkinliklerine daha sık başvurmasının bir sonucu olabilir.

Yaş ile Tanrı’ya kaçınmacı bağlanma arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken; yaş ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Böylece, “*Yaş ile Tanrı’ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₅)*” ve “*Yaş ile dinî başa çıkma arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₆)*” hipotezlerimiz kısmen desteklenmiştir. Buna göre, yaş arttıkça Tanrı’ya kaçınmacı bağlanma seviyesi düşmekte, olumlu dinî başa çıkma ortalaması ise artmaktadır. Bireyin zamanla olgunlaşması, din ile daha barışık bir ilişki içine girmesine neden oluyor olabilir. Gençlik döneminde dine ilginin zayıf olması ve yaşlandıkça Allah’a yönelmenin artması, bireyleri problemlerin çözümünde daha yapıcı dinsel etkinliklere başvurmaya itiyor olabilir. Bunun yanında, diğer alt boyutlarda yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşma görülmemiştir.

Tanrı’ya güvenli bağlanma ve olumlu dinî başa çıkma alt boyut puanları fakültelere göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmıştır. Buna göre ilahiyat fakültesi öğrencilerinin ortalamaları, her iki boyutta da diğer fakültelerde (hukuk, mühendislik, fen edebiyat, mimarlık, sağlık bilimleri, eczacılık ve eğitim) öğrenim gören öğrencilerin ortalamalarından daha yüksek çıkmıştır. Böylece, “*İlahiyat fakültesi öğrencilerinin Tanrı’ya güvenli bağlanma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir (H₇)*” ve “*İlahiyat fakültesi öğrencilerinin olumlu dinî başa çıkma ortalama puanları diğer fakültelerdeki öğrencilerden anlamlı şekilde daha yüksektir (H₈)*” hipotezlerimiz doğrulanmış bulunmaktadır. Dinî ilgisi bulunan, dinî kültür içinde yetişmiş veya herhangi bir şekilde din eğitimi almış bireylerin daha dindar olması ya da zorlu zamanlarda dine ve Allah’a yönelmesi muhtemel ve beklenen bir durumdur. Bununla birlikte, Tanrı’ya kaygılı ve kaçınmacı alt boyutları ile olumsuz dinî başa çıkma alt boyutunda, fakültelere göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmamıştır.

Tanrı'ya güvenli bağlanma alt boyut puanları, anne ve baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı fark göstermemiştir. Bu durum, örneklemin genel anlamda Tanrı'ya güvenli bağlanmış olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Ayrıca bireyler, güvenli bağlanma geçmişine sahip olmasa bile Tanrı'y telafi edici bağlanma figürü olarak güvenli bağlanmış olabilirler. Bunun yanında, Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma alt boyut puanları, anne ve baba ile olan duygusal bağ ve ilişki durumuna göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Buna göre, anne ve baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyi zayıfladıkça bireyler Tanrı'ya daha kaygılı ve kaçınan bağlanmaktadır. Böylece, “*Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₉)*” ve “*Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile Tanrı'ya bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₁₀)*” hipotezlerimiz kısmen doğrulanmıştır.

Olumsuz dinî başa çıkma alt boyut puanları anne ve baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşmıştır. Buna göre, anne ve babası ile duygusal bağ ve ilişki düzeyi orta orta olan bireylerin olumsuz dinî başa çıkma puanları anne ve babası ile kuvvetli duygusal bağ ve ilişkiye sahip olanlardan daha yüksektir. Olumlu DBÇ alt boyutu puanları anne ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterirken; baba ile olan duygusal bağ ve ilişki düzeyine göre, gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir. Buna göre, anneleri ile olan duygusal bağ ve ilişkisi kuvvetli olanlar olumlu dinî başa çıkmaya daha çok başvurmaktadır. Böylece, “*Anne ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı ilişki vardır (H₁₁)*” hipotezimiz doğrulanmıştır. “*Baba ile olan duygusal bağ ve ilişki ile dinî başa çıkma tarzı arasında anlamlı bir ilişki vardır (H₁₂)*” hipotezimiz kısmen doğrulanmıştır.

Anne ve babayla olan zayıf bağların Tanrı ile kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ve olumsuz dinî başa çıkmayı yordaması, bireyin dinsel yaşantısının şekillenmesinde ebeveynin rolüne işaret etmektedir. Nitekim, bağlanma mekanizmasının işleyişi gereği, bakım verenle kurulan ilişki diğer bağlanma figürlerine de yansıyabilmektedir. Bunun yanında, anne ve babanın dinî anlamdaki rol modelliği de en az bağlanma kadar etkili bir unsur olarak görünmektedir. Anne-baba ile kurulan ilişkinin Tanrı'ya ikame etme ihtimali göz önüne alındığında, her iki faktörün birlikte hareket etmesi önem arz etmektedir. Ayrıca, babayla olan ilişki ile olumlu dinî başa çıkm arasında herhangi bir ilişki

bulunmediğı halde anne ile olan ilişkinin olumlu dinî başa çıkmayı yorduyor olması, temel bakım veren olarak annelerin dinî yaşantı üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır.

Araştırmanın ana değişkenlerini teşkil eden Tanrı'ya bağlanma stilleri ile dinî başa çıkma arasındaki ilişkiye dair sonuçlara bakıldığında:

Tanrı'ya güvenli bağlanma alt boyutu ile olumlu dinî başa çıkma alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Tanrı'ya güvenli bağlanma alt boyutu ile olumsuz dinî başa çıkma alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Böylece, *“Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H₁₃)”* şeklindeki hipotezimiz araştırma sonucu ile desteklenirken; *“Tanrı'ya güvenli bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H₁₄)”* şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır. Allah ile güvenli bağ kurabilmiş bireyin zorlu zamanlarda Allah ile iş birliği içinde olması, elinden geleni yaptıktan sonra tevekkül etmesi, musibetlerin O'ndan geldiğini bilerek olayları hayra yorması vb. gibi olumlu dinî başa çıkma stratejileri geliştirmesi beklenmektedir. Ancak, Tanrı'ya güvenli bağlanma ile düşük düzeyde de olsa olumsuz dinî başa çıkmanın pozitif yönde anlamlı bir ilişkisinin olması başka gerçeklere dikkati çekmektedir. Bireyler, teoride inançlarını güvenli bir zemine oturtmuş olmasına rağmen; insanın karmaşık doğası gereği, zorlu zamanlarda pratik boyutta olumlu başa çıkmaya başvurmak her zaman mümkün olmayabilir. Bu durumun pek çok nedeni olabilir: Bağlanma deneyimleri, kişilik, dindarlık düzeyi vb. gibi bireysel farklılıklar veya inanılan dinin itikadî sistemi ve toplumsal din kültürünün etkilediği din algısı... vb. gibi. Bunun yanında, Tanrı'yla güvenli bağlanmanın olumsuz dinî başa çıkma ile düşük düzeydeki ilişkisi; insanın hataya ve günaha eğilimli tabiatının tövbeye yönlendirmesi ve dindeki korku ve ümit dengesini sağlaması açısından bir avanataj olarak da görülebilir. Tıpkı insani gelişim ve ilerleme için belli düzeyde stres unsurunun var olması gerektiği gibi. Ayrıca, dindar bireylerin gerçekte Tanrı ile olan ilişkilerini veya ne hissettiklerini değil, dinî akideleri gereği olması gerekeni işaretlemiş olmaları ihtimali doğal olarak akla gelebilir. Ancak durum bu olsa bile, dindar bireyler her daim dinî başa çıkma stratejilerini daha sık kullanacaktır. İnanan bireyin hayatının merkezinde din olacağı için hayatı ve olayları algılayarak ve yaşarken inanç penceresinden bakacaktır. Dolayısıyla, olumlu olduğu kadar olumsuz dinî başa çıkma yollarını, dinî başa çıkma etkinliklerine başvurmayanlara göre daha çok kullanacaktır. Kısacası, Tanrı'ya güvenli bağlanma ile

olumsuz dinî başa çıkma arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişkinin ortaya çıkması doğal bir sonuçtur.

Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma alt boyutları ile olumlu dinî başa çıkma alt boyut puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Her iki alt boyut da olumlu dinî başa çıkma ile negatif bir ilişki içinde olmasına rağmen, bu ilişki anlamlı düzeyde değildir. Örneklemin Tanrı'ya güvenli bağlanma oranının daha yüksek olması bu duruma neden olmuş olabilir. Buna göre, *“Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumlu dinî başa çıkma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H₁₅)”* şeklindeki hipotezimiz desteklenmemiştir. Tanrı'ya kaçınmacı bağlanma alt boyutu ile olumsuz dinî başa çıkma alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir. Tanrı'ya kaygılı bağlanma alt boyutu ile olumsuz dinî başa çıkma alt boyutu puanları arasında ise, istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir. Buna göre, *“Tanrı'ya kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ile olumsuz dinî başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır (H₁₆)”* şeklindeki hipotezimiz doğrulanmıştır. Tanrı ile ilişkisi zayıf, ikircikli ve problemlili olan bireylerin, stres zamanlarında dine yöneldiklerinde Tanrı ile iletişim kurmak durumunda kalıp beklentilerini alamamaları, Tanrı ile olan ilişkilerinin daha da kaotikleşmesine neden olabilir. Ayrıca, halihazırda Tanrı ile arası iyi olmayan bireyin dinî yöntemlere başvururken Tanrı ile işbirliği içine girme veya musibetleri hayra yorma gibi pozitif yöntemlere başvurması pek de muhtemel görünmemektedir. En azından özümsemiş bir içsel dinî yönelimle...

Özetleyecek olursak; ikame veya telafi yoluyla bireyler bir şekilde Tanrı'ya bağlanma yoluna girmektedir. Dolayısıyla, Tanrı'nın nihai bir bağlanma figürü olarak insan hayatında doldurduğu boşluk inkar edilemez. Bu anlamda Tanrı'nın insan yaşamında önemli bir yer tuttuğu söylenmelidir. Ancak, Tanrı ile her zaman güvenli bir ilişki kurulamamaktadır. Bilindiği gibi, ebeveynlerin tutumları bağlanma ilişkisi üzerinde etkili olup dünyaya ilişkin varsayımları şekillendirmektedir. Ayrıca ebeveyn ile kurulan bağlanma ilişkisinin yaşamın ilerleyen yıllarında diğer bağlanma figürleriyle olan ilişkiyi de etkileyeceği göz önüne alındığında, bireyin inanç dünyasının bir parçası olan Tanrı ile olan ilişki ve dinî başa çıkma stratejilerinin de bu durumdan nasibini alacağı kaçınılmaz bir gerçektir. Bundan dolayı, çocuklar her ne kadar model olarak öğreniyor olsa bile, sevgi, ilgi ve kabul ile büyümemiş çocuklar ebeveynleriyle dinsel anlamda özdeşleşemeyebilir. Sevgi ve şefkatin olmadığı bir otorite ile sözlü tembih ve model yollu salt dinî eğitim eksik kalacaktır. Çocuklar, ebeveynlerini model olarak öğrenirler. Fakat,

bu model sağlıklı bir model değilse çocuğun gelişimi de sağlıklı olmayacaktır. Bu yüzden, aile içi din eğitiminde verilen sözlü teşvik ve telkinler veya ibadet vs. gibi şekli modellemelerin çocuğa sevgi, anlayış ve merhamet yoluyla verilmesi önem arz etmektedir. Çocuğuyla iletişimi ve bağı kuvvetli, sağlıklı olan bireyler, dinî eğitimi örnek olma yoluyla gösterdiklerinde sözlü teşviklerden daha güçlü bir şekilde tesir edecektir. Aksi takdirde, ya sağlıklı ebeveyn modeli taklidi olarak alınacak ya da ebeveyni ile özdeşleşmeyen çocuk ebeveyninin dinî değerlerinden uzaklaşacaktır. Bu nedenle, ebeveynin öncelikle çocuklarıyla olan ilişki ve iletişimini sevgi, ilgi, merhamet ve kabule dayandırması; eğer bunu başaramıyorsa, öncelikle kendi bağlanma sistemini iyileştirme yoluna gitmesi gerekir. Böylece, diğer öğrenmeler sağlıklı bir şekilde takip edecek ve çocuk için tahkiki ve sağlıklı dinî yaşayış için uygun zemin sağlanmış olacaktır.

Son olarak, Tanrı'ya olan atıflar (yüklemeler), Tanrı ile olan ilişki ve Tanrı'ya bağlanma şekli, doğal olarak bireyin sorunlarla başa çıkarken dinî kullanma şeklini etkileyecek; dünyaya ilişkin varsayımları etkileyen bağlanma ilişkisi başa çıkmayı nasıl şekillendiriyorsa, Tanrı ile olan ilişki tarzı ve yüklemeler de bireyin inanç dünyasını, Tanrı'dan beklentilerini ve dinî başa çıkma şeklini öyle etkileyecektir. Dinî başa çıkma ölçeklerine bakıldığında, ölçek maddelerinin “Allah’a yönelme, yalvarma, yardım dileme, O’na karşı olumlu veya olumsuz atıflarda bulunma... vs. ” gibi etkinlikleri içerdiği görülür. Bu durumda, dinî başa çıkmanın aslında Tanrı ile olan ilişkinin bir ürünü olduğu görülmektedir. Bu anlamda bireyin Tanrı'ya bağlanma ilişkisinin bizzatı bir dinî başa çıkma tarzı olduğunu söylemek yanlış olmaz. Çünkü birey sorunlarla başa çıkarken kutsal ile ilişki içine girmekte; bu ilişki şekliyle birlikte, bireyin dinî başa çıkma tarzı olumlu veya olumsuz bir seyir almaktadır. Tanrı'ya bir şekilde yönelmek, fitri bir yönelim, bir anlam arayışı ve hakiki bağlanma nesnesini bulma çabasıdır.

6.2. Öneriler

- Din, yaş fark etmeksizin her yaş grubunun hayatında yer alan bir olgudur. Ancak her yaş döneminin kendine göre ve kendi arasında farklı bir örüntü içinde olacağı gözden kaçırılmamalıdır. Bu anlamda, çalışmamızdaki örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması araştırmanın sınırlılıklarındandır. Bilhassa Tanrı'ya bağlanmanın doğasını keşfetmek için daha geniş ve çeşitli örneklemelerle çalışmak yararlı olacaktır.

- Kullandığımız veri toplama araçlarının adaptasyon ölçeği olması dolayısıyla, katılımcılar açısından gerek kapsam ve içerik gerekse çeviri kaynaklı anlaşılmayan yerler olmuştur. Bu durum, araştırmanın sınırlılıklarındandır. Daha sonraki çalışmalarda kültüre uygun geçerlik ve güvenilirliği yüksek yerli ölçeklerle çalışmak araştırmaların sıhhati açısından daha doğru olacaktır.
- Tanrı'ya bağlanma ile ilgili çalışmalar, batılı çalışmacıların teori ve araştırmalarının doğal bir sonucu olarak, Hristiyanlık inanç sistemi ve Hristiyan toplumlar üzerinden geliştirilmiştir. Her ne kadar ortaya çıkışı itibariyle durum böyle olsa da, Tanrı ya da kutsal ile olan ilişki, bir itikadi sistemin ötesinde insanın manevi ihtiyaçlarının fitri bir yansımasıdır. Dolayısıyla, belli bir topluluk veya itikadın değil, insanın varoluşsal anlamının bir parçası olduğunu söylemek daha doğru olacaktır. Bugüne kadar yapılan teorik ve uygulamalı araştırmaların daha fazla geliştirilebilmesi bakımından, gerek insanın fitri bir eğilimi olarak genel çerçevede; gerekse özel çerçevede, başta İslam toplumları olmak üzere diğer dinlerdeki yansımalarının daha çok ele alınmasında yarar vardır. Ülkemiz literatürü açısından Hayta (2017), Erdoğan-Korkmaz (2012) ve Subaşı'nın (2012) çalışmaları bu anlamda kıymetlidir. Ancak, konuyla ilgili çalışmaların teorik ve saha çalışmalarıyla güçlenerek devam etmesine, hem inanç sistemimize hem de bağlanmanın psikolojik boyutlarına uygun yerli ölçeklerin geliştirilmesine ve bu ölçeklerle yapılacak daha fazla bilimsel çalışmaya ihtiyaç vardır. Böylece, "Tanrı'ya Bağlanma" ve "Din Psikolojisi" literatürlerine katkı sağlamanın ötesinde, geleneğimiz ve kültürümüz penceresinden Tanrı'ya bağlanmanın ele alındığı kendi inanç sistemimize özgün bir model ortaya koymak mümkün olacaktır.
- Son olarak, dinî başa çıkmanın yordayıcılarını belirlemek adına Tanrı'ya bağlanma unsurunun önemine değinmekte yarar olacaktır. Bireyin sağlıklı dinî başa çıkma yollarına başvurması bilişsel, duygusal ve davranışsal dönüşümleri gerektirir. Bu dönüşümleri harekete geçirecek şemaların sağlıklı olması arz etmektedir. Bağlanmanın algı ve ilişkilerimizi etkileyen doğasının Tanrı'ya dönük şemalarımızı da şekillendirmesi, Tanrı ile olan ilişkileri de sağlıklı bir zemine oturtmayı zorunlu kılmaktadır. Bireyin din ile bağlantısı temelde Tanrı ile olan ilişkiye dayanmaktadır. Bu nedenle, manevi danışma ve terapi süreçlerinde bireylerin olumsuz dinî başa çıkma sağaltımına giderken Tanrı ile olan ilişkinin

sağaltımına öncelik verilmesi önemli bir husus olarak görünmektedir. Özelde buna yönelik manevi terapi teknikleri geliştirmek faydalı olacaktır.



KAYNAKÇA

- Abanoz, S. (2020). Türkiye’de yapılan ‘dinî başa çıkma’ konulu araştırmalar hakkında bir değerlendirme. *Eskiyeini*, 40, 407-429.
- Aflakseir, A., & Coleman, P. G. (2011). Initial development of the Iranian religious coping scale. *Journal of Muslim Mental Health*, 6(1), 44-61.
- Ainsworth, M. D. (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61(9), 792-812.
- Ainsworth, M. D., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67. <https://doi.org/10.2307/1127388>
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- Aksöz, T. (2015). İnsan benliğinin arınması. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(31), 81-101.
- Albayrak, A. (2007). Dindarlık tipleri açısından dua formları. *Marife*, 7(2), 189-201.
- Altun, R. (2015). Dindarlık ve depresyon ilişkisi. *Uluslararası Beşeri Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 1(1).
- Angın, Y. (2021). Covid-19 pandemi sürecinden geçerken sağlık çalışanlarında dini başa çıkma ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 25(1), 331-345. <https://doi.org/10.18505/cuid.884399>
- Arıcı, A. (2005). Ergenlerde dini başa çıkma yöntemi olarak dua [Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., & Bem, D. J. (1990). *Introduction to psychology*. Harcourt Brace Jovanovich.
- Ayten, A. (2012a). *Psikoloji ve din: Psikologların din ve tanrı görüşleri*. İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2012b). *Tanrı’ya sığınmak: Dinî başa çıkma üzerine psiko-sosyal bir araştırma*. İz Yayıncılık.
- Ayten, A., Öztürk, E.E., Göcen, G. & Sevinç, K. (2012). Dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti ilişkisi: Hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine amprik bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12(2), 45-79.
- Ayten, A., & Sağır, Z. (2014). Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresyon ilişkisi: Suriyeli sığınmacılar üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47(47), 5-18. <https://doi.org/10.15370/muifd.86222>

- Bahadır, A. (2021). *İnsanın anlam arayışı ve din*. İnsan Yayınları.
- Barr-Jeffrey, A. (2008). *Attachment to God, religious coping, and clergy burnout* [Doktora Tezi]. Seattle Pacific University.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Basut, E. (2006). Stres, başa çıkma ve ergenlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(1), 31-36.
- Baynal, F. (2015). Yetişkinlerde dindarlık ve ruh sağlığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 206-231.
- Bayraktutar, M. (2019). *İmam hatip lisesi öğrencileri örnekleminde dini başa çıkma ve tanrı tasavvuru ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Beck, R. (2006). God as a secure base: Attachment to God and theological exploration. *Journal of Psychology and Theology*, 34(2), 125-132.
- Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to God: The Attachment to God Inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of psychology and theology*, 32(2), 92-103.
- Bergan, A., & McConatha, J. T. (2001). Religiosity and life satisfaction. *Activities, Adaptation & Aging*, 24(3), 23-34.
- Bonab, B. G., & Namini, A. S. Y. (2010). The relationship between attachment to God and reliance on God. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1098-1104.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health* (C. 2). World Health Organization Geneva.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-373.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *The British Journal of Psychiatry*, 130(3), 201-210.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. Random House.
- Bowlby, J. (1982a). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bowlby, J. (1982b). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2. bs). Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.

- Bowlby, J. (2005). *The making and breaking of affectional bonds* (1. bs). Routledge.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(4), 451-466.
- Brokaw, B. F., & Edwards, K. J. (1994). The relationship of God image to level of object relations development. *Journal of psychology and theology*, 22(4), 352-371.
- Budak, S. (2000). Stres. *Psikoloji Sözlüğü* içinde. Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büssing, A., Michalsen, A., Balzat, H.-J., Grünther, R.-A., Ostermann, T., Neugebauer, E. A., & Matthiessen, P. F. (2009). Are spirituality and religiosity resources for patients with chronic pain conditions? *Pain medicine*, 10(2), 327-339.
- Büyükşahin, A. (2009). Impact of self monitoring and gender on coping strategies in intimate relationships among Turkish university students. *Sex roles*, 60(9), 708-720.
- Carrel, A. (2018). *Dua*. Yağmur Yayınları.
- Cassibba, R., Granqvist, P., & Costantini, A. (2013). Mothers' attachment security predicts their children's sense of God's closeness. *Attachment & human development*, 15(1), 51-64.
- Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. *Child development*, 59, 121-134.
- Certel, H. (2014). *Din Psikolojisi*. Berikan Yayınevi.
- Chevalier, J. (1986). Din Fenomeni (M. Aydın, Çev.). *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 28(1-4), 79-126.
- Cilacı, O. (1994). Dua. *TDV İslam Ansiklopedisi* (C. 9, ss. 529-530).
<https://islamansiklopedisi.org.tr/dua>
- Colarusso, C. A. (2013). *Child and Adult Development: A psychoanalytic introduction for clinicians* (Softcover reprint of the original 1st ed. 1992 edition). Springer.
- Cooper, L. B., Bruce, A. J., Harman, M. J., & Boccaccini, M. T. (2009). Differentiated styles of attachment to God and varying religious coping efforts. *Journal of Psychology and Theology*, 37(2), 134-141.
- Cüceloğlu, D. (2019). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*. Remzi Kitabevi.
- Çağlayan, E. (2022). *Allah'a güvenli ve güvensiz bağlanmanın yalnızlık duygusuyla ilişkisi üzerine bir araştırma* [Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Çağrııcı, M. (2008). Sabır. *TDV İslam Ansiklopedisi* içinde (C. 35, ss. 337-339).
<https://islamansiklopedisi.org.tr/sabir>

- Çağrııcı, M. (2010). Şükür. *TDV İslam Ansiklopedisi* içinde (39. bs, ss. 259-261).
<https://islamansiklopedisi.org.tr/sukur>
- Çağrııcı, M. (2012). Tevekkül. *TDV İslam Ansiklopedisi* içinde (41. bs, ss. 1-2).
<https://islamansiklopedisi.org.tr/tevekkul>
- Çevik Demir, Ş. (2013). *Ergenlerde benlik saygısı ve dini baş çıkma* [Doktora Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Çınar, M. (2015). *Yetişkin ve yaşlılarda Tanrı'ya bağlanma tarzı ve ölüm kaygısı ilişkisi üzerine bir araştırma* [Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Çolak, M. B. (2020). *İşsizlik, stres ve dini başa çıkma* [Yüksek Lisans Tezi]. Hitit Üniversitesi.
- Dickie, J. R., Eshleman, A. K., Merasco, D. M., Shepard, A., Wilt, M. V., & Johnson, M. (1997). Parent-child relationships and children's images of God. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 25-43.
- DİB (2020a). Dua. *Hadislerle İslam* içinde. 2. Cilt.
- DİB (2020b). Tevekkül. *Hadislerle İslam* içinde. 3. Cilt.
- Doğan, B. (2018). *Ergenlerde Tanrı'ya bağlanma tarzları ve riskli davranışlar üzerine bir araştırma* [Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Doğan, M. (2014). Dinlerde ve İslam kültüründe sabır. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(5), 93-130.
- Doksat, N. G., & Çiftçi, A. D. (2016). Bağlanma ve yaşamdaki izdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 25(4), 489-501. <https://doi.org/10.17827/aktd.253561>
- Ekşi, H. (2001). *Başaçıkma, dinî başaçıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma: Eğitim, ilahiyat ve mühendislik fakültesi öğrencilerinin karşılaştırılması* [Doktora Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- el-İsfahani, R. (2020). *Müfredat: Kur'an Kavramları Sözlüğü* (A. Güneş & M. Yolcu, Çev.). Çıra Yayınları.
- Emmons, R. A. (2013). Duygu ve din. C. L. Park & R. F. Paloutzian (Ed.), & A. Ayten & İ. Çapcıoğlu (Çev.), *Din ve Maneviyat Psikolojisi Temel Yaklaşımlar ve İlgili Alanları* içinde, Phoenix Yayınevi.
- Ercan, S., & Kula, N. (2021). Cinsiyetin dini başa çıkma üzerindeki etkisi: Meta-analiz. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8(2), 210-228.
- Erdoğruca Korkmaz, N. (2012). *Bağlanma, insan tanrı ilişkisi ve psikolojik iyi olma* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

- Eryücel, S. (2013). *Yaşam olayları ve dini başa çıkma* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and social psychology review*, 6(2), 123-151.
- Francis, L. J., & Brown, L. B. (1991). The influence of home, church and school on prayer among sixteen-year-old adolescents in England. *Review of Religious Research*, 112-122.
- Freud, S. (1998). *Totem ve tabu* (N. Berkes, Çev.). Cumhuriyet.
- Gerber, M. M., Boals, A., & Schuettler, D. (2011). The unique contributions of positive and negative religious coping to posttraumatic growth and PTSD. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(4), 298.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Tahbaz, S., & Chen, Z. J. (2017). Religious and psychological implications of positive and negative religious coping in Iran. *Journal of Religion and Health*, 56(2), 477-492.
- Goulet, C., Bell, L., St-Cyr Tribble, D., Paul, D., & Lang, A. (1998). A concept analysis of parent–infant attachment. *Journal of Advanced Nursing*, 28(5), 1071-1081.
- Göcen, G., & Genç, M. (2019). Ebeveyn kaybı yaşamış bireylerde otobiyografik bellek, Allah tasavvuru ve dini başa çıkma. *Bilimname*, 2019(40), 313-349.
- Granqvist, P. (1998). Religiousness and perceived childhood attachment: On the question of compensation or correspondence. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 350-367.
- Granqvist, P. (2002). Attachment and religiosity in adolescence: Cross-sectional and longitudinal evaluations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(2), 260-270.
- Granqvist, P. (2003). Attachment theory and religious conversions: A review and a resolution of the classic and contemporary paradigm chasm. *Review of Religious Research*, 172-187.
- Granqvist, P. (2005). Building a bridge between attachment and religious coping: Tests of moderators and mediators. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(1), 35-47.
- Granqvist, P. (2006). On the relation between secular and divine relationships: An emerging attachment perspective and a critique of the "Depth" approaches. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 16(1), 1-18.

- Granqvist, P., & Hagekull, B. (1999). Religiousness and perceived childhood attachment: Profiling socialized correspondence and emotional compensation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 38(2), 254-273.
- Granqvist, P., & Hagekull, B. (2000). Religiosity, adult attachment, and why "singles" are more religious. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(2), 111-123.
- Granqvist, P., & Hagekull, B. (2003). Longitudinal predictions of religious change in adolescence: Contributions from the interaction of attachment and relationship status. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(6), 793-817.
- Granqvist, P., & Kirkpatrick, L. A. (2008). Attachment and religious representations and behavior. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2nd ed. içinde (ss. 906-933), The Guilford Press.
- Granqvist, P., Ljungdahl, C., & Dickie, J. R. (2007). God is nowhere, God is now here: Attachment activation, security of attachment, and God's perceived closeness among 5–7-year-old children from religious and non-religious homes. *Attachment & Human Development*, 9(1), 55-71.
- Greeley, A. M. (1981). *The religious imagination*. Sadlier.
http://archive.org/details/isbn_0821598767
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., Kindler, H., & Zimmermann, P. (2008). A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the development of psychological security from infancy to young adulthood. J. Cassidy & P. R. Shaver (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* içinde (ss. 857-879). Guilford Press.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1).
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma stilleri ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anababalık stillerinin rolü* [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Gürman, G. (2019). *Psikologlarda narsisizm düzeyleri ile tanrıya bağlanma ve gelecek beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Hatefi, M., Tarjoman, A., & Borji, M. (2019). Do religious coping and attachment to god affect perceived pain? Study of the elderly with chronic back pain in Iran. *Journal of Religion and Health*, 58(2), 465-475.
- Hayta, A. (2017). *Bağlanma kuramı ve tanrı tasavvuru ilişkisi üzerine bir araştırma* [Doktora Tezi]. Uludağ Üniversitesi.

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Heiler, F. (1932). *Prayer: A study in the history and psychology of religion* (C. 16). Oxford University Press.
- Hill, M. K. (2008). *Individual attachment styles and the correspondence/compensation hypotheses in relation to depression and depressive experiences* [Ph.D., University of North Texas].
- Hinde, R. A., & Stevenson-Hinde, J. (1993). Perspectives on attachment. *Attachment Across the Life Cycle* içinde (ss. 52-65). Routledge.
- Holmes, J. (2001). *John Bowlby and attachment theory*. Routledge.
- Hökelekli, H. (2017). *Din Psikolojisi*. Diyanet Vakfı Yayınları.
- Hökelekli, H. (2020). *Din Psikolojisine Giriş*. Dem Yayınları.
- Karakaş, A. C., & Koç, M. (2014). Stresle başa çıkma ve dini başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişki: Çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 610-631.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler* (35. bs). Nobel Yayın Dağıtım.
- Kayıklık, H. (2001). Kur'an'daki dualar üzerine psikolojik bir değerlendirme. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)*, 1(1), 135
- Kayıklık, H. (2014). *Din psikolojisi: Bireysel dindarlık üzerine*. Karahan Kitabevi.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatri Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kılıç, A. A. (2019). *Yetişkinlerin aldıkları din eğitimi ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki (İSMEK örneği)* [Yüksek Lisans Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Kim, C. Y., Kim, S., & Blumberg, F. (2020). Attachment to god and religious coping as mediators in the relation between immigration distress and life satisfaction among Korean Americans. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 30(4), 304-321.
- Kirkpatrick, L. A. (1992). An attachment-theory approach psychology of religion. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 2(1), 3-28.

- Kirkpatrick, L. A. (1997). A longitudinal study of changes in religious belief and behavior as a function of individual differences in adult attachment style. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(2), 207-217.
- Kirkpatrick, L. A. (1998). God as a substitute attachment figure: A longitudinal study of adult attachment style and religious change in college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(9), 961-973.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.
- Kirkpatrick, L. A. (2006). Din psikolojisinde bağlanma teorisi (M. Koç, Çev.). *Bilimname: Düşünce Platformu*, 4(10), 133-172.
- Kirkpatrick, L. A. (2012). Attachment theory and the evolutionary psychology of religion. *International Journal for the Psychology of Religion*, 22(3), 231-241.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1990). Attachment theory and religion: Childhood attachments, religious beliefs, and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29(3), 315-334.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(3), 266-275.
- Klaassen, D. W., McDonald, M. J., & James, S. (2006). Advance in the study of religious and spiritual coping. P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Ed.), *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* içinde (ss. 105-132). Springer US. https://doi.org/10.1007/0-387-26238-5_6
- Koenig, H. G., George, L. K., & Siegler, I. C. (1988). The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults. *The Gerontologist*, 28(3), 303-310.
- Korkmaz, N. E. (2011). İslâm şçısından bağlanma kuramının değerdendirilmesi: Teorik bir yaklaşım. *Avrupa İslam Üniversitesi İslam Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 297-312.
- Korkmaz, S. (2020). Cinsiyete göre dindarlık: Bir meta-analiz çalışması. *Bilimname*, 2020(43), 437-460. <https://doi.org/10.28949/bilimname.693951>
- Köse, A. (2019). *Neden İslam'ı seçiyorlar*. İz Yayıncılık.
- Krause, N., Pargament, K. I., Hill, P. C., & Ironson, G. (2018). Assessing gender differences in the relationship between religious coping responses and alcohol consumption. *Mental Health, Religion & Culture*, 21(1), 93-104.

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Limke, A., & Mayfield, P. B. (2011). Attachment to God: Differentiating the contributions of fathers and mothers using the experiences in parental relationships scale. *Journal of Psychology and Theology*, 39(2), 122-129.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 66-104.
- McDonald, A., Beck, R., Allison, S., & Norsworthy, L. (2005). Attachment to God and parents: Testing the correspondence vs. compensation hypotheses. *Journal of Psychology & Christianity*, 24(1).
- Mehmedoğlu, A. U. (2011). *Tanrıyı tasavvur etmek*. Çamlıca Yayınları.
- Morsünbül, Ü., & Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570. <https://doi.org/10.5455/cap.20110324>
- Murunga, M. S., Limke-McLean, A., & Wright, R. W. (2017). Who's your daddy? Family structure differences in attachment to God. *Journal of Psychology and Theology*, 45(3), 205-217.
- Nacar, E. H., & Gökkaya, F. (2019). Bağlanma ve maternal bağlanma konusunda bir derleme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1(1), 50-56.
- Nelsen, H. M., Cheek, N. H., & Au, P. (1985). Gender Differences in Images of God. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24(4), 396-402. <https://doi.org/10.2307/1385990>
- Özkan, B., & Düzgüner, S. (2021). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve dinî başa çıkma ilişkisi üzerine bir araştırma. *Theosophia*, 3, 33-54.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford press.
- Pargament, K. I. (2003). Tanrım bana yardım et: Din psikolojisi açısından başa çıkmanın teorik çatısına doğru. (Ahmet Albayrak, Çev.). *Tabula Rasa-Felsefe Teoloji*, 3(9), 207-238.
- Pargament, K. I. (2005). Acı ve tatlı: Dindarlığın bedelleri ve faydaları üzerine bir değerlendirme (A. U. Mehmedoğlu, Çev.). *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(1), 279-313.
- Pargament, K. I., Ano, G. G., & Wachholtz, A. B. (2005). The religious dimension of coping advances in theory, research, and practice. R. Paloutzian & C. L. Park

- (Ed.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* içinde (479-485) The Guilford Press.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519-543.
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710-724.
- Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., Ellison, C. G., & Wulff, K. M. (2001). Religious coping among the religious: The relationships between religious coping and well-being in a national sample of Presbyterian clergy, elders, and members. *Journal for the scientific study of religion*, 40(3), 497-513.
- Peker, H. (2011). *Din psikolojisi*. Çamlıca Yayınları.
- Pollard, S. E., Riggs, S. A., & Hook, J. N. (2014). Mutual influences in adult romantic attachment, religious coping, and marital adjustment. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 615.
- Reiner, S. R., Anderson, T. L., Hall, M. E. L., & Hall, T. W. (2010). Adult attachment, God attachment and gender in relation to perceived stress. *Journal of Psychology and Theology*, 38(3), 175-185.
- Rowatt, W., & Kirkpatrick, L. A. (2002). Two dimensions of attachment to God and their relation to affect, religiosity, and personality constructs. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 41(4), 637-651.
- Sağlam Demirkan, F. (2020). *Diyaliz hastalarında bağlanma, dini başa çıkma ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişki üzerine bir araştırma* [Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Salter Ainsworth, M. D., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333.
- Schottenbauer, M. A., Klimes-Dougan, B., Rodriguez, B. F., Arnkoff, D. B., Glass, C. R., & LaSalle, V. H. (2006). Attachment and affective resolution following a stressful event: General and religious coping as possible mediators. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(5), 448-471.
- Sears, D. O., Taylor, S. E., & Peplau, L. A. (2020). *Sosyal psikoloji* (A. Dönmez, Çev.). İmge Kitabevi Yayınları.
- Set, Z. (2019). *Bağlanma kuramı ve psikopatoloji*. Gece Akademi.

- Seyhan, B. Y. (2014). Üniversite öğrencilerinde Tanrı tasavvuru ve psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişkiler. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 18(1), 65-97.
- Shah, A. A. (2004). Self-religiosity, father's attitude and religious education in the moral behaviour of adolescents. *Psychology and Developing Societies*, 16(2), 187-207.
- Sim, T. N., & Yow, A. S. (2011). God attachment, mother attachment, and father attachment in early and middle adolescence. *Journal of Religion and Health*, 50(2), 264-278.
- Skinner, E. A., & Wellborn, J. G. (1994). Coping during childhood and adolescence: A motivational perspective. *Life-span Development and Behavior*, 12, 91-133.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 8(2), 88-99.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child development*, 48(4), 1184-1199.
- Statt, D. (2002). Attachment. *The concise dictionary of psychology* içinde. Routledge.
- Subaşı, H. (2012). *Üniversite öğrencilerinin tanrı ile ilişkilerinin bağlanma kuramı açısından değerlendirilmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N. (2020). Ana babalık ve bağlanma. M. Sayıl & B. Yağmurlu (Ed.), *Ana Babalık: Kuram ve Araştırma* içinde, Koç Üniversitesi Yayınları.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999a). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999b). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şahin, N. H., & Durak, A. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
- Şahin, N. H., & Yaka, A. İ. (2010). Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE-I), kendilik algısı, olumsuz otomatik düşünceler ve psikopatolojik belirtiler bağlamında incelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13(26), 64-76.
- Şahin, Z. A. (2018). Din ve psikoloji arasındaki uçurum gerçekten ne kadar derin? Psikoterapilerdeki dini izler. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 22(3), 1607-1632.

- Şentürk, H. (2021). *Din psikolojisine giriş*. İz Yayıncılık.
- Tarakeshwar, N., Vanderwerker, L. C., Paulk, E., Pearce, M. J., Kasl, S. V., & Prigerson, H. G. (2006). Religious coping is associated with the quality of life of patients with advanced cancer. *Journal of Palliative Medicine*, 9(3), 646-657.
- Tarhan, N. (2019). *İnanç psikolojisi ve bilim ruh, beyin ve akıl üçgeninde insanoğlu*. Timaş Yayınları.
- Thompson, R. A. (2006). Erken dönemde bağlanma ve sonraki gelişim üzerindeki etkileri. *Türk Psikoloji Bülteni*, 12(38), 113-120.
- Topaloğlu, B. (2012). Tövbe. *TDV İslam Ansiklopedisi* içinde (C. 41, ss. 279-283). <https://islamansiklopedisi.org.tr/tovbe>
- Topuz, İ. (2003). *Dini gelişim seviyeleri ile dini başa çıkma tutumları arasındaki ilişki üzerine bir araştırma* [Doktora Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Tüzün, O., & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Uysal, V. (1995). İslami dindarlık ölçeği üzerine bir pilot çalışma. *İslami Araştırmalar*, 8(3-4), 263-271.
- Uysal, V., Batan, S. N., Selma, B., & Zafer, H. (2014). Ergenlerin tanrı algılarıyla sosyal kaygı ve umut düzeyleri arasındaki ilişkiler-Relationship between adolescents' god perception and their levels of social anxiety and hope. *Öneri Dergisi*, 11(42), 221-237.
- Uysal, V., Göktepe, A. K., Karagöz, S., & İlerisoy, M. (2017). Dinî başa çıkma ile umut, hayat memnuniyeti ve psikolojik sağlık arasındaki etkileşim üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 52(52), 139-160.
- Van Dyke, C. J., Glenwick, D. S., Cecero, J. J., & Kim, S.-K. (2009). The relationship of religious coping and spirituality to adjustment and psychological distress in urban early adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 12(4), 369-383.
- Yapıcı, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din: Psiko-sosyal uyum ve dindarlık*. Karahan Yayınları.
- Yapıcı, A. (2012). Türk toplumunda cinsiyete göre dindarlık arklılılaşması: Bir meta-analiz denemesi. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(2).
- Yapıcı, A. (2016). Cinsiyete göre farklılaşan dindarlıklar ve kadınlarda dinsel yaşamın farklı görüntüleri. *Dini Araştırmalar*, 19(49), 131-161.
- Yörükân, T. (2020). *Bir erken yaş sosyalleşmesi olarak bağlanma ve sonraki yaşlarda görülen etkileri* (4. bs). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

- Zahl, B. P., & Gibson, N. J. (2012). God representations, attachment to God, and satisfaction with life: A comparison of doctrinal and experiential representations of God in Christian young adults. *International Journal for the Psychology of Religion*, 22(3), 216-230.
- Zhu, X., & Upenieks, L. (2022). Age differences in mental health during the COVID-19 Pandemic: Assessing the moderating role of attachment to God. *Journal of Aging and Health*, 0(0), 1-16.
- Zimmermann, P., & Becker-Stoll, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: The influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, 25(1), 107-124.



EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı, Bu anket, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı'nda yapılan ve üniversite öğrencilerinin tutumlarını inceleyen bir yüksek lisans tez çalışmasına veri sunmak amacıyla hazırlanmıştır. Sizden 'Ad-Soyad' vb. gibi kimliğinizi açığa çıkaracak herhangi bir bilgi istenmemektedir. Araştırmadan elde edilecek veriler, toplu olarak ele alınacak ve yalnızca bilimsel çalışmalar için kullanılacaktır. Bu yüzden sorulara samimi ve doğru cevaplar vermeniz ve hiçbir soruyu boş bırakmamanız beklenmektedir. Çalışmaya katılımınız ve desteğiniz için teşekkürler. Leyla Şen Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi	
1. Cinsiyet	☐ Kadın ☐ Erkek
2. Yaş	
3. Medeni durum	☐ Bekâr ☐ Evli ☐ Boşanmış
4. Öğrenim gördüğünüz fakülte & bölüm	
5. Üniversitede kaçınıcı yılınız?	
6. Ekonomik düzeyinizi nasıl değerlendirirsiniz?	☐ Düşük ☐ Orta Altı ☐ Orta ☐ Orta Üstü ☐ Yüksek
7. Hayatınızın büyük çoğunluğunu nerede geçirdiniz?	☐ Köy ☐ Kasaba ☐ İlçe ☐ İl
8. Çocukluğunuzda (bebekliğinizde) bakımınızı kim üstlendi? (Bu seçenekler dışında kalan veya birden fazla bakım verenin olduğu durumları diğer seçeneğinde belirtiniz.)	☐ Anne-Baba (Aile) ☐ Sadece Anne ☐ Sadece Baba ☐ Akraba (Belirtiniz) : ... ☐ Bakıcı ☐ Diğer (Belirtiniz) : ...

9. Bakımınızı üstlenen kişi ile aranızdaki duygusal bağı ve ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?	☐ Zayıf-Mesafeli ☐ Çatışmalı-Kötü ☐ Orta-İdare Eder ☐ Kuvvetli-İyi ☐ Değişken-Dengesiz
10. Anne-baba hakkında	Anne: Sağ ☐ Vefat ☐ (Kaç yıl önce vefat etti? :) Baba: Sağ ☐ Vefat ☐ (Kaç yıl önce vefat etti? :)
11. Anne-baba evliliği hakkında	☐ Anne-baba evli ☐ Anne-baba boşanmış (Kaç yıldır? :) ☐ Anne-baba boşanmadı ama ayrı yaşıyor (Kaç yıldır? :)
12. Anneniz ile olan duygusal bağı ve ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?	☐ Zayıf-Mesafeli ☐ Çatışmalı-Kötü ☐ Orta-İdare Eder ☐ Kuvvetli-İyi ☐ Değişken-Dengesiz
13. Babanız ile olan duygusal bağı ve ilişkinizi nasıl değerlendirirsiniz?	☐ Zayıf-Mesafeli ☐ Çatışmalı-Kötü ☐ Orta-İdare Eder ☐ Kuvvetli-İyi ☐ Değişken-Dengesiz

14. Herhangi bir Tanrı'nın varlığına inanıyor musunuz?	☐ Evet ☐ Hayır ☐ Şüpheliyim
15. Herhangi bir dine inanıyor musunuz?	☐ Evet ☐ Hayır



Ek 2. Dinî Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Aşağıdaki maddeler belirli bir zorlukla karşılaştığınız zaman ne yaptığınız ve ne hissettiğiniz sorusuna yanıt aramaktadır. Lütfen, yoğun bir stres altında olduğunuz o zamanda ne yaptığınızı düşünün ve aşağıdaki ifadeleri ne derece yaptığınızı size en uygun seçeneğin altındaki kutuya (X) işareti koyarak cevaplayınız.					
	O STRES / ZORLUK ESNASINDA...	Hemen Hemen Hiç Yapmadım	Arada Sırada Yaptım	Orta Derecede Yaptım	Sıklıkla Yaptım
1	Allah ile daha sıkı bir bağ kurmaya çalıştım.	1	2	3	4
2	Böyle bir olayla Allah'ın bana nasıl güç vereceğini görmeye çalıştım.	1	2	3	4
3	İyi bir kul olmadığım için cezalandırıldığımı hissettim.	1	2	3	4
4	Bu işe şeytanın sebep olduğuna karar verdim.	1	2	3	4
5	Allah'ın gücünden/ kudretinden şüpheye düştüm.	1	2	3	4
6	Allah'tan sevgi ve şefkat diledim.	1	2	3	4
7	Allah'ın beni sevip sevmediğinden şüpheye kapıldım.	1	2	3	4
8	Öfkemi gidermesi için Allah'tan yardım diledim.	1	2	3	4
9	Günahlarımın affedilmesini diledim.	1	2	3	4
10	Allah'ın beni yalnız bıraktığından endişelendim.	1	2	3	4
11	Planlarımı Allah'ın yardımıyla hayata geçirmeye çalıştım.	1	2	3	4
12	Dindar kardeşlerimin/ dinî kurumların beni terk etmesinden endişelendim.	1	2	3	4
13	Sorunlarımı dert edinmeyi bırakmak için kendimi dine verdim.	1	2	3	4
14	Allah tarafından cezalandırılmayı hak edecek ne yaptığımı düşündüm.	1	2	3	4

Ek 3. Tanrı'ya Bağlanma Envanteri

	Aşağıda, Tanrı ile olan ilişkinizde kendinizi nasıl hissettiğinizle ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen sadece içinde bulunduğunuz anı değil, genel olarak Tanrı ile olan ilişkilerinizi düşünerek aşağıdaki ifadelerin size ne derece uygun olduğunu (X) işareti koyarak belirtiniz.	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Oldukça Uygun Değil	Bana Uygun Değil	Kararsızım	Bana Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun
1	Tanrı'yla ilişkim konusunda çokça endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
2	Tanrı'ya yakın olma duygusu çok ihtiyaç duyduğum bir şey değildir.	1	2	3	4	5	6	7
3	Eğer Tanrı'nın hayatıma müdahil olmadığını hissedersen çok sinirlenirim.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hayatımdaki her konuda tamamen Tanrı'ya tabiyim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Tanrı'nın başkalarını benden daha çok gözetmesini kıskanırım.	1	2	3	4	5	6	7
6	Tanrı'ya niyazda bulunurken pek gözyaşı dökmem.	1	2	3	4	5	6	7
7	Bazen Tanrı'nın sevgili kulu olmadığımı düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
8	Tanrı'yla olan tecrübelerim çok içten ve heyecan vericidir.	1	2	3	4	5	6	7
9	Tanrı'ya yakın insanlara gıpta ederim.	1	2	3	4	5	6	7
10	Tanrı'ya gereğinden fazla bağlı olmamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
11	Tanrı'nın benden razı olup olmadığı konusunda çoğu zaman endişelenirim.	1	2	3	4	5	6	7
13	Hatalarım olsa da Tanrı'nın benden razı olup olmadığını sorgulamam.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tanrı'yla ilişkimde gelgitler yaşarım.	1	2	3	4	5	6	7

Aşağıda, Tanrı ile olan ilişkinizde kendinizi nasıl hissettiğinizle ilgili bazı ifadeler bulunmaktadır. Lütfen sadece içinde bulunduğunuz anı değil, genel olarak Tanrı ile olan ilişkilerinizi düşünerek aşağıdaki ifadelerin size ne derece uygun olduğunu (X) işareti koyarak belirtiniz.		Bana Hiç Uygun Değil	Bana Oldukça Uygun	Bana Uygun Değil	Kararsızım	Bana Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun
16	Tanrı'nın yardımı olmasaydı hiçbir şey yapamazdım.	1	2	3	4	5	6	7
17	İsteklerime cevap vermediğinde çoğu zaman Tanrı'ya kızarım.	1	2	3	4	5	6	7
18	İnsanlar kendileri için yapmaları gereken şeylerde Tanrı'ya tabi olmamalıdır.	1	2	3	4	5	6	7
19	Tanrı'nın beni sevdiğinden emin olmayı çok isterim.	1	2	3	4	5	6	7
20	Tüm problem ve kaygılarımı Tanrı'yla her gün paylaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
22	Tanrı'nın hayatımdaki her şeyi kontrol etmesine müsaade etmekten rahatsız olurum.	1	2	3	4	5	6	7
23	Tanrı ile iyi olan ilişkilerime zarar vermekten endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tanrı'ya ettiğim dualar çok duygu yüklüdür.	1	2	3	4	5	6	7
25	Tanrı'nın başkalarına yardım edip de beni unuttuğunu hissettiğim zamanlarda çok üzülürüm.	1	2	3	4	5	6	7
26	Hayatımdaki çoğu kararı Tanrı'ya havale ederim.	1	2	3	4	5	6	7