



**T. C.
BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI**

**DEPREM YAŞAYAN BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA
(2011 VAN DEPREMİ ÖRNEĞİ)**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Merve Beyza BALA

BURSA-2021



T. C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

DEPREM YAŞAYAN BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA
(2011 VAN DEPREMİ ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Merve Beyza BALA
ORCID:0000-0002-5533-744X

Danışman:
Doç. Dr. Mustafa Naci KULA

BURSA-2021

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Felsefe ve Din Bilimleri Bilim Dalı'nda 701821012 numaralı Merve Beyza BALA'nın hazırladığı "Depremi Yaşayan Bireylerde Dini Başa Çıkma (2011 Van Depremi Örneği) " konulu yüksek lisans ile ilgili tez savunma sınavı, 16/08/ 2021 günü 12.30 – 14.00 saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin/çalışmasını başarılı olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

Üye (Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı) Akademik Unvanı, Adı Soyadı Üniversitesi

Doç. Dr. Mustafa Naci KULA

Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye Akademik Unvanı, Adı Soyadı Üniversitesi

Prof. Dr. İbrahim GÜRSES

Bursa Uludağ Üniversitesi

Üye Akademik Unvanı, Adı Soyadı Üniversitesi

Prof. Dr. Muammer CENGİL

Hitit Üniversitesi

16.08.2021

ÖZET

Yazar Adı ve Soyadı: Merve Beyza BALA

Üniversite : Bursa Uludağ Üniversitesi

Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü

Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Bilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Tezin Niteliği : Yüksek Lisans

Sayfa Sayısı : XVI+120

Mezuniyet Tarihi :16/08/2021

Tez Danışmanı : Mustafa Naci KULA

DEPREMİ YAŞAYAN BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA (2011 VAN DEPREMİ ÖRNEĞİ)

Araştırmamızın konusu depremzede bireylerde dini başa çıkmadır. Araştırmamızda 2011 Van depremini yaşayan bireylerde din ve başa çıkma ilişkisinin yarı yapılandırılmış görüşme ve anket metodu ile ele alınmıştır. Çalışma anlam, affetme ve dini başa çıkma konularını afetlerle birlikte inceleyerek alanda doğal afetler ve dini başa çıkma konusunda yeni bir bakış açısı sunmayı hedeflemiştir. Bunun yanı sıra ülkemizde daha önce yapılan deprem ve dini başa çıkma konulu çalışmalara ek olarak yakın bir tarihte gerçekleşen ve etkilerinin devam ettiği bir toplumda, yenilenme ihtimalinin bilimsel bir gerçeklik olduğu ortamda yapılacak terapi ve danışmanlık gibi alanlarda afet alanında çalışacak bireylere toplumu ve bireyleri anlama ve çözüm yollarının bulunmasında faydalı olacağı düşünülmüştür.

Araştırmamızda: Yaşanan zorluklarla mücadele etmede din bireye destek oldu mu? Depremi anlamlandırma ve yükleme faaliyetindeki olumlu/olumsuz dini açıklamalar başa çıkma sürecindeki etkisi nedir? Depremden sonra bilişsel ya da davranışsal dini bir değişim yaşandı mı? Dua ve ibadetler başa çıkma sürecindeki etkisi nedir? Sorularına yarı yapılandırılmış görüşme metodu ve dini başa çıkma anketi ile cevap aranmıştır. Araştırmanın bulguları, içerik analizi ve betimsel analiz ile değerlendirilmiştir.

Araştırmanın sonucunda şu sonuçlara ulaşılmıştır. Zorluklarla mücadele etmede din bireye destek olmuştur. Depremi anlamlandırma ve yükleme faaliyetindeki olumlu dini başa çıkma etkinliklerine daha sık rastlanmıştır. Depremzede bireylerde olumlu bilişsel değişim gözlemlenmiştir. Dua ve ibadetler

depremedelere zorluklarla m¼cadele etmede yardımcı olmuştur. Çalışmamızda Tanrı tasavvurları ve başa çıkma tarzları arasında ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Başa çıkma, dini başa çıkma, doğal afet, deprem, anlam, yükleme/atıf

ABSTRACT

Name and Surname : Merve Beyza BALA
University : Uludag University
Institution : Social Science Institution
Field : Philosophy and Religious Sciences
Branch : Philosophy and Religious Sciences
Degree Awarded : Master
Page Number : XVI +120
Degree Date : 16/08/2021
Supervisor (s) : Mustafa Naci KULA

RELIGIOUS COPING MANNERS IN PEOPLE WHO HAVE EXPERIENCED EARTHQUAKE (2011 VAN EARTHQUAKE SAMPLE)

The subject of our research is religious coping manners in earthquake victims. The relationship between religion and coping in individuals who experienced the 2011 Van earthquake was discussed by using semi-structured interview and survey method. The study aims to present a new perspective on natural disasters and religious coping in the field by examining meaning, attribution and religious coping with disasters. In addition to this, for good measure to the previous studies on earthquake and religious coping in our country, it was thought that it would be useful in finding ways for the society that has encountered earthquake recently and its effects continue, in an environment where the possibility of renewal is a scientific reality and this research also utilizes the individuals who will work in the field of disaster such as therapy and counseling to provide catching the drift and finding solutions.

In our research, following questions were sought for an answer by using a semi-structured interview method and a religious coping questionnaire: Did religion support the individual in coping with the problems encountered? What is the effect of positive/negative religious explanations in the earthquake interpretation and attribution activity on the coping process? Was there a cognitive or behavioral religious change after the earthquake? What is the effect of invocation and worships on the coping process? The indications of the research were evaluated with content analysis and descriptive analysis.

As a result of the research, the following conclusions were reached. Religion has supported the individual in coping with difficulties. It is prevailed in positive religious coping manners in the explanation of earthquake and attribution activities. Positive cognitive changes were observed in earthquake survivors. Invocation and worships backed up earthquake survivors to cope with difficulties. It was observed that the hypotheses of our study were meaningful with the results, the majority of individuals regarded the earthquake as God's test, and positive religious coping activities were more frequently consulted.

Keywords: Coping, religious coping, natural disaster, earthquake, meaning, attribution/ascription

ÖNSÖZ

Bu çalışmanın ortaya çıkıp olgunlaşmasında kendilerine teşekkür borçlu olduğum pek çok kişi bulunmaktadır. Bunların başında da değerli vakitlerini bana ayırıp, tezle ilgili müzakere yapma fırsatını sunan tecrübe ve bilgilerini eksik etmeyen danışman hocalarım Doç. Dr. Ahmet ALBAYRAK ve Doç. Dr. M. Naci KULA hocalarıma, Prof. Dr İbrahim GÜRSES hocama, yöre halkı ile tanışmama yardımcı olan Prof. Dr. Zihni MEREY hocama, soruları toplumsal yapıya uygun şekilde düzenlememe yardımcı olan Dr. Erhan ŞEN hocama şükranlarımı sunuyorum. Çalışmanın hazırlanma aşamasında yardımlarını esirgemeyen Prof. Dr. Ali KÖSE, akademik hayatı sevdiren, yardımlarını hiç esirgemeyen Dr. Hakan HEMŞİNLİ, Dr. Ramazan TURGUT ve Dr. Ali EŞLİK hocalarıma teşekkür ediyorum.

Son olarak desteklerini her an hissettiğim katılamadığım aile yemeklerine, bayramlara sabırlı, hoşgörülü yaklaşan; koşulsuz sevgi abidesi anne-babama; çalışmanın her aşamasında yanımda olan, sabırla dinleyen kardeşlerime ve dostlarıma; hayatımın her anında destekleyen, öğrenmeyi, öğretmeyi sevdiren, hayatı öğreten, motivasyon kaynağım ve örnek aldığım Filiz ve Emrullah ÖZKAN'a minnettarım.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
TEZ ONAY SAYFASI.....	II
ÖZET.....	V
ABSTRACT.....	VII
ÖNSÖZ.....	IX
İÇİNDEKİLER.....	X
TABLOLAR.....	XIV
KISALTMALAR.....	XVI

GİRİŞ

1. ARAŞTIRMANIN KONUSU.....	1
2. ARAŞTIRMANIN AMAÇ VE ÖNEMİ.....	2
3. ARAŞTIRMANIN SORULARI.....	3
4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI.....	4
5. DOĞAL AFETLER VE DİN KONULU TÜRKİYE'DE YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	6

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1. DOĞAL AFETLER VE İNSAN	10
1.1. Doğal Afetin Bireyde Sebep Olduğu Stres	12
1.1.1. Stresle başa çıkmayı etkileyen faktörler.....	12
1.1.2. Doğal afetlerde stresle başa çıkmayı etkileyen faktörler.....	14
1.2. Travma.....	15
2. YÜKLEME/ATIF TEORİSİ.....	16
2.1. Yükleme/Atfetmenin Ortaya Çıktığı Durumlar ve Etkileyen Faktörler.....	18
2.2. Yükleme/Atfetme ve Din İlişkisi.....	20
3. İNSANIN ANLAM ARAYIŞI.....	25
3.1 Victor Emil Frankl ve Anlam.....	28
3.2. Din ve Anlam.....	32
4. BAŞA ÇIKMA	37
4.1. Başa Çıkma Türleri.....	39
5. DİNİ BAŞA ÇIKMA.....	41
5.1. Dini Başa Çıkmanın Unsurları.....	43
5.2. Dini Başa Çıkmanın Hedefleri ve Değerlendirilmesi.....	46
5.3. Dini Başa Çıkmayı Etkileyen Faktörler.....	49
5.4. Tanrı Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma Tarzları.....	51
5.5. Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma.....	53

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

1. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	56
2.ARAŞTIRMA MODELİ.....	57
3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	58
3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	58
3.2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları.....	59
3.3. Anket Soruları.....	59
4.OLUMLU DİNİ BAŞA ÇIKMA.....	60
5.OLUMSUZ DİNİ BAŞA ÇIKMA.....	61
6. ARAŞTIRMA EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ.....	61
6.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Özellikleri.....	62
6.1.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Demografik Özellikleri.....	62
6.1.2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Depremden Etkileniş Biçimleri.....	65

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERİN DEPREMİ ALGILAMA VE AÇIKLAMA TARZLARI	67
1.1. Deprem Allah'ın Takdiridir.....	68
1.2. Deprem Allah'ın İnsanları Uyarma Şeklidir.....	69
1.3. Deprem Allah'ın Cezalandırma Şeklidir.....	70
1.4. Deprem Allah'ın İnsanları İmtihanıdır.....	72

1.5. Deprem Allah'ın Kaderidir.....	73
1.6. Deprem Doğa Olayıdır.....	74
2. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA TUTUMLARI.....	75
2.1. Olumsuz Dini Başa Çıkma.....	75
2.1.1. Manevi hoşnutsuzluk.....	75
2.1.2. Kişilerarası dini hoşnutsuzluk.....	79
2.1.3. Şerre yorma.....	83
2.2. Olumlu Dini Başa Çıkma.....	85
2.2.1 Allah'a yönelme.....	85
2.2.2. Hayra yorma	91
2.2.3. Dini yalvarma	96
2.2.4. Dini yakınlaşma	99
2.2.5. Dini dönüşüm.....	101
2.2.6. Dini istikamet arayışı.....	104
SONUÇ.....	105
KAYNAKÇA.....	109
EKLER.....	114

TABLULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyete göre dağılımı.....	62
Tablo 2. Araştırmaya katılan bireylerin yaş gruplarına göre dağılımı.....	63
Tablo 3. Araştırmaya katılan bireylerin medeni duruma göre dağılımı.....	63
Tablo 4. Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumlarına göre dağılımı.....	64
Tablo 5. Araştırmaya katılan bireylerin mesleklere göre dağılımı.....	64
Tablo 6. Araştırmaya katılan bireylerin depremde etkileniş biçimleri.....	65
Tablo 7. Depremde bireylerin depremi açıklama tarzları.....	67
Tablo 8: Allah'ın beni sevip sevmediğini sorgularım.....	75
Tablo 9:Allah'ın beni terk ettiğini düşünürüm.....	76
Tablo 10: Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızarım.....	78
Tablo 11: Din adamlarından uzaklaşıyorum.....	79
Tablo 12: Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşıyorum.....	80
Tablo 13: Din kardeşlerimin bana destek olmadığını düşünürüm.....	81
Tablo 14: Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm...	83
Tablo 15: Allah'ın beni cezalandırdığını düşünürüm.....	84
Tablo 16: Günahlarım için tövbe ederim.	85
Tablo 17: Yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af dilerim.....	86
Tablo 18: Öfkemin ve kızgınlığının azalması için Allah'tan yardım isterim.....	86
Tablo 19: Daha az günah işlemeye çalışırım.....	87
Tablo 20: Allah'a daha yakın olmaya çalışırım.....	88
Tablo 21: Allah'ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ederim.....	88
Tablo 22: Allah'ın her an benimle olduğunu hissederim.....	89

Tablo 23: İbadetlere yönelirim.....	90
Tablo 24: Mevla neylerse güzel eyler derim.....	91
Tablo 25: Sabrın sonu selamettir derim.....	92
Tablo 26: Başıma gelenleri Allah'ın bir imtihanı olarak görürüm.....	93
Tablo 27: Her şeyde bir hayır vardır diye düşünürüm.....	94
Toplam 28: Başıma gelenlerin beni manevi olarak olgunlaştıracağını düşünürüm.....	94
Tablo 29: Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarırım.....	96
Tablo 30: Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularımla mücadele ederim.....	97
Tablo 31: Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ederim.....	97
Tablo 32: Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini isterim.....	99
Tablo 33: Din görevlileriyle konuşurum.....	99
Tablo 34: Hayatımın büyük manevi bir gücün parçası olduğunu düşünürüm....	100
Tablo 35: Sadaka dağıtırım.....	100
Tablo 36: Gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girerim.....	101
Tablo 37: Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışırım.....	102
Tablo 38: Başıma gelenleri Allah kimseye vermesin derim.....	103
Tablo 39: Başıma gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir şans vermesini dilerim.....	104
Tablo 40: Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini dilerim.....	104

KISALTMALAR

AFAD: Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı

a.g.e.: Adı geçen eser

a.g.m.: Adı Geçen makale

a.g.t.: Adı geçen tez

bkz.: Bakınız

çev.: Çeviren

ed. : Editör/ Yayına Hazırlayan

akt.: Aktaran

s. : Sayfa

ss.: Sayfa Arası

s. : Sayı

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

STK: Sivil toplum kuruluşları

c.: Cilt

vb. : Ve benzeri

vd. : Ve diğerleri

yay. : Yayın evi

t.y.: Tarih yok

y.y.: Yayın yok

GİRİŞ

1. ARAŞTIRMANIN KONUSU

İnsan yaşamı boyunca birçok zorlukla karşılaşır. Yaşanan zorluklar insanı fiziksel, sosyal ve manevi yönden etkiler. Birey karşılaştığı zorlukları kişilik ve karakter özellikleri, toplumsal öğretiler ve dini inanışlarıyla anlamlandırır ve çözüm yolu bulmaya çalışır. Anlamlandırma bireyin hayatında önemli bir yere sahiptir. Birey karşılaştığı zorlukları anlamlandırdığı noktada başa çıkma yöntemi geliştirir.

İnsanın hayatındaki zorlukları ya da olayları anlamlandırma, açıklama ve atfetmesine yardımcı olan öğelerden biri de dindir. Dini anlamlandırma insana karşılaştığı problemlerde çözüm üretmesine yardımcı olur. İnsana yüce ve aşkın bir varlığın gözetimi altında olduğunu hatırlatarak, insana irade ve kudretinin sınırlılığını bildirmesiyle –ki doğal afetler insanın irade ve kudretinin sınırlılığını en belirgin şekilde hissettiği alanlardandır- tanrıyı algılama ve açıklama tarzıyla problemlerin üstesinden gelmek için manevi olguyla dini başa çıkmaya başvurur.

Alan araştırması olarak planlanan çalışmamızın temel konusunu deprem ve dini başa çıkma olgularıdır. Bunun yanı sıra başa çıkma ile ilişkili olan stres, kaygı, anlam ve yüklenme/atfetmenin demografik özellikler ve doğal afet ilişkisi de çalışmanın konuları arasındadır.

Araştırmamızda bireyin yaşamına önemli yansımaları görülen doğal afetlerden biri olan, depremlerde sahip olunan inanışların bireyin hayatındaki rolü gözlemlendi. 2011 yılında Van da yaşanan depremler sonucunda yaralanan, enkaz altında kalan, maddi zarara uğrayan, yakınlarını kaybeden veya psikolojik zorluklar yaşamış bireylerde yaşanan zorlukları anlamlandırma ve başa çıkmadaki dini etki incelendi. Çalışmamızda 2011 Van depremini yaşayan bireylerin felaketi nasıl algıladıklarını, nelere atfettikleri, depremi açıklarken hangi kavram ve referansları kullandıkları, yaşanan zorluk ve kayıpların sebep olduğu duygusal zorlukların üstesinden gelmede dini ritüel, dini inanç, ve ibadetlerin etkisi araştırıldı. Deprem esnasında ve sonrasında inanç ve dini ritüellerin zorluklara karşı başa çıkmadaki etkisi ve devamlılığı incelendi.

2. ARAŞTIRMANIN AMAÇ VE ÖNEMİ

Araştırmanın amacı insanların doğal felaketleri nasıl algıladıkları, ne/nelere yükleme/atıf yapıldığı ve zorluklara karşı ne tür bir başa çıkma mekanizması geliştirdiklerini irdeleyerek dini inanç, tutum ve ibadetlerin başa çıkma sürecine etkisini incelemektir.

İnsanın zorluklarla mücadele etmesi, stres ve gerilimin üstesinden gelebilmesi ve normal hayatına dönebilmesinin ilk basamağında olayları anlamlandırması gerekir. Bireyin yaşadığı felaketler ve hayatın doğal akışını bozan olaylarda çoğu kez din birey için sığınma ve teselli kaynağı olur. Dini anlamlandırma yaratıcı ve yaratılan arasındaki ilişki (kulluk vazifesi), insanın evren ve yaratıcı ile olan ilişkisinde (doğal afetler vb.) ve insanın sosyal çevresi ile ilişkilerinde (komşuluk, arkadaşlık vb.) önemli rol oynar. Araştırmamızda insanın hayatına beklenmedik bir anda karşılaştığı, maddi ve manevi büyük kayıplar yaşatabilen doğal afetlerden depremin, insan hayatındaki yerini ve yaşanan zorluklarla başa çıkmadaki dini etkiler incelendi.

Din insanları birçok yönden etkileyen, inananları bireysel ve sosyal yönden geliştiren bir olgudur. Araştırma belirli bir bölgede yaşanan afetin toplumsal bakış açısı, bireysel algılama ve açıklamayla yaşanan zorlukların üstesinden nasıl geldiği/gelinemediği üzerine yapılmıştır. Çalışma insan iradesi dışında gerçekleşen ve bir topluluğu etkileyen depremlerde anlam, atfetme ve dini başa çıkmayı afetlerle birlikte inceleyerek alanda doğal afetler ve dini başa çıkma konusunda yeni bir bakış açısı sunmayı hedefliyor. Bunun yanı sıra ülkemizde daha önce yapılan deprem ve dini başa çıkma konulu çalışmalara ek olarak yakın bir tarihte gerçekleşen ve etkilerinin devam ettiği bir toplumda (hâlâ depremler yaşanıyor), yenilenme ihtimalinin bilimsel bir gerçeklik olduğu ortamda yapılacak terapi ve danışmanlık gibi alanlarda afet alanında çalışacak kişilere toplumu ve bireyleri anlamada ve çözüm yollarının bulunmasına çalışmamızın yardımcı olacağını düşünüyoruz.

3. ARAŞTIRMANIN SORULARI

Depremzede bireylerin yaşadıkları zorluklarla başa çıkma sürecini ve başa çıkma sürecindeki dini etki konusundaki araştırmamızın soruları şunlardır:

-Deprem anı, insanlarda şok duygusu, şaşkınlık ve duyarsızlaşmaya sebep oldu mu?

-Depremi anlamlandırma ve açıklamada din, bir başvuru kaynağı mıdır?

-Depremzede bireylere göre depremin gerisindeki güç nedir?

-Depremi bireyler nasıl açıkladı?

-Yaşanan zorluklarla başa çıkmada zorluklarla mücadele etmede din bireylere destek oldu mu?

-Deprem felaketini anlamlandırma ve yükleme faaliyetlerinde dinin olumlu ve olumsuz etkileri nelerdir?

-Dua ve ibadetler, depremde yaşanan zorluklarla başa çıkmada depremzede bireylere yardımcı oldu mu?

-Depremden sonra depremzede bireylerde maneviyat ve ibadetlerde değişim oldu mu?

-Deprem anı ve sonrasında yaşanan dini/manevi değişim deprem sonrasında bireylerde devam etti mi?

-Depremi bir grubu değil, toplumun genelini etkilemesi anlamlandırma, yükleme ve başa çıkma konusunda bireylerde nasıl bir etkiye sebep oldu?

-Deprem toplumsal dayanışmanın artmasına yardımcı oldu mu?

-Depremi üzerinden bir sürenin geçmesi bireylerin olayları daha belirgin şekilde anlamlandırmalarına, yorumlamalarına ve açıklamalarına sebep oldu mu?

-Depremi anlamlandırma ve başa çıkma sürecinde tanrı tasavvurları ve başa çıkma tarzları arasında nasıl bir ilişki vardır?

4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırmanın sınırlılıklarından ilki araştırma evrenidir. 2011 Van depremleri Van ve çevresindeki birçok ilde hissedilmiştir. Van Merkez ve Erciş ilçesi depremin yıkıcılığından daha çok etkilendiği için bu bölgeler çalışma evreni olarak belirlenmiştir. Van Merkez ve Erciş ilçesinde maddi zarara uğramış, yakınları vefat eden veya kendileri enkaz altında kalan bireylerle görüşme yapılmıştır.

Görüşmeye katılan bireyler depremin yaşandığı sene belli olgunluğa erişmiş olan kişilerle sınırlandırılmıştır. Bu sebeple görüşme yapılan bireylerin yaş aralığı 23-78 arasındadır. 32 erkek 22 kadın ile görüşme yapılmıştır. Görüşme yapılan bireylerden 3 erkek ve 1 kadın çalışmaya alınmamıştır. Görüşmeye katılan bireyler; esnaf, işçi, öğretmen, avukat, ev hanımı, öğrenci ve memurlardır.

Depremden 8 yıl sonra yapılan araştırmamızda sınırlılıklardan diğeri zamandır. Zaman konusundaki sınırlılığı aşmak güvenilir ve geçerli bilgilere ulaşabilmek için özellikle depremde yakınlarını kaybeden, ciddi maddi hasara uğrayan ya da depremde enkaz altında kalan kişiler ile görüşme yapıldı. Çünkü bu bireyler depremin verdiği acıyı ya da izleri uzun süre hissetmiş veya hâlâ hissediyorlardı. Araştırmamızda görüşme yapılan bireylerden, özellikle çocuklarını kaybeden annelerin depremin sebep olduğu acıyı hala derinden hissettiklerini gözlemledik.

Zaman konusu araştırmada hem avantaj hem dezavantaj oluşturdu. Bireyler, aradan geçen zamanın dezavantajı çalışmada görüşme yapılacak bireylerin bir kısmının bölge dışına taşınmış olmasıdır. Avantaj oluşturan kısmı ise bireyler aradan geçen zaman sonunda konu hakkında daha rahat bir şekilde kendilerini ifade edebilmeleridir. Nitekim görüştüğümüz bireylerden 24 kişi depremden hemen sonra yapılan çalışmalara katılmadıklarını ya da konuşmakta zorluk çektiklerini ifade etti. Aradan geçen zaman ile durumun kabullenildiğini, anlamlandırıldığını ve daha rahat bir şekilde ifade ettiklerini belirtti.

Diğer bir sınırlılık ise bireylerin toplumsal bakış açısına paralel kullandıkları ifadeler oldu. Örneğin görüşmeler sırasında AFAD ekibinde çalışan depremi yaşayan ve kurtarma çalışmalarında görev almış bir bireyle yapılan konuşmada çoğu soruya “*Bence herkes böyle düşünüyordur.*” diyerek cümlelere başlıyor ve kendi görüşünü söylemekten kaçınıyordu. Bu durum karşısında görüşme yapılan AFAD çalışanına inanışları ve düşüncelerini daha rahat ifade edebileceği belirli bir cevabın olmadığı görüşülen kişinin düşüncesinin önemli olduğu tekrar ifade edildi. Daha sonra AFAD çalışanı aslında düşüncelerini toplumsal yargılanmadan tedirgin olduğu için ifade etmekten çekindiğini söyledi ve sorulara yeniden kendi düşünceleri ile cevapladı.

Görüşmeler esnasında toplumun bakış açısına paralel yapılan açıklamaların olmasının sebebi;

- Deprem toplumdaki diğer bireyleri de etkilediği için kolektif bilince dayalı açıklamalar yapılabilir. Yani bir açıdan yaşanan zorlukların ortak olması tepkilerinde benzer olmasına sebep olabilir.

-Bu tarz araştırmalar (nitel araştırmalar) çok olmaması ve bireylerin düşünce ya da inançlarının sorgulanacağı düşüncesine sahip olmaları olabilir.

- Görüşme yapılan bireyler yaşadıklarını ifade etmek yerine kendi düşüncelerinde araştırmacının bir cevap aradığını düşünerek sorulara toplumsal bakış açısı ile cevaplayarak sorumluluk almak istememesi olabilir.

Çalışmanın bir diğer sınırlılığıysa insanların hassas duygu ve düşüncelerini açıklamaktan çekinmeleri oldu. Bireyler pişmanlıkları, üzüntüleri gibi duygularını tekrar hatırlamak ve açmak istemedi. Bu durumun gözlemlendiği bireyler araştırmanın güvenilirliği açısından çalışmamıza dâhil edilmedi.

5. DOĞAL AFETLER VE DİN KONULU TÜRKİYE'DE YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Doğal afetler ve din ilişkisi ile ilgili Türkiye'de yapılan bazı çalışmalar şu şekildedir. Ülkemizde deprem sonrası oluşan psikolojik sıkıntılar ve bunlarla başa çıkabilmek için kullanılan yöntemlerin araştırıldığı ilk çalışma, 1 Ekim 1995 Dinar Depremi'nden sonra gerçekleştirilmiş, "The Distress Reactions of Victims of 1 October 1995 Dinar Earthquake/Dinar Depremine Yaşayanların Karşılaştıkları Stres ve Başa Çıkma Yolları: Bilişsel Teori Çerçevesinde İncelenmesi" adıyla 1998 yılında ODTÜ psikoloji bölümünde, klinik psikoloji lisansüstü tezi olarak sunulmuştur. Araştırmada dini inanışların başa çıkma tarzını belirleyen öğelerden biri olduğu gözlemlenmiştir

M. Naci Kula'nın 1999 Marmara depremden sonra 200 birey ile görüşme yöntemi ile gerçekleştirdiği, bireylerin depremi nasıl algıladıklarını, değerlendirdikleri ve zorluklara karşı dini başa çıkmaya başvurulma şeklini belirlemek amacıyla yapılan araştırma sonucunda, görüşmeye katılanların bireylerin %76'sının dini başa çıkmaya başvurduğu tespit edilmiştir. Araştırmada bireylerin, zorluklarla başa çıkmada dini öğelere başvurdukları gözlemlenmiştir.¹

Ejder Okumuş 1999 Marmara depremi üzerine Eylül- Ekim 1999 da 94 birey ile yapılan anket ve bu bireylerden 28 ile yapılan mülakat çalışması sosyal boyutları itibariyle doğal afetlerin yine sosyal fenomen olarak din ile ilişkisinin ve toplumun, karşılaştığı doğal felaketleri yorumlamada dine nasıl başvurduğu konusunda yapılan çalışma ile bireylerin dini ritüellere, kader inancına ve depremi algılayış biçimleri incelenmiştir. Bütün üyeleriyle kadere ve Allah'ın adaletine inanan ve büyük çoğunluğu dindar olan örneklem, büyük oranda depremin özellikle de sonuçları itibariyle insan davranışları ve sosyal hayatla ilişkili olduğunu, tabiatın insan ahlaksızlıklarına bir cevabının olabileceğini ve depremle çalmak arasında ilişkiler bulunduğunu düşünmektedirler.²

¹ Naci Kula, "Deprem ve Dini Başa Çıkma", *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 1 (2002), ss. 234-55.

² Ejder Okumuş, "Tabii Afetler, Din ve Toplum Marmara Depremi Örneği", *İslami Araştırmalar Dergisi*, c. 15, sy. 3 (2002), s. 372.

Ali Köse ve Talip Küçükcan'ın 1999 Marmara depreminden sonra 76 depremzede bireyle etnografik yöntem, alan araştırması ve katılımlı gözlem ile yapılan “*Deprem ve Din Marmara Depremi Üzerine Psiko-Sosyolojik Bir İnceleme*” adıyla kitaplaştırılmış çalışmada başa çıkma sürecine olumlu katkı sağlayan etmenler incelenmiş toplumsal dayanışma, bireyselliği aşma, dini inanç ve ritüeller olarak üçe ayrılmıştır.³ Çalışmaya katılan bireylerin %76 sı depremin arkasındaki gücün Allah olduğunu, %12 si doğanın, %12 si ise yapısal faktörlerin etkili olduğunu belirtmiştir. *Dua ve ibadetlerin zorluklar karşısında direnç kaynağı oldu mu?* sorusuna %49 u evet, %51 i hayır cevabını vermiştir.

Sinan Yılmaz ve İbrahim Işıtan'ın *Doğal Afetlerin Psiko-Sosyal Sonuçları: Van Depremi Örneği* makalesinde 2011 Van depremini yaşayan 164 birey ile anket çalışması yapılmıştır. Araştırma verilerine göre bireyler deprem sonrası inanç ve tevekkül konusundaki tutumlarının %66.5 arttı, %33.5 değişmedi cevabını vermiştir. Buna ek olarak depremzede bireyler deprem sonrası ibadetleri uygulama konusunda %1.9'u azaldı, %52.5'i değişmedi, %45.7 si arttı cevabını vermiştir.⁴

Ümmüşerif Gülmez'in “*Deprem Felaketi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumlar*” başlıklı yüksek lisans tezinde depremde sekiz yıl sonrasında Marmara depremini yaşayan 30 bireyle mülakat yöntemiyle yapılmıştır. Araştırmaya katılan bireylere sorulan depremin gerisindeki güç nedir sorusuna %83'ü Allah, %17 si doğayı sebep olarak ifade etmiştir. Deprem sonrasında dini düşünce ve davranışlarda değişim sorusuna %53'ü değişim olduğunu, %47'si değişim olmadığını ifade etmiştir.⁵

M. Zeki Duman'ın “*Sosyolojik Açıdan Deprem ve Din Depremilerin Dini İnanç ve Davranışlar Üzerine Etkisi*” isimli çalışmasında Van depreminden üç yıl sonra çoğunluğunun depremzede bireylerden oluşan Merkeze bağlı TOKİ konutlarında ikamet eden 372 kişi ile anket ve mülakat görüşmesi yapılmıştır. Anket ve mülakat görüşmeleri sonucunda katılımcı bireylerin %60'ı deprem nedir sorusuna “Allah'ın takdiridir” cevabını vermiştir. %47'si depremi Allah'ın insanlar için bir ikazı olduğunu ifade etmiştir. Deprem sonrasında bireylerin dua etme oranı %63.5' dir.

³ Ali Köse, Talip Küçükcan, *Deprem ve Din*, İstanbul: Emre Yayınları, 2006.

⁴ Sinan Yılmaz, İbrahim Işıtan, “Doğal Afetlerin Psiko-Sosyal Sonuçları: Van Depremi Örneği”, *Toplum Bilimleri Dergisi*, c. 6, sy. 11 (2012), ss. 19-27.

⁵ Ümmüşerif Gülmez, *Deprem Felaketi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumları*, (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, 2008, s. 74.

Çalışmaya katılan bireylerin deprem öncesine göre Allah'a, dine, kader, ahiret, ilahi adalet, hayır ve şerre inancı konularında %10'luk bir artış gözlemlenmiştir.⁶

Araştırmamızı diğer çalışmalardan farklı kılan özelliklerinden biri bölgedir. Veri taramaları sonucunda araştırma evrenimize benzer 2011 Van depremleri ile ilgili yapılmış görüşme metodu ve anket uygulamasının birlikte yapıldığı bir çalışma olmadığı belirlenmiştir. Görüşme ve anket çalışması ortalama 60-90 dakika sürmüştür. Görüşmeler ses kaydına alınmış, anket formlarındaki ifadeler ile söylemlerin tutarlılığı incelenmiştir. Tutarlı olmadığı tespit edilen bireyler çalışmaya dâhil edilmemiştir.

İkinci fark, Van depremi ve dini başa çıkma konusunu özel olarak inceleyen bir çalışmadır. Daha önce yapılan çalışmalarda anket yöntemi kullanılmış ve araştırma evreni depremin iki ana merkezini kapsayacak şekilde olmamıştır.

Üçüncü farklılık ise çalışmaya katılan bireylerin depremden ciddi manada etkilenmiş bireyler arasından seçilmesidir. Diğer bir deyişle çalışmamıza dâhil olan bireyler depremin sebep olduğu zorlukları, kayıpları veya hastalıkları hâlâ hisseden bireylerdir. Araştırma evrenimizde ailesinden 22 kişiyi kaybeden aynı zamanda ciddi maddi hasara uğrayan, 33 saat enkaz altında kalan sağlığını kaybeden, anne ve babası ile enkaz altında kalıp saatlerce kurtarılmayı bekleyen, depremde ebeveynlerini kaybeden bireylerin yanı sıra çocukları depremde vefat eden anneler de vardır.

⁶ Mehmet Zeki Duman, *Sosyolojik Açıdan Deprem ve Din Depremlerin Dini İnanç ve Davranışlar Üzerindeki Etkisi*, 1. İstanbul: Rağbet Yayınları, 2016, s. 277.

BİRİNCİ BÖLÜM
KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1. DOĞAL AFETLER VE İNSAN

Bu başlık altında afet türlerinden depremin insan üzerindeki etkisine değineceğiz. *“Birleşmiş Milletler İnsani Yardım Örgütü afeti; toplumun veya toplumun bir bölümünün kendi olanak ve sahip oldukları şeylerle başa çıkmakta eksik kalacağı düzeyde ekonomik, fiziksel, ve sosyal kayıplara uğramasına yol açarak olağan hayatı ve insan etkinliklerini durduran veya sekteye uğratan teknolojik, doğal, ve insan kaynaklı tehlikelerin ortaya çıkardığı sonuçtur.”*⁷

Felaketleri, etki alanı ve psikolojik boyutları açısından genel olarak iki gruba ayırmak mümkündür. Bunlardan birincisi birey ve yakın çevresi ile sınırlı kalan “bireysel felaketler”, ikincisi ise, bireyi ve yakın çevresinin ötesinde topluluğun önemli bir bölümünü etkileyen “toplumsal felaketlerdir”. Bireysel ve toplumsal felaketler oluş biçimleri, sonuçları, etki alanları ve açtıkları yaralar ile birbirinden ayrılır. Aralarındaki ortak nokta her ikisinin de temelde insanı etkileyerek onun hayatını değiştirecek boyutlar taşımasıdır.⁸

Güven duygusu bebeklikten başlayarak yetişkinliği de içine alarak hayatın her safhasında insan için önemli bir yere sahiptir. İnsan yaşamın kontrolünün elinde olduğunu düşünerek kendini güvende hisseder. Deprem gibi bireyin kontrolü dışında ve beklenmedik zamanlarda gerçekleşen olaylarda ise birey kontrolü kaybeder, belirsizlik ve güven eksikliği oluşur. Kontrol kaybı ve güven eksikliğinin bireyin ruhsal yaşantısında yansımaları olur. Doğal felaketler de çoğu kez beklenmedik bir anda gerçekleşir, hayatın normal akışını bozar, insanın yaşamını kontrol etme, yönlendirme özelliklerini azalttığı için bireyde ve toplumda güvensizlik ve belirsizliğin sebep olduğu toplumsal ve ruhsal sıkıntılara sebep olabilir.

Doğal afet denildiğinde akla ilk gelen afetlerden biri kaçacak hiçbir yerin olmadığı deprem felaketidir. Depremden en çok etkilenenler depremi bizzat yaşayan bireyler yani depremzedeler ve birey için anlam ifade eden şeyleri depremde kaybedenlerdir. Depremde bir kısım depremzedeler maddi kayıp yaşarken diğer bir kısım ise hem yakınlarını hem de kendi sağlıklarını kaybeder; yani geçmişte oluşturdukları ve varoluş

⁷ Vedat Laçiner, Ömer Yavuz, “Van Depremi Örneğinde Afetler Sonrası Yapılan Yardımlar ve Hukuki Çerçevesi”, *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 5, sy. 9 (2013), s. 116.

⁸ Ali Köse, Talip Küçükcan, *Deprem ve Din*, ss. 14-15.

kaygısı yaşadıklarında sığındıkları pek çok “ben” tanımı kaybolur. Artık “Ben anneyim” “Ben babayım” ya da “Evladım, kardeşim”, “Zorda kalırsam kardeşim mutlaka yanımda olur”, “Ailemi korurum”, “benim evim ve param var”, “Ben sağlıklıyım”, “Ben güvendedeyim” gibi kişinin kendisini betimlediği özelliklerin bir kısmı ya da tamamı hem de hiçbir hazırlık şansı olmaksızın ve hepsi birlikte yok olabilir. Ne yazık ki depremin sebep olduğu kayıplar, yalnızca bizi biz yapan geçmiş ve geçmiştekiler ile sınırlı değildir, çoğu depremzedenin geleceği de değişir. Depremzedeler belki farkında bile olmadan pek çok planlarını bir köşeye iterler ya da rafa kaldırırılar. Evlenme, ev alma, yazlığının bahçesine ağaç dikme gibi hayallerin kaybı, kaybettiği oğlunun gelecek yaş gününü, kızının düğününü artık göremeyecek olmanın yanında sönük kalarak vardan yok olur. Birde yoktan var olan şeyler vardır: Henüz başına gelenleri anlayamamış, en temel ihtiyaçlarından birisi olan kendisini güvende hissetme duygusunu kaybetmiş, tükenmişlik yaşayan; korkulu, kaygılı ve öfkeli, kendisini yaşam karşısında son derece çaresiz, güçsüz ve yalnız hisseden depremzede bireyin kendisidir.⁹

Deprem gibi felaketlerde normalin tanımı; bireyler arasında farklılık gösterir. Bireylerin deneyimleri, kişilik yapısı, yaşanan olayları anlamlandırma ve açıklama biçimleri, kaybedilenlerin yaşamdaki yeri ve kişi için anlamı, afetten sonra değişen yaşam koşullarının özellikleri, toplumsal yardımlaşma, dini destek bu normalin tanımı üzerinde etkilidir. Bu noktaya ilerleyen başlıklarda detaylı değinileceği için burada ayrıntıya girmiyoruz.

⁹ Atilla Soykan, Çiğdem Soykan, “Psikolojik Deprem”, *Cogito Deprem Özel Sayısı*, sy. 20 (1999), ss. 215-16.

1.1. Doğal Afetlerin Bireyde Sebep Olduğu Stres

Davranışlar üzerinde çevre faktörü kadar organizmanın içinden gelen birçok etmenin de rolü vardır. Davranışları daha iyi anlayabilmek için bireyin iç durumunu yani organizmanın içinden gelen etkileri de bilmek gerekir. Bireyin içinden gelen etkileri bilmek, durumu anlamamız ve çözüm bulmamız açısından önemlidir. Bireyin davranışların ön koşullarına uyarıcı ve uyarıcılara karşılık meydana gelen davranışlara tepki denir.¹⁰ Deprem gibi ani olaylarda bazı tepkiler gözlemlenir. Bunlar; bireyde güvensizlik, korku, belirsizlik ve kaygının sebep olduğu davranışlardır. Bu durum bireylerde çoğu kez stres veya travma gibi sağlık problemlerinin yaşanmasına neden olur.

“Stres; bireyin, dışarıdan veya içeriden gelen ve sahip olunan dengeyi veya bilişsel, duygusal, toplumsal işleyişi bozma eğilimi gösteren ve bireyi bu dengeyi korumaya veya bozulan dengeyi yeniden kurmaya yönelik yeni davranışlara zorlayan bireyin gerçek ya da algılanan uyarıcılara verdiği bedensel-ruhsal-zihinsel tepkilerdir.”¹¹ Stresin temelinde insan algılamasının ve deneyimlerinin değerlendirilmesi vardır. Bireyin olayları anlamlandırması, değerlendirmesi ve yönlendirmesi stresi çoğaltmada veya azaltma temel faktördür.”¹²

1.1.1. Stresle Başa Çıkmayı Etkileyen Faktörleri

İnsan üzerinde oluşan stresin derecesini belirleyen bazı faktörler vardır. Bunlar;

“a) Bir olayın / durumun insan üzerinde stres oluşturup oluşturmaması veya oluşan stresin derecesi, olayın insan için önemine bağlıdır. Eğer olay / durum kişi için çok önemli ise, kişi üzerinde oluşturacağı stres oldukça fazla olur.

b) Gerçekleşen olayla ilgili inançlar ve sosyal yargılar da, stresin derecesini etkilemektedir. İnançlara ve sosyal yargılara aykırı olarak gerçekleşen olaylar insan üzerinde daha fazla stres oluşturmaktadır.

¹⁰ Feriha Balkış Baymur, *Genel Psikoloji*, 25. İstanbul: İnkilap Kitapevi, 2016, s. 25.

¹¹ Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2017, s. 678.

¹² Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, 19. bs., İstanbul: Remzi Kitabevi, 2010, s. 325.

- c) *Depresyonda olan veya depresyona eğilimli olan kişiler, sağlıklı ve normal kişilerden daha çok strese girmektedirler.*
- d) *Varoluşla ilgili inançlar, olayın insan üzerinde oluşturacağı stresi azaltmaktadır. Benzer olaylar karşısında inançlı insanlar, inancı az veya zayıf olanlara göre daha düşük derecede stres hissetmektedirler.*
- e) *Belirli yaş dönemlerinde herkesin başından geçen olaylar (evlenme, çocuk sahibi olma vb.), eğer bu yaş dönemlerinin öncesinde veya sonrasında gerçekleşirse, insan üzerinde oluşacak olan stresin derecesi artmaktadır.*
- f) *Olayın gerçekleştiği sosyal, fiziki, ekonomik, politik vb. ortamlar da, insan üzerinde oluşacak olan stresin derecesini belirlemektedir.*
- g) *İnsanın kendisi hakkındaki olumlu düşünceleri, sağlık durumunun iyi olup olmaması, olumlu sosyal ilişkiler kurabilmesi, problem çözme becerilerini geliştirmesi, sosyal destek alıp almaması ve maddi durumu da stresin derecesini doğrudan etkilemektedir.*
- h) *İnsanların olaylarla / durumlarla ilgili geliştirdikleri önyargıları ve geçmiş tecrübeleri de stresin derecesini etkilemektedir.*
- i) *Bazı meslek gruplarında çalışanlar, örneğin avukatlar, stresli olaylar altında çalışmaya önceden alışkın oldukları için, stresi daha az derecede algulamakta ve stresle daha kolay başa çıkabilmektedirler.*
- j) *Stresli olayları, bir tehdit olarak değil de, yeteneklerin sınındığı bir fırsat olarak algılayanlar ve olayların kendi kontrolleri altında olduğunu düşünenler daha az strese girmektedirler ve stresle başa çıkmada daha başarılı olmaktadır.*
- k) *Stresle başa çıkma konusunda, farklı stresli olaylarda devamlı aynı tarz başa çıkma yöntemini kullanmak yerine, başa çıkma tarzları konusunda esnek olanlar, stresle başa çıkmada daha başarılı olmaktadır”¹³*

¹³ İlhan Topuz, *Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, (Doktora Tezi), Bursa: Uludağ Üniversitesi, 2003, ss. 60-61.

1.1.2. Doğal Afetlerde Stresle Başa Çıkmayı Etkileyen Faktörler

Doğal afetlerde dış etkenler etkili ve yönlendirici bir öneme sahiptir. Birey afetlerde karşılaştığı zorlukların boyutunun farkına varır. Yaşanan olaylar kapsamında kendi dışındaki gücü anlar, kavrar ve anlamlandırır. Yaşanan olayı anlamlandırma bireyin stres ve travmadan kurtulmasına olumlu bir katkı sağlar. Bireyin kendisi dışında gelişen olayları anlamlandırması aynı zamanda yaşanan olumsuzluklara karşı mücadele etmesine ve bireyin hayatını yönlendirme yeteneğine kavuşmasında etkili olacaktır.

Bireyin hayatını yönlendirme ve kontrol altına almada yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, strese hazırlıklı olma ve stresle başa çıkabileceğine inanmak, bazı meslek grupları (örneğin avukatlar, stresli olaylar altında çalışmaya önceden alışkın oldukları için, stresi daha az derecede algılamakta ve stresle daha kolay başa çıkabilmektedirler) ve inançlar stresle başa çıkmayı etkileyen faktörlerdir.¹⁴

Talip Küçükcan ve Ali Köse'nin 1999 Marmara depremini yaşayan bireyler üzerinde yapılan çalışmalarında stres ve ruhsal dünyamızı etkileyen olaylarla başa çıkmada üç faktörün önem taşıdığını belirtmişlerdir. Bunlar:

***1. Toplumsal Dayanışma:** Toplumsal destek ve dayanışma gören insanlar yalnız olmadıklarını hissetmektedirler. Yardımlar, paylaşma, sivil toplum kuruluşlarının destekleri ile kişi yalnız olmadığını farkına varmaktadır. 1999 Marmara depremzedelerinin yaşanan zorlukları aşma konusunda en fazla yardımcı olan ögenin toplumsal dayanışma olduğunu gözlemlenmiştir.*

***2. Bireyselliği Aşma:** Acı, ölüm ve kaybın bireysel olduğu anlarda insana yüklenen ağırlık çok daha fazladır. Felaketin toplumca yaşanması, tüm bölgelerin etkilenmesi, kayıplarını başkalarını kayıplarıyla karşılaştırarak değerlendirilmesi, yaşanan acıyı biraz daha katlanır hale getirmiştir.*

***3. Dini İnanç ve Ritüeller:** Dua, ibadet, teslimiyet, ahiret inancı, cemaat dayanışması, cenazenin defni gibi dini inanç ve ritüeller stresle başa çıkmada etkilidir.”¹⁵*

¹⁴ İlhan Topuz, *Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, ss. 64-65.

¹⁵ Ali Köse, Talip Küçükcan, *Deprem ve Din*, ss. 133-49.

1.2. Travma

Travma; dışarıdan bir etkenin yol açtığı fiziksel ve ruhsal yaradır. Genel ifadeyle; bireyin kişiliği ve ruhsal yapısı üzerinde herhangi bir şekilde kalıcı bir etki bırakan olağanüstü, felaket özelliğinde bir yaşantının anılarının sebep olduğu rahatsızlık ve bunaltı durumu olarak tanımlanabilen ruhsal travmalar arasında deprem, sel, yangın vb. gibi afetler, savaş, ırk veya din ayrımcılığı, boşanma, reddedilme, çocuk istismarı, tecavüz, işkence vb. yaşantılar sayılabilir. Travmalar, yaşanan olayın zorluğuna, acısına olduğu kadar kişinin duyarlılığına ve dayanıklılığına da bağlıdır. Başka bir deyişle birisi için travmatik olan bir olay bir başkası için normal olabilir.¹⁶ Ruhsal travmanın esas özelliği hayatın sürekliliği ve düzenine inancın kaybıdır.¹⁷

“Deprem gibi doğal afetler, beraberinde kişinin işlevlerini bozacak kadar şiddetli stres bozukluğu yaratabilir. Ruhsal travma deyimi, yaşanan acı bir olay ve bu olaya verilen duygusal tepkileri içerir; ilk bir ay için akut stres bozukluğu, bir aydan sonraki dönem için de travma sonrası stres bozukluğu olarak adlandırılır.

Ursano ve arkadaşlarının aktardığına göre, bir travmaya cevap dört dönem içerir.

Birinci dönem, felaketin hemen sonrasındır. Kişi şaşkın, sersemlemiş ve donakalmıştır. Bu dönemde inanmamayı, korku ve konfüzyonu (şaşkınlık hali) içeren güçlü duygular vardır. İnsanlar birbirlerine yardım etmeye çalışırlar. Kurtarma personeli, aile ve komşular en çok kullanılan destek sistemidir.

İkinci dönem, olaydan sonra ikinci hafta başlar ve birkaç ay sürebilir. Bu uyum döneminde inkâr ile rahatsız edici belirtiler birbirini izler. Uyum döneminin başında rahatsız edici belirtiler son kısmında ise inkâr daha belirgindir. Bu dönemde tekrar inşa çalışmaları başlar, felakete uğrayan topluma dışarıdan yardımlar gelir. Bu dönemde bulantı, yorgunluk, kızgınlık ve ilgisizlik gibi belirtilerle doktora başvuru sıklaşır.

¹⁶ Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, s. 741.

¹⁷ Yener Özen, “Travma Sonrası Ortaya Çıkan Psikolojik Bozukluklar Üzerine Bir Değerlendirme”, *The Journal Of Social Science*, c. 2, sy. 4 (2018), s. 139.

Üçüncü dönem, bir yıla kadar devam eder. Felakete uğrayan topluluğun birlik duygusu azalır, bireysel sorunlar öne çıkmaya başlar.

Son dönem olan yeniden yapılanma ise yıllar sürebilir. Bireyler tekrar yaşamlarını düzene koyarlar. Bu belirtilerden kurtulmak için başlangıçtaki yakınmaların olayın tekrar değerlendirilmesiyle çözülmesi, anlamlandırılması ve yeni bir benlik kavramıyla bütünleştirilmesi gerekir.”¹⁸

2. YÜKLEME/ATIF TEORİSİ

İnsan yaşamında karşılaştığı olayları açıklama ve anlamlandırma ihtiyacı duyar. Yaşanan olay ya da durumların çoğu kez tek bir açıklaması söz konusu olmaz. Bir kimse için çok kötü olan bir olay başka birini hiç etkilemeyebilir. Çoğu kez yaşananların insanlar üzerindeki etkilerini belirleyen, onların ne oldukları değil; onlara ne anlam yüklediğidir.¹⁹ Bireylerin yaşam tarzı, varlık tasavvuru, sosyo-ekonomik durumu olayları anlama ve açıklamada önemli etkiye sahiptir. Olayların farklı şekilde algılanması ve açıklanmasıyla sosyal psikoloji alanı özellikle ilgilenmiştir. Davranışlarla ilgili yargılara varmamızda etkili olan faktörler ve gördüğümüz, yaşadığımız olayları açıklama ile ilgili süreçler sosyal psikolojide atıf(yükleme) çalışmaları çerçevesinde incelenmektedir.

Yükleme teorisi, ortalama bir bireyin sosyal yaşayışları nasıl açıkladığı konusuna dikkat çeker. İnsanlar, özetle nedensellik olarak adlandırılan, sebep sonuç ilişkisine ait bilişsel (cognitive) sistem sayesinde iki olay veya iki nesne arasındaki ilişkiyi algırlar. Kötü ekonominin sebebi olarak ahlaki bozukluğu sebep göstermek, dersten başarısız olmanın nedeni olarak hocayı suçlamak gibi. Fakat burada hangi sonucun hangi nedene bağlanacağı, hangi sonuçla hangi nedenin beraber algılanacağı çok önemlidir. Çünkü toplumsal davranışımızın ve hareketlerimizin önemli bir bölümünü, bizim sebep sonuç ilişkisini algılayış biçimimiz şekillendirmektedir.²⁰

¹⁸ Ümmüşerif Gülmez, *Deprem Felaketi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumları*, ss. 7-8.

¹⁹ Seda Muz, *Bilişsel Terapi ve Dini Başaçıkma*, (Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2009, s. 106.

²⁰ İbrahim Gürses, “Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 17, sy. 2 (2008), s. 361.

“Yükleme/atıf teorisinde Fritz Heider (1958) insan davranışlarını açıklamada nasıl bir yöntem izlendiğini inceleyen ilk sosyal psikologdur. Heider’e göre, insanlar atıflarda bulunarak iki temel gereksinimini giderirler: tutarlı, dengeli bir dünya görüşüne sahip olabilmek ve çevreleri üzerinde kontrol elde edebilmek. Bu gereksinimleri giderebilmenin bir amacı, insanların nasıl davranacaklarını öngörmektir. Eğer insanların neden belirli bir şekilde davrandıkları açıklayabilir ve nasıl davranacaklarını öngörebilsek, bu bizim, dünyayı daha tutarlı ve kontrol edilebilir olarak algılamamıza neden olacağını ifade eder.

Yükleme kuramının bel kemiğini altı farklı kuramsal gelenek şekillendirmektedir. Sosyal psikoloji alanında en çok kullanılan bu altı ekölü şöyle sıralayabiliriz:

- 1. Heider’in naif psikolojisi (common psychology)*
- 2. Jons ve Davis’in uyuşan çıkarsamalar (correspondent inferences) kuramı*
- 3. Kelley’in birlikte değişim (covariation) kuramı*
- 4. Schacter ve Singer’in duygusal kararsızlık (emotional lability) kuramı*
- 5. Bem’in benlik idraki (self-perception) kuramı*
- 6. Weiner’in başarıya güdülenmesi.”²¹*

Yukarıda sıralanan yöntemler incelendiğinde, bunların biçimsel anlamda bir kuram olmadıklarını, fakat kavramsal çerçeveler oluşturduklarını ve her birinin benzer sorunları ele aldığı da söylenebilir. Neredeyse tamamı sağduyu açıklamalarıyla ilgilenmektedir, fakat her biri belirli bir alana ve belirli sorunlara daha uygundur. Heider, yüklemeye kuramının kurucusu olarak, diğerleri ise bu konuda zengin deneysel veriler toplayan bireyler olarak isimlendirilebilir. Bütün bu kuramlar sosyal özellikli davranışların açıklanmasıyla doğrudan ilgili hale gelebilir.²²

²¹ Çiğdem Kağıtçıbaşı, Zeynep Cemalcılar, *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş*, 18.basım İstanbul: Evrim Yayınevi, 2016, ss. 110-28.

²² İbrahim Gürses, “Yüklemeye Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 364.

Yükleme/atıf teorisi bireylerin olay ve durumları anlama ve açıklama tarzlarını inceler. Din ve başa çıkma ilişkisinde yükleme, aynı felaketi yaşayan bireylerin birbirinden farklı bakış açıları ile olayları anlama, açıklama tarzları ve zorluklara karşı başa çıkma yöntemlerini anlamada önemli bir role sahiptir. Yani aynı olayı yaşayan aile fertlerinden bir bireyde olumlu dini başa çıkma örneği gözlemlenirken diğer bireyde olumsuz dini başa çıkma örneğinin görülmesini açıklama ve anlamada yükleme/atıf teorisini bilmek önemlidir.

2.1. Yüklem/Atfetmenin Ortaya Çıktığı Durumlar ve Etkileyen Faktörler

Atıf teorileri, insanların yaşadıkları ya da gözlemledikleri olayların sebeplerini anlamak, kendi tecrübelerini anlamlandırmak isteme, 'Niçin' sorusuna cevap verme ihtiyacı ile başlar. İnsanlar, "karşılıklı nedensellik etkileşimi içerisinde" tecrübelerini ve olayları, belirli sebeplere atfederek izah etmeye çalışırlar.

Temelde atıf süreci üç güdü ile harekete geçer. Bunlar:

- 1 Dünyadaki olayları anlamlı olarak algılama arzusu veya ihtiyacı,
- 2) Olayları tahmin, kontrol etme arzusu ve/veya ihtiyacı,
- 3) Özsaygı (self-esteem) yüceltme ve devam ettirme (maintain) ihtiyacıdır.²³

"Spilka ve arkadaşları, bu alanda öncü sayılabilecek çalışmalarında, insanların hangi şartlar altında, niçin ve ne zaman yüklem yaptıklarını ayrıntılı olarak şu şekilde sıralar:

1. Yüklem süreci, dünyadaki olayları anlamlı olarak algılama ihtiyacı ve isteği, olayları tahmin ve kontrol etme ihtiyacı ve isteği, bireyin kendi hakkındaki görüşünü ve özsaygısını koruma, yüceltme ihtiyacı ve isteği tarafından güdülenmektedir. Ve yine yüklem faaliyeti, bireyin olayları anlama ve bazı geniş anlam-inanç sistemlerine dayanarak onları yorumlama çabasından kaynaklanmaktadır.

²³ Bernard Spilka, Phillip Shaver, Lee A. Kirkpatrick, "Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atıf Teorisi", *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev. Ali Kuşat, sy. 11 (2001), s. 176.

2. *Yükleme faaliyeti, bireyin, müspet sonuçların olabirliğini artırmak ve olumsuz sonuçlardan kaçınmak için, olaylar ve deneyimler üzerindeki etkili kontrolünü sürdürme çabasından oluşur.*

3. *Yükleme faaliyeti, kısmen, bireyin genel olarak kendini yüceltme çabası ve tehlikelere karşı hem fiziksel benliğin hem de kendilik bilincinin korunmasını içeren kişisel emniyetini ve müspet kendilik bilincini koruma çabasından oluşur.*

4. *Bireyin mevcut anlam-inanç sistemini tehdit eden olaylar, yüklemeleri harekete geçirir. Kişisel kontrol ve olayların tahmin edilebilirliği duygularını tehdit eden olaylar da aynı şekilde yüklemeleri teşvik eder.*

5. *Bireyler, kendilik-değeri duygularını önemli derecede değiştiren olaylar yaşadıkları zaman yükleme faaliyetinde bulunmaktadırlar. Özellikle trajik olayların, bireylerin kendilik-değerine zarar verdiği muhakkaktır. Yükleme süreçleri, olumlu kendilik-kavramını (pozitif self-concept) yeniden eski haline getirmede etkili olmaktadır. Eğer yükleme süreçleri, kişinin inançlarına, kontrol duygusuna veya benlik değerine meydan okuyan durumlar tarafından güdülenirse, nedensel açıklamalar, onun bu değişkenleri tatmin edici seviyelerde restore edebilme imkânını ortaya çıkarır.”²⁴*

Bu yenilenmenin olabilmesi için üç özelliğin bulunması gerekir: Olası olayların dayanılabilir olduğuna dair güvence, olayların olumsuz sonuçlarıyla bir arada bulunan olumlu sonuçlarını belirleme ve olayların sadece bir tesadüf olmadığını, bir planın parçası olduğunu kabul etme.

Yükleme davranışının arkasında, öz saygı, anlama, kontrol etme ihtiyacı ve sonuçta öz benliğini korunması amacı vardır. Yüklemeye/atfetmede sürecinde toplumsal, kültürel ortam ve bireyin özellikleri önemlidir. Davranışlardan yapılan çıkarımlar kişilik özellikleri, zekâ, güdü ve tutum gibi içsel özelliklerin yanı sıra yaşanan durumun zorluğu, toplumsal yapı ve özellikleri, toplumsal yargı ve inanışlar gibi dışsal şartlara da bağlıdır. Yüklemeye faaliyetimiz dışsal faktörlerden etkilenmişse buna ortamsal faktörler de denir.

Özet olarak yüklemeye sürecine şu olaylar ortaya çıktığında başvurulur.

1. Bireyin olayı kendi anlamlandırma inanç sisteminde kolayca değiştiremediği,

²⁴ İbrahim Gürses, “Yüklemeye Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 365.

2. Gelecekte olacakları kontrol etme noktasında öngörülere sahip olduğunda,
3. Olumlu veya olumsuz olsun özsaygıyı önemli biçimde değiştirdiğinde.

Yaşanan olay bireyin kontrolünün dışında ise, yani bireyin olayı şekillendirme gücü yoksa ve olaylar bireyin isteği dışında geliyorsa, olayın şiddeti ve boyutu büyük olduğu durumlarda dini yükleme/atıfa daha fazla rastlanılır.²⁵

Spilka ve arkadaşları, dini ve dini olmayan yüklemelerin belirleyicilerini temelde atfeden etkenler ve olay/durumsal etkenler olarak ikiye ayırır. Atfeden etkenler ve olay/durumsal etkenleri de dört alt başlıkta sınıflandırılır.

1.Yükleyenin özellikleri; bireyin eğitim seviyesi, aile yapısı vb. yapılacak yüklemeyi etkiler.

2.Yüklemenin yapıldığı bağlam yani atfedenin içinde bulunduğu bağlamdır.

3. Açıklanan olayın özellikleri; yaşanan olayın kontrol dâhilinde olup olmadığı önemlidir. Doğal afet gibi bireyin kontrol ve güven ortamını bozan durumlarda daha fazla dini yükleme görülür.

4. Açıklanan olayın bağlamı; açıklanacak olayın içerisine bulunduğu durumdur. Örneğin depremde camide vefat eden biriyle kahvehanede vefat eden birey için yapılan yüklemeler çoğu kez birbirinden farklıdır.

2.2. Yükleme/Atfetme ve Din İlişkisi

Dini kavramlardan oluşan sistemler, bireyleri, karşılaşılan olayların üstesinden gelebilmeleri, başa çıkabilmeleri ve olayları açıklayabilmeleri için düzenlenmiş genel ve bir bütün olan inançları kapsamaktadır. Yükleme faaliyetinin, bireyin şahit olduğu olayları bir takım inançlara dayalı kapsamlı anlam sistemleri içerisinde anlama, yorumlama ve açıklama gayretlerinden oluştuğu ifade edilebilir. İnsanların hem dini hem dini olmayan açıklamaları kullanma konusundaki eğilimlerinde farklılıklar vardır. İki birey aynı yaşam tecrübesi ile karşılaşabilir, fakat bu tecrübeleri çok farklı şekilde yorumlayabilirler veya bu tecrübelerine çok farklı anlamlar, değerler yükleyebilirler. Bu yorumlama şeklindeki farklılık da bireyin davranışlarını etkiler. Genelde, dini ve doğal

²⁵ Bernard Spilka, Phillip Shaver, Lee A. Kirkpatrick, "Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atıf Teorisi", ss. 177-78.

anlam-inanç sistemlerinin göreceli kullanılabilirlikleri, terbiye ve eğitim gibi farklı sosyal etkilerin bir fonksiyonudur.²⁶

“Nedensel açıklama dinin niteliğidir. Tarihin hemen her döneminde kutsal metinler (scripture) ve dini sistemler (theology) Evren'in niçin ve nasıl var olduğunu, doğal afetlerin neden meydana geldiklerini, niçin bazı insanların başarılı, bazılarının başarısız olduğunu, çekilen acıların nedenini ve günü geldiğinde insanın nasıl öleceğini açıklayan ifadeler ile doludur. Dinî yüklemeler, dindışı yüklemelerden daha fazla kendini kontrol ve takdir hissi vermektedir. Çünkü birey bir anlamda Tanrı'nın evreni yöneten sonsuz gücünü kendi yanında hisseder. Bu duyuş tarzı aynı zamanda bireyin Tanrı tarafından onaylandığı hissini de kişiye yaşatır.”²⁷

Dini kavramlar sistemi bireye, olayları farklı anlamlandırma izahları sunmaktadır. -Tanrı, günah, kurtuluş vs.- dahası kontrol duygusu ve özgüveni yüceltmek amacıyla bazı kavramlar ve prosedürler (ferdi iman, dua, ritüeller vs.) de sunmaktadır. Din alternatif cevabı olmayan sorulara cevap vermektedir. Din anlam kaynağının temelidir. Bu durum özellikle, trajik olaylarda ve krizlerde kendisini göstermektedir.

Bu durumlarda din;

- Gelecekte olması muhtemel şeylere bireyin sabır gücünü artırarak, (Tanrı yapabileceğim şeyi ister),
- Tatmin edici olumlu bir sonuç olarak (Tanrı bana iyi bir ders verdi),
- Olayları bir planın ögesi gibi tanımlayarak (Tanrının planı), üç anlam parçasını temin eder.

Dini kavramlar sistemi kişiyi genel, anlaşılır ve düzenli bir inanç sistemiyle kapsar ki bu sistem dünyadaki olayları açıklamaya ve anlamlandırmada çok kullanışlıdır. Spilka, iman konusunu tartışmaya açar ve imanı iç güdümlü ve dış güdümlü olarak ayırarak, iç güdümlü imana sahip olan bireyin din konusunda tam bir teslimiyet içinde olduğunu söyler. Dış güdümlü imanı ise faydacı ve tehlikelerle karşılaştığı zaman kişisel emniyeti

²⁶ Bernard Spilka, Phillip Shaver, Lee A. Kirkpatrick, “Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atf Teorisi”, ss. 180-81.

²⁷ İbrahim Gürses, “Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 372.

ön plana çıkardığını ifade eder. Spilka, iç güdümlü olarak yönelen insanların, Tanrı'ya "yardımsever, müsamahakâr ve ihtiyaç olduğunda hazır olan, kısacası, koşulsuz sevgi ve destek kaynağı olarak düşündüklerini" ifade eder. Spilka, iç güdümlü yönelmenin hem kişisel kontrol, hem de Tanrı kontrolü duyguları ve yüksek benlik değeri ile bir arada bulunduğunu, bunun tersine dış güdümlü dindarların daha sert Tanrı inançlarına sahip olduklarını, kendilerinin daha sık tehdit edildiklerini hissettiklerini ve daha düşük benlik değerine sahip olduklarını vurgular. Dış güdümlü dindarların Tanrı'ya karşı daha koşullu yükleme yaptıklarını, Tanrı'nın yardımı görüldüğü zaman muhtemelen onların mevcut krizleri biteceği inancına sahip olduklarını ifade eder.²⁸ İç güdümlü ve dış güdümlü dindarlık konusundaki ayırım Goldon Allport tarafından yapılmıştır. Kennety Pargament de Tanrı algısı ve iç/dış güdümlü dindarlık ilişkisinde Spilka'ya benzer açıklamalarda bulunmuştur. Bu konu ayrı bir başlık altında ele alınacağı için burada ayrıntıya yer vermiyoruz.

Spilka ve Schimidt dini yüklemeler konusunda; bir olay, birey için büyük bir öneme sahipse ve sonuçları da olumluysa, olayların nedensel açıklamaları yapılırken Tanrı'ya yüklemelerde bulunulduğunu ifade etmişlerdir. Aynı şekilde Gorsuch ve Smith de, Tanrı ile ilgili yüklemelerin, genel olarak olağanüstü sonuçların alındığı durumlarda gerçekleştiğini tespit etmişlerdi ve bunun yanı sıra aynı olayda bireylerin hem insana hem de Tanrı'ya yüklemede bulduklarını rapor etmişlerdi. Bir şekliyle, herhangi bir eylem esnasında birey, hem insana hem de Tanrı'ya sorumluluk yükleyebilir.²⁹

²⁸ Bernard Spilka, Phillip Shaver, Lee A. Kirkpatrick, "Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atf Teorisi", s. 180.

²⁹ İbrahim Gürses, "Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme", s. 367.

Dinin ortaya koyduğu açıklamalara herkes aynı şekilde başvurmaz. Kendini dindar olarak tanımlayan kişilerde bile yaşadıkları her olayı dinsel terimlerle açıklamadıkları çalışmamızda gözlenmiştir. Spilka ve arkadaşları, dinî ve dindışı (secular) yüklemeleri belirleyen faktörleri şöyle sıralamışlardır:

“Birincisi, yükleme yapanın kişilik özellikleridir. Her şeyden önce olayları dinî yüklemelerle açıklayan kişi, dinin lehinde veya aleyhindeki genel bir eğilime sahiptir. Eğer kişi dinin lehinde yüklemeler yapmışsa, bu, onun dindarlığının ürünüdür. Ayrıca yüklemenin yapıldığı ortam, bu eğilim üzerinde belirli yönde etkide bulunabilir. Genel olarak terbiye, eğitim, erken dinî sosyalizasyon, dinî inançların gücü ve yükleyenin kendi deneyimlerini dinî terimlerle tanımlamaya çalışması gibi faktörler bireylerin yüklemelerini etkilemektedir. Aynı şekilde yüklemeyi yapanın Tanrı tasavvuru, bireyin kişilik özelliklerine uygun olarak dinî açıklamalarını etkilemektedir. Tanrı bir yanda, seven, bağışlayan, merhamet eden, diğer yanda ise dilediği gibi hareket eden, sorgulanamayan, cezalandıran vs. olarak tasarlanmaktadır. Bireyin kendine en yakın bulduğu imajın, onun kişisel geçmişi, kendilik bilinci ve kişilik özellikleri ile alakalı olduğu açıktır. Böylece bireylerin kişilik özelliklerine uyan Tanrı imajına denk düşen dinî yüklemeler yaptıkları ortaya çıkmaktadır. Yardımsever bir Tanrı imajının, destekleyici/doyurucu aile geçmişi ile ve yüksek kendilik değeri ile ve bunların hepsinin iç güdümlü dindarlıkla alakalı olduğu gerçeği, bu özelliklerin nedensel olarak birbirlerine bağlı olduklarını göstermektedir.

İkincisi, yükleyenin iç dünyasıdır. Eğer yapılan dinî yorumlar dikkat çekici ve bu sebeple de yükleyen için oldukça kullanışlı iseler, dinî bir yüklemenin yapılması ihtimal dâhilindedir. Çünkü bireyler, psikolojik olarak en kolay ve en hızlı ulaşılabilir bilgiyi kullanırlar. Yine eğer yükleyenler, belirli bir yükleme yapıldığında diğer insanların kendilerini daha fazla seveceklerine inanırlarsa, onların dinî yüklemeleri benimsemeleri muhtemeldir. Zira sosyal baskılar, yükleyenin iç dünyası aracılığıyla dinî ve dindışı yüklemelerin hangisinin seçileceğini ve seçilen yüklemenin ne ölçüde yapılacağını belirlemektedir.

Üçüncüsü açıklanacak olayların özellikleridir. Eğer yaşanan olaylar, bireylerin hayatlarını ve güvenliklerini tehdit ediyor ise, bu durumda daha fazla dinî yüklemelerin yapılması kaçınılmaz görünmektedir.

Dördüncüsü ise, açıklanacak olayın meydana geldiği ortamdır. Olayın gerçekleştiği psiko/fizik/sosyal mekân, dinî veya dindışı açıklamaları etkilemektedir. Bu konuda, aniden kalp krizi geçiren adamın durumu örnek olarak verilebilir. Kalp krizinin ibadet esnasında mı yoksa bir golf dersinde mi meydana geldiğine bağlı olarak farklı şekilde yorumlar yapılabilir. Bu bağlamda bireyler, ibadetin belayı önlediğini, kendisinin Tanrı'nın gözünde değerli ve tercih edilmiş olduğunu -zira bu durum oldukça ego yükselticidir (ego-enhancing)- veya günahkâr ve ahlaksız oldukları için Tanrı'nın lütfundan mahrum kaldıklarını düşünebilirler.”³⁰

Bu bilgiler ışığında yükleme faktörleri: yükleyen özellikleri, yüklemenin yapıldığı bağlam, açıklanan olayın özellikleri ve açıklanan olayın bağlamıdır. Bireyin tanrıyı algılama ve açıklama tarzı, yükleme faaliyetinde kilit bir noktaya sahiptir. Yapılan birçok çalışmada cezalandırıcı bir tanrı algısına sahip bireyler, başlarına gelen kötü olayları tanrının cezası olarak algılamışlardır. Şefkatli, affedici bir tanrı inancına sahip bireyler ise başlarına gelen kötü olayları tanrının onlar için verdiği bir sınav olduğunu ve sabrederek bu sınavda başarılı olacaklarına inanmışlardır.

Sonuç olarak, dini veya natüralistik yüklemeler kullanma eğilimi, kısmen dini ve dini olmayan faktörlerin, bireyin olumlu benlik bilincini belirleme ve muhafaza etmedeki göreceli önemleri tarafından belirlenir. Mesela bir kişinin benlik bilinci, Tanrı tarafından sevilme veya birinin özellikle ahlaklı bir insan (dini anlamda) olduğuna inanmak gibi, ağırlıklı olarak dini inançlara itimat edebilir. Hâlbuki diğer bir insanın benlik değeri, başka insanlar tarafından sevilme veya başarılı, etkili, ahlaklı vb. gibi temel olarak dini olmayan kaynaklar üzerine kurulabilir.³¹

³⁰ İbrahim Gürses, “Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, ss. 370-71.

³¹ Bernard Spilka, Phillip Shaver, Lee A. Kirkpatrick, “Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atf Teorisi”, s. 186.

3. İNSANIN ANLAM ARAYIŞI

Düşünce tarihi, varlığın ve varoluşun gizemini çözme ve yaşamı daha anlamlı hale getirme konusunda entelektüel kaygı örnekleriyle doludur. Aristoteles'in yapıtı Metafizik, "Bütün insanlar doğal olarak bilmek isterler" cümlesiyle başlar. Aristoteles'e göre insanların duyularını kullanmaktan (örneğin işitmekten, görmekten, vb.) duydukları haz bunun en belirgin kanıtıdır. İnsanı insan yapan temel özelliklerinden biri bireyin kendisini çevreleyen dünyayı, içinde yaşadığı toplumu, geçmişi ve bütün yanları ile bizzat kendisini tanımak ve bilmek istemesidir.³²

*"Sorgulamak, epistemolojik bir aktivite ve insan olmanın getirdiği zihinsel ve varoluşsal bir faaliyettir. İnsan; sosyal, psikolojik, duygusal ve zihinsel yönüyle çok boyutlu bir varlık olmanın yanında; araştırma 'özne'si ve 'nesne'si olması bakımından da sınırsız bir potansiyele sahiptir. İnsanın bu farklı boyutlarını ayırtmak ve birbirlerinden bağımsız olarak değerlendirmek neredeyse imkânsızdır. Çünkü her boyut bir diğerini etkilemekte, onu değiştirmekte, dönüştürmekte ve gelişim sürecine katkıda bulunmaktadır. Sorgulayan insan için insanın tüm bu boyutlarını etkileyen ve tatmin olacağı cevaplar bulması gereken en önemli varoluşsal problemlerinden birisi hiç şüphesiz "anlam" problemidir. İnsan, 'anlam problemi'ne tatmin edici cevaplar bulabildiği ölçüde mutlu olmakta; bu problemini tatmin olacağı şekilde cevaplandıramadığı düzeyde de stres, kaygı, depresyon, yalnızlık, yabancılaşma ve intihar gibi daha ileri boyutlarda psikolojik ve patolojik sıkıntılar yaşayabilmektedir."*³³

Hayat sürekli değişim içerse de insanlar, istikrar arayışı içerisindedir. Bu bağlamda anlam, insanın hayata denge ve istikrar yüklemeye araçlarından biri olarak görülebilir. Anlam değişime maruz kalan ancak istikrar arayan insanoğluna istikrar bulmasında yardımcı olur.³⁴ Değiştiremediği durum karşısında değişmeye açık olma, insanın temel sorumluluklarından biridir. Zira değişmeye yönelik bilinçli esneklik, canlılar arasında sadece insana özel niteliklerdendir. Bu özellikler nedeniyle insan,

³² Ahmet Arslan, *Felsefeye Giriş*, 22. Basım Ankara: Adres Yayınları, 2015, s. 27.

³³ Hâbil Şentürk, Selahattin Yakut, "Hayatın Anlamı ve Din", *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 33 (2014), s. 45.

³⁴ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, 1. bs., İstanbul: İz Yayıncılık, 2012, s. 53.

değişimlerin sebep olduğu anlamsızlığa yol açan yıkıcı faktörleri, anlama yaklaştıran motivasyon etkilerine dönüştürebilir.³⁵

Olayları ve nesnelere anlamada, algılanan olay ve nesnenin sahip olduğu özellikleri, diğer taraftan da söz konusu olay ve nesnenin birey için ne ifade ettiği önemlidir. Nihai anlamda yaşam, sorunlara doğru çözümler bulmak ve her birey için, kesintisiz olarak var olan görevlerini yerine getirme sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir. Bu sebeple hayatın anlamı, insanlar arasında değiştiği gibi her bireyde de zaman zaman değişir.

Psikoloji, felsefe, sosyoloji, pedagoji ve ilahiyat gibi sosyal bilimlerin farklı disiplinlerine konu olan “Hayatın anlamı” kavramı modern bilimde ilk olarak 20.yüzyılda W. Dilthey, E. Spranger, S. Freud ve A. Adler’in çalışmalarında, ardından V. Frankl ve A. N. Leontiev’in araştırmalarında görülmektedir. Çağımızda anlam ihtiyacı, Dewey, Maslow, Frankl ve Adler gibi düşünürler tarafından sistemleştirilmiştir. İnsanın anlamaya yönelik fitratını “bilme, anlama isteği”, “belirginlik arayışı”, “anlam arayışı” gibi kavramları kullanarak açıklamaktadırlar. Bu düşünürlerden Viktor Frankl ve anlam temelli ekolü ayrı bir başlık altında inceleneceği için ayrıntıya girmeyeceğiz. Bireysel psikolojinin kurucularından Alfred Adler’in anlam konusundaki tanımına göre anlam, tek yönlü değişmez bir yapılanmadan ibaret değildir. İnsanlar ortaya çıkan yeni durumları, onlarla karşılıklı etkileşimde buldukları ya da başkalarıyla ilişkilendirdikleri veya geçmiş yaşantıların ışığında değerlendirdikleri için anlamlı bulurlar.³⁶ Adler’e göre anlam da yaşananlar; bireyin tecrübeleri, bilgileri ile değişir. İnsan için yaşamı boyunca mutlak tek bir anlam mümkün görünmez.

İnsanların pek çoğu için hayatlarındaki en büyük arzu, amaç ve hedefleri olan anlamlı bir hayat kurmaktır. Anlamlı bir hayat arayışı dört temel anlam ihtiyacına dayanır. Bu dört temel ihtiyaç, insanların hayatlarını nasıl anlamlı kılacakları konusunda onlara rehber olur ve bu ihtiyaçları temin edenlerin hayatları oldukça anlamlı olacaktır.

³⁵ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, 4 Baskı İstanbul: İnsan Yayınları, 2018, s. 63.

³⁶ Alfred Adler, *Yaşamın Anlam ve Amacı*, çev. Kâmuran Şipal, Ankara: Say Yayınları, t.y., s. 5.

Anlamalı bir yaşam temelde, kişinin yaşamının önemli, uyumlu, yönetilebilir olması ve bu yaşamı benimseme duygusu olarak tanımlanabilir. Anlamalı yaşam özellikle derin, önemli veya sıradanlıktan kurtulma duygusundan meydana gelebileceğini de söyleyebiliriz. Bunun yanı sıra anlam, insan ömründe önemli bir iyi oluş olarak düşünülür. Bu sebeple, varlığı anlama ve hayata anlam verme çabası insana özgü bir nitelik olarak tanımlanabilir. Kişi devamlı şekilde anlam arayışı çerçevesindedir. Etrafında yaşananlara anlam vermek için bu arayış bir lüks değil, temel bir ihtiyaçtır. Yaşamın anlamı nedir, sorusu genelde yaşamın, özelde bireyin hayatının tamamıyla tutarlı bir örüntüye uygun olup olmadığı ile ilgilidir. Aslında anlam arayışı, belirlilik-tutarlılık arayışını gösterir. Birey bizzat kendi çabasıyla anlamı bulmak zorundadır. Anlam bir iş veya bir şeye karşı hissedilen sevgide ya da ortaya çıkarılan bir meslekte ve iş; dahası acı ve zorlukların derinliklerinde gizli olabilir. İnsanın en önemli sorumluluklarından biride anlamı aramaktır.³⁷

Anlamalı bir hayat ihtiyacı dört temel değere dayanır. Anlamalı bir hayat ihtiyacının temelinde 'şimdiki olaylar gelecekteki olaylarla bağlantılıdır' fikri yatar. İkincisi değerlerdir. İyimserlik ve pozitiflik hissi sunan değerler, insana yaptıklarının doğru veya yanlışlığına karar verme imkânı sunar. Böylece değerler sayesinde insanlar, yaptıklarının doğru olduğu inancına vararak kaygı ve suçluluklarından kurtulurlar. Üçüncüsü etki ve yarar hissi ihtiyacıdır. Zira amaçları ve değerleri olan fakat etkisi olmayan bir hayat trajiktir. Dördüncü ve son ihtiyaç kendine saygı ve kendine değer vermedir. Pek çok insan kendisinin değerli ve iyi olduğuna inanmak için nedenler arar. Bu temel ihtiyaçlar çerçevesinde insan anlam arayışını sürdürür. İnsanın bu ihtiyaçları çerçevesinde anlam bulacağı birden çok kaynak vardır. Bu durum bireyi anlamsızlığa karşı korur. Örneğin kariyer yapamayan kişi aile hayatında başarılı olmaya yönelebilir. Aile hayatı dağılan kişi işinde başarılı olmaya çalışabilir. Aile hayatı kişiye değer duygusunu verirken, iş hayatı ve kariyer güçlü ve etkin olma duygusunu sağlayabilir. Kısacası insan farklı kaynaklardan bu dört temel ihtiyacı çerçevesinde anlam bulma yoluna gider.³⁸

³⁷ Hâbil Şentürk, Selahattin Yakut, "Hayatın Anlamı ve Din", ss. 47-48.

³⁸ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 54.

3.1. Viktor Emil Frankl ve Anlam

Bireyin zorluklarla başa çıkma sürecinde anlam önemli bir ögedir. Bu başlıkta anlam ve din konusunda kapsamlı çalışma yapan Viktor E. Frankl ve ekolü Logoterapi'ye değineceğiz. Viktor E. Frankl Yahudi asıllı, dini eğilim ve inançların insan üzerindeki etkisini görmezden gelmeden aynı zamanda yaşamın zorluklarını yaşayarak ve bizzat gözlemleyerek (ikinci dünya savaşında toplama kamplarında yaşamış ve gözlemlerde bulunmuştur.) anlam ve din konusunda önemli çalışmalar yapmış ve üçüncü viyana ekolü olarak da bilinen logoterapinin kurucusudur. Logoterapi; Frankl'in ikinci dünya savaşında kamplarda yaşadığı tecrübelerden faydalanarak oluşturduğu anlam merkezli, anlam yoluyla terapi³⁹ ilkesini benimsediği, psikodinamik, davranışçı ve varoluşçu yönelimli bir psikoterapi ekolüdür. İnsan hayatındaki en temel güdünün anlam istemi olduğunu ifade eden Frankl başlıca zorlukların anlamsızlık sonucu ortaya çıktığını ifade eder.⁴⁰

Anlam isteminin doğal sonucu olan anlam arayışı, hayatın neden yaşamaya değer olduğu sorusuna cevap bulma çabasıdır. Birey anlam istemi sayesinde yaşamı boyunca anlam arayışı içerisinde olur.⁴¹ Viktor E. Frankl: *“Yaşamak acı çekmektir; yaşamı sürdürmek, çekilen bu acıda bir anlam bulmaktır. Eğer yaşamda bir amaç varsa, acıda da ölümden de bir amaç olmalıdır. Ama hiç kimse bir başkasına bu amacın ne olduğunu söyleyemez. Herkes bunu kendi başına bulmak ve bulduğu yanıtın öngördüğü sorumluluğu üstlenmek zorundadır. Kişi bunu başarabildiği takdirde, onur kırıcı bütün rezilliklere karşın gelişimini sürdüreceğini ifade eder.”*⁴²

³⁹ Victor Emil Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm*, Ankara: Öteki Yayınevi, 1994, s. 14.

⁴⁰ Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, s. 474.

⁴¹ Ali Ayten, *Psikoloji ve Din Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*, 4. bs., İstanbul: İz Yayıncılık, 2015, s. 155.

⁴² Victor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 37. Basım İstanbul: Okyanus Yayınları, 2017, ss. 9-10-118.

“İnsanın anlam istemi (will to meaning), içgüdüsel "ikincil bir ussallaştırması" değil, yaşamındaki temel bir güdüdür. Bu anlam, sadece kişinin kendisi tarafından bulunabilir oluşuyla ve böyle olması gereğiyle, eşsiz ve özel bir yapıdadır; ancak o zaman bu, kişinin kendi anlam istemini doyuran bir önem kazanabilmektedir.⁴³ Anlam insandan insana, gündend güne farklılık gösterebilir. Bu nedenle Frankl'ın anlamla kastettiği, soyut ve genel bir anlam değil kişi için geçerli olan öznel bir anlamdır.”⁴⁴

Frankl'a göre anlam istemi, diğer pek çok güdüyü amacına ulaşmada kullanır. Bu anlayışta bireyi harekete geçiren tüm güdüler, aslında ana güdü olan “anlam”ın hedefine ulaşmasına yardımcı olur. Buna göre her güdünün içinde “anlam”a yönelik bir çaba, her zaman canlılığını korur.⁴⁵

“Anlam istemi Frankl'in, yaşamda uygun bir anlam ve amaç bulma için kullandığı terimdir. Frankl anlam istemini, günümüzün anlamsızlık yaşantısıyla ilişkili sorunların çözümüne yönelik olarak geliştirdiği logoterapide ki temel güdülerden birisi olarak değerlendirir.”⁴⁶

“Frankl'a göre hayatın anlamını üç şekilde keşfedebiliriz.

- 1. Bir eylemi gerçekleştirerek (başarıya ulaşarak),*
- 2. Bir değer (iyilik, doğruluk, güzellik vb.) ortaya koyarak,*
- 3. Acıyı yaşayarak. Fakat burada anlama ulaşmak için acıyı yaşama hiçbir zaman amaç olmamalıdır. Acının kaçınılabilir olduğu durumlarda en uygun olan acıdan kaçınmaktır. Fakat acıdan kaçma imkânının olmadığı durumlarda yaşanan acının bir anlamının olması onu acı olmaktan çıkarabilir. Tıpkı bir özverinin anlamının olması gibi acıda anlam kazanabilir.”⁴⁷*

⁴³ Victor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 113.

⁴⁴ Ali Ayten, *Psikoloji ve Din Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*, s. 155.

⁴⁵ Abdülkerim Bahadır, “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi*, c. 9, sy. 9 (2000), s. 4.

⁴⁶ Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, s. 69.

⁴⁷ Victor Emil Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 125.

Hayatın anlamlılığı veya anlamsızlığına dair düşüncelerde hayatın değil, bireyin hayata bakış açısının ve onun yorumlama şeklinin belirleyici olduğu sonucuna varılabilir. Buna göre; kişisel özellikler, ortamsal şartlar, sosyo-kültürel özellikler ancak anlamlılığın içeriğini belirler. Anlam arayışının türünü ihtiyaçlar, ilgiler ve arzular belirler. Yani, yeryüzündeki insan sayısının anlam arayışının varlığından söz edilebilir. Frankl'a göre yaşamı boyunca anlam arayışı içinde olan insan, mutluluğa hayatın anlamını elde ederek ulaşır.

“Frankl'a göre, hayatta anlamın kalmaması durumunda varoluşsal boşluk (existential vacuum) oluşur. Bu durum, hayatın yaşamaya değer görülmemesi sonucunda gelen son noktadır. Varoluşsal boşluk anlam isteminin engellenmesi durumunda ortaya çıkar. Varoluşsal boşluğun temel sebebi sosyolojiktir. İnsanların kendi tercihlerinin değil de toplumsal etkilerin yönlendirdiği durumlarda varoluşsal boşluk artar. Anlamsızlığın oluşumunda yanlış anlamlandırmanın, anlamı geçici amaçlara bağlamanın da önemli bir etkisi vardır. Bazen de araç ile amaç ayrımını yapamayan birey geçici anlamlara bağlanır, fakat geçici anlam kaybolunca anlamsızlık sorunu yaşar. Anlam bulmada din önemlidir. Frankl insanın anlam arayışından bahsederken insanda aynı zamanda nihai anlam (will to ultimate meaning) arayışının olduğunu da belirtir. Dini nihai anlam arayışı olarak değerlendiren Frankl'a göre nihai anlam sonucunda nihai varoluşa (Tanrıya) ulaşılır. Bu insanın ulaşması gereken bir noktadır. Aynı zamanda herkesin en azından bilinçdışı derinliklerinde nihai anlamla ilişki içerisinde olduğunu belirtir.”⁴⁸

Ona göre inancın konusu, bir aşkın kategoridir (transandantal category). İnsan, varoluşunu ancak anlam ve değerlere bağlı gerçekleştirebileceği için bu yönelişi, insan ötesi bir varlığa doğru olmak zorundadır.⁴⁹

⁴⁸ Ali Ayten, *Psikoloji ve Din Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*, ss. 156-61.

⁴⁹ Abdülkerim Bahadır, “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”, s. 10.

Bireyin sahip olduğu inanç anlam arayışı için güçlü motivasyon kaynağıdır. Din insana neye, nasıl, ne kadar ulaşabileceğini açıkladığı gibi, hayatın amacı, hedefi ya da kaderin anlamı gibi pek çok kapalı konularda dindarı aydınlatır. Dini anlamlandırma inanç sahibi birey için hayatı anlama ve anlamlandırma, başına gelen olumlu ve olumsuz olaylarda aşkın bir varlığın gücünü hissederek zorlukların üstesinden gelmeye yardımcı olur. Ancak hayatta karşılaşılan olumsuz olay ve durumlar, insanın hayata tutunmasını sağlayan anlamı, istikrar ve kontrol duygusunu tehdit edebilir. Böyle durumlarda kişi, anlamı koruma ve dönüştürme (yeniden yapılandırma) yoluna gider.⁵⁰

Problem çözme, başa çıkma, kendini uyarılama ya da adaptasyon gibi kavramlarla ifade edilen yeniden yapılanma, bireyin hayata aktif katılımını sağlayan; bireyi her durum karşısında dinamik ve güçlü kılan, zorunlu ve sağlıklı bir değişim sürecini temsil eder. Anlam kazanma, bu sürecin sağlıklı yürümesi ile doğrudan bağlantılıdır. Çünkü anlamsızlık, yeniden yapılanmanın durduğu zaman baş gösterir. Gerek problem çözme davranışında ve gerekse kendini uyarılama sürecinde bireyin imkânları, sadece somut varoluşla sınırlı değildir. Özellikle dini-ahlaki değerlere bağlı insan, engellenmelerin aşılmasında ya da belirsizliklerin giderilmesinde, dini inancından, dolayısıyla kendi üstünde var olan yüce bir gerçeklikten de yardım isteyebilir, faydalanabilir. Bu bağlamda insanın kutsal olanla ilişkisi; bazen çok basit, bazen de çok karmaşık bir düzlemde gerçekleşebilir.⁵¹

⁵⁰ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 54.

⁵¹ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 66.

3.2. Din ve Anlam

Din, insan ve toplum ilişkilerinden, insanın algılama ve açıklama biçimini etkileyen bir olgu olduğundan birçok bilim dalının araştırma konuları arasındadır. Din ve anlam ilişkisi sosyal bilimlerde teoloji, psikoloji, sosyoloji, ve antropolojinin ilgilendiği; Max Weber, Clifford Geertz, Peter Berger, Victor E. Frankl gibi sosyal bilimcilerin ilgi alanına girmiş insan hayatındaki etkisi göz ardı edilmeyecek önemli bir konudur. Aslında din Allport'un da söylediği gibi "Kişilikteki beyaz bir ışıktır, parlak ve sade olduğu halde, gerçekte kompozisyonda çok renklidir."⁵² Çalışmanın bu kısmında anlam, atfetme/yükleme ve yaşanan zorluklarla başa çıkmada önemli yeri olan din ve anlam ilişkisine yer vereceğiz.

"İnsan, dünyada var olan şeylere anlam verebilen, anlam üretebilen tek canlıdır. Din, insanlara anlamsız, taşınamaz veya haksız ve adaletsiz gibi görünen durumlarla karşılaşıldığında, anlamı korumaya yönelik yeni bir bilişsel yorumlama sistemi sunar.⁵³ Din varoluş konusunda genel mahiyette kavramlar dile getiren ve insanlarda güçlü, derin ve kalıcı motivasyonlar ve ruhi eğilimler uyandıracak tarzda etkilerde bulunan bir semboller sistemidir.⁵⁴ Din; bireyin kendini ve dış dünyasını tanıma, anlama ve buna bağlı olarak da bir yaşam felsefesi oluşturması açısından ona birtakım bilgiler sunar, din bir dünyayı anlama ve kendini o dünyada belirli bir yere yerleştirme modeli olarak da fonksiyon görmektedir."⁵⁵

Genel anlamda dinin insan hayatındaki fonksiyonunu üç boyutta ele alabiliriz.

Birinci fonksiyonu, kişisel boyutla ilgilidir: Birey, din dışı bir kültürün veya ideolojinin açıklamaktan aciz kaldığı zihinsel ya da varoluşsal pek çok konuda dinden istifade edebilir.

⁵² Kenneth I. Pargament, "Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme", *Ç. Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev. Ali Ulvi MEHMEDOĞLU, c. 5, sy. 1 (2005), s. 303.

⁵³ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisine Giriş*, 5. bs., İstanbul: Dem Yayınları, 2016, s. 64.

⁵⁴ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 144.

⁵⁵ Şerif Mardin, *Din ve İdeoloji*, 24. bs., İstanbul: İletişim Yayınları, 2016, ss. 24-30.

İkinci temel fonksiyonu, kültürel boyutla ilgilidir: Semboller sistemi olarak din, insanın yaşadığı dünyayı daha anlaşılabilir kılan özel bir bakış açısı sağlayacak kavramsal görüş imkânları hazırlar.

Üçüncü temel fonksiyon ise, toplumsal yapı unsurlarının istikrar kazanmasını sağlamakla ortaya çıkar. Din bu üçlü fonksiyonuyla insan hayatının bütüncü, uzlaşmacı, gelişmeye açık ve uyumlu bir yapıya kavuşmasında önemli etkiler icra eder.⁵⁶

İnsan nesnelere ya da olaylardaki anlamı bulup çıkarmamakta, tersine anlam üretmekte ve onlara anlam yüklemektedir. Olaylara anlam vermede din, en büyük zihinsel şemayı sunmaktadır. Din, varoluşun bütünü hakkında bilgi vererek, yaşamın bir bütün olarak anlaşılmasını sağlamaktadır. Bu şekilde, bilimin cevaplayamadığı pek çok soru, dinde cevap bulabilir. Din ile anlama ulaşan bireyler, dinin sunduğu kozmik anlam içinde bireysel olarak hayatlarının anlamına uygun bir yaşam felsefesine sahip olup, bireysel yaşam felsefesini kozmik yaşamın anlamıyla bütünleştirebilmektedirler. Özetle, hayatın anlamını kozmik anlamın değerleriyle bağlantılanarak yaşamaya çalışabilmektedirler.⁵⁷

“Bilinç alanına gelen tüm verileri zihin, değerlendirmeye alır. Ancak bunların hepsini akli temellere oturtamaz, anlaşılır kılamaz. Ne kadar ilerlemiş olursa olsun bilimin susmak zorunda kalmasına karşın dinin açıklayabileceği pek çok metafiziki konu mevcuttur. Bu bağlamda zihnin ancak dinin yardımıyla çözebileceği temel problemleri beş ana grupta toplamak mümkün görünmektedir. Bunlar:

- 1. Evrenin ve dünyanın yaratılışı; hayatın anlam ve amacı gibi mantıksal çözümü olmayan sorular;*
- 2. Dramatik tecrübeler, doğal felâketler, ölüm gibi hayatın zorlayıcı ve olumsuz görünen yönleri;*
- 3. Haksızlık, adaletsizlik, başarısızlık, fakirlik gibi bireysel ya da toplumsal engellenme ve mahrumiyet şekilleri;*

⁵⁶ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 160.

⁵⁷ İlhan Topuz, “Yaşamın Anlamı ve Din: Gençler Üzerinde Bir Araştırma”, *İslam Medeniyetleri Araştırma Dergisi*, c. 1, sy. 4 (2016), s. 555.

4. *Şuur, yaratıcılık, estetik ve mistik tecrübeler gibi bilimin henüz açıklayamadığı tabii süreçler;*

5. *Zihinsel boyutta ele alınan kimlik problemleri ve hayat felsefesi.*”⁵⁸

İki bin yıldan daha uzun bir süredir, tek tanrılı dinler, bireylerin temeldeki güvensizliklerine çözüm olmuş, ruhsal ve bedensel sağlığının korunmasında önemli bir araç haline gelmiştir. Dinlerin asıl amacı bu olmasa bile, din, birçok açıdan mükemmel bir psikoterapi rolü oynamaktadır. İlahi dinler, dünya ve insan yaşamının Tanrı'nın emirlerinin ve planının parçası olduğu ilkesine dayanan, kapsamlı bir anlam şeması sunmaktadır.⁵⁹

İnsan karşılaştığı zorluklarla başa çıkmada anlam arar. Clifford Geertz'e göre anlam ve din konusunda üç tür tecrübe insana anlamı sorgulamaya ve aramaya yönlendirir. Bunlar; Hüsrân (bafflement), acı çekme (suffering), kötülük/şer (evil)dir.

“Hüsrân, hiçbir açıklama şeklinin onu izaha yetmediği alışılmamış veya dramatik olaylar neticesinde yaşanan bir tecrübedir. Din, aksi takdirde açıklanamayan durumlara nihai bir cevap verir. Acı da ise, din insanlara ızdırap ve acıdan kaçınmak yerine acı ve ızdırabı kabul edip katlanılabilir bir hale getirir. Yaşamda bir amaç varsa yaşanan acıda da bir amaç vardır. Din, anlamlı bir bağlama yerleştirmek suretiyle anlaşılabilirliği eylem biçimleri oluşturarak acı çekmenin üstesinden gelmeye çalışır. Çünkü anlamak, onu kabul etmeyi ve ona katılmayı gerektirir. Anlamı tehdit eden üçüncü tip tecrübe, kötülüktür. Dünya da karşılaşılan eşitsizlik ve adaletsizliklere ahlaki bir anlam yüklemeye ve bu gibi şeylerin sadece görünür durumlar olduğunu, eğer daha geniş bir açıdan bakılırsa, bir anlam örüntüsüne elverişli olduklarını göstermeye çalışır. Elbette ki bu konuda bilinen en yaygın kanaat, bu dünyadaki adaletsizliklerin ahirette mutlak karşılığını bulacağı şeklindedir. Din farkına vardırarak, genellikle ölüm, dramatik durumlar ve doğal felaketleri dünyanın temel karakteristiklerinden olmadığını ve böylece onları anlamlı olabilecekleri daha geniş bir gerçeklik

⁵⁸ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisine Giriş*, ss. 40-46.

⁵⁹ Seda Muz, *Bilişsel Terapi ve Dini Başaçıkma*, ss. 131-32.

alanına atfederek hüsrân, acı çekme ve kötülük problemlerinin üstesinden gelir."⁶⁰

İnançlar, değerler, düşünceler ve ortak fiiller olarak tanımlayabileceğimiz dinler, dinen inanan bireylere, bireysel ve toplumsal hayatlarını düzenleyen ahlâki kurallar sunmaktadır. Bu açıdan dinlerin, inanç ve pratiklerle olumlu ve beklenen davranışlar arasında bağlantılı olduğu görülmektedir. Özetle dinler teklif ettiği inanç ve ibadetlerle, talep ettiği ahlâki tutum ve davranışlarla mensuplarını kendi belirlediği modele göre yetiştirmek ister. Aslında bu tavır, olumlu bir toplumsallaşma yaşayan bireylerin, kendileriyle ve çevreleriyle barışık olması amacına yöneliktir.⁶¹

"Buna göre dinden doğru şekilde en fazla istifade edenler;

- 1. İmanlarını destekleyen daha geniş bir toplumsal bağlamın parçası olanlar,*
- 2. Dinî amaçlarına uygun araçları kullananlar,*
- 3. Mevcut probleme yeni bir şekil veren dinî değerlendirme ve çözümleri seçenler,*
- 4. Dinî inanç, uygulama ve motivasyonlarını birbirine ahenkli bir şekilde harmanlayanlardır.*

Dindar bireyin dine bakış açısı, yorumlama şekli önemlidir. Bazı durumlarda dindarlık anlam kazandırmak yerine, anlamsızlığa da kaynaklık edebilmektedir. Patolojik (hasta) dindarlık adı altında değerlendirilen dini etkileşimde, bireyin dine yaklaşımı anormaldir. Yani, hastalık yapıcı etkiler, dini yapının kendisinden çok, dindarın dine bakış açısından kaynaklanır. Daha net bir ifade ile Tanrı-insan ilişkisine ne tür bir yükleme yaptığı ile ilgilidir. Din-birey etkileşimini ele alan araştırmaları inceledikten sonra, Fraas şu genel değerlendirmeyi yapar: Sağlıklı bir dindarlık, hasta bir kişiliği iyileştirebilir. Hasta bir dindarlık, kişiliği de hasta edebilir. Hasta bir kişilik, hasta dindarlığı kendine çekebilir. Sağlıklı bir kişilik,

⁶⁰ Malcolm B. Hamilton, "Din ve Anlam", *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, çev. A. Vahap Taştan, sy. 9 (2000), s. 530.

⁶¹ Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*, 2. bs., Adana: Karahan Kitapevi, 2013, s. 58.

hasta bir dindarlığı iyileştirebilir. Burada sözü edilen karşılıklı ilişkiyi dindarlık ile anlam tecrübesi bağlamında da değerlendirmek, mümkün görünmektedir.”⁶²

Sonuç olarak hâlihazır literatürden din ve anlam konusunda beş sonuç

çıkarılabilir:

“1-Dinin bazı formları diğerlerinden daha faydalıdır. İçselleştirilmiş, iç güdümlü bir şekilde yönlendirilmiş ve hayatta daha büyük bir anlam olduğuna inanç, Tanrı ile güvenli bir ilişki ve başkalarıyla manevî bir beraberlik duygusu üzerine kurulmuş olan bir din, sağlık ve mutluluk için olumlu imalara sahiptir. Buna karşılık, empoze edilmiş, yaşanmamış, Tanrı ve dünya ile zayıf bir ilişkiyi yansıtan bir din, sağlık ve mutluluk için, en azından kısa vadede, yetersiz bir işarettir.

2-Dinin ihtilaflı formlarının bile yararları ve mahzurları vardır. Mesela fundamentalizm, hem grupların bir türüne yönelik daha fazla önyargıya, hem de daha çok kişisel sağlık ve mutluluğa bağlanmıştır.

3-Herkes dinden aynı faydaları görmez. Dindarlık toplumsal olarak daha marjinal gruplara (mesela, yaşlılar, zenciler, kadınlar, fakirler) ve daha dindarâne bağlanmış kimselere daha faydalıdır.

4-Din, bazı durumlarda diğerlerinden daha faydalı (ve belki de daha zararlı)dır. Dinî inanç ve uygulamaların, insanları kendi kişisel ve toplumsal kaynaklarının sınırlarına iten daha stresli durumlarda (mesela, ölüm) özellikle değerli oldukları görülür.

5-Dinin etkisi, onun, insanların hayatıyla bütünleşme düzeyine bağlıdır.”⁶³

⁶² Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 89.

⁶³ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, ss. 303-4.

4. BAŞA ÇIKMA

Bireysel ve toplumsal yapıdan kaynaklanan sorunların ortak niteliği, çoğu zaman kaygıya neden olmalarıdır. Kaygı, engellenme durumlarında ortaya çıkar ve insanı amacına ulaşmama ihtimali ile tehdit eder. Çok geçmeden bu tehdit, insanda sağlıklı bir gerilime yol açar.⁶⁴

Birey, karşı karşıya bulunduğu engellenme durumları ve bunların doğurduğu gerilimi gidermek zorundadır. Aksi takdirde ruhsal rahatsızlıklara yakalanma riski gittikçe artar. *“Kişi sorunlarla karşılaştıkça, onları bir şekilde çözüme ulaştırmalıdır. Bireyin bu süreç içinde engellenmesi ve kaygı duyması olağandır. Bir sorun tanımı gereği hoş değildir, çünkü amaca ulaşmada engel oluşturur. O halde, kaygı ve engellenme genellikle bir arada bulunurlar. Kaygı, aynı zamanda nahoş bir durumdur. Kaygıyı gidermenin kendisi başlı başına başa çıkılması gereken bir sorundur.”*⁶⁵ Bu başlıkta yaşanan zorlukların sebep olduğu kaygı, güven eksikliği, stres ve kontrol kaybında başa çıkma etkinlikleri ve tarzlarına değinilecektir.

Baş çıkma (coping), bireyin stres oluşturan durumla veya algılanan bir tehdit karşısında yaşanan kaygıyla mücadele sürecidir. Bireyin kaynaklarını zorlayan veya aşan belirli içsel veya dışsal isteklere karşılık vermek için devamlı değişen davranışsal ve zihinsel çabalarıdır. İnsanların olumsuz yaşam olaylarını olumluya çevirebilme yetenekleridir.⁶⁶

“İnsan acı veya yaşamını zorlaştıran olaylarla karşılaştığında anlam kaybına uğrayabilmekte ya da sorgulama nedeniyle hayatın amacı bulanıklaşmaktadır. Acı çekmek ve zarar görme korkusuyla yaşamının kontrolünü kaybetme dürtüsü artmakta, bu da kişinin psiko-sosyal uyumunu ve dengesini zorlayabilmektedir. Başa çıkma, insanların bu zor süreçlerde tutundukları tutum, davranış, duygu ve düşüncelerini içeren, insanların negatif hayat olaylarını pozitif çevirebilme

⁶⁴ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 64.

⁶⁵ Clifford T. Morgan, *Psikolojiye Giriş*, ed. Rükzan Eski Sirel Karakaş, 23. Konya: Eğitim Yayınları, 2019, s. 298.

⁶⁶ Muhammed Kızılgeçit, *Din Psikolojisinin 100'ü*, Ankara: Otto Yayınları, t.y., ss. 86-88.

yetenekleri, yönelimlerini ve süreciyle birlikte pozitif ya da negatif etki eden tüm faktörleri ele alan bir psikolojik kavramdır."⁶⁷

Başta çıkma, bireylerin hayatta karşılaştıkları önemli kişisel problemlerini ve sıkıntılarını anlamaya çalışmak yoluyla karşılamaya çalıştıkları bir sürekli değişim sürecidir. En sade şekliyle başta çıkma zor zamanlarda gösterilen 'anlam arayışı'dır. Bu arayış ve çaba iki şekilde tezahür eder. Birincisi varolan anlamın korunması; ikincisi anlamın korunmasının mümkün olmadığı durumlarda anlamın dönüştürülmesi tarzındadır. Bu süreç, çevreden etkilenen, stresi ve başta çıkma kaynaklarının değerlendirilmesini etkileyen, kişilik yapısına duyarlı, karmaşık ve çok boyutlu bir süreç olduğu gibi hayat boyu gelişen bir süreçtir. Bu nedenle başta çıkma etkinlikleri hayatın içerisinde öğrenilebildiği gibi eğitimle ve terapiler yöntemiyle de kazanılabilir. İnsanın başta çıkma sürecinde, ortaya koyduğu her bir çaba "başta çıkma etkinliği"dir. Bu bazen anlamlandırma gibi bilişsel; öfke duyma gibi duygusal veya gezme, spor yapma, ibadet etme gibi davranışsal olabilir.⁶⁸

"Başta çıkma sürecini değerlendirirken şu hususların göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

1. İnsanlar anlam arar. Anlam arayışı hayatta her şeyin üzerine bina edildiği yol gösterici bir temeldir.

2. Olaylar insanların anlamları çerçevesinde inşa edilir. Bir başka ifadeyle olaylar kendi başlarına stres ve kaygı için yeterli değildir. İnsanların olayı algılama ve inşa etme biçimleri de önemlidir.

3. İnsanlar başta çıkma sürecinde bir yönelim sistemi geliştirir. Bu sistem dünyayı değerlendirme ve sorunlarıyla mücadelede bir genel bakış açısıdır. Bu sistem alışkanlıkları, değerleri, ilişki biçimlerini inançları ve kişiliği kapsar. Bu yönelim sistemi, insanları bazı olaylar karşısında diğerlerinden farklı davranmaya yöneltir.

⁶⁷ Gülüşan Göcen, "Tüp Bebek Tedavisi Almış Kadınların Dinî Başta Çıkma Süreçleri Ve Dinî Yaşantıları Üzerine Nitel Bir Araştırma", *İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 32 (2015), s. 172.

⁶⁸ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 38.

4. İnsanlar yönelimlerini, özel bir başa çıkma etkinliğiyle gösterirler. Çünkü yönelim sistemi, başa çıkma sürecinde biçimlendirme, geliştirme potansiyeline sahip olsa da sıkıntıyla mücadele için yeterli değildir. Örneğin iyimserlik bir yönelim sistemi olarak kabul edilirse, ölümcül bir hastalıkla mücadele eden kişinin hastalığı kabullenmeyi ve kendisine iyileşeceğine dair telkinlerde bulunması ve dua etmesi başa çıkma metotlarıdır.

5. İnsanlar başa çıkmada koruma ve dönüştürme metotları vasıtasıyla anlam ararlar. Koruma başa çıkmada temel bir eğilimdir. Zor ve sıkıntılı zamanlarda insanlar öncelikle var olan anlamı korumaya çalışırlar veya yeniden inşa ve yaratma şeklinde anlamı dönüştürürler.

6. Başa çıkma belli bir kültür içerisinde şekillenir. Kültür insanlara anlam arayışlarında bir temel arka plan sağlar. Başa çıkma sürecinde yapılan pek çok etkinlik aslında kültürün bir parçasıdır.

7. İyi, bir başa çıkmanın anahtarları sonuç ve süreçte yatar. Başa çıkmanın iyi olduğu değerlendirilirken hem sonuç hem de süreç değerlendirilmelidir. Birey, içinde bulunduğu psikolojik duruma göre başa çıkmanın sıralanan bu fonksiyonundan tek tek ya da birlikte faydalanarak sorunlarını çözmeye çalışır.⁶⁹

4.1.Başa Çıkma Türleri

Başa çıkma davranışını iki temel boyutta ele almak mümkündür: Bilinçli başa çıkma ve bilinçsiz başa çıkma. Bilinçli başa çıkma, düşünülerek belirli bir program çerçevesinde hazırlanmıştır ve birey hangi davranışı ne amaçla yaptığının farkındadır. "Otohipnoz tekniği", "kaynağı bulma tekniği" ve "dereceli gevşeme tekniği", bilinçli başa çıkma teknikleri arasında yer alır. Bilinçsiz başa çıkmada davranışlar planlanmamıştır ve kendiliğinden ortaya çıkan tepkilerden oluşur. Temel savunma mekanizmaları; mantığa bürüme, karşıt tepki geliştirme, bastırma, yansıtma, özdeşleşme, yer değiştirme, yüceltme, soyut kavramlara bürünme, hayal dünyasına kaçma, telafi ve inkâr bilinçsiz başa çıkma teknikleri arasında yer alır.⁷⁰

⁶⁹ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, ss. 38-39.

⁷⁰ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, ss. 292-304.

“Bilinçli ve bilinçsiz başa çıkma ile ilgili diğer bir açıklama probleme dayalı ve duygu odaklı başa çıkmadır. Kişi kendisinde stresli durum oluşturan olay ya da durumu değiştirmeye çalışır. Bu çabaya “Probleme dayalı başa çıkma” denir. Kişi stres yaratan durumla ya da olayla ilgili duygularını mevcut stresli durum değiştiremeyecek nitelikte olsa bile hafifletmek için uğraşır ve kendini değiştirmeye çalışır. Buna da “duygu odaklı başa çıkma” denir. Duygu odaklı başa çıkma bilinçsiz başa çıkma yollarındandır. Savunma mekanizmasının, farkında olmadan bilinçsiz olarak kaygıdan kurtulma çabasına verilen isimdir.”⁷¹ Probleme dayalı başa çıkma yönteminde birey, öncelikle problemi tanımlar, probleme alternatif çözümler üretir, ürettiği çözümleri değerlendirerek en uygun çözümü veya çözümleri uygulamaya başlar. Duygu odaklı başa çıkmada ise, kişi bastırma, yansıtma, mantığa bürünme vb. savunma mekanizmalarını kullanarak gerçeği olduğundan farklı algılamaya çalışır.”⁷²

Hangi durumlarda ne tür başa çıkma tarzlarının kullanıldığı ve bunların etkinliği üzerinde yapılan çalışmalarda; insanların problem odaklı ve duygu odaklı başa çıkma tarzlarına başvurmanın farklılaşması, değişikliği mümkün görüp görmedikleri algısına göre ortaya çıktığı, değişiklik mümkünse problem odaklı, eğer durum kabul etmeyi gerektiriyorsa “gerilim azaltma” şeklinde duygu odaklı başa çıkma tarzının kullanıldığı tespit edilmiştir.⁷³

⁷¹ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, s. 301.

⁷² Naci Kula, “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, s. 19,20.

⁷³ Halil Ekşi, *Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, (Doktora Tezi), Bursa: Uludağ Üniversitesi, 2001, s. 23.

5.DİNİ BAŞA ÇIKMA

Dini başa çıkma bireyin yaşamında karşılaştığı problemlerle başa çıkabilmek için dini öğelerden yararlanmasıdır. Birey, stresli bir olay veya durumla karşılaştığında; inancından, dini pratiklerinden ve sosyal ilişkilerden oluşan bir sistemden yararlanır. Bu sistem, stresli olay veya duruma bir tür bilişsel ve davranışsal çözümler üretmeyi sağlamaktadır.⁷⁴ Dini başa çıkma, tehlikede olan veya kaybolan değerleri, dini unsurları ve değerler yoluyla korumaya yönelik bir tepkidir ve asıl gayesi anlamı arttırmaktır.⁷⁵ Din bireylere meydana gelen stresli durumların üstesinden gelinebilmesi için bir araç sağlayarak stresin ve travmatik olayların etkilerini hafifletebilmektedir. Bir dine inanmak negatif yaşam olaylarının (hastalıklar, doğal afetler, ölümler vb.) olumsuz etkilerini azaltmaya yardımcı baş etme stratejisidir.⁷⁶

Dini başa çıkma konusunda yapılan çoğu araştırmada, dinin hayatta çoğu soruna özellikle varoluşsal sorunlara karşı koymada önemli bir rol üstlendiğini göstermiştir. Bütün başa çıkma etkinlikleri dini olmamakla birlikte, özellikle sıkıntılı ve zor durumlarda kalan bireyler eğer dini bir yönelime sahipse, din ile başa çıkma birleşir. Olayla ilgili faktörler başa çıkma sürecinde dinin devreye girmesini etkiler. Bireyin dini başa çıkmaya başvurmasında birey dini bir sistem içerisine ne derece gömülmüş ise başa çıkmada dinin etkisi o yönde olur.⁷⁷

Stresle başa çıkmada dinin yeri ve önemini araştırma konusu yapan, Kenneth Pargament'tir. Pargament, stresle dini açıdan başa çıkmayı "religious coping" (dini başa çıkma) olarak adlandırmaktadır. Ona göre, bir insanın karşılaştığı problemin çözümünde "Din ne ifade ediyor? Nasıl yardımcı oluyor?" türünden sorulara verilecek cevaplar, dini başa çıkma konusunun esaslarını oluşturmaktadır. Din, kişi için dayanılması güç durumlarda en önemli destek kaynağı olabilir. Pargament'e göre başa çıkma mutlaka dini öğeleri içermez, ancak acı tecrübeler kişiyi Tanrı'ya yöneltebilir. Pargament dini başa çıkmayı, kişinin problem ve stresle mücadele sürecinde inancını kullanma yolu olarak tarif eder. Pargament'e göre, eğer insan, yaşananları, bireysel çabalarıyla lehine

⁷⁴ Muhammed Kızılgöçer, *Din Psikolojisinin 100'ü*, s. 88.

⁷⁵ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 56.

⁷⁶ Zafer Cırhinlioğlu, Üzeyir Ok, Fatma Gül Cırhinlioğlu, *Dindarlık, Ruh Sağlığı ve Modernite*, 1. bs., Ankara: Nobel Kitap, 2013, s. 93.

⁷⁷ Kenneth I. Pargament, "Tanrım Bana Yardım Et' Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru", *Tabula Rasa*, çev. Ahmet Albayrak, sy. 9 (2003), ss. 207-23.

değiştiremeyecek veya olayla ilgili kontrolü eline alamayacak olursa dini başa çıkma tutumlarını kullanmaya başlamaktadır. Pargament'e göre dini başa çıkma tutumları, dini olmayan başa çıkma tutumlarına göre, daha başarılı sonuçlar vermektedir. Çünkü din, dini olmayan başa çıkma tutumlarının harekete geçmesine yardımcı olmaktadır. Doğrusu bireyler, dini ve dini olmayan başa çıkma tutumlarını aynı anda kullanmaktadır.⁷⁸

Din, başa çıkma öğelerinin bir parçası, başa çıkmaya yardımcı ve başa çıkmanın bir sonucu olarak faydalı olabilir.⁷⁹

Dinin başa çıkma sürecindeki etkisi ve dolayısıyla ruh sağlığının korunmasındaki rolünü birkaç maddeyle açıklamak gerekirse;

1. Din esenliği azaltan ve üzüntüyü artıran stresin niceliği ve niteliği üzerini de etkili olabilir. Kutsalla kurulan ilişki bireyin gerilimini azaltarak kişiye olumlu duygular aşılar.

2. Dini cemaat (camiye devam edenler, kiliseye gelenler vb.), stresin kötü etkilerinden bireyi koruyabilecek sosyal/manevi destek ağı sağlayabilir. Yalom'un ifadesiyle din kurumsal yapısıyla "sosyal bir birleştiricilik" işlevi görür.⁸⁰

3. Dini bir topluluk içerisinde bulunma, dua etme, ibadetlerini yerine getirme ve dinlenen vaazlar kişileri stresin kötü sonuçlarından koruyabilir. Dini başa çıkma ruh sağlığı bağlamında yapılan araştırmalarda da dinin başa çıkmadaki benzer etkilerini doğrulayan bulgulara ulaşılmıştır.⁸¹

⁷⁸ Kenneth I. Pargament, “‘Tanrım Bana Yardım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, s. 66.

⁷⁹ Seda Muz, *Bilişsel Terapi ve Dini Başa Çıkma*, ss. 134-35.

⁸⁰ Irvin D. Yalom, *Din ve Psikiyatri*, çev. Emre Ağanoğlu, 6.basım İstanbul: Turkuvaz Kitap, 2006, s. 40.

⁸¹ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, ss. 80-81.

5.1. Dini Başa Çıkmanın Unsurları

“Kabullenme, tevekkül, itaat, sabır, alçakgönüllülük, affetme, şükür ve dua dini başa çıkmanın unsurlarıdır. Şöyle ki, herhangi bir problemle karşılaşan bireyin, başına gelenleri imtihan dünyasının bir parçası olarak görüp sabretmesi; çözüm için elinden geleni yaptıktan sonra Allah'a tevekkül etmesi; her insanın hayatta bir takım sıkıntılarla karşılaşabileceğinin ve hiç kimsenin böyle bir durumdan uzak olmadığı bilincinde olarak alçakgönüllü davranması; başına gelenleri, hayat şartlarını ve başkaları tarafından kendisine yapılanları mazur görebilmesi, affetmesi; başkalarının durumuyla kendi durumunu karşılaştırarak haline şükredebilmesi; problemleri çözemediği durumlarda Allah'a yönelerek yalvarması ve ondan yardım dilemesi dini başa çıkmanın önemli unsurlarındandır. Bu unsurlar içerisinde belki de en belirgin olanı, Allah'a yönelerek O'ndan yardım istemenin somut ifadesi olan duadır.”⁸²

Dua dini başa çıkmanın başladığı an olarak kabul edilir.⁸³ Dua, evrensel bir niteliğe sahiptir. Her toplumun, kültür ve medeniyetin, kendine özel dua şekil ve merasimleri söz konusudur. Araştırmalara göre, mutlak akılcı, dine ilgisiz agnostik ve hatta ateist bireyler bile, beklenmedik durumlarda duaya başvurmaktadır. Bu gerçekten hareketle duanın inanma ihtiyacı veya kendini adama ihtiyacı gibi fitri bir ihtiyaç olduğu kabul edilmektedir. Çalışmamızda dini başa çıkma unsurlarından dua ve şükürün depremzedelerle görüşmelerimizde zorluklarla başa çıkmada ön plana çıktığını gözlemledik. Bu iki ögeye kısaca değineceğiz.

“Özellikle William James gibi pek çok psikoloğa göre dua dinin “özü ve ruhudur”. Dua, dini başa çıkma sürecinde başvuru olan tek dini uygulama olmamakla birlikte, zor durumda kalan insanların sıkıntılarından kurtulmak için öncelikle ve sıklıkla başvurdukları bir dini etkinliktir. Hangi durumda olursa olsun, içten yaşanan bir dua tecrübesi, çoğu zaman tatmin, emniyet, kabul görme duygusu gibi olumlu ve yapıcı etkilerle sonuçlanır. Dua insandaki şiddetli, kaygı ve öfke duygularını azaltarak insanın psiko-sosyal uyumunu arttırmaktadır.”⁸⁴

⁸² Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 42.

⁸³ İlhan Topuz, *Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, s. 70.

⁸⁴ Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, s. 158.

Sıkıntılı, bunalımlı ve gergin bir durumda ise duanın etkisi, “yatışma ve rahatlama” şeklinde kendini gösterir. Hastalık, başarısızlık, felaket gibi insanı tehdit eden durumlar ve tehlikeler, insanın sinirlerini bozar, moralini sarsar, cesaretini kırar. Böylesi durumlar tıpkı karanlıkta korkular içinde bulunan çocuğun yanında kendisini koruyacak bir büyüğü olduğunu bildiği zaman oluşan güven ve cesaretin artması gibi dua edenin durumu da, dua ile güven duygusunun oluşmasına dönüşür.”⁸⁵

Fakat dua, bireyin yalnızca tanrıdan bir şeyleri istemesi ve kendi çabasını yok sayması değildir. Yani dua etmek ile birey kendi sorumluluklarından uzaklaşmış değildir. Duanın yanı sıra birey çaba göstermelidir. Örneğin birey bir sınav için elinden gelen her şeyi yapıp sınava hazırlanmalıdır. Sınavın stresini azaltmasına yardımcı olarak ve emeklerinin sonucu için dua etmelidir. Dua kişiye, varılacak bir hedefin seçiminde ve kişinin bir imtihana iyice hazırlanma amacını güçlendirmede rehberlik edebilir.⁸⁶

“Toparlayacak olursak dini başa çıkmada duanın üç önemli psikolojik faydası vardır:

1- Problemlerini kelimelerle ifade etmeye imkân verir. Problemin karışık ve belirsizlikten kurtulmasına yardım eder.

2- Dua kişiye yükünün paylaşıldığı, yalnız olmadığı duygusunu verir. En çaresiz ve ümitsiz durumlarda her şeyi duyan, her şeyi bilen ve gücü yeten bir kudrete inanmak, sığınmak ve güvenmek o kişiye sakinlik ve huzur verir. Güven duygusunun gelişmesine ve korkularını yenmesine yardımcı olur.

3- Çaresiz kişi pasiftir, bir şey yapmamaktadır. Dua ederek böylece “yapmak” konusunda bir adım atmış olur.”⁸⁷

⁸⁵ Naci Kula, “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, s. 246.

⁸⁶ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 301.

⁸⁷ Nevzat Tarhan, “Stres ve İnanç”, *Kur’an Mesajı İlmi Araştırmalar Dergisi*, sy. 3 (1998), s. 51.

Çalışmamıza katılan bireylerde gözlemlediğimiz önemli unsurlardan bir diğeri şükürdür. “Kişinin kendisine bahşedilen değerleri itiraf etme isteği” olarak tanımlanan şükran duygusu. “*Daha çok dini referanslı olan ve kişinin bizatihi hayatın kendisini bir armağan olarak gördüğü şükür hali, güncel hayatta herhangi bir fedakârlık veya hediye ile karşılaşan kişinin hissettiği takdir duygusundan daha deruni ve manevi bir tecrübedir. Böyle bir duyguya kişi sadece hayatta her şey yolunda gittiğinde, hediyeler aldığı, mutlu haberler öğrendiği, başarı gösterdiği zamanlarda sahip olmaz; aynı zamanda herhangi olumsuz bir durumla karşılaştığında da aynı duyguyu sergileyebilir. Bireyin beklemediği ve arzu etmediği olumsuz olay ve durumlarla karşılaştığında gösterdiği şükür hali, kişiye başına gelen olumsuzluğun getirdiği stres, kaygı, anlamsızlık ve huzursuzluk duygularıyla başa çıkmasında yararlı olabilmektedir. Kişi böyle bir şükür duygusunu, genellikle kendi olumsuz durumundan daha kötü durumda olanların olabileceğini düşündüğü veya olduğunu gördüğü zamanlarda hisseder.*”⁸⁸

Dua ve şükür depremzedelerde gözlemlenen en belirgin unsurlar olmuştur. Dua ile birey umudunu canlı tutmuş, yaşanan olumsuzluklara karşı dayanma gücü bulmuştur. Şükürde ise depremzede kendisinden daha zor durumda olan bireyleri gözlemlemiş kendisinin diğer bireylerden daha iyi olduğu fark ederek zorluklarla mücadele edebilme gücü artmıştır. Bazı durumlarda kişi, hatalarını düzeltmesi amacıyla kendisine verilen şans için Allah’a şükretmiştir.

⁸⁸ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 45.

5.2. Dini Başa Çıkmanın Hedefleri ve Değerlendirilmesi

Dinin ve dini başa çıkma etkinliklerinin zor zamanlarda yerine getireceği beş temel hedefinin olduğunu söylemek mümkündür. Bunlar:

1. Anlam arayışına cevap verme: Bireyin anlam arayışına en uygun cevabı sunabilen din, sıkıntılı ve zor zamanlarda da bireye yapıp ettikleri ve başına gelenleri değerlendirme noktasında bir anlam alanı sunar.

2. Kontrol sağlama: Birey kendi gücünü aşan olaylarla karşılaşır kontrol duygusunu kaybettiğinde, olayların daha üst bir kudret tarafından idare ediliyor olması ona psikolojik bir kontrol hissi sunar.

3. Manevi teselli: Dinin verdiği daha üst bir varlığa bağlanma hissi herhangi bir problemle karşılaşan bireyin manevi teselli ve rahatlama bulmasını sağlar.

4. Samimiyet ve yakınlık hissi: Din, getirdiği inanç esasları ve ibadetlerle bireye Allah'a yakın olma hissini tattırır. Aynı zamanda bireyin başkalarına olan yakınlığını da teşvik eder. Örneğin namaz, oruç ve hac ibadeti bireyin Allah'a karşı görevini yapma hissi ve dolayısıyla O'na yakın olma hissi verirken, ibadetlerle kazanılan bilinç kişinin başkalarını daha iyi anlama ve sosyal ilişkilerinde insanlara karşı daha anlayışlı ve merhametli olmalarını sağlayabilir.

5. Hayatı dönüştürme: Din gerek hayatın normal akışında gerekse zor ve sıkıntılı zamanlarında hayatını dönüştürmek isteyen bireye bu yönde imkânlar sunar. Hayatı dönüştürmenin ötesinde kişinin olgunlaşmasına ve kendini geliştirmesine de katkıda bulunur. Dinin, özellikle mistik anlayışlarının kişiye kazandırdığı başa gelenlere sabır, problemleri çözme ve daha huzurlu bir hayat için her an bir öncesinden daha fazla gayret konusunda sunduğu motivasyon, kişinin kendini geliştirmesi ve gerçekleştirilmesi sürecini destekler.⁸⁹

⁸⁹ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 49.

Başa çıkma, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları bazı önemli kişisel ihtiyaç ve taleplerini anlamaya çalışmak yoluyla karşılamaya çalıştıkları sürekli değişim süreci olarak görünür. Başa çıkmayı anlamada elimizde üç anahtar vardır:

“Birincisi, başa çıkmayı, kişinin otomatik olarak tepki gösterdiği bazı olaylardan ziyade kişi için önemli olan bazı olaylar, durumlar ve problemler üzerine odaklanır.

İkincisi, başa çıkma hem bilişsel hem de davranışsaldır. Yani bireyler yaşamlarında karşılaştıkları olayları hem anlamaya hem de çözmeye çalışırlar.

Üçüncüsü, başa çıkma, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları belirli bazı ihtiyaçları karşılamak için girdikleri ilişki süreçleri ve değişimlerle sıkı bir şekilde ilişkilidir.”⁹⁰

“Dini başa çıkma değerlendirmesine yönelik iki paradigmaya dayalı iki model vardır. Bunlardan birincisi sonuç odaklı model ikincisi süreç yönetimi ile ilgili modeldir. Sonuca göre değerlendirme modelinde herhangi bir başa çıkma aktivitesinin sonucu olumlu ise o başa çıkma etkili ve faydalı olarak tanımlanabilir. Sürece göre değerlendirme modelinde ise başa çıkma sürecinin çeşitli parçaları ile örneğin kişinin probleme yüklediği anlam, problemi çözme amacı ve çözüm yöntemlerinin soruna uygun olup olmaması arasındaki uyum derecelerine bakar. Bu sebeple dini başa çıkmada sürece göre değerlendirme modeli daha önemlidir.”⁹¹ Sürece göre değerlendirme modelinin dini başa çıkmada ön plana çıkmasının sebebi dinin her bireyde farklı şekillerde anlam, algı ve tasavvur edilmesi ve farklı yorumlanması sonucundan kaynaklanır. Bu noktada dini başa çıkma çalışmalarında tanrı algısı, kişilik özellikleri ve sosyal çevre önemli rol oynar. Çünkü süreç bunlar çerçevesinde şekillenir. Örneğin aynı zorlukları yaşamış olan bireylerden biri yaşanan zorlukları tanrının cezası olarak değerlendirirken diğer bir birey tanrının lütfu ya da bağışlanması için bir yol olarak görebilir.

⁹⁰ Kenneth I. Pargament, “‘Tanrım Bana Yardım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, s. 210.

⁹¹ Sema Karagöz, “Yaşam Olayları Ve Olumlu Dini Başa Çıkma”, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 10, sy. 23 (2013), s. 265.

“Problem çözme veya başa çıkma sürecinin din ile etkileşimini ele alan bulguları bir araya getirildiğinde, din ile başa çıkma arasında üç boyutlu bir ilişkiden söz edilebilir.

a) Din, başa çıkma sürecinin bir parçası olabilir: İnsan hayatında pek çok olay, çoğu zaman dini bir içeriğe sahiptir veya dini bir anlam yüklenmiştir. Evlenme, doğum, boşanma, cenaze, ihtida, mistik tecrübe, dini cemaat ile ilişkiler vb. bireysel ve toplumsal olaylar, büyük ölçüde din ile ilişkilidir. Bu ilişkiler çerçevesinde ortaya çıkan değişme ve gelişmeler, aynı zamanda dini kabulleri de gündeme getirir. Anlama ve sorun çözme noktasında din, doğal olarak devreye girer ve sorunları yüce mercilere havale etmede, insana yardımcı olur. Özellikle dramatik ve trajik tecrübeler karşısında dinsel yorumlama ve telafileri son derece olumlu neticelere yol açabilir.

b) Din, başa çıkma sürecine yardımcı olabilir. Din, başa çıkma sürecini farklı tarzlarda şekillendirme gücüne sahiptir. Ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme veya onları ruh sağlığını koruyacak tarzda kabullenme noktasında din, başa çıkma sürecine destek ve yardımcı olur. Din insana, olayların nedeni hakkında tatmin edici açıklamalar sunar. Bir kısım araştırmalar, dindarların karşılaştıkları olayları daha çok Tanrı'ya, Onun irade ve kudretine bağladıklarını ortaya koymuştur. Diğer taraftan din, sıkıntılarla ve acı tecrübelerle başa çıkma sürecinde, sahip olduğu telafi mekanizmaları ile tartışılmaz gücünü ve üstünlüğünü ortaya koyar. Din, problemleri çözmede olduğu kadar bunalımlı dönemlerde de en büyük destek unsuru olabilir.

c) Din başa çıkma sürecini bir ürünü olabilir. Acı tecrübeleri insanı dini bağlılıklara yöneltebilir. Bulgulara göre, acı ve sıkıntı gibi tecrübelerin Tanrı'ya yönelişte önemli katkıları söz konusudur.”⁹²

⁹² Kenneth I. Pargament, “‘Tanrım Bana Yardım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, s. 214.

5.3. Dini Başa Çıkmayı Etkileyen Faktörler

Yaş, ırk, sosyo-ekonomik durum, cinsiyet, eğitim, kişilik, zihinsel/ruhsal sağlık, dini yönelim ve yaşanan problemin türü bireyin dini başa çıkma sürecini biçimlendiren faktörlerdir. Bu bölümde dini başa çıkmayı etkileyen faktörlerden bireyin dini yönelim ve tanrı algısının dini başa çıkma üzerindeki etkisini inceleyeceğiz.

Dini diğer fenomenlerden ayıran şey, kutsala bağlılıktır. *“Bir kimseyi, hayatında kutsal bir hedef arayıp bulduğunda veya bir şekilde kutsalla bağlantılı bir yola girdiğinde, dindar olarak kabul ederiz.”*⁹³ Kendini dindar olarak tanımlayan her bireyin yaşanan zorluklara karşı verdiği tepki aynı değildir. Bu farklılık bireyin yaşananlara anlam yüklemesindeki farklılıkları, tanrı algısı ve dini yönelim ile ilgilidir. Birey karşılaştığı olayları önceki bölümlerde açıkladığımız yükleme/atfetme ve anlam ile açılar. Dindarlığın türünün ve dini yönelimin dini başa çıkmayı etkilediği tespit edilmiştir. Bu bölümde dini yönelim tarzları ele alınacaktır.

*“Dini yönelim; bireyin dini inanç ve değerlerini yaşama biçimi olarak tanımlanır. Bu konuda en belirgin kavramsallaştırmayı yapan Gordon Allport, dini yönelimi içsel ve dışsal dini yönelim olmak üzere ikiye ayırmıştır. İçsel dini yönelimli bireyler için din, yaşamlarında diğer şeylerden daha önceliklidir. Dini inanç uygulama ve değerlere sıkı sıkıya bağlıdırlar. Yaşamlarının diğer alanlarının din ile uyumlu olmasına önem verirler. Din onlar için bir amaçtır. Dışsal dini yönelimde din bir amaç değil bir takım amaçlara ulaşmak için araçtır. Bu amaçlar genellikle sosyal ve faydacı dışsal değerler odaklıdır. Dışsal dini yönelim kişinin kendinden vazgeçmeden kendi üzerinden Tanrı'ya dönmesi iken içsel dini yönelim bireyin sadece Tanrı'ya dönmesidir.”*⁹⁴

⁹³ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 282.

⁹⁴ Gordon W. Allport, *Birey ve Dini*, 3.Basm Ankara: Elis Yayınları, 2016, s. 13.

“Allport ve Ross’a göre içsel dini yönelime sahip olarak adlandırılan bireyler dini inançlarına bütünüyle bağlı olarak tanımlanır ve dinin etkisi yaşamlarının tüm yönlerinde görülebilir. Diğer bir ifadeyle bu tür dini yönelime sahip olan bireyler için din bütün yaşama anlam veren bir değerler sistemidir ve kişi dinine göre günlük yaşamını sürdürme eğilimindedir. Daha az önem taşıyan diğer ihtiyaçlar mümkün olduğu kadar dini inanç ve adetlerle uyumlu hale getirilmeye çalışılır. Bu dini yönelime sahip olan bireyler benimsedikleri inançları içselleştirmeye çalışırlar ve kendini feda edecek tarzda dini inanç ve değerlere bağlıdırlar. İçsel olarak dindar olan kişi için kuvvetli kişisel inançlar önem taşıırken dinin sosyal kazanç yönü önemli değildir. Allport içsel dindarlığın birleştirici ve bütünleştirici, hoşgörülü, olgun ve önyargısız olma ile pozitif ilişki taşıdığını ileri sürmüştür. Diğer taraftan dışsal yönelimli birey güçlü bir iç gruba üye olma, güvenlik sağlama, kendini doğrulama ve sosyal ilişkiler kurma, sosyal statü, korunma ve teselli elde etme veya ego koruma amaçlarına hizmet etmek için dine yönelmektedir. Dindar olma güdüsü sosyal, araçsal ve faydacı olan dışsal değerlere ve inançlara dayanan dışsal dini yönelime sahip kişiler dini, dini olmayan amaçlarına ulaşmak için araç olarak kullanmaktadırlar. Diğer bir ifadeyle dışsal dini yönelime sahip olan bireyler benimsedikleri inancı önemsiz kabul ettikleri için bu kişilerin kendine hizmet eden amaçlar için dinlerini kullandıkları söylenmektedir.”⁹⁵

Araştırmalar içsel dini yönelimin başa çıkmanın manevi formlarıyla ilişkili olduğu, dolayısıyla içsel yönelime sahip olanların kendini geliştirmeden ziyade manevi amaçlara daha fazla önem verdiğini ortaya koymuştur. İçsel dini yönelime sahip olanlar, problemin çözümünde Allah'ın rehberliğini ve yönlendirmesini arama gibi manevi temelli başa çıkma etkinlikleri geliştirmişlerdir. Dışsal yönelime sahipler ise, dine daha çok kendi kişisel gelişimleri için önem vermiştir. Bu kişilerin, kendilerini kınama düzeyleri ve sorumluluğu üzerine alma eğitimleri düşüktür. Allah'ın onların yararına olaylara müdahale etmesini isteme eğilimi fazladır.⁹⁶

⁹⁵ Fatma Gül Cirhinlioğlu, “Dini Yönelimler ve Önyargı”, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, c. 7, sy. 1 (2010), ss. 1369-70.

⁹⁶ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 75.

Pargament, içsel yönelimli dindar olarak değerlendirilen; dini ilke ve pratikleri hayatında daha çok içselleştirmiş insanların, dini başa çıkmayı daha çok kullandıklarını tespit etmiştir. Pargament tarafından yapılan başka bir araştırmada, içsel yönelimli bir din anlayışına sahip olan insanların dinin ruhi fonksiyonları tarafından daha çok güdülenirken, dışsal yönelimli bir din anlayışına sahip kişilerin de dinin problem çözme fonksiyonu üzerinde daha çok durdukları anlaşılmıştır.⁹⁷

5.4. Tanrı Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma Tarzları

Tanrı tasavvuru, bireyin Tanrı'yı nasıl algıladığı ve anlamlandığı ile ilgilidir. Bireyin zihninde oluşturduğu Tanrı imgesidir. Tanrı tasavvuru, bireyin Tanrı'ya yönelik tüm atıfları, duygu ve düşünceleridir. Birey sahip olduğu tanrı tasavvuru sayesinde başa çıkmada kaybettiği kontrol ve güven duygusunu kazanmaya çalışır.

Pargament ve Derosa tarafından yapılan bilişsel anlamdaki bir çalışmaya göre, sorumluluk ve kontrole ilişkin üç tip Tanrı tasavvuru belirlenmiştir.⁹⁸ Bu üç tasavvur kişinin Tanrıyla ilişkisinin temelini oluşturan iki önemli boyuta dayanmaktadır. Birincisi, problem sürecindeki sorumluluk seviyesi; ikincisi ise, problem çözüm sürecindeki aktiflik boyutudur.⁹⁹ Bunları şu şekilde açıklayabiliriz:

1. Kişisel Yönelimli Eğilim: Bu yaklaşıma sahip bireylerde düşük tanrısal-yüksek bireysel kontrol öne çıkar. Problemlerle karşılaşan birey Allah'tan hiçbir yardım beklemeden problemi kendi kişisel imkânlarıyla çözmeye çalışır. Karşılaştığı problemin kendi başına üstesinden gelmeye çalışır; çözüm için tanrısal gücün yardımına ihtiyaç olmaksızın aktif bir tavır alır.

⁹⁷ Kenneth I. Pargament, “‘Tanrım Bana Yardım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, ss. 221-23.

⁹⁸ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 286; Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 63.

⁹⁹ Sema Karagöz, *Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dini Başa Çıkma*, (Yüksek Lisans Tezi Tezi), Yök: Marmara Üniversitesi, 2010, ss. 55-56.

2. Erteleyici/Kararı Başkasına Bırakan Eğilim: Bu yaklaşıma sahip bireylerde yüksek tanrısal-düşük bireysel kontrol öne çıkar. Birey hiçbir şey yapmadan Tanrı'nın duruma müdahale etmesini bekler. Çözümlerin kaynağı Allah olup birey bu durumda tamamen pasif konumdadır.

3. İşbirlikçi Eğilim: Bu yaklaşıma sahip bireylerde yüksek tanrısal- yüksek bireysel kontrol öne çıkar. Bireyin Allah ile işbirliği yaparak problemleri çözme eğilimi sergilemesidir. Birey problemi çözmek için bireysel çaba harcamakta olup birey ve Tanrı problemin çözümünde ortak olarak çalışandır.¹⁰⁰

“Kişisel yönelimli dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı ve daha büyük bir kişisel kontrol duygusu ile bağlantılıdır. Psikologlar tarafından dinin bir formu olarak sıkça eleştirilen erteleyici dinî başa çıkma, daha düşük öz saygı, şans tarafından daha yüksek bir kontrol duygusu, daha düşük kişisel kontrol, daha zayıf problem çözme becerisi ve insanlar arasındaki farklılıklar için daha büyük bir hoşgörüsüzlükle bağlantılıdır. Buna karşılık, bireyle Tanrı arasında etkin bir alışveriş tarzını içeren işbirlikçi dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı, daha yüksek bir kişisel kontrol duygusu ve şans tarafından daha düşük bir kontrol duygusuyla ilişkilidir. Kısacası, ruh sağlığı için dinî başa çıkmanın içerimleri, kendi ilahî güç kavramlarını insanî girişimle bütünleştiren insanların kendine has tarzına dayanır.”¹⁰¹

¹⁰⁰ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 63.

¹⁰¹ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, s. 286.

5.5. Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma

Kişinin dindarlık tarzı ve dinî başa çıkma stratejisi, yaşam kalitesine yönelik algısını ve hayattan memnuniyet düzeyini farklılaştırabilmektedir. Pargament, Smith, Koenig ve Perez dinî başa çıkma metotlarını olumlu ve olumsuz örüntüler olarak belirlemişlerdir.

Olumlu dinî başa çıkma yöntemlerinden oluşan örüntünün, Tanrı ile güvenli bir ilişkiden, bir maneviyat duygusundan, hayatta bir anlam bulunduğu inancından ve diğer bireylerle manevî bir bağlanma duygusundan kaynaklanır. Olumlu dinî başa çıkma metotları altı başlıkta toplanır; dini yakınlaşma, Allah'a yönelme, hayra yorma, dini dönüşüm, dini yalvarma, dini istikamet arayışıdır.

“Olumsuz dinî başa çıkma metotlarından oluşan örüntü, genel bir dinî yönelimden meydana gelir, yani bizzat gerilim ve karmaşada Tanrı ile zayıf bir ilişki, yüzeysel ve uğursuz bir dünya görüşü ve anlam arayışında dinî bir çabayla belirlenir.”¹⁰² Olumsuz dinî başa çıkma metotları üç başlıkta toplanır; manevi hoşnutsuzluk, kişilerarası dini hoşnutsuzluk ve şerre yorma olumsuz dini başa çıkma türünü içerir.”¹⁰³ Olumlu dini başa çıkma metotları olumsuz dini başa çıkma metotlarından daha olumlu sonuçlar vermektedir.

Olumlu dini başa çıkma yöntemlerine başvuran bireylerde içsel yönelimli dini anlayış, olumsuz dini başa çıkma yöntemine başvuran bireylerde dışsal yönelimli dini anlayış daha çok gözlemlenmiştir. Çalışmamızda depremzedelere Ali Ayten'in düzenlediği anket uygulanmış ve başa çıkma tarzları olumlu ve olumsuz olarak ikiye ayrılmıştır.

Sonuç olarak başa çıkmanın teorik çatısının, hayatlarında problemlerle yüz yüze gelen insanlar için bazı pratik içerikleri vardır. Bununla birlikte yemek tarifleri vermez. Gerçekte bu kuram, özel problemlere hazır cevaplar ve genel yaklaşımlar vermenin çoğunlukla etkisiz olacağını ortaya koyar. İnsanlar son derece bireysel tarzlarda bir işin üstesinden gelir. Farklı dini değerler, başa çıkma eylemleri ve kaynaklar farklı zamanlarda farklı olaylarla karşılaşan, farklı insanlarda, farklı etkiler elde etmek için

¹⁰² Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, ss. 248-87.

¹⁰³ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 152.

ortaya çıkarlar.¹⁰⁴ Bu sebeple zorluklara karşı başa çıkmada herkesi kapsayan tek bir yöntem ya da çözüm mümkün görünmemektedir.

¹⁰⁴ Kenneth I. Pargament, “‘Tanrım Bana Yardım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, s. 231.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

1. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bir araştırmanın yöntemi o araştırmada problemi çözmek için takip edilecek yol ve üslubu belirtir. Bir diğer ifadeyle araştırmanın yöntemi, araştırmada bilinmeyen bulup meydana çıkarmak veya bilineni başkalarına ispat etmek için düşünceleri iyi bir şekilde sıralama kullanma sanatıdır.¹⁰⁵ Deprem ve dini başa çıkma ilişkisinin incelendiği araştırmamızda depremde bireylerin karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma sürecinde dini etkiler ve yöntemleri araştırmak için nitel bir araştırma modeli olan yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ve nicel araştırma yöntemi olan anket kullanılmıştır.

“Nitel araştırma, disiplinler arası bütüncül bir bakış açısını esas alarak, araştırma problemini yorumlayıcı bir yaklaşımla incelemeyi benimseyen bir yöntemdir. Üzerinde araştırma yapılan olgu ve olaylar kendi bağlamında ele alınarak, insanların onlara yükledikleri anlamlar açısından yorumlanır.¹⁰⁶ Nitel veri analizinin amacı, incelenen sosyal gerçekliğin derinliklerinde bekleyen gizil bilgiyi gün yüzüne çıkartmaktır. Bu süreçte araştırmacı kendi öznelliğini işe koşmakta ve incelediği sosyal gerçeklikle dolaysız bir etkileşim içerisine girmektedir. Bu etkileşim sürecinde birden fazla veri toplama tekniği işe koşulmakta ve veri sepetinde toplanan benzer özelliklere sahip bilgiler kendi içerisinde kategorilere ayrılmaktadır. Bu süreçte kategoriler isimlendirilmekte ve belirli bir temaya dayalı olarak örgütlenmektedir.”¹⁰⁷

Nitel araştırmayı, “gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama tekniklerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma” olarak tanımlamak mümkündür.¹⁰⁸ “Görüşme tekniği, araştırmaya katılan bireylerin belli bir konuda duygu ve düşüncelerini anlatma etkinliği olarak tanımlanmaktadır. Görüşmenin temel amacı bireyin iç dünyasına girerek onun bakış açısını anlamaya çalışmaktır.

¹⁰⁵ Ali Ayten, *Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, 2004, s. 53.

¹⁰⁶ Zeki Karataş, “Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri”, *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, c. 1, sy. 1 (2015), s. 63.

¹⁰⁷ Murat Özdemir, “Nitel Veri Analizi: Sosyal Bilimlerde Yöntembilim Sorunsalı Üzerine Bir Çalışma”, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, c. 11, sy. 1 (t.y.), s. 339.

¹⁰⁸ Hasan Şimşek, Ali Yıldırım, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, 11. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2018, s. 39.

Görüşme yoluyla araştırılan konu hakkında bireyin deneyimleri, tutumları, düşünceleri, niyetleri, yorumları, zihinsel algıları ve tepkileri gibi gözlenemeyen bilgilere ulaşılması umut edilir. ¹⁰⁹

Araştırmamızda depremzedelerin yaşanan zorlukları anlama, yükleme ve başa çıkma sürecindeki dini etkiyi iyi şekilde anlayabilmek, daha detaylı ve zengin veriler elde edebilmek adına araştırmacının önceden hazırlamış olduğu sorulara görüşmenin gidişatına göre sorular ekleyebilir ya da yan sorularla görüşmenin sürecine etki edebilir olan yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın bulguları, yarı yapılandırılmış görüşme ve gözlem notlarından derlenmiş olan verilerin içerik analizi ve betimsel analiz ile çözümlenmesiyle değerlendirilmiştir. Nicel araştırma yöntemi olan anket verilerini araştırmanın nitel verilerini desteklemek amacıyla kullanılmıştır.

2. ARAŞTIRMA MODELİ

Deprem ve dini başa çıkmayı odak noktası alan araştırmamızda disiplinler arası çalışmalarda kullanılan çalışmamız için daha güvenilir bilgi elde etmemizi sağladığına karar verdiğimiz görüşme yöntemi belirlenmiştir. Görüşme yöntemi ile bireylerin kullandığı kelimelerden jest ve mimikleri gözlemlenmiştir. Görüşme yapılan bireylerin düşüncelerinin daha iyi anlaşılması için aynı soru farklı şekillerde ifade edilmiştir.

Kasım-Aralık 2019 tarihlerinde deprem yaşamış bireyler ile 12 soruluk bir görüşme yapılmıştır. Görüşme soruları Ali Köse ve Talip Küçükcan'ın Marmara depremini konu alan "*Deprem ve Din*" kitabından ve Ümmüşerif Gülmez'in Marmara depremini yaşayan bireyler üzerine hazırladığı "*Deprem Felaketi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumları*" isimli yüksek lisans tezinden örnek sorular alınarak tez çalışmamızdaki danışman hocalarımızdan Ahmet Albayrak* ile soru kalıpları hazırlanmıştır. Araştırmanın yapılacağı toplum konusunda bilgi sahibi olan Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi hocası Erhan Şen ile soruların son şekli düzenlenmiştir. Ayrıca çalışmanın güvenilirliğini açısından deprem ve dini başa çıkma konusunda olumlu

*Tez çalışmamızın konu belirlenmesi, yöntem ve soruların hazırlanma aşamasında danışmanım olan hocamız tezimizin ilerleyen zamanlarında emekliye ayrıldı. Tez çalışmasına M. Naci Kula hocamız ile devam edildi.

¹⁰⁹ Zeki Karataş, "Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri", s. 71.

ve olumsuz dini başa çıkma örneklemelerinin belirlenmesi için görüşme yapılan bireylere Ali Ayten'in düzenlediği¹¹⁰ dini başa çıkma ölçeğinin anket soruları uygulanmıştır. Görüşmede elde edilen veriler ve bireyin ankette cevapladığı sorular karşılaştırılmış ve başa çıkma etkinliği olumlu ve olumsuz başa çıkma olarak iki gruba ayrılmıştır. Araştırmamız görüşme ve anket sonucu elde edilen verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuya sunulması, verilerin önceden belirlenen temalara göre sınıflandırılan, özetlenen ve yorumlanan bulgular arasında neden-sonuç ilişkisi kurulan ve gerekli kısımlarda olgular arasında karşılaştırmalar yapılan betimsel analiz yolu ile açıklanmıştır.

Görüşme yapılan bireyler Yüzüncü Yıl Üniversitesi öğretim üyeleri, bölgedeki dernekler, kamu kuruluşları aracılığıyla kartopu modeli** ile belirlenmiştir.

3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmanın amacına uygun olarak şu veri toplama araçları kullanılmıştır:

1. Kişisel bilgi formu (ek 1)
2. Yarı yapılandırılmış görüşme soruları (ek 2)
3. Dini başa çıkma anketi (ek 3)

3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu form ile kişilerin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim seviyesi, depresyon etkileniş tarzları ile ilgili bilgiler toplanmıştır.

¹¹⁰ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, ss. 151-52.

** *"Kartopu Örneklem Yöntemi: İlk aşamada evrende yer alan bir birey rastgele olarak seçilir. Bu birey birinci birimdir. Bu bireye aynı evren tanımında yer alan bir tanıdığı sorulur. Var ise bu bireye ulaşılır. Bu süreç istenilen örneklem hacmine ulaşıncaya kadar sürdürülür. Belirli bir örneklem çerçevesi belirlenemediği, örneklem için önceden yeterli sayıda denek bulunamadığı durumlarda, ulaşılan her denegin, yeni denekler bulunması için bir kaynak olarak kullanılmasıdır."*

3.2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Soruları

Sorular Ali Köse ve Talip Küçükcan'ın Deprem ve Din adlı çalışmalarından ve Ümmüşerif Gülmez'in çalışmasından örnek alınarak hazırlanmış. Toplumsal özellikler dikkate alınarak yeni sorular eklenmiştir. Görüşmeler ortalama 60-90 dakika sürmüştür.

3.3. Anket Soruları

İlk olarak Halil Ekşi'nin doktora tezinde Türkçeye uyarladığı dini başa çıkma ölçeği soruları, Ali Ayten'in Tanrıya Sığınmak Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma adlı çalışmasından alınmıştır. Anket soruları ölçekli sorulardır. Fakat çalışmamızda betimsel analiz yapılması planlandığı için ölçekli şekli ile kullanılmamıştır. Anket uygulaması görüşme yapılan bireylerle görüşmenin ardından bire bir sorularak gerektiği yerde uygun bir şekilde açıklanarak depremzede bireylerin cevaplamasına imkân sağlanmıştır. Anketin içeriği aşağıdaki gibidir.

“Ankette, katılımcılara, dini başa çıkma etkinliklerini ne sıklıkla yaptıkları/yapmadıkları sorulmuştur. Her soruda her zaman, çoğu zaman, bazen, nadiren ve hiçbir zaman olarak beş seçenek yer almıştır. Puanlamada olumludan olumsuz doğru sırasıyla 1, 2, 3, 4, 5 değerlerinde puanlar verilmiştir. Her bir soru için ayrı aritmetik ortalamalar hesaplanmış ve analizler bu ortalamalara göre yapılmıştır.”¹¹¹ Çalışmamızın temel yöntemi yarı yapılandırılmış görüşme sorularıdır. Anket verileri yalnızca nitel araştırmamızın verilerini desteklemek için uygulanmıştır.

¹¹¹ Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 32.

4.Olumlu Dini Başa Çıkma

***“Allah'a Yönelme Boyutu (8 ifade):** Kendisini zor durumda bırakan herhangi bir sorunla karşılaşan bireyin ‘günahları için tövbe etmesi, Allah'tan af dilemesi, daha az günah işlemeye çalışması, Allah'a daha yakın olmaya gayret etmesi, ibadetlere yönelmesi, doğru yoldan ayrılmamak için dua etmesi’ gibi eğilimlerini kapsamaktadır.*

***Hayra Yorma Boyutu (5 ifade):** Hayatta herhangi bir sorunla karşılaşan kişinin 'başına gelenleri Allah'ın imtihanı olarak görmesi, sabrın sonu selamettir demesi, hayra yorması ve başına gelenlerin kendisini olgunlaştıracağını düşünmesi' gibi tutumlarını içerir.*

***Dini Yalvarma Boyutu (3 ifade):** Herhangi bir sorunla karşılaşan kişinin ‘her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarması, sorunlarını halletmesi için Allah'a dua etmesi veya Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele etmesi’ gibi eğilimlerinden oluşur.*

***Dini Yakınlaşma Boyutu (4 ifade):** Kişinin bir sorunla karşılaştığında ‘arkadaş ve yakınlarından kendisi için dua istemesi, din görevlileriyle konuşması, manevi bir gücün bir parçası olduğunu düşünmesi ve sadaka dağıtması’ gibi eğilimlerini içerir.*

***Dini Dönüşüm Boyutu (3 ifade):** Bireyin başına gelenlerden etkilenerek ‘gittiği yolun yanlış olduğunu düşünüp yeni bir yol arayışına girmesi, dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışması ve başına gelenleri Allah'ın kimseye vermemesini dilemesi’ gibi eğilimlerini kapsar.”¹¹²*

¹¹² Ali Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak*, s. 30.

5. Olumsuz Dini Başa Çıkma

“Manevi Hoşnutsuzluk Boyutu (3 ifade): Herhangi bir sorunla karşılaşan kişinin ‘Allah’ın sevgisinden şüphe duyması, Allah’ın kendisini terk ettiğini düşünmesi ve dualarının kabul olmadığını düşünerek Allah’a kızması’ gibi duygu ve düşüncelerinden oluşur.

Şerre Yorma Boyutu (2 ifade): Kişinin ‘yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğini sorgulayarak ve Allah’ın kendisini cezalandırdığını düşünerek’ başına gelenleri şerre yormasına dair düşüncelerinden oluşur.

Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk Boyutu (3 ifade): Kişinin problemlerle karşılaştığı zamanlarda ‘din adamları ve dindarlardan uzaklaşmalı, din kardeşlerinin kendisine manevi destek sağlamadığını düşünmesi’ gibi niteliklerin bütünüdür.”¹¹³

6. ARAŞTIRMA EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmamızın evreni Van depreminden en çok etkilenen Van Merkez ve Erciş ilçesidir. AFAD’ın verilerine göre 23 Ekim 2011 Van depreminde; Van Merkezde 6 konut, Erciş’te 81 konut, köylerde 2250 konut yıkılmıştır. 09 Kasım 2011 yaşanan ikinci depremde ise; Van merkezde 25 konut yıkılmıştır. 23 Ekim 2011 depreminde Van merkezde 61 ölü 22 enkaz altından yaralı, merkeze bağlı köylerde 66 ölü, Erciş’te 477 ölü ve 230 yaralı birey çıkarılmıştır. 09 Kasım 2011 depreminde Van merkezden 40 ölü, 30 yaralı çıkarılmıştır. Van depremlerinde toplam 644 ölü, 282 enkazdan canlı birey ve 1966 toplam yaralı birey vardır.

Deprem ve dini başa çıkma ilişkisini konu alan araştırmamızın evrenini 2011 Van depremlerini yaşayan farklı yaş ve meslek gruplarından 54 birey oluşturmaktadır. Görüşmeler deprem üstü bölgelerinde Van İl Merkezinde 5 kişi, depremden en çok etkilenen ve örneklem sayısı daha çok olan Erciş ilçesinde ise 50 kişi ile görüşme yapılmıştır. 4 bireyin sorulara çelişkili, belirsiz cevaplar verdiği gözlemlenmiş ve çalışmanın güvenilirliği açısından araştırmaya dâhil edilmemiştir.

¹¹³ Ali Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s. 31.

6.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Özellikleri

Deprem ve dini başa çıkma konulu araştırmamız Kasım- Aralık 2019 tarihinde 2011 Van depremini yaşayan 54 birey ile görüşme yapılmıştır. Bunlardan 50 birey çalışmaya dâhil edilmiştir. Görüşme yapılan 50 bireyin demografik özellikleri ve depremden etkileniş biçimleri aşağıda verilmiştir.

6.1.1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Demografik Özellikleri

Cinsiyet	Sayı (N)	Yüzde (%)
Kadın	21	42
Erkek	29	58
Toplam	50	100

Tablo 1. Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyete göre dağılımı

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan bireylerden 21 kişi yani %42'si kadın, 29 kişi yani %58 erkekten oluşuyor. Araştırmanın sağlıklı sonuçlar verebilmesi için cinsiyetlerin dağılımının orantılı olmasına dikkat edilmeye çalışıldı. Fakat depremzede bireylerden özellikle kadınlar yaşanan zorlukları dile getirmekten çekindikleri için araştırmaya katılan bireylerde erkek örneklem sayısının çokluğu söz konusu oldu. Araştırmamıza katılan depremzedelerden özellikle erkeklerin konuşmaya daha açık olduğu gözlemlenmiştir.

Yaş Grupları	Sayı (N)	Yüzde (%)
23-25	5	10
26-35	15	30
36-45	17	34
46-55	10	20
56-65 ve üzeri	3	6
Toplam	50	100

Tablo 2. Araştırmaya katılan bireylerin yaş gruplarına göre dağılımı

Tablo 2'ye göre genç yaş olarak adlandırabileceğimiz 23-35 yaş arası bireyler 20 kişidir. Bu da çalışmada %40'ı oluşturuyor. Orta yaş 17 kişi çalışmamızda %34'lük oluşturuyor. 46-55 yaş aralığında 10 kişi %20'lik kısmı kapsıyor. Son olarak 56-65 ve üzeri yaş grubu 3 kişi yani %6'lık bir alanı kapsıyor. Buna göre çalışmanın çoğunluğunu 23-35 yaş grubu oluşturuyor. Depremi algılayış biçimi ve yaşanan olayı daha kolay ifade edebilmeleri için yaş grubunu 23+ yaş seçildi.

Medeni Hal	Sayı (N)	Yüzde (%)
Evli	37	74
Bekâr	8	16
Dul	5	10
Toplam	50	100

Tablo 3. Araştırmaya katılan bireylerin medeni duruma göre dağılımı

Çalışmamıza katılan bireylerden 37 kişi %74'ü evlidir. 8 kişi %16 bekâr ve 5 kişi %10 duldur. Dul bireylerden 4 kişi eşini depremde kaybetmiştir.

Eğitim Durumu	Sayı (N)	Yüzde (%)
Okuma Yazması Olmayan	2	4
İlkokul- Ortaokul	15	30
Lise	17	34
Üniversite	14	28
Lisansüstü	2	4
Toplam	50	100

Tablo 4. Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumlarına göre dağılımı

Tablo 4'e göre çalışmaya katılan depremzedelerden 2 kişi %4'lük kısım okuma yazma bilmiyor. Okuma yazması olmayan bireylere anket soruları okunmuş ve cevaplarına göre işaretlenmiştir. İlkokul-ortaokul mezunu 15 kişi %30'u, lise mezunu 17 kişi %34'ü, üniversite mezunu 14 kişi %28'i, lisansüstü 2 kişi %4'ü oluşturmaktadır. Nüfusun çoğunluğunun temsil edilmesi için araştırmaya katılan bireylerin eğitim seviyelerinin farklı olmasına dikkat edildi.

Meslek	Sayı (N)	Yüzde (%)
Ev Hanımı	14	28
Esnaf	13	26
Öğretmen	4	8
Memur	4	8
Diğer	15	30
Toplam	50	100

Tablo 5. Araştırmaya katılan bireylerin mesleklere göre dağılımı

Tablo 5'e göre araştırmaya katılan bireylerden 14 kişi %28'i ev hanımı, 13 kişi %26'sı esnaf, 4 kişi %8 öğretmen, 4 kişi %8'i memur, 15 kişi %30'u avukat, serbest meslek, sözleşmeli çalışanları da içeren diğer meslek gruplarından oluşuyor. Sağlıklı verilere ulaşabilmek için örneklemin çeşitli meslek gruplarına mensup depremzedelerden oluşmasına özen gösterildi.

6.1.2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Depremden Etkileniş Biçimleri

Çalışmamıza katılan depremzedelerin depremden etkileniş biçimleri aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Depremden Etkileniş Biçimleri	Sayı (N)	Yüzde (%)
Maddi Kayıp Yaşamış	2	4
Yakınları Vefat Eden	18	36
Kendisi Enkaz Altında Kalan ve Yakınları Vefat Eden	4	8
Evi Hasarlı, Yakınları Yaralı veya Vefat Eden	21	42
Diğer	5	10
Toplam	50	100

Tablo 6. Araştırmaya katılan bireylerin depremden etkileniş biçimleri

Tablo 6'ya göre depremde maddi kayıp yaşayan bireyler 2 kişi (%4)'dir. (Maddi kayıp yaşayan iki bireyden biri özel eğitim kurumu sahibi olan ve depremde ciddi maddi hasara uğrayan bir depremzededir. Diğer birey ise depremde yakınları vefat etmiş, işletmesindeki makinaları enkaz altında kalmış, ciddi maddi hasara uğramıştır.) Yakınları vefat eden bireyler 18 kişi (%36), enkaz altında kalan ve yakınları vefat eden 4 kişi (%8), evi ciddi hasar gören yakınları yaralanan veya vefat eden bireyler 21 kişi (%42) dir. Depremde evi az hasarlı, yakınlarında vefat eden olmayan bireyler 5 kişi %10'luk kısmı oluşturuyor.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
BULGULAR VE YORUMLAR

BULGULAR VE YORUMLAR

Çalışmamız, doğal afetler sonucu karşılaşılan zorluklarla başa çıkma konusunda dini inanç ve ritüellerin yerini, önemini konu edinmektedir. Araştırmamızda 2011 Van depremlerini yaşayan bireylerin depremin sebep olduğu stres, travma ve travma sonrası stres bozukluklarıyla başa çıkma, anlamlandırma ve yükleme faaliyetlerindeki dini etki incelenmiştir.

Bu bölümde araştırmada ulaşılan bilgilerin anlaşılır olabilmesi için araştırma sonucunda elde edilen veriler belirli bir düzen içerisinde verilecektir. Verilerin incelenmesi ve yorumlanmasında araştırma hipotezleri ve araştırma modeli çerçevesinde yapılacaktır. Öncelikle araştırmaya katılan bireylerin depremi algılama ve açıklama biçimleri daha sonra yaşanan zorluklarla olumlu ve olumsuz dini başa çıkma tutumları verilecektir.

1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERİN DEPREMİ ALGILAMA VE AÇIKLAMA TARZLARI

Depremi Açıklama Tarzları	Sayı (N)	Yüzde (%)
Allah'ın Takdiri	11	22
Uyarı	7	14
Ceza	8	16
İmtihan	17	34
Kader	3	6
Doğa Olayı	4	8
Toplam	50	100

Tablo 7. Depremzede bireylerin depremi açıklama tarzları

Depremi nasıl açıkladınız sorusuna araştırmaya katılan bireylerden 11 kişi (%22) Allah'ın takdiridir, 7 kişi (%14) Allah'ın insanları davranışlarını uyarı biçimidir, 8 kişi (%16) insanların Allah'ın istemediği davranışlarda bulunmaları sonucunda verilen bir ceza olarak, 17 kişi (%34) depremi insanlar için bir sınav-ımtihan olarak adlandırdı.

Depremi insanın kaderinde olan şeyin yaşanması olarak gören bireyler 3 kişi (%6), depremi doğal sebeplerden ötürü olduğunu ifade eden bireyler 4(%8)'dür. Depremi doğal bir olay olarak adlandıran bireyler daha öncede depremin bu bölgede olduğunu olası bir depremin her zaman söz konusu olduğunu insanlar gerekli tedbirleri almadıkları için bu kadar kayıp yaşandığı ifade etti.

1.1.Deprem Allah'ın Takdiridir

Bireylerin yaşananları anlamlandırma ve yükleme tarzlarındaki farklılıklar dini başa çıkma tarzlarını belirliyor. Bu sebeple depremi anlamlandırma ve yükleme tarzları çalışmamızda kilit bir noktayı oluşturuyor. Buna göre araştırmaya katılan depremzede bireylerin 11'i (%22) depremi Allah'ın takdiri olarak adlandırdı. Burada bireyler Allah'ın takdiri ile kastettikleri şeyin depremin doğal bir olay olduğunu ama bunun o zamanda ve yerde olmasının Allah'ın iradesi olduğu ifade edildi. Aynı zamanda depremi Allah'ın takdiri olarak gören bireyler depremde ağır yaralar alınmasının asıl sebebinin insanların ihmalkâr davranışları olduğunu eğer sağlam yapılar ve önlemler alınsaydı bu derece kötü sonuçlar olmayacağına inandıklarını ifade ettiler. Araştırmada depremi Allah'ın takdiri olarak adlandıran bireyler görüşmeler esnasında depremin olmasında coğrafi etkenlerin etkili olduğu fakat fay hattını harekete geçiren ögenin Allah'ın iradesi olduğuna inandıklarını ifade ettiler. Allah'ın takdiri olarak adlandıran bireylere "*Allah'ın depremin Van da olmasını takdir etmesinin bir sebebi var mı?*" Sorusu sorulduğunda Allah'ın insanların yanlışlarına karşılık bazı insanlar için uyarı niteliğinde, bazı insanlar içinde imtihan olduğunu ifade ettiler. Bunun yanı sıra depremin coğrafi özelliklerden kaynaklanan bir durum olduğunun ve özel bir sebebinin bulunmadığını söyleyen bireyler de oldu.

Depremde göçük altında kalan 43 yaşında yatılı okul öğretmeni Cem Bey deprem için;

“Deprem takdir-i ilahidir derim ama ihmal boyutu gözden kaçırılmaz. Ben coğrafya öğretmeniyim yani bilimsel sebepleri göz ardı etmem. Burada büyük bir ihmal var depremden önce bile o yapıların sağlam olmadığı konuşuluyordu. Tamam, takdir-i ilahi ama insanlar yapıların hakkını verselerdi çok daha farklı olurdu. O binalar yıkılmazdı. Depremde ben göçük altında kaldım. Yanımda bir mühendis arkadaş vardı o vefat etti. Bir arkadaşımın oğlu vefat etti psikolojisi bozuldu. “Oğlum teyzesinin yanına gitmeseydi hayatta olurdu.” dedi Ben buna inanmıyorum, ölüm Allah’ın emri benim yanımdaki arkadaşlarım öldü. Ben hayatta kaldım. Allah takdir etseydi bende ölürdüm. Yani depremin olma sebebi fay hattı ama o fay hattını harekete geçiren irade Allah’tır. Depremde bu kadar çok ölümün olmasının sebebi insanların gereken önlemleri almamış olmalarıdır. Eğer biz sağlam binalar yapsaydık bu kadar kayıp yaşanmayabilirdi. Mesela Japonya her yıl deprem oluyor ama ölümler az sebebi temkinli davrandıkları için. Birde deprem kimimiz için malı, evladı, canı ile imtihan özelliği taşıyordu.”

1.2. Deprem Allah’ın İnsanları Uyarma Şeklidir

Depremi Allah tarafından insanların yaptıkları hatalar ya da işledikleri günahları tövbe etmeleri için uyarı olarak ifade eden bireyler araştırmamızda 7 kişi (%14) olarak saptanmıştır.

1999 Marmara depremini ve Van depremini yaşayan, kardeşini depremde kaybeden Şaban bey deprem için:

“Ben gölcük depremini de yaşadım. O sıralar inşaatlarda çalışıyordum. Bir depremde gözümün önünde 7 katlı bina kâğıt gibi devrildi. İnsan bir şey yapamıyor. Deprem daha önce Gölcük’te oldu şimdi de Van’da oldu Allah bizi depremle uyarıyor. Biz insanlar bu uyarıları görmek istemiyoruz. Ben depremden sonra daha çok ibadet ettim.

Deprem Allah'tan bir uyarıydı. Çok sıkıntılı davranışları olan bir yerdi Erciş. Depremde bu bölgede çok iyi bir şekilde bilinmeyen bir otel vardı, o otel ters döndü yerle bir oldu. Ama insanlar yine de depremden ders çıkarmadı, kötülük yapmaya devam ettiler. Kardeşimin ölümü Allah'tan gelen bir şeydi. İnsan bir şey diyemiyor isyankâr olamıyorsun, kuldan gelse kan davası olur ama Allah'tan gelen şeye razı oluyorsun. Allah bizleri uyarıyor sabretmeliyim diyorsun. ”

Depremde evi hasar gören ailesinden 7 kişiyi kaybeden 53 yaşındaki Hilal Hanım, depremi Allah'ın uyarısı olarak adlandırıyor.

“Deprem Allah'ın uyarısıydı. Depremden önce lüks vardı insanlar evlerine eşyalarına çok önem veriyorlardı. En iyisi en güzeli olsun diye çabalıyorlardı. Allah depremle bizi uyardı onların değerlerinin olmadığını bize gösterdi. Ama depremden bir yıl sonra herkes yine eski haline döndü lükse gösterişe daldı.”

Depremi uyarı olarak adlandıran bireyler özellikle insanların ahlaki açıdan çok kötü bir duruma gittiklerine, bu yüzden Allah'ın onları davranışlarını düzeltmeleri için uyarısına dikkat çekiyorlar. Depremi uyarı olarak gören bireyler kendi davranışlarında, ibadetlerinde ve maneviyatlarında depremden önceki yaşantılarına göre daha dikkatli olduklarını ifade ettiler.

1.3. Deprem Allah'ın İnsanları Cezalandırma Şeklidir

Depremi insanların yaptığı taşkınca davranışlara karşı ceza olarak adlandıran bireyler 8 kişi' (% 16)dir. Allah'ın insanlara hatalarının karşılığı ceza olarak depremi verdi diyen bireyler özellikle toplumda faiz, kumar ve zinanın artışından insanların riyakârca davranmasından, zenginlerin gösteriş yapıp yoksulları gözetmemelerinden ötürü Allah'ın depremle onları cezalandırdığını ifade ettiler.

Depremde eşini, amcasını ve kuzenlerini kaybeden 3 çocuk annesi Nagehan Hanım depremi ceza olarak nitelendiriyor.

“Deprem Allah'ın cezasıydı. Çünkü Erciş halkı çok haksızlık yapıyordu. Ben depremden sonra çok sıkıntı çektim. Toplumsal baskı, kendilerini dindar olarak tanımlayan güya dini kurallara davranışlara dikkat eden aile bireylerinin baskısı bu

düşüncemi kuvvetlendirdi. Erciş'in ortamı çok bozulmuştu. Depremden sonra daha da kötü oldu. Ölenler iyi insanlardı. Depremde çok isyan ettim, çok ağladım. Ama bir yönden sevindim güya dindar olan insanların yetiştirdiği eşim bana sadakatsizmiş, öldükten sonra öğrendim. O da onun cezasıydı demek ki."

Nagehan Hanım toplumsal baskı ve algının kendisini çok yıpratmıştı bu yüzden depremden önceki zamanda daha dindar bir bireyken depremden sonra dindar bireylerin tavırlarını gördükçe dinden ve ibadetlerden uzaklaştığını ifade ediyor. Bu noktada dikkat çeken durum bireylerin hatalarına Allah'ın gazabı ile cezalandırılacağı yüklemesi yapılmasıdır. Birey, çevresindeki insanların olumsuz davranışlarının sonuçlarını Allah'ın gazabı ve öfkesi ile açıklıyor. Depremi Allah'ın cezası olarak ifade eden bireyler dini anlamda olumlu bir değişim yaşamamışlardır yani ibadet, maneviyat ya da dini dönüşüm olmadığını ifade etmişlerdir.

Depremde maddi hasara uğrayan çocukları rahatsızlanan Faruk Bey depremi ve deprem gibi felaketleri Allah'ın manevi bir tokadı olarak gördüğünü ifade etti. Bu tokattan gerekli dersi alan bireyler, dine dönüş yapıp ibadet edenlerin olduğu gibi, tam tersi tutum ve davranışlarda bulunan bireylerin de olduğunu kendisinin ise herhangi bir değişim yaşamadığını belirtti.

Depremi ceza olarak ifade eden bireyler depremi ibadetlerde, maneviyatta bir dönüşüm, farklılık yaşamamışlardır. Fakat uyarı olarak ifade eden bireyler depremden sonra ibadet, maneviyat gibi dini dönüşümler yaşamışlardır. Çalışmamızda olumsuz dini başa çıkma sergileyen bireylerin çoğunluğunun depremi ceza olarak algılayan ve açıklayan bireyler olduğu gözlemlenmiştir.

1.4. Deprem Allah'ın İnsanları İmtihanıdır

Depremi bireylerin Allah'a bağlılıklarını, ibadetlerini ve davranışlarını düzenlemeleri ya da hakkı ile yerine getirmeleri gerektiğini düşünen bireyler, depremi depremzedeler için bir imtihan olarak açıkladılar. Depremi imtihan olarak açıklayan bireyler 17 kişi' (%34)dir. Deprem için imtihandır diyen bireyler dünya hayatının insanlar için sınav olduğunu ve yaşanan zorlukların öylesine değil bir amacının olduğunu, bunun farkındalığının Allah tarafından deprem ile oluşturulduğunu ifade ettiler. Depremi imtihan olarak tanımlayan bireyler araştırmamızdaki en yüksek oranı oluşturuyor. Depremi imtihan olarak algılayan ve açıklayan bireyler dini başa çıkmada olumlu dini başa çıkma örneklemelerinin çoğunluğunu oluşturuyor.

Depremi imtihan olarak açıklayan 33 saat göçük altında kalan ve bir bacağını kaybeden, kuzeni vefat eden, evi hasarlı olan 36 yaşındaki Malik Bey şu açıklamayı yapıyor:

“Deprem olduğu gün benim nişanım olacaktı. Kaldırımında yürüyordum sonra birden deprem oldu. Karşı kaldırımındaki bina çöktü. O anki basınçla ben bir aracın arasına sıkıştım. Her yer karanlıktı elimi bir yere uzattım bir kız çocuğunun saçına denk geldi. Telefonla 200 kişiye mesaj attım. Sadece bir kişiye ulaşmış mesajım. O an dua ettim Allah'ım sen kabir azabından koru dedim. 33 saat enkaz altında kaldım, sonra kurtarıldım. Uzun bir tedavi süreci geçirdim. Ankara'da hastanede bacağımın birini kestiler. Ben teslimiyet gösterdim hiç isyan etmedim. Nişanımın olacağı aile kızlarını benimle evlendirmekten vazgeçtiler.

Deprem sonrasında isyan ve kader dediğim iki farklı düşüncem oldu. İsyanim insanların yaptığı yanlış davranışlara karşıydı. Sağlam yapılmayan yapılar insanlara mezar oldu. Kader ise Allah'ın depremi başımıza vermesiydi ben depremde bacağımı kaybettim bu Allah'ın kaderiydi tevekkül ettim ama isyanım Allah'a değil kulun yaptığı hatalı davranışlaraydı.

Depremden önce zengin olup insanlara selam bile vermeyenler depremde mallarını, ailelerini kaybettiler. Önde gelen bir ailelerden biri kaldırımında depremde sonra çiğ köfte sattı. Yani deprem bize neyin önemli neyin değersiz olduğunu gösterdi. Depremden önce çalışan, kazanmayı amaçlayan, daha fazlası olsun diyen biriydim. Ama şimdi kazandığım için insanların iyiliğine ne yapabilirim diye düşünüyorum, planlarımı ona göre yapıyorum. Deprem bizim için bir imtihandı. Sabretmek için, ibadet için, Allah'ın verdiği nimetler için bir sınavdı.

Depremde sol ayağım kitabını okuyordum sol ayağım gitti (sol ayağı depremde sonra ampüte oldu). Deprem esnasında manevi olarak çok şey kazandım. Allah'a hep rabbim sen iyi ki bu imtihanla sınavın diyorum çünkü biz çabuk unutuyoruz deprem bizim için bir imtihandı.”

Depremi imtihan olarak açıklayan bireyler kendilerini ve çevrelerini gözlemlemişler ve özeleştiride bulunmuşlardır. Allah ile olumlu işbirlikçi bir yaklaşım sergilemişlerdir.

1.5 Deprem Allah'ın Kaderidir

Depremi Allah'ın bilgisi dâhilinde insanın kaçınamayacağı bir şey olduğunu ifade eden bireyler 3 kişi (%6) dır. Depremde kuzenini kaybeden Bedri Bey “ *Biz kötülük yaptık ondan deprem oldu gibi söylemlere inanmıyorum. Allah'ın kaderiydi. Kaderde vardı eceli gelmiş, ölmüş orası yıkılmasın başka bir yerde ölecekti.*” Bedri örneğinde de görüldüğü gibi depremi kader olarak açıklayan bireyler çok iyi yapılarda dahi olsalar yaşanacak kaderin dışına çıkamayacaklarına inandıklarını ifade etmişlerdir. Depremi kader olarak açıklayan bireylerde insan çaba ve iradesini geri plana attıkları gözlemlenmiştir. İnsan ne yaparsa yapsın hiçbir şeyi değiştiremeyeceğine dikkat çekmişlerdir.

1.6 Deprem Doğa Olayıdır

Depremi jeolojik bir olay olarak açıklayan bireyler dini yükleme ve açıklamalardan kaçınmışlardır. Yaşanan durumun bilimsel bir gerçeklik olduğunu insanların bunun ile yaşamayı ve bilimsel önlemleri almaları gerektiğine vurgu yapmışlardır. Depremi ceza, imtihan ya da uyarı olarak değil bilinen bir gerçeğe insanların dikkatli davranmadığı için kayıplar yaşandığını belirtmişlerdir. Depremın daha öncede bu coğrafyada olduğunu ülkemizin deprem kuşağında bulunduğunu ve gerekli tedbirlerin alınması gerektiğini vurgulamışlardır.

AFAD çalışanı Ahmet Bey, depremi doğa olayı olarak açıklıyor. *“Bence rabbim her şeye bir bilimsel açıklama getirmiş, yani biz azmıştık da bir şey oldu gibi bir durum yok. Çünkü maddi tedbirler olsaydı daha iyi olurduk. Daha sağlam yapılar yapılıyaydı bunlar olmayabilirdi. Çünkü Allah bize akıl vermiş ve kullanmamızı istiyor. Biz tedbir almalydık.”*

Deprem doğa olayıdır diyen bireyler özellikle Allah'ın insanlara akıl ve irade verdiğini ve bunların dikkatli şekilde kullanılmazsa birçok kayıpla sonuçlanacağını, Japonya gibi sürekli deprem olan bir ülkede bizden daha az kayıpların akıl ve iradeyi kullanarak olduğunu belirtmişlerdir.

2. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLERİN DİNİ BAŞA ÇIKMA TUTUMLAR

Dini başa çıkma etkinliği olumlu ve olumsuz dini başa çıkma olarak ikiye ayrılıyor. Araştırmamıza katılan depremzede bireylere dini başa çıkma anketi uygulandı. Anket verileri SPSS programına aktarıldı. Görüşme notları ve anket sonuçları betimsel analiz yöntemi ile yorumlandı.

2.1.Olumsuz Dini Başa Çıkma

Olumsuz dini başa çıkma etkinliği manevi hoşnutsuzluk, kişiler arası dini hoşnutsuzluk ve şerre yorma alt boyutlarından oluşur.

2.1.1.Manevi Hoşnutsuzluk

Bir problemle karşılaşan bireyin “Allah’ın sevgisinden şüphe duyması, Allah’ın kendisini terk ettiğini düşünmesi ve dualarının kabul olmadığını düşünerek Allah’a kızması” gibi duygu ve düşüncelerinden oluşur. Manevi hoşnutsuzluk alt boyutunda üç ifade vardır. Bunlar; “Allah’ın beni sevip sevmediğini sorgularım, Allah’ın beni terk ettiğini düşünürüm, dualarımı kabul etmediği için Allah’a kızarım” ifadeleridir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	7	14
Çoğu zaman	4	8
Bazen	4	8
Nadiren	5	10
Hiçbir Zaman	30	60
Toplam	50	100

Tablo 8: Allah’ın beni sevip sevmediğini sorgularım.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	4	8
Çoğu zaman	0	0
Bazen	1	2
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	43	86
Toplam	50	100

Tablo 9:Allah'ın beni terk ettiğini düşünürüm.

Depremde Van Merkez de öğrenci olan ailesi Erciş'te yaşayan ve kuzeni vefat eden öğretmen Tansu Hanım, depremi ve yaşananları kabul edemediğini uzun bir süre Allah'a ve yaşanan şeylere isyan ettiğini ifade etti. “ *Depremde Van Merkezdeydim. Erciş'e gidince evimizin yıkılmadığını gördüm. Mahallede bir baba oğlu enkazdan çıkarmışlar ölmüşlerdi. Mahalle aynı mahalleydi ama bizim evimiz sağlam dururken aynı mahalledeki başka insanların evi yıkılmış ölmüşlerdi. Ben bunu kabul etmedim neden neden dedim. O dönem manevi boşluğum vardı hiç kabul etmedim. Yıkılan evlerin penceresini kapısını yaktık biz nasıl bunları yapabiliyoruz dedim ben hayata biraz geç döndüm bir türlü kabullenemedim.*” Tansu Hanım depremden sonra ülkeden ayrılmış bir süre kız kardeşinin yanında kalmış. Bu süreçte sürekli olarak yaşananları sorguladığını kızgınlığının arttığını ifade ediyor. Depremi Allah'ın bir cezası olarak değerlendirmiş. *Depremi ceza olarak gördüm. Ceza kişisel değildi toplumsaldı çünkü biz çocukken Erciş'e gelirdik daha manevi yönden iyiydi ahlaklıydı ama son zamanlarda duyduğumuzda ya da gördüğümüzde burada olmazdı böyle şeyler dediğimiz durumlarla karşılaştık. İnsanlar kötü olmuş ve Allah bunu uygun görmüş diyorsun. Ama şu da var daha öncesinde Çaldıran depremi olmuş burası zaten deprem bölgesi bu da bir gerçek. Ama ben yine diyorum bence deprem bir cezaydı.”*

Tansu Hanım travma sonrası stres bozukluğu yaşamış bir süre tedavi görmüş. *“Sonradan şuna teslim oldum. Başka yerde okuduğumda şunu söylüyordum burası deprem bölgesi olacak, olabilir diyordum. Ama biz olayları yaşadığımızda buna yoramadım depremin Van’da yaşanmasını önceleri felaket, neden benim başıma geldi diye düşündüm. Başlarda kabullenmedim Allah bize ceza verdi neden bizim başımıza geldi dedim. Depremden önce her şeyi bilimle açıklıyordum deprem yaşadıktan sonra yaşananların yalnızca bilimsel açıklamasının yeterli olmadığını gördüm. Evet, bilim açıklıyordu ama bana yaşadığım zorluklarda manevi bir destek sağlamıyordu. Sonraları yaklaşık iki sene sonra evet bu Allah’ın takdiri dedim.*

Tansu Hanım deprem sonrası travma yaşamıştır. Ursuno ve arkadaşlarının travmaya tepki aşamaları ile Tansu Hanım’ın ifadelerinin uyumlu olduğu gözlemlenmiştir. Felaket ilk anında şok yaşamış daha sonra inkâr etmiş ve belirli bir süre sonra yaşananları kabullenmiş ve anlamlandırmıştır.

Depremde yakınıni kaybeden Füsün Hanım, deprem sonrası yaşananları kabul edemediğini, kızgınlığını ifade etti. *“Deprem zamanı bende kalpte ritim bozukluğu oldu. Yakınıni defnedecek kefen bile bulamadık. Birde taziyeye gelenlere şeker veriliyordu. Hayır olsun diye çok saçma. O öldü, ne hayrından bahsediyordunuz?”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	0	0
Çoğu zaman	0	0
Bazen	2	4
Nadiren	3	6
Hiçbir Zaman	45	90
Toplam	50	100

Tablo 10: Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızarım.

Araştırmamıza katılan bireylerin %90'ı olumsuz dini başa çıkma manevi hoşnutsuzluk alt boyutunda “Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızarım.” sorusuna hiçbir zaman cevabını vermiştir. Bu durum bize dini başa çıkmanın başlangıcı kabul edilen duanın kabul edilmediği zaman diliminde dahi Allah'a karşı öfkeye sebep olmadığını işaret ediyor. Allah ile iletişim yolu olan duanın bireylerde önemli olduğunu gösteriyor. Bunun yanı sıra Allah'a kızgınlık ifadesinde dahi bireylerin ümidi kesmediğini işaret ediyor. Görüşmelerde bireyler duasının istediği gibi gerçekleşmesi dahi Allah'ın bilgisi ile en doğrusunun olacağını bilincinde olduğunu ifade etmişlerdir.

2.1.2.Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk

Bireyin problemlerle karşılaştığı zaman diliminde “din adamları ve dindarlardan uzaklaşması, din kardeşlerinin kendisine manevi destek sağlamadığını düşünmesi” gibi niteliklerin bütünüdür.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	8	16
Çoğu zaman	6	12
Bazen	9	18
Nadiren	4	8
Hiçbir Zaman	23	46
Toplam	50	100

Tablo 11: Din adamlarından uzaklaşırım.

Din adamlarından hiçbir zaman uzaklaşmam cevabını veren %46’dır. Din adamlarından uzaklaşırım cevabını her zaman ve çoğu zaman olarak cevaplayan %28’dir. Birey dinin kendisinden çok dini temsil ettiklerini düşündükleri kişi ya da kurumlardan uzaklaşıyor. Din adamlarından uzaklaşırım diyen bireylerin çoğunluğunu erkekler oluşturuyor. Din adamlarından her zaman ve çoğu zaman uzaklaşırım cevabını veren bireyler din adamları ile daha öncesinde de olumsuz gözlemleri ve düşüncelere sahip olduklarını ifade etmişlerdir. Deprem esnasında da kendilerinden bekledikleri doğru davranışları sergilemediklerini, bu yüzden bu düşüncelerinin depremden sonrada devam ettiğini ifade etmişlerdir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	6	12
Çoğu zaman	1	2
Bazen	8	16
Nadiren	5	10
Hiçbir Zaman	30	60
Toplam	50	100

Tablo 12: Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşırım.

Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşırım sorusuna %16'sı her zaman ve çoğu zaman, %60'ı hiçbir zaman cevabını vermiştir. Din adamlarından uzaklaşırım sorusuna %28 her zaman ve çoğu zaman seçeneğini işaretlerken etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşırım sorusuna %14 her zaman ve çoğu zaman cevabının verilmesinin sebebi görüşmelerde açıklanmıştır. Depremde bireyler din adamlarının dini tutum ve davranışlarının diğer bireylerden daha dikkatli ve iyi olması gerektiğini ama onların bunun tam tersi davranışlar sergiledikleri düşündükleri için din adamlarından uzaklaşırken yakınlarındaki bizzat samimiyetlerine şahit oldukları dindar bireylerden uzaklaşmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu kısımda dikkat çeken bir öge de şu olmuştur. Depremde kayıplar yaşayan bireyler gerekli maddi ve manevi desteğin sağlanmadığını düşündükleri için dindar bireylerden ve din adamlarından uzaklaşmışlardır.

Depremde aile binaları yıkılan ailesinden 22 kişi vefat eden İshak Bey “*Depremde buradaydım, ailemden 22 kişi vefat etti. Depremde olan oldu, o Allah'tan geldi. Depremden sonra biz ikinci bir deprem yaşadık devlet bize destek olmadı. Biz Erciş'in yerlilerindeniz. Depremden önce zengindik. Ama sonrasında yardıma muhtaç hale geldik. Allah bize acıların sabrını verdi ama hakkımızı da onlardan alsın. ...*” İshak bey depremden sonra dini ibadetlerine dikkat etmediğini su sözlerle ifade etti. “*Depremden önce namazımdan şaşmazdım deprem geldi devletin başımıza verdiği şeyler derken ben namazı bıraktım. Depremden önce beş vakit namazı camide kılmaya çalışırdım ama şimdi namaz kılmıyorum. İbadetlerde kırgınlık oldu.*”

Depremde eşini amcasını ve iki kuzenini kaybeden Nagehan Hanım, dindar insanlardan uzaklaştığını ifade etti. *“Depremden önce daha dindardım depremden sonra daha az dindar oldum. Sebebi de eşimin ailesi. Onlar hoca, dindar sohbetlere giden kişi olarak biliniyorlar ama yaptıklarıyla söyledikleri birbirlerine uymuyor. Onlar yüzünden dinden uzaklaştım. Hacı-hocalardan soğudum nefret ettirdiler beni.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	6	12
Çoğu zaman	8	16
Bazen	8	16
Nadiren	4	8
Hiçbir Zaman	24	48
Toplam	50	100

Tablo 13: Din kardeşlerimin bana destek olmadığını düşünürüm.

Depremde AFAD görevlisi olan Ahmet Bey deprem için *“Deprem neden Van’da oldu diye düşündüm. Ben Doğubeyazıt, Bingöl depremlerinde çalıştım, yüzlerce afet gördüm. Aynı zamanda su altı dalışı yapıyorum, kurbağa adamım, yani çok ceset gördüm. Çok acı sevinç gördüm ama Van da deprem yaşayacağımız, meslek hayatım boyunca bizim bir deprem göreceğimizi hiç hayal etmedim. Hiçbir zaman afeti ben yaşayacağım çevrem yaşayacak diye hayal etmemiştim düşünmemiştim. Afet başınıza gelmez diye bir şey yoktur. Bence rabbim her şeye bir bilimsel açıklama getirmiş yani biz azmıştık da bir şey oldu gibi bir durum yok çünkü maddi tedbirler olsaydı daha iyi olurduk. Daha sağlam yapılar yapılırdı bunlar olmayabilirdi. Çünkü Allah bize akıl vermiş ve kullanmamızı istiyor. Biz tedbir almalydık. Depremde toplumun birbirine karşı olan yardımlaşma davranışları mükemmeldi ama STK’ler için aynısını söyleyemem. Onların samimi olduklarını düşünmüyorum.”*

Depremde halkın kendi içinde samimi bir yardımlaşma şeklinin olduğunu ifade eden Ahmet Bey, STK ve din temelli yardımlaşma kuruluşlarının riyakâr tavırlarının olduğunu ve bundan da rahatsızlık duyduğunu ifade etti. Ahmet Bey, depremden önce din adamlarına yakın olmamaya dikkat ettiğini depremden sonrada bu tavrının devam ettiğini fakat etrafındaki dindar bireylerin samimiyetlerini gördüğü için depremden öncesinde de sonrasında da onlardan uzaklaşmadığını ifade etti.

Kişiler arası dini hoşnutsuzluk sorularına her zaman ve çoğu zaman olarak cevap veren bireylerin aslında kurumsal yapılara karşı olan olumsuz düşünceleri ağır bastığı gözlemlendi. İshak bey örneğinde olduğu gibi bireyler depremden önceki hayatları ile deprem sonrasındaki hayatlarının zorluklarına sebep olan şeyleri kendi dini davranışlarına mal etmişlerdir. İbadetlerden uzaklaşmak, dindar bireylere ve din adamlarına yakın olmamaya dikkat etmek gibi tutumlar sergilemişlerdir.

Kişiler arası dini hoşnutsuzluk da anket verilerine ek olarak görüşme yapılan bireyler daha çok toplumsal baskı ve toplumdaki bireylerin kendilerini dindar olarak tanımlayıp, söylemlerinin ve davranışlarının uyumlu olmadığını yanlış dini tutum sergilediklerini bunlarında zorlularla başa çıkma sürecini olumsuz etkilediğini belirttiler. Toplumsal baskı yaşadığını ifade eden bireylerin özellikle bekâr ve eşi vefat eden kadınlardan oluştuğu gözlemlenmiştir.

2.1.3.Şerre Yorma

Kişinin “yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğini sorgulayarak ve Allah'ın kendisini cezalandırdığını düşünerek” yaşananları şerre yormasına dair düşüncelerinden oluşur.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	17	34
Çoğu zaman	9	18
Bazen	10	20
Nadiren	4	8
Hiçbir Zaman	10	20
Toplam	50	100

Tablo 14: Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm.

Ankette yöneltilen “yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm” sorusunda katılımcıların %72’si her zaman, çoğu zaman ve bazen yanıtlarını vermiştir. Görüşmeler esnasında depremzede bireyler yaşanan zorluklara sebep bir günahlarının olup olmadığını sorguladıklarını ifade ettiler.

İshak Bey “*Bazen yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşündüm. Depremden sonra neden bizim başımıza geldi diye düşündüm. Düşünüyorum acaba ne yaptım da geldi başımıza diye. İlk zamanlarda şirk olmasın inşallah Allah’ım beni de alsaydın da bu acıyı yaşatmasaydın dedim. Kolumuz kanadımız kırıldı.*”

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	6	12
Çoğu zaman	1	2
Bazen	7	14
Nadiren	4	8
Hiçbir Zaman	32	64
Toplam	50	100

Tablo 15: Allah'ın beni cezalandırdığını düşünürüm.

Ankette yöneltilen “Allah’ın beni cezalandırdığını düşünürüm.” Sorusuna %28’i her zaman, çoğu zaman ve bazen, %8 nadiren, %64 hiçbir zaman cevabını vermiştir

Depremi yaşayan ailesinde vefat edenlerin olduğu 60 yaşındaki Makbule Hanım depremi Allah’ın insanların yaptığı kötü şeylere karşı Allah’ın cezası olarak ifade ediyor. *“Deprem neden başıma geldi diye düşündüm. Deprem bizim yüzümüzün karasıdır. Bu televizyonlar var. Talebeler var, bizim yaptığımız şeyler yüzünden. Depremde Erciş’in en zengini çadırda ekmek aldı. O kadar düşkün hale geldiler. O gün gittim baktım kızlar yav yeter ateş başımıza yağdı utanmıyorlar(kızların ahlaksız davrandıklarından bahsediyor.) Yav dedim Allah sizin belanızı versin. Keşke olmasaydı dedim, Allah’ım keşke olmasaydı başımıza gelmeseydi dedim.”* Makbule hanım depremden sonra kendisinde dini manada olumlu bir değişim olduğunu, umreye gittiğini daha az dünya malına önem verdiğini, ibadetlerine dikkat ettiğini de ifade ediyor.

“Allah’ın beni cezalandırdığını düşünürüm.” Sorusuna bireyler çoğunlukla etraflarındaki bireylerin yanlış tavırlarından ötürü bu cezalandırmanın toplumu etkilediğini vurgulamışlardır. Bunlardan İrfan Bey deprem için *“Deprem Allah’ın takdiridir, kaderdir. Depremin arkasındaki güç jeolojik değildi. Bence Erciş ve Van’da ki sefahatin artışı kötülüklerin alenen yapılması depremin sebebiydi. Bir de bir hadis var: ‘Öyle bir şeyden sakının ki içinizden birine değil umuma sirayet eder.’ Kardeşimin ölümünde bizi mutlu eden tek şey kardeşimin iyi bir yerde (medrese) ölmüş olmasıydı. Biz kardeşimin bize şefaati olacağını düşünüyoruz.”*

İrfan Bey kardeşinin ölümünün ailesi için bir şefaati, mükâfatı olacağına inandıklarını belirtti. Kardeşinin yaptığı kötü bir şey yoktu. Ömrü bitmişti, sebep olarak da deprem olmuştu. Çünkü kardeşinin cesedinin çıkarıldığı binadan 4 gün sonra sağ olarak çıkarılanlar vardı. Kardeşi de onlardan biri olabilirdi ama ömrü bu kadardı.

2.2.OLUMLU DİNİ BAŞA ÇIKMA

Olumlu dini başa çıkma altı alt boyuttan oluşur. Bunlar; “Allah’a yönelme, dini yakınlaşma, hayra yorma, dini yalvarma, dini dönüşüm ve dini istikamet arayışıdır.”

2.2.1. Allah’a Yönelme

Bireyi zor durumda bırakan herhangi bir problemle karşılaşan kişinin günahları için tövbe etmesi, Allah'tan af dilemesi, daha az günah işlemeye çalışması, Allah'a daha yakın olmaya gayret etmesi, ibadetlere yönelmesi, doğru yoldan ayrılmamak için dua etmesi gibi boyutları kapsamaktadır.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	35	70
Çoğu zaman	10	20
Bazen	2	4
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 16: Günahlarım için tövbe ederim.

Ankette bir zorlukla karşılaştığımda günahlarım için tövbe ederim. Sorusuna %80 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde eşini kaybeden Huriye Hanım “Depremden sonra çok dua ettim. İbadet ettim, Allah verdi, Allah alacak diye düşündüm. Böyle olunca daha kolay oldu zorluklar.” Hayriye Hanım deprem esnasında hamileymiş. Eşi depremde çarşındaki kiraathanede göçük altında kalmış. Depremden sonra af dilediğini ibadetlerine daha dikkat ettiğini belirtti.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	41	82
Çoğu zaman	7	14
Bazen	1	2
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 17: Yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af dilerim.

Ankette “Zorluklarla karşılaşınca yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af dilerim.” sorusuna %96 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde 33 saat göçük altında kalan, bir bacağına kaybeden, kuzeni vefat eden ve evi hasar görmüş olan Malik Bey “ *Enkaz altındayken Allah'a dua ettim, kabir azabı aklıma geldi, Allah'ım imanlıysak al canımı dedim.*”

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	36	72
Çoğu zaman	9	18
Bazen	2	4
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 18: Öfkemin ve kızgınlığımın azalması için Allah'tan yardım isterim.

“Öfkemin ve kızgınlığımın azalması için Allah'tan yardım isterim” sorusuna %90 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde kardeşini kaybeden Seçil Hanım: “*Abimin ölümünü önceleri kabul edemiyordum. Neden biz neden bizim başımıza geldi diye düşünüyordum. Annem zaten daha önce iki evladını kaybetmişti, şimdi bir evladını daha kaybetti. Bunları çok sorguladım. Depremden bir ay sonra abimi rüyamda gördüm. Annemle babam abimi hiç rüyalarında görmemişlerdi. Abim hesap vermek çok zor dedi. Sonra rüyamda onun zamanı dolmuştu diye bir ses duydum, o rüyadan sonra dikkat ettim. Önceden daha dünyaya düşkündüm depremden sonra maneviyatım arttı.*”

Dünyalık şeylere önem vermedim. Abimin sayesinde Yasin'i ezberledim dine ilgim arttı.” Seçil Hanım abisinin ölümün kendisi için bir olgunlaşmaya vesile olduğunu ifade etti. Dine karşı depremden önce de dikkatli olduğunu ibadetlerini yerine getirdiğini fakat depremden sonra neyi neden yaptığının idrakine vardığını belirtti.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	26	52
Çoğu zaman	13	26
Bazen	7	14
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	2	4
Toplam	50	100

Tablo 19: Daha az günah işlemeye çalışırım.

Zorluklarla karşılaşınca daha az günah işlemeye çalışırım sorusuna %78'i her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde kardeşini kaybeden maddi hasara uğrayan Kahraman Bey: *“Depremde kendinizi çok çaresiz hissediyorsunuz. Kardeşimi enkazdan üç gün sonra çıkarabildik. Depremden sonra benim maneviyatım arttı. Allah'ı daha çok hatırladım. İbadetlerimde çok önemli bir değişim olmadı. Dünyayı önceden daha boş yaşıyorduk ama şimdi daha iyi dikkatli yaşıyorsun, kaybetme duygusunu biliyorsun, dikkat ediyorsun.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	37	74
Çoğu zaman	10	20
Bazen	1	2
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 20: Allah'a daha yakın olmaya çalışırım.

Zorluklarla karşılaşınca Allah'a daha yakın olmaya çalışırım sorusuna %94 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde çocuğunu kaybeden Kerime Hanım: *“Depremde hem maddi hem de manevi hasara uğradık. Oğlumu kaybettim. Eşim maddi hasara uğradı, kendim de yaralandım. Depremden sonra bende unutkanlık oldu. Bayağı tedavi gördüm, ilaç kullandım. Daha sonraları camiye gittim. Kur'an a başladım sonra daha iyi oldum. Eşim depremden sonra namaz kılmaya başladı. Eşim normalde bir şey olduğunda 'Dua mı? Ne yardımı olacak?' derdi ama biz depremde arayanlara oğlumu bulmak için dua edin dediğimizde eşim hiçbir şey demedi. Eşim depremden çok sonra camilere gitmeye başladı.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	39	78
Çoğu zaman	6	12
Bazen	3	6
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 21: Allah'ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ederim.

“Zorluklarla karşılaştınca Allah’ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ederim” sorusuna %90 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde eşini kaybeden Mahire Hanım: *“Deprem Allah’ın emridir. Depremden önce ibadet ederdim, şimdi de ibadet ediyorum ama ibadetlerim daha da çoğaldı. Depremden önce ahireti pek düşünmezdim ama şimdi daha çok düşünüyorum.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	40	80
Çoğu zaman	6	12
Bazen	3	6
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 22: Allah’ın her an benimle olduğunu hissedirim.

“Zorluklarla karşılaştınca Allah’ın her an benimle olduğunu hissedirim” sorusuna %92 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde 30 saat enkaz altında kalan daha sonra 8 ay Ankara’da tedavi gören Erhan Bey, deprem konusunda şunları ifade ediyor: *“Depremde enkaz altında kaldım. Enkazda 23 kişi öldü, sağ çıkan tek kişi bendim. Enkazdayken aklıma keşke burada (kıraathanede) değil de bir camide enkaz altında kalsaydım dedim. Hayatımın her anı yaptığım tüm şeyler aklıma geldi. O an tek hissettiğim şey çaresizlikti. Depremden sonra çok sorguladım neden dedim neden biz inanan insanlarız Allah bizi seviyorsa neden bu kadar zorluk yaşıyoruz diye sorguladım. Bu sorgulamalar sonraki zamanda inkâra dönüştü. Depremden sonraki beş yıl ben öfkeliydim. Depremden sonra cevap aradım, zihnime cevapların tam oturması beş yılımı aldı. Depremden sonraki beşinci yılda evet dedim benim o gün daha önce hiç gitmediğim o binaya gitmem, bunları yaşamam kaderimdi Allah istedi ve oldu bunu dedikten sonra rahatladım. Şimdi son iki yıldır ibadetlerimi yerine getiriyorum Kur’an okuyorum, namaz kılıyorum, sohbetlere katılıyorum. Yaptığım şeyleri Allah’ın rızası olacak şekilde yapmaya çalışıyorum.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	27	54
Çoğu zaman	9	18
Bazen	7	14
Nadiren	5	10
Hiçbir Zaman	2	4
Toplam	50	100

Toplam 23: İbadetlere yönelirim.

“Zorluklarla karşılaşınca ibadetlere yönelirim” sorusuna %72 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde kardeşini kaybeden Şakir Bey: *“Depremden önce ve sonra kendime baktığımda dini anlamda daha dikkat oldum. Önceden namaz kılmazdım ama şimdi ibadetlerimde artış var. Daha dikkatliyim. Annem de kardeşimden sonra haftada iki defa mezarlığa gidiyor, bir yerde deprem olduğunu duyunca dua ediyor.”*

Allah’a yönelme başlığı altındaki sorulara katılımcıların ortalama %92 si kendisini zor durumda bırakan herhangi bir sorunla karşılaşan bireyin günahları için tövbe ederim, Allah'tan af dilerim, Allah'a daha yakın olmaya gayret ederim ve doğru yoldan ayrılmamak için dua ederim sorularına her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. “Daha az günah işlemeye çalışırım ve ibadetlere yönelirim” sorularına %75’i her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Anket sorularındaki cevaplardan bireylerin olumlu başa çıkma metotlarında dua ve tövbe tutumlarını çokça sergiledikleri fakat ibadet ve günah işlemekten kaçınma davranışlarını daha az sergiledikleri gözlemlenmiştir.

2.2.2. Hayra Yorma

Hayatta herhangi bir problemle karşılaşan bireyin yaşadıklarını Allah'ın imtihanı olarak görmesi, sabrın sonu selamettir demesi, hayra yorması ve başına gelenlerin kendisini olgunlaştıracağını düşünmesi gibi tutumlarını içerir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	36	72
Çoğu zaman	6	12
Bazen	5	10
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	2	4
Toplam	50	100

Tablo 24: Mevla neylerse güzel eyler derim.

“Zorluklara karşı mevlam neylerse güzel eyler derim” sorusuna %84 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde ailesinden yedi kişi vefat eden, kendisi de yaralanan Hüsna Hanım: *“Depremde kız kardeşim, yeğenlerim ve onların çocuklarından yedi kişiyi kaybettik. Bir yeğenim esini kaybetti. Sonra kanser oldu hala tedavi görüyor. Deprem anında ben düştüm yaralandım bir ay Erzurum da tedavi gördüm. Deprem benim başıma neden geldi diye hiç düşünmedim. Allah'ın emridir.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	37	74
Çoğu zaman	7	14
Bazen	4	8
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 25: Sabrın sonu selamettir derim.

“Zorluklara karşı sabrın sonu selamettir derim” sorusuna %88 i her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde eşini ve yeğenini kaybeden Filiz Hanım: *“Bir anda ölümle karşılaşmak çok acı bir şey. Ben eşimin acısını çok hissettim, belki ölüme hazır değildik ya da hayatımdaki ilk ölüm olduğu için. Annem öldü bu yıl ama eşimin ölümüne üzüldüğüm kadar üzülmедim. Hala acıyı her gün hissediyorum. Rüyalarımда onu görüyorum sevdiğim şey depremde öldü. Onun bir mükâfatı olacak sabrediyorum. Allah katında afette ölenlerin bir mükâfatı vardır. Çok şükür biz enkazda kalmadık, yeğenimin ölümü gelinimizi çok etkiledi; yeğenim kendi çocuğunu göremedi.”*

Depremde oğlunu kaybeden Kerime Hanım: *“Oğlum enkaz altında kaldı öldü. Onun ölümünden sonra benim için dünya durdu. Allah sabrını verdi. Bir tek bende değildi. Öyle oldu ki hepsi genç bazılarında aynı evden 3-4 ölüm oldu. Bir de Allah’tan geldi Allah verdi, Allah aldı diyorsun. Kuldan gelse daha ağır bir acıdır. Allah sevdi aldı diyorsun hamdolsun hiç isyan etmedim. Oğlumun yüreği sağlamdı, yaşlılara çocuklara çok merhametliydi. Onları düşünüyorum. Eşime çocuklarıma bakıyorum çok şükür bunlar var diyorum.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	41	82
Çoğu zaman	4	8
Bazen	3	6
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 26: Başına gelenleri Allah'ın bir imtihanı olarak görürüm.

Zorlukları Allah'ın bir imtihanı olarak görürüm sorusuna %90'ı her zaman ve çoğu zaman cevabını vermişlerdir. Depremde AFAD ekibinde çalışan Burak Bey, *“Deprem için imtihan diyorum. Niçin imtihan diyorum? Depremde biz kendi gerçeklerimizle yüzleştik İki depremden sonra yaşadıklarımız idareciler, çalışanlar çadır dağıtımında yardım dağıtımında ya da insanlara yardım konusunda bir imtihan yaşadık ve bence biz o imtihandan çok iyi çıkamadık. Depremden önce sorsanız deprem deyince aklıma ölüm gelirdi ama deprem sonrasında bunun imtihan olduğunu düşünüyorum. Deprem bilimsel bir gerçekliği var ama onu tetikleyen ilahi bir irade var. Deprem Allah'ın iradesidir. Bizi imtihan ediyor.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	41	82
Çoğu zaman	5	10
Bazen	3	6
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	1	2
Toplam	50	100

Tablo 27: Her şeyde bir hayır vardır diye düşünürüm.

“Her şeyde bir hayır vardır” sorusuna %92 si her zaman ve çoğu zaman cevabını vermişlerdir. Depremde abisini kaybeden Vildan Hanım *“Depremde beni en çok abimin vefatı etkiledi. Zaten onun vefatından sonra ailemiz çok değişti. Depremden sonra dünyaya karşı bakış açımda bir değişim oldu. Daha korumacı biri oldum. Kimseye bir şey olmasın diyorum. Bu felaket neden benim başıma geldi diye sorgulamadım depremin arkasındaki güç Allah’ın kudretiydi. Onun emriyle oldu. Abimi kaybetmenin zorluğunun üstesinden Allah sevdi o aldı dedik. Birde baktık herkes kayıp yaşadı. Bazılarının ailesi yok oldu biz baktık, şükrettik halimize. Bir taneyle kurtulduk dedik.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	28	56
Çoğu zaman	13	26
Bazen	6	12
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	3	6
Toplam	50	100

Toplam 28: Başıma gelenlerin beni manevi olarak olgunlaştıracağını düşünürüm.

“Başıma gelenlerin beni manevi olarak olgunlaştıracağını düşünürüm” sorusuna her zaman ve çoğu zaman %82, bazen %12, hiçbir zaman %6 cevabını vermiştir.

Depremde enkaz altında kalan daha sonra bir bacağını kaybeden olan Malik Bey, depremin kendisini olgunlaştırdığını teslimiyet gösterdiğini belirtiyor. *“Depremde 33 saat enkazda kaldım bir gün sonra çıkarttılar beni. Gece 9 da yanıma geldiler. Ben dedim ki bana su verin isterseniz bir hafta gelmeyin dedim. Pamukla bana su vermeye çalıştılar pamuğu yuttum. Sonra beni hastaneye kaldırdılar. Ankara’da 45-50gün uyudum. Sonra doktor yanıma geldi: ‘Biz seninle çok uğraştık bir ayağını kurtardık ama diğerini kurtaramadık ayak zehir üretiliyor dedi kesmemiz lazım.’ dedi bende ‘Hocam bu Allah’ın emridir yapacak bir şey yok.’ dedim. Hoca durdu ağladı. Başka bir enkaz altında kalan biri vardı, din kültürü öğretmeni onun da benim gibiymiş. Bağırmuş hocaya yastık fırlatmış, hoca benim teslimiyetime şaşırmişti. Sonra bir bacağını kestiler. 30 gün yoğun bakımda kaldım. Depremden sonra hayata karşı daha azimli oldum. Depremden sonra ben daha çok kazanmak yerine kazandıklarımla daha fazla ne yapabilirim diye düşündüm. Hala hırslıyım çalışıyorum. Bir dernek var, onunla insanlara daha fazla yardımcı olmak için çabalıyorum. Şimdi insanlara daha yararlı nasıl olabilirim diye düşünüyorum çaba sarf ediyorum.”*

Depremzede bireyler yaşanan kayıpların kendileri için bir imtihan olduğuna inandıklarını ifade ettiler. Yaşananların imtihan olduğunu düşündükleri için sabretmeleri ve şükretmeleri gerektiğini belirttiler. Ayrıca felaketin toplumun çoğunluğunu etkilemesi ve insan eli ile olmadığının bilincinde olmaları zorluklarla mücadele etmede olumlu bir etkiye sahiptir.

2.2.3. Dini Yalvarma

Herhangi bir sorunla karşılaşan bireyin “her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarması, sorunlarını halletmesi için Allah'a dua etmesi veya Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele etmesi” eğilimlerinden oluşur.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	42	84
Çoğu zaman	4	8
Bazen	1	2
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	3	6
Toplam	50	100

Tablo 29: Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarırım.

Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarırım sorusuna %92'si her zaman ve çoğu zaman cevabını vermişlerdir. Depremde göçük altında kalan Ece Hanım: “*Annem secdeye eğildi, düştü. Babam 'Deprem oluyor koşun' dedi, o anda bina yıkıldı annem ve babam göçük altında kaldılar ve vefat ettiler. Bende göçük altında kaldım. Kendime biraz gelince Allah-u Ekber, bu üstümdekiler ne dedim. Ayet 'el Kursi okudum. Demir kapının bir kısmı karnıma batmıştı kanama yoktu. Bir şeyleri algılamaya çalıştım hiçbir yere kımıldayamadım. Bağırdım anne baba diye ama ses yoktu. Babamla biz yan yanaymışız ama ben bilmiyordum babam yüzünden yaralanmış. 20 dk. sonra babamın hırıltılarını duydum koyun keser gibi çıkan o sesi duydum, Allah-u Ekber nasıl bir şeydi.... Göçük altında sesimi yalnız Allah'a duyurdum. Göçük altında sürekli Allah yardım et dedim, Esmâ'ül Hüsnâ'yı okudum. Göçük altından 3.5 saat sonra çıkarıldım. Beni bulduklarında keşke çıkarmasaydınız dedim. Çünkü üzerinizden ağırlıkları kaldırıncaya vücut değişiyor acı duyuyorsun tansiyon düşüyor. Sonra annemi gördüm boynu kırılmış, yüzünde küçük bir kanama vardı. Annemin iç kanaması olmuş. 15 gün Van bölge hastanesinde tedavi gördüm. Babamın yüzünden tahta girmiş öyle vefat etmiş ben bunların hepsini sonradan öğrendim. Hastanede bana sakinleştirici verdiler. Bana bir şeyin yok dediler ama ben ayağa kalkamıyorum sağa sola dönemiyorum. Ambulans uçakla Kırşehir'e gittim ve*

tedavi gördüm. O anlarda duayı hiç bırakmadım, isyana sebebiyet verecek bir durumum olmadı çok şükür. İsyan etmedim. 8 ay hastanede kaldım. Zor bir tedavi süreciydi. Teyzemler bana çok yardımcı oldu. Allah onlardan razı olsun. Orda insanlar hastanede çok yardımcı oldular.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	2	4
Çoğu zaman	6	12
Bazen	3	6
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	37	74
Toplam	50	100

Tablo 30: Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ederim.

“Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ederim” sorusuna %74'ü hiçbir zaman cevabını vermişlerdir. Bireyler kâinatın yaratan ve onun isteği olmadan hiçbir şey olmayacağına inandıkları Allah'tan yardımı istediklerini bu yardımın kullar aracılığıyla insana geldiğine belirttiler. Bu bilinçte oldukları için Allah'tan yardım istediklerini dile getirdiler. Kendi duygularıyla mücadele etmede Allah'tan sabır dilediklerini ifade etmişlerdir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	42	84
Çoğu zaman	2	4
Bazen	3	6
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	3	6
Toplam	50	100

Tablo 31: Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ederim.

Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ederim sorusuna %88'i her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde ailesinden eşini, kardeşlerini, yengeleri, yeğenleri anne ve babasını kaybeden Salih Bey: *“Depremde burada değildim. Van Merkezdeydim. Tek aklıma gelen ailemin binada olması ve binanın yıkılmamış olmasını diledim. Ama arabayla sokağa girip binayı göremeyince benim için bitti. Ben gelene kadar 2-3 kişiyi çıkarmışlardı. Annemin cenazesini bulup dayımların evine bıraktım. Sonra tekrar enkaza gidip diğerlerini çıkarmaya çalıştım. 4 gün yemek yemeden sigara ve su ile kaldım. Bu durumda yapılacak tek bir şey var. İnançlı biriysen sabrediyorsun, şükrediyorsun. Bizim isyanla işimiz olmaz. Allah'ın adaleti karşısında hiç kimse bir şey söyleyemez yapacak bir şey yok. Enkazın başındasınız 26 kişilik ailen 10 kişi kaldınız. Ağlayamıyorsunuz bile çünkü geri kalan aile bireylerine destek olmanız gerekiyor. Yalnız kaldığınızda da o da Allah ile sizin aranızda kalıyor. Benim ve abimin çocukları yoktu, bizim eşimiz öldü. Diğer abilerimin çocukları vardı. Onlarında eşleri ve çocukları yaşadı, abilerim öldü. Biz kalan ailemizle birbirimize sarıldık. Yeğenlerim okudu. Onlarla ilgileniyorum. Benim için önemli olan onları en az zararla korumak. Depremden önce ben 35 yaşında gibi değildim. 25 yaşında bile demezlerdi ama depremden sonra saçım sakalım beyazladı. Bu da yaşadıklarımızın belirtisi, ben üzülmiyorum, demek ki bir şeyler yapabilmişim. İsyarla alakamız olmaz. Bunlar Allah'ın lütfudur. İnsanlar biz bu kadar kayıp için ağlamadık diye bize 'Nasıl ağlamazsınız' dediler. Bu imtihanın altından sabır şükür ve hamd ile kalkarsınız. Dünyaya bakış açım eskiden evim arabam ... ama sonrasında olsa da olur olmasa da olur. Her şey 23 saniyeye denk geldi bizim depremden maddi kaybımız 4 trilyondu. Keşke bir tanesini kurtarsaydık mal olmasa olurdu. Ama herkesin dünyada bir zamanı var.”*

Dini yalvarma başlığında bireyler yalnızca dua edip çabalamayı bırakmamıştır. Aynı anda hem dua etmiş hem de Allah'tan gelen bu durumla başa çıkmaya çaba göstermiştir. Salih Bey örneğinde olduğu gibi zorluklar bireyi isyana sürüklemek yerine Allah'tan sabır dileyip çaba göstermişlerdir.

2.2.4. Dini Yakınlaşma

Bireyin bir problemle karşılaştığında “arkadaş ve yakınlarından kendisi için dua istemesi, din görevlileriyle konuşması, manevi bir gücün bir parçası olduğunu düşünmesi ve sadaka dağıtması” gibi eğilimlerini içerir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	31	62
Çoğu zaman	6	12
Bazen	8	16
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	3	6
Toplam	50	100

Tablo 32: Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini isterim.

“Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini isterim.” sorusuna %74’ü her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	13	26
Çoğu zaman	5	10
Bazen	13	26
Nadiren	10	20
Hiçbir Zaman	9	18
Toplam	50	100

Tablo 33: Din görevlileriyle konuşurum.

“Zorluklarla karşılaşınca din görevlileriyle konuşurum.” sorusuna %46 bazen ve nadiren, %18 ise hiçbir zaman cevaplarını vermiştir. Depremde eşini ve yeğenini kaybeden Filiz Hanım, depremden sonra sorgulama ve cevap bulma sürecini şu şekilde açıklıyor: *“Ben bir dönem çok sorguladım neden ölüm var diye. Dini bütün olan bir yakınımızla bunu konuştum. O bana anlattı, yardımcı oldu, aklımdaki sorular gitti. Yaşananların bir mükâfatı olacağına inancım tam oldu.”*

“Din görevlileriyle görüşürüm.” sorusuna bireyler zaten dini inançlarının olduğunu din görevlileri ile görüşmelerine gerek olmadığını düşündüklerini ifade ettiler. Aynı zamanda bireyler kişilerarası dini hoşnutsuzluk alt boyutunun din adamlarından uzaklaşırım sorusuna verdikleri oranla da bu sorunun uyumlu olduğu gözlemlenmiştir.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	26	52
Çoğu zaman	7	14
Bazen	6	12
Nadiren	2	4
Hiçbir Zaman	9	18
Toplam	50	100

Tablo 34: Hayatımın büyük manevi bir gücün parçası olduğunu düşünürüm.

“Hayatımın büyük manevi bir gücün parçası olduğunu düşünürüm.” sorusuna %66 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Depremde kardeşini kaybeden İrfan Bey: *“Kardeşimin cesedi üç gün sonra çıkarıldı. Biz üç gün bekledik, o sürede tanıdıklara dua edin kardeşim için dedik. Üç gün bizim için kardeşimizin ölüm haberini duymaya alışmamıza sebep oldu. Kendimizi o zaman diliminde hazırlamıştık. Deprem neden bizim başımıza geldi diye bir şey düşünmedik. Ailemiz metanetliydi. Özellikle babam ‘Bu bize Allah’tan geldi. Başkasından gelse daha zor olurdu’ dedi. Bizi mutlu eden şey kardeşimizin iyi bir yerde (medrese) vefat etmiş olmasıydı. Biz kardeşimizin bize şefaathçi olacağını düşünüyoruz.”*

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	23	46
Çoğu zaman	11	22
Bazen	11	22
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	4	8
Toplam	50	100

Tablo 35: Sadaka dağıtırım.

“Zorluklarla karşılaşınca sadaka dağıtırım.” sorusuna %68’i her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir. Görüşme yapılan bireyler sadaka dağıtmayı istediklerini ama bunun için gerekli olan mali yeterliliklerinin olmadığını ifade ettiler. Onun yerine ölen yakınları için sürekli dua ettiklerini Kur’an-ı Kerim okuduklarını dile getirdiler.

2.2.5. Dini Dönüşüm

Kişinin yaşadıklarından etkilenerek “gittiği yolun yanlış olduğunu düşünüp yeni bir yol arayışına girmesi, dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışması ve başına gelenleri Allah'ın kimseye vermemesini dilemesi” gibi eğilimlerini kapsar.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	19	38
Çoğu zaman	10	20
Bazen	10	20
Nadiren	4	8
Hiçbir Zaman	7	14
Toplam	50	100

Tablo 36: Gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girerim.

Dini dönüşüm alt boyutunda sorulan gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girerim sorusuna %58 her zaman ve çoğu zaman, %14 ise hiçbir zaman cevabını vermiştir.

Depremde cezaevinde mahkûm olan iki depremi de yaşayan Sacit Bey “ *Deprem olduğunda cezaevinde mahkûmdum. Allah kimseye göstermesin. Depremde bizim bir gardiyan vardı ailesi Erciş’te enkaz altında kalmıştı o ailesinin yanına gidemedi. Deprem bence Allah’ın bir uyarısıydı. Çok korktuk, özgür olsak bu kadar korkmazdık. Depremle Allah bize kendinize gelin dedi. Depremden sonra daha çok ibadet ettim. Daha çok Kur’an-ı Kerim okudum.* ”

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	25	50
Çoğu zaman	7	14
Bazen	8	16
Nadiren	5	10
Hiçbir Zaman	5	10
Toplam	50	100

Tablo 37: Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışırım.

“Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışırım.” soruna %64 her zaman ve çoğu zaman, %10 hiçbir zaman cevabını vermiştir. Depremde kardeşini kaybeden Kardelen Hanım: *“Depremde evdeydim. Ben o gün sohbete gidecektim, depreme gideceğim yer yıkıldı. Depremde 5 dk gecikmeyle kurtuldum. O binadan neredeyse sağ çıkan olmadı. Zor bir süreçti deprem. Doğal afet filmleri gibiydi yaşadıklarımız. Dışarıtı tam bir savaş alanıydı. Evde ailem vardı babam bypass olmuştu. Deprem korkudur. Ceza değildir. Doğal nedenler önemli, yani jeolojik durum etkiliydi depremin olmasında.”* Kardelen Hanım, depremin oluş sebebini jeolojik duruma, depremde bu kadar ölümün olmasını da insanların ihmalkâr tavırlarına atfediyor.

“Deprem sonrasında dini durum ortaya çıkıyor; deprem sonrasında bizi arayan herkese dua edin, kardeşimi bulalım dedim. Deprem çoğu kişinin başına geldi. Belki de kaderdi benim sığınağında kader oldu. Ömrü bu kadarmış dedim. Depremden sonra her şeyin boş olduğunu, anlamsız olduğunu gördüm. Belki de yarım saat önce düştüğüm telaşın gereksiz olduğunu, gereksiz endişeler yaşadığımızı hayatın daha önemli olduğunu gördüm. Depremden sonra daha olgun biri oldum. Allah’a bir kızgınlığım olmadı. O anki boşluğu Allah’a sığınarak dolduruyordum. Bir buçuk ay çadırda kaldık. Kasım ayı o dönem çok soğuktü o soğukta bile abdest alıp namazımızı kıldık çadırlarda. Şu an bile şaşırıyorum nasıl yapmıştım diye. Depremden sonra özellikle 2 yıl daha fazla ibadet etim.”

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	40	80
Çoğu zaman	5	10
Bazen	2	4
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	3	6
Toplam	50	100

Tablo 38: Başıma gelenleri Allah kimseye vermesin derim.

“Dini dönüşün alt boyutunda başıma gelenleri Allah kimseye vermesin derim.” sorusuna %90 her zaman ve çoğu zaman cevabını veriyor. Bu sonuç dini dönüşüm boyutundaki en yüksek orandır. Bireyler görüşme esnasında yaşanan zorlukların çok kötü olduğunu ve bu yüzden kimsenin böyle bir şeyi yaşamasını istemediklerini dile getirmişlerdir. Depremde yakınlarını kaybeden Makbule Hanım “*Depremden sonra deprem yaşamış birini televizyonda gördüğümde, duyduğumda ‘Kapatın ben duymamayım.’ diyorum. Biz ölülerimizi gömecek kefen bulamadık. Allah kimseye yaşatmasın çok zor.*”

2.2.6. Dini İstikamet Arayışı

Kişinin yaşadığı zorluklardan sonra “Allah'tan yeni bir fırsat vermesini istemesi ve Allah'ın kendisine yeni bir gaye göstermesini dilemesi” gibi özellikler bütünüdür.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	29	58
Çoğu zaman	13	26
Bazen	3	6
Nadiren	1	2
Hiçbir Zaman	4	8
Toplam	50	100

Tablo 39: Başına gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir şans vermesini dilerim.

“Dini istikamet arayışı alt boyutunda başına gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir şans vermesini dilerim.” sorusuna %84 her zaman ve çoğu zaman ifadelerini kullanmıştır.

	Sayı (N)	Yüzde (%)
Her Zaman	24	48
Çoğu zaman	12	24
Bazen	6	12
Nadiren	0	0
Hiçbir Zaman	8	16
Toplam	50	100

Tablo 40: Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini dilerim.

Dini istikamet arayışı alt boyutunda “Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini dilerim.” sorusuna %72 her zaman ve çoğu zaman cevabını vermiştir.

Depremzede bireyler depremde sonra hayatlarının değiştiğini ve Allah'ın onları öldürmemesiyle yeni bir şans verdiklerine inandıklarını ve hayatlarında depremden önce fark edemedikleri şeyleri fark ettiklerini ifade ettiler.

SONUÇ

Bireyin günlük hayatta karşılaştığı zorluklar bireyde kontrol ve özgüven kaybına, stres ve kaygıya sebep olur. Karşılaşılan zorluklara birey bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler verir. Günlük hayattaki sorunların insan eli ile ya da Allah'ın iradesi ile olması bireyin baş etme sürecinde önemli bir etkiye sahip olduğu çalışmamızda gözlemlenmiştir. Araştırmamızda bireyin kendi iradesi dışında gerçekleşen depremlerde, yaşanan zorluklarla başa çıkma sürecindeki dini etki görüşme ve anket yöntemi ile incelendi.

Çalışmamızda doğal afetler sonucu karşılaşılan zorluklarla başa çıkma konusunda dini inanç ve ritüellerin yeri ve önemi konu edinilmektedir. Araştırmamızda 2011 Van depremlerini yaşayan bireylerin depremin sebep olduğu stres, travma ve travma sonrası stres bozukluklarıyla başa çıkma, anlamlandırma ve yükleme faaliyetlerini ve bu faaliyetlerdeki dini etki incelenmiştir. Deprem ve dini başa çıkma ilişkisini konu alan araştırmamızın evrenini 2011 Van depremlerini yaşayan farklı yaş ve meslek gruplarından 54 birey oluşturmaktadır. Kasım-Aralık 2019 tarihlerinde deprem yaşamış bireyler ile 12 soruluk bir görüşme ve anket yapılmıştır. Görüşmeler deprem üstü bölgelerinde Van İl Merkezinde 5 kişi, depremden en çok etkilenen ve örneklem sayısı daha çok olan Erciş ilçesinde ise 50 kişi ile görüşme yapılmıştır.

Araştırmamızda temelde şu sorulara cevap aranmıştır: *Yaşanan zorluklarla mücadele etmede din bireye destek oldu mu? Depremi anlamlandırma ve yükleme faaliyetindeki olumlu/olumsuz dini açıklamaların başa çıkma sürecindeki etkisi nedir? Depremden sonra bilişsel ya da davranışsal dini bir değişim yaşandı mı? Depremin toplumun genelini etkilemesi ve insan eli ile olmaması başa çıkma sürecinde nasıl bir etkiye sahip oldu? Depremin üzerinden belirli bir sürenin geçmesi olayları anlamlandırma ve yükleme faaliyetlerine nasıl bir etki yaptı? Dua ve ibadetler başa çıkma sürecinde etkisi var mıdır?*

Depremzede bireylerin depremi açıklama tarzlarında çoğunluk depremi imtihan olarak açıklamıştır. Bireyler depremi Allah'ın insanların olgunlaşması, sabır göstermeleri, yanlış davranışlarını düzeltmeleri için imtihan olduğunu belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra bireyler sorumluluk kavramına dikkat çekmişlerdir. Depremi Allah'ın imtihanı olarak açıklayan bireylerde iç güdümlü dindarlık yapısının ön planda olduğu gözlemlenmiştir. Bireyler depremde yaşananların manevi olarak kendilerini

güçlendirdiğini, hayata farklı bir bakış açısıyla bakmalarına sebep olduğunu vurgulamışlardır. Bu bireylerin zorluklar karşısında olumlu dini başa çıkma etkinliği gösterdikleri gözlemlenmiştir.

Depremi uyarı olarak açıklayan bireyler ise Allah'ın insanlara müddet verdiğini ve afetlerle insanların içine daldıkları gafletten uyandırdığını bu uyarının hem kendileri hem de toplum için olduğunu belirtmişlerdir. Depremi uyarı olarak açıklayan bireyler depremden sonra bir süre ibadetlerine karşı daha dikkatli olduklarını fakat daha sonra eski durumlarına döndüklerini ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra bireyler maneviyatlarının geliştiğini hayata bakış açılarında daha çok ahirete dönük bir yapıya büründüklerine değinmişlerdir. Bu noktada ibadetlerin devamlılığı yerine maneviyatın gelişmesi ön plana çıkmıştır. Depremi imtihan olarak açıklayan bireyler ile uyarı diyen bireyler arasında ibadetlerin devamlılığı farklılık göstermiştir. İki grupta başlangıçta ibadet etmiş fakat imtihan diyen bireyler önemli bir kısmı ibadetlere devam ettiklerini belirtirken, uyarı açıklamasında bulunan bireyler daha sonra ibadetlere gereken önceliği vermemişlerdir.

Depremi ceza olarak açıklayan bireyler daha çok yapılan davranışların kendilerinden değil fakat toplumdaki diğer bireylerin yanlış tutum ve davranışlarından dolayı olduğunu ifade etmişlerdir. Bu bireylerde olumsuz dini başa çıkma tutumları gözlemlenmiştir. Depremi Allah'ın gazabı ya da cezası olarak açıklayan bireylerde olumsuz tanrı algılayışı gözlemlenmiştir. Depremi ceza olarak açıklayan bireyler arasında ceza olduğunu düşünen bireyler daha çok Allah'ın gazabına dikkat çekmişlerdir. Ceza olduğunu neden düşündükleri sorulduğunda Allah'ın insanların yaptığı şeyleri cezalandırdığını ahirete bırakmadığı vurgulamışlardır. Depremi ceza olarak açıklayan bireylerde daha çok toplumsal bakış açısı ön plana çıkmıştır. Yani aile bireyleri akrabaları ya da yakın çevresinden şikâyetçi olan bireyler depremi ceza olarak açıklamışlardır. Bu noktada insanların hatalarının cezalandırılması gerektiği ve bu cezanın da depremle olduğunu aslında depremin asıl sebebinin ahlaki çöküntü ve kulluk vazifesini yerine getirilmediği için olduğunu vurgulamışlardır. Ceza diyen bireylerin önemli bir kısmı toplumda kişiler arası dini hoşnutsuzluk yaşayan bireylerden oluşuyor. Kısacası ceza açıklamasında bulunan bireyler yakın çevresindeki dini anlayış ve davranışı temsil eden bireylerden rahatsızlık duyuyor. Bunun en belirgin örneği eşinin sadakatsizliğini depremde vefat ettikten sonra öğrenen hanımın depremin dindar bir çevreyi temsil eden eşi ve ailesinin yanlış davranışlarının bir cezası olarak açıklamasıdır.

Depremi Allah'ın takdiri olarak açıklayan bireylerde iki tür gözlemlenmiştir. Birinci grup teslimiyetçi kader anlayışına sahip “Biz ne yaparsak yapalım deprem olacaktı Allah'ın emrinin önüne geçilmez.” ifadelerine yer verirken diğer bir grup ise Allah'ın takdiridir fakat biz daha dikkatli olabilirdik. Takdir gelir tedbiri bozar ama biz tedbir almadık ifadelerine yer vermişlerdir. Bu açıklamalarda göz çarpan nokta bireylerin kader anlayışı ile sorumluluk bilincinin farklılığından kaynaklanan yorumlama farklılığı göze çarpmıştır.

Depremi doğa olayı olarak açıklayan bireyler aslında depremin bir gerçeklik olduğunu insanların dikkatsiz davrandıkları için böyle kötü bir şekilde sonuçlandığına dikkat çekmişlerdir. Bu bireyler özellikle Japonya örneğini vermiş ve “Orada inançsız bir sürü insan yaşıyor ve çok büyük depremler oluyor ama can kaybı çok az neden çünkü tedbir alıyorlar.” Bunun yanı sıra doğa olayı açıklamasında bulunan bireyler salt bir Allah'ın kudretinden uzak açıklamada bulunmamışlardır. Vurguladıkları nokta aslında Allah'ın böyle zorlukları verdiğini ama insanında akli ile bunun üstesinden gelebilecek kabiliyete sahip olduğuna dikkat çekmişlerdir. Bu noktada bireyler hatayı kendilerinde, toplumda ve devlette olduğunu gerekli tedbirleri almadıkları için kayıpların arttığını söylemişlerdir.

Araştırmaya katılan bireylerde din, başa çıkma sürecinin bir parçası, yardımcı ve ürünü olarak etkilediği gözlemlenmiştir. İçsel yönelimli din anlayışı dışsal yönelimli din anlayışından daha fazladır. Araştırmamıza katılan bireylerde yüksek özsaygı ile işbirlikçi tanrı anlayışı davranışları daha fazla gözlemlenmiştir.

Deprem felaketinin Allah tarafından gerçekleştiğine inanmak bireylerde öfke duygusunu azalttığı gözlemlenmiştir. Görüşme esnasında bireyler sık sık “*Bu gelen sıkıntı Allah tarafından geldi, demek ki Allah'ın bizim anlamamızı istediği bir şey var*” vurgusu yapılmıştır. Depremden toplumun çoğunluğunun etkilenmesi ve kayıpların insan eli ile olmaması insanların öfkesini azaltmış ve sabrını arttırmıştır. Görüşmeler esnasında “*Eğer... kaybımız insan eli ile olsaydı o zaman kan davası olurdu*” vurgusu yapılmıştır. Bu durumun olumlu dini başa çıkma etkinliğini arttırdığı gözlemlenmiştir.

Deprem sonrası bireyler travma yaşadıklarını ve olayları idrak etmede anlamlandırma ve açıklamada zorluk çektiklerini belirtmişlerdir. Aradan geçen zaman diliminde olayları daha iyi yorumladıklarını, anlamlandırma ve yükleme faaliyetinde

bulduklarını vurgulamışlardır. Depremi ilk zamanlarında bireyler depremi daha çok Allah'ın bir cezası olarak düşündüklerini fakat aradan geçen zamanla bu fikrin doğru olmadığını vurgulamışlardır. Başlangıçtaki ceza fikrine neden kapıldıkları sorulduğunda “Çünkü böyle bir felaket ancak ceza olabilirdi ama şimdi düşününce imtihan ya da uyarı demek daha doğru olur” ifadelerinde bulunmuşlardır. Ceza fikrinden vazgeçmelerinin asıl sebebi depremde çocuk ve iyi insanların da ölümlerine şahit olduklarını ve bu bireylerin ceza almalarına gerek bir durum olmadığını aslında yaşayan bireyler için bir uyarı ya da imtihan niteliği taşıdığı vurgulanmıştır.

Depremde masum insanların ölümünü açıklarken bireylerde: *“Bir de öyle bir fitneden sakınınız ki, o fitne, içinizden sadece zulmedenlere erişmekle kalmaz, umuma yayılır ve hepsini perişan eder. Biliniz ki Allah, azabında çok zorludur.(Enfal Suresi 25 ayet)”* mealindeki ayete benzer açıklamalar gözlemlenmiştir. Kısacası bireyler masumların ölümünü sünnetullah(evrensel yasalar) dan toplumsal yasaya uygun şekilde anladıklarını açıklamışlardır.

Dua ve ibadetler başa çıkma sürecine olumlu etkiler yapmıştır. Özellikle başa çıkmanın başlangıcı kabul edilen dua depremde bireylerin en çok başvurduğu yöntem olmuştur. Bireyler öfkeli, yorgun, ümitsiz oldukları anlarda Allah'a dua ettiklerini ve rahatladıklarını vurgulamışlardır.

Toplumsal dayanışma depremde zorlukların anlamlandırılması ve kişinin aidiyet hissetmesinde önemli bir rol oynamıştır. Depremde bireyler yaşanan zorluklardan sonra ülkenin hiç tahmin bile edemedikleri yerlerinden kendilerine yardım geldiğini insanların çok içten sıcakkanlı davranış ve tutumlarının zor zamanlarda destek olduğuna dikkat çekmişlerdir. Bunun yanı sıra bireyler yöredeki kalabalık aile yapısının acıların yaşanmasına ve anlamlandırılmasına yardımcı olduğunu vurgulamışlardır.

Çalışmalar esnasında dikkat çeken bir diğer nokta bireylerin deprem esnasında buldukları yerlere yükledikleri anlamdır. Örneğin medresede, sohbet meclisinde ya da camide bulunan bireylerin vefatına karşı yaşayan bireyler sabırlı ve ümitli tutumlarda bulunmuşlardır. Deprem esnasında kahvehane, otel ya da düğün gibi mekânlarda bulunan yaralı ya da ölü bireyler için “*keşke orada değil de başka bir yerde camide olsaydı*” yorumlarında buldukları gözlemlenmiştir. Bu yorumların bireylerin kutsal, iyi atfettikleri mekânlarda yaşanan kayıplarında “*nasıl yaşarsan öyle ölürsün*” sözüne olan açıklamaları göze çarpmıştır.

Araştırma bulgularına göre olumlu dini başa çıkma alt boyutundan Allah’a yönelme, hayra yorma başlıkları tarzındaki etkinliklere olumsuz dini başa çıkma alt boyutundaki şerre yorma ve dini manevi hoşnutsuzluğa göre daha az başvurulduğu gözlemlenmiştir. Görüşme ve anket verilerinde bireylerin depremden sonra ibadetlerinin bir süre devam ettiği fakat sonrasında depremden önceki haline döndüğü vurgulanmıştır. Fakat maneviyat alanında bireyler devamlılık gösterdiklerini vurgulamışlardır. Bu durumun bireylerin bilişsel anlamda dini özümseme yaşadığının göstergesi olduğu düşünülmektedir.

Dini yalvarma boyutundaki “Allah’tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ederim.” sorusuna %74 oranında hiçbir zaman işaretlemişlerdir. Görüşmeler esnasında bireyler elde etmek istedikleri her şeyi önce Allaha istediklerini bu yüzden hiçbir zaman seçtiklerini belirtmişlerdir. Bu durum bireylerin yüksek tanrısal kontrole olan tutumlarının ve “*Ayakkabını bağcığı bile kopsa önce Allaha ist*” sözüne olan inançlarının göstergesi olduğu düşünülmektedir.

Dini yakınlaşma alt boyutunda “Din görevlileriyle konuşurum.” sorusuna bireyler %46 bazen ve nadiren cevabını vermişlerdir. Bireyler sorunları çoğunlukla kendi düşünceleri ile cevap buldukları için konuşmaya gerek duymadıklarını belirtmişlerdir.

Şerre yorma boyutundaki “Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm.” sorusuna %52 her zaman ve çoğu zaman işaretlemiştir. Bu durum bireylerin yüksek bireysel kontrole sahip olduğu görüşünü kuvvetlendirmiştir. Aynı zamanda bireylerin Allah’ın uyarı ya da cezasının göstergesi olduğunu düşündükleri depremi kendilerini sorgulamalarına sebep olmuştur.

Özetle çalışmamızda deprem ve dini başa çıkma ilişkisi araştırma evreninin sınırlılıkları içinde incelenmiştir. Bireylerde yüksek özsaygı, işbirlikçi tanrı anlayışı, içsel yönelimli dini yaklaşım ve olumlu dini başa çıkma özellikleri ön plana çıkmıştır.

KAYNAKÇA

ADLER Alfred, *Yaşamın Anlam ve Amacı*, çev. Kâmuran Şipal, Ankara: Say Yayınları,

ALLPORT Gordon W., *Birey ve Dini*, 3.b., Ankara: Elis Yayınları, 2016.

ARSLAN Ahmet, *Felsefeye Giriş*, 22. Basım. Ankara: Adres Yayınları, 2015.

AYTEN Ali, *Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi*, (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, 2004.

———, *Psikoloji ve Din Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*, 4. bs., İstanbul: İz Yayıncılık, 2015.

———, *Tanrı'ya Sığınmak*, 1. bs., İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.

BAHADIR Abdülkerim, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din Logoterapik Bir Araştırma*, 4 Baskı., İstanbul: İnsan Yayınları, 2018.

———, “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi*, 2000, c. 9, sy. 9.

BALKIŞ BAYMUR Feriha, *Genel Psikoloji*, 25., İstanbul: İnkilap Kitapevi, 2016.

BUDAK Selçuk, *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2017.

CİRHİNLİOĞLU Fatma Gül, “Dini Yönelimler ve Önyargı”, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, c. 7, sy. 1., 2010.

CİRHİNLİOĞLU Zafer, Üzeyir OK, Fatma Gül CİRHİNLİOĞLU, *Dindarlık, Ruh Sağlığı ve Modernite*, 1. b., Ankara: Nobel Kitap, 2013.

CÜCELOĞLU Doğan, *İnsan ve Davranışı*, 19. b., İstanbul: Remzi Kitabevi, 2010.

DUMAN Mehmet Zeki, *Sosyolojik Açıdan Deprem ve Din Depremlerinin Dini İnanç ve Davranışlar Üzerindeki Etkisi*, 1., İstanbul: Rağbet Yayınları, 2016.

EKŞİ Halil, *Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, (Doktora Tezi Tezi), Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.

FRANKL Victor Emil, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm*, Ankara: Öteki Yayınevi, 1994.

———, *İnsanın Anlam Arayışı*, 37. Basım., İstanbul: Okyanus Yayınları, 2017.

GÖCEN Güşüşan, “Tüp Bebek Tedavisi Almış Kadınların Dinî Başa Çıkma Süreçleri Ve Dinî Yaşantıları Üzerine Nitel Bir Araştırma”, *İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 32. 2015, ss. 165-217.

GÜLMEZ Ümmüşerif, *Deprem Felaketi Yaşayanlarda Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumları*, (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, 2008.

GÜRSES İbrahim, “Yükleme Teorisi ve Din İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, *Uludağ Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, c. 17, sy. 2., 2008, ss. 359-377.

HAMİLTON Malcolm B., “Din ve Anlam”, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, çev. A. Vahap Taştan, sy. 9., 2000, ss. 529-537.

HÖKELEKLİ Hayati, *Din Psikolojisine Giriş*, 5. b., İstanbul: Dem Yayınları, 2016.

KAĞITÇIBAŞI Çiğdem, Zeynep CEMALCILAR, *Dünden Bugüne İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş*, 18.b., İstanbul: Evrim Yayınevi, 2016.

KARAGÖZ Sema, *Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dini Başaçıkma*, (Yüksek Lisans Tezi Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2010.

———, “Yaşam Olayları Ve Olumlu Dini Başa Çıkma”, *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 10, sy. 23., 2013, ss. 251-271.

KARATAŞ Zeki, “Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri”, *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, c. 1, sy. 1. 2015, ss. 62-80.

KIZILGEÇİT Muhammed, *Din Psikolojisinin 100’ü*, Ankara: Otto Yayınları, t.y.

KÖSE Ali, TALİP KÜÇÜKCAN, *Deprem ve Din*, İstanbul: Emre Yayınları, 2006.

KULA M. Naci, “Deprem ve Dini Başa Çıkma”, *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 1., 2002, ss. 234-255.

LAÇİNER Vedat, Ömer YAVUZ, “Van Depremi Örneğinde Afetler Sonrası Yapılan Yardımlar ve Hukuki Çerçevesi”, *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 5, sy. 9. 2013, ss. 114-135.

MARDİN Şerif, *Din ve İdeoloji*, 24. bs., İstanbul: İletişim Yayınları, 2016.

MORGAN Clifford T., *Psikolojiye Giriş*, ed. Rükzan Eski Sirel Karakaş, 23., Konya: Eğitim Yayınları, 2019.

MUZ Seda, *Bilişsel Terapi ve Dini Başaçıkma*, (Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2009.

OKUMUŞ Ejder, “Tabi Afetler, Din ve Toplum Marmara Depremi Örneği”, *İslami Araştırmalar Dergisi*, c. 15, s.3., 2002, ss. 339-373.

ÖZDEMİR Murat, “Nitel Veri Analizi: Sosyal Bilimlerde Yöntembilim Sorunsalı Üzerine Bir Çalışma”, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, c. 11, sy. 1 (t.y.), ss. 323-43.

ÖZEN Yener, “Travma Sonrası Ortaya Çıkan Psikolojik Bozukluklar Üzerine Bir Değerlendirme”, *The Journal Of Social Science*, c. 2, sy. 4. 2018, ss. 136-159.

PARGAMENT Kenneth I., “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, *Ç. Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev. Ali Ulvi MEHMEDOĞLU, c. 5, sy. 1., 2005., ss. 279-313.

———, “‘Tanrım Bana Yadım Et’ Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru”, *Tabula Rasa*, çev. Ahmet Albayrak, sy. 9. 2003, ss. 207-238.

SOYKAN Atilla, Çiğdem SOYKAN, “Psikolojik Deprem”, *Cogito Deprem Özel Sayısı*, sy. 20, 1999, ss. 215-224.

SPIŁKA Bernard, Philip SHAVER, Lee A. KIRKPATRICK, “Din Psikolojisi Açısından Genel Bir Atıf Teorisi”, *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev. Ali Kuşat, sy. 11, 2001, ss. 173-195.

ŞENTÜRK Habil, SELAHATTİN YAKUT, “Hayatın Anlamı ve Din”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy. 33. 2014, ss. 45-60.

ŞİMŞEK Hasan, ALİ YILDIRIM, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, 11.b., Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2018.

TARHAN Nevzat, “Stres ve İnanç”, *Kur’an Mesajı İlmi Araştırmalar Dergisi*, sy. 3 1998.

TOPUZ İlhan, *Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Doktora Tezi, Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2003.

———, “Yaşamın Anlamı ve Din: Gençler Üzerinde Bir Araştırma”, *İslam Medeniyetleri Araştırma Dergisi*, c. 1, sy. 4. 2016, ss. 540-560.

YALOM Irvin D., *Din ve Psikiyatri*, çev. Emre Ağanoğlu, 6.b., İstanbul: Turkuvaz Kitap, 2006.

YAPICI Asım, *Ruh Sağlığı ve Din Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*, 2. bs., Adana: Karahan Kitapevi, 2013.

YILMAZ Sinan, İbrahim İŐİTAN, “Doğal Afetlerin Psiko-Sosyal Sonuçları: Van Depremi Örneği”, *Toplum Bilimleri Dergisi*, c. 6, sy. 11., 2012, ss. 7-29.

KİŞİSEL BİLGİ FORMU (EK 1)

Cinsiyet

Yaş

Medeni Durum

Eğitim Durumu

Meslek

Depremden Etkileniş Biçimi

EK 2: DİNİ BAŞA ÇIKMA GÖRÜŞME SORULARI

DEPREMİ YAŞAMIŞ BİREYLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA (2011 VAN DEPREMİ ÖRNEĞİ) GÖRÜŞME SORULARI

1. Kendinizden kısaca bahseder misiniz? (*yaş, cinsiyet, öğrenim durumu, ekonomik durum, medeni durum...*)
2. Deprem hayatınızda nasıl bir değişim yaptı? (*evinizi yıkılması, hasar görmesi, yakınınızın vefat etmesi, yaralanması ya da sizin yaralanmanız...*)
3. Deprem anında neredeydiniz? Deprem anında ne/neler hissettiniz? Duygularınızı bizimle paylaşır mısınız?
4. Depremde yaşadıklarınızı bizimle paylaşır mısınız? (*Eviniz hasar gördü mü? Nasıl bir hasardı? Deprem anında neredeydiniz? Bulduğunuz yerde nasıl bir hasar meydana geldi? Herhangi bir yaralanmayla sağlık sorunuyla karşılaştınız mı? Depremde herhangi bir tanıdığınızı, yakınınızı, dostunu kaybettiniz mi?*)
5. Deprem sizce nedir? Bir cümle ya da bir sözcükle açıklayabilir misiniz? (Örneğin felaket, uyarı...) Depremi başka bir yer de değil de neden Van'da olduğunu hiç düşündünüz mü, sorguladınız mı? Siz deprem felaketinin Van'da yaşanmasını neye bağlıyorsunuz? (yapısal durum, yaratıcının uyarısı, yer şekilleri...) Neden bu felaketler benim başıma geldi diye düşündünüz mü? Düşüncelerinizi bizimle paylaşır mısınız?
6. Depremden sonra deprem yaşamış bireylere bakış açınızda bir değişim oldu mu? Olduysa nelerdir açıklar mısınız?
7. Depremde (deprem anı, sonrası) sizi en çok etkileyen ne (olay, durum...) oldu? Açıklar mısınız?
8. Sizce depremde karşılaştığınız en önemli olay neydi? (zorluklar...) Kendinizi hiç çaresiz hissettiniz mi? Sizce bu çaresizliğin nedeni neydi? Bunlarla mücadele etmek için bir şey yaptınız mı? Neler yaptınız? Zorlukları yendiğinizi ya da bunlarla başa çıktığınızı düşünüyor musunuz? (Sizce bu güçlüklerle başa çıkamadıysanız bunun nedeni neydi? Ya da Bu güçlüklerle başa çıktıysanız bunu sağlayan neydi sizce?)

9. Deprem sonrasında olaylara, durumlara, dünyaya karşı bakış açınızda herhangi bir değişim oldu mu? (Varsa?) Ne gibi değişiklikler oldu (ibadet, dinsel, ruhsal, zihinsel...) açıklar mısınız? Sizce bu değişimin sebebi neydi? Açıklar mısınız?
10. Deprem sonrasında, önceki yaşamınıza (deprem öncesi yaşam) ilişkin herhangi bir pişmanlık var mı? Keşke bunu yapsaydım ya da keşke bunu yapmasaydım dediğiniz şeyler var mı? Yine bu tür düşüncelere (“keşke”lere) düşmemek için yaptığınız bir şeyler var mı? Açıklar mısınız?
11. Görüşme için teşekkür ederim. Sorular dışında sizin eklediğiniz bir şeyler var mı?

EK 2: DİNİ BAŞA ÇIKMA ANKET SORULARI

Karşılaştığım sorunlara/sıkıntılara karşı verdiğim tepkiler	Her Zaman	Çoğu Zaman	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
Günahlarım için tevbe ederim					
Yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af dilerim.					
Öfkemin ve kızgınlığının azalması için Allah'tan yardım isterim.					
Daha az günah işlemeye çalışırım.					
Allah'a daha yakın olmaya çalışırım.					
Allah'ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ederim.					
Allah'ın her an benimle olduğunu hissedirim.					
İbadetlere yönelirim.					
Mevla neylerse güzel eyler derim.					
Sabrın sonu selamettir derim.					
Başıma gelenleri, Allah'ın bir imtihanı olarak görürüm.					
Her şeyde bir hayır vardır diye düşünürüm					
Başıma gelenlerin beni manevi olarak olgunlaştıracağını düşünürüm.					
Din adamlarından uzaklaşırım.					
Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşırım.					
Din kardeşlerimin bana destek olmadığını düşünürüm.					
Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarırım					
Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ederim.					
Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ederim.					
Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini isterim.					
Din görevlileriyle konuşurum.					
Hayatımın büyük manevi bir gücün parçası olduğunu düşünürüm.					
Sadaka dağıtırım.					
Gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girerim.					
Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışırım.					
Başıma gelenleri Allah kimseye vermesin derim.					

Allah'ın beni sevip sevmediğini sorgularım.					
Allah'ın beni terk ettiğini düşünürüm.					
Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızarım.					
Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm.					
Allah'ın beni cezalandırdığını düşünürüm.					
Başıma gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir fırsat vermesini dilerim.					
Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini dilerim.					