

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

113599

ERGENLİK DÖNEMİNDE
DUA VE İBADET PSİKOLOJİSİNİN
RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

113599

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

T.C. YÜKSEK ÖĞRETİM KURULU
DOKÜMANTASYON MERKEZİ

Mustafa KOÇ

Danışman

Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

BURSA 2002

Ö N S Ö Z

Dünyada, özellikle son çeyrek yüzyıldan günümüze kadar devam eden süreçte din, her çevreden bireylerin ilgilerini çeken bir olgu olma eğilimi göstermektedir. Bu sebeple, sosyal bilimciler ve din bilimcileri de artan bu ilgiye paralel olarak, din konusunun bilimsel yöntemlerle incelenmesi ve anlamlandırılması yönünde çaba sarf etmektedirler. Bu çaba, günümüzde de sürekli artan bir hızla devam etmektedir. Bu bağlamda din olgusu, birey davranışlarını şekillendiren en önemli ve güçlü faktörlerden biri olarak, daha uzun süre bilim dünyasının dikkatlerini üzerine çekmeye devam edecektir.

Birey, doğumla başlayan yaşam serüveninde çocukluk ile yaşlılık arasında çeşitli gelişim dönemleri yaşamaktadır. Bu dönemlerden biri de ergenlik dönemidir. Söz konusu dönem, gerek gelişim gerekse din psikolojisi açısından kendine özgü karakteristiği itibarıyla diğer gelişim dönemlerinden oldukça farklı bir profil çizmektedir. İşte bu farklılık, beni bu dönem üzerinde çalışmaya sevk etti. Dönemle ilgili çalışmam, muhtevassından da anlaşılacağı gibi din-ruh sağlığı ilişkisini konu alan bir saha araştırması karakteri taşımaktadır. Dua ve ibadetlerin yani dinin ritüalistik boyutunun, bireylerin ruh sağlıkları üzerindeki etkilerini konu alan bu tarz çalışmalar, Türkiye’de sınırlı da olsa yapılmıştır. Ancak sözü edilen konu, gelişim dönemlerinden sadece ergenlik dönemiyle sınırlandırılarak daha önce araştırılmamıştır. Bu çalışmam, belki bu yönüyle diğer çalışmalardan bir farklılık ve önem arz etmektedir diye düşünüyorum. Ayrıca, dinî inanç ve ibadetlerin bireylerin ruh sağlıkları üzerine olan etkilerini konu alan çalışmaların, bütün gelişim dönemleri üzerinde ayrı ayrı yapılmasını da ümit ediyorum. Bu bağlamda bu çalışmamın belirli bir gelişim dönemi perspektifinde teorik ve ampirik bir çerçeve çizmesi yönüyle de bundan sonraki herhangi bir gelişim dönemi üzerinde konuyla ilgili yapılacak çalışmalara ışık tutacağı inancındayım.

Her bilimsel çalışmada olduğu gibi yorucu bir sürecin ürünü olarak ortaya koymaya çalıştığım ve mükemmellik iddiası taşımayan bu çalışma sürecinde de, maddî ve manevî bir takım güçlüklerle karşılaştım. Ancak karşılaştığım bu güçlüklerin aşılmasında engin bilgisi ve değerli tecrübelerinden ziyadesiyle istifade ettiğim saygıdeğer hocam ve aynı zamanda tez danışmanım olan Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi ABD Öğretim Üyesi Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ Bey’e şükranlarımı arz ederim. Ayrıca akademik çalışmalarım boyunca maddî-manevî yardımlarını esirgemeyen değerli eşime; araştırmamın ampirik kısmıyla ilgili istatistiksel tekniklerin uygulanması ve değerlendirilmesi konusunda yardımcı olan Uludağ Üniversitesi İktisadî ve İdarî Bilimler Fakültesi Ekonometri Bölümü Ekonometri ABD Öğretim Üyesi Prof. Dr. Mustafa SEVÜKTEKİN ve Uludağ Üniversitesi İktisadî ve İdarî Bilimler

Fakültesi Ekonometri Bölümü İstatistik ABD Araştırma Görevlisi Özer ARABACI Bey'e; çalışmamın ruh sağlığı bölümüyle ilgili olarak değerlendirmelerinden istifade ettiğim Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri ABD Öğretim Üyesi Prof. Dr. Suna TANELİ Hanımefendi'ye; araştırmamın teorik çerçevesinin çizilmesinde fikirlerinden yararlandığım Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi İDÖB Öğretim Görevlisi Akif HAYTA ve Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi ABD Öğretim Görevlisi Dr. İbrahim GÜRSES Bey'e; araştırmamın gerek teorik gerekse ampirik metninin imlâ kontrollerini yapan edebiyat öğretmeni arkadaşlarım Ali DOĞRU ve Fatih KOCAAĞA Bey'e; meslek hayatım boyunca akademik çalışmalarım için her türlü manevî desteğini esirgemeyen Bursa İl Müftülüğü Şube Müdürü Mustafa YAVUZ Bey'e; araştırmamın maddî finansmanının bir kısmını sağlayan TANTAŞ AŞ.'nin sahibi Durmuş DURMAZ, PAKKENS AŞ.'nin sahibi Erdoğan ÇÜMEN, HAS KALIP AŞ.'nin sahibi Harun MASATOĞLU ve KATAY TEKSTİL LTD. ŞTİ.'nin sahibi Ömer TALAŞ Bey'e; çalışmamın itina ile çoğaltılmasında ve ciltletilmesinde emeği geçen DENİZ KAĞITÇILIK AŞ.'den Kâmil TÜZEL ve EMİN FOTOKOPİ'nin sahibi Emin ÖZDAMAR Bey'e; son olarak ise çalışmamın ampirik bölümüyle ilgili anket uygulamasında bana yardımcı olan orta öğretim kurumu öğretmenlerime ve anketi titizlikle cevaplayan tüm ergen kardeşlerime ayrı ayrı teşekkür ederim.

Din-ruh sağlığı ilişkisini incelemeye çalışan akademik araştırmalar halkasında yer alan bu araştırmamda dua ve ibadet gibi dinî pratiklerin ergenlerin ruh sağlıkları üzerindeki etkilerini incelemeye çalıştım. Bilimsel etik açısından hemen şunu da belirtmeliyim ki, bu çalışmamda elde ettiğim sonuçlar hiçbir durumda zaman ötesi bir özelliğe sahip değildir. Tam aksine elde edilen bu verilerin değiştirilmesi, geliştirilmesi ve düzeltilmesi daima mümkündür, hatta zorunludur. Her bilimsel çalışmanın olduğu gibi bu çalışmamın da mutlaka eksik yönleri vardır. Bunların hoş görüyle karşılanacağını ümit ederek dar ve sınırlı imkanlar ve zaman içerisinde tamamlayabildiğim bu çalışmamın, konuyla ilgili yapılacak olan yeni çalışmalara faydalı olması dileğimle...

Mustafa KOC
BURSA-2002

İÇİNDEKİLER

	<u>sh.</u>
ÖNSÖZ	I
İÇİNDEKİLER	III
TABLolar, ŞEKİLLER VE GRAFİKLER LİSTESİ	VI
KISALTMALAR	VIII
GİRİŞ	
a. Konu.....	2
b. Amaç.....	3
c. Yöntem.....	5
d. Daha Önce Konuyla İlgili Yapılan Araştırma ve Sonuçları Hakkında Kısa Bilgiler ve Değerlendirmeler.....	5
e. Temel Kavramların Tanımlanması.....	7

[TEORİK ÇERÇEVE]

I. BÖLÜM

ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA-İBADET PSİKOLOJİSİ VE RUH SAĞLIĞI

A. GELİŞİM PSİKOLOJİSİ AÇISINDAN ERGENLİK DÖNEMİ	10
a.a. Ergenlik Dönemi Nedir?.....	10
a.b. Ergenlik Döneminde Kişilik ve Kimlik Gelişimi.....	12
a.b.a. Kişilik ve Kimlik Kavramları.....	12
a.b.b. Ergenlik Döneminde Kişilik ve Kimlik Gelişimi.....	14
a.c. Ergenlik Döneminde Ruh Sağlığı Gelişimi.....	19
B. DİN PSİKOLOJİSİ AÇISINDAN ERGENLİK DÖNEMİ	23
b.a. Ergenlik Döneminde Dinî Duygu ve Düşünce Gelişimi.....	23
b.b. Ergenlik Döneminde Dinî Tutum ve Davranış Gelişimi.....	26
b.c. Ergenlik Döneminde Ahlâkî Gelişim.....	29
C. ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA ve İBADET PSİKOLOJİSİ	33
c.a. Dua ve İbadet Psikolojisi.....	33
c.b. Ergenlerin Dua ve İbadet Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları.....	38
c.b.a. Ergenlerin Dua Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları.....	38

c.b.b. Ergenlerin İbadet Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları.....	40
c.c. Ergenlik Döneminde Dua ve İbadet Psikolojisinin Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri.....	43
c.c.a. Duanın Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri.....	43
c.c.b. İbadetin Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri.....	44
D. ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA ve İBADET PSİKOLOJİSİNİN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ.....	46
d.a. Ruh Sağlığı Nedir?.....	46
d.a.a. Stresin Tanımı.....	49
d.a.b. Kaygının Tanımı.....	53
d.a.c. Depresyonun Tanımı.....	57
d.b. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua ve İbadet.....	60
d.b.a. Başa Çıkma Metodu Nedir?.....	60
d.b.b. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua.....	64
d.b.c. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak İbadet.....	67
d.c. Dua ve İbadet Psikolojisinin Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri.....	68
d.c.a. Duanın Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri.....	70
d.c.b. İbadetin Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri.....	73
d.c.c. İbadetin Ergenin Beden Sağlığı Üzerindeki Etkileri.....	76

[AMPİRİK KISIM]

II. BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ANKET SONUÇLARI VE DEĞERLENDİRİLMESİ

A. ANKET HAKKINDA GENEL BİLGİLER.....	79
a.a. Hipotezler.....	79
a.b. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçları.....	81
a.b.a. Araştırma Metodu.....	81
a.b.b. Verilerin Toplanması.....	81
a.b.c. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması.....	82
a.c. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubu ve Özellikleri.....	83
a.c.a. Evren ve Örneklem.....	83
a.c.b. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgiler.....	85

B. ANKET SONUÇLARI ÇERÇEVESİNDE TABLOLAR, GRAFİKLER VE DEĞERLENDİRİLMESİ	94
b.a. “Cinsiyet” Değişkenine Göre.....	94
b.b. “Yaş” Değişkenine Göre.....	100
b.c. “Sosyo-Ekonomik Düzey” Değişkenine Göre.....	102
b.d. “Okul Türü” Değişkenine Göre.....	103
b.e. “Dinî İnanç Düzeyi” Değişkenine Göre.....	111
b.f. “Dua Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre.....	123
b.g. “Dua Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre.....	127
b.h. “İbadet Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre.....	132
b.h.a. “Namaz Kılma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre.....	132
b.i. “İbadet Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre.....	136
C. YORUM VE TARTIŞMA	141
c.a. Hipotezlere İlişkin Elde Edilen Veriler.....	141
c.b. Hipotezlerin Dışında Elde Edilen Veriler.....	157
SONUÇ	160
BİBLİYOGRAFYA	164
EKLER	178
Ek-1: Araştırmanın Ampirik Sonuçlarına İlişkin Ek Tablo ve Grafikler	
Ek-2: Anket Formu	
Ek-3: Deneklerin Kendilerine Uygulanan Anket Hakkındaki Görüşleri	
Ek-4: Araştırma Modeli	
Ek-5: - Ergenlik Psikolojisi	
- Dinî İnanç, Dua ve İbadet Psikolojisi	
- Ruh Sağlığı (Stres, Kaygı) Üzerine Yapılan Çeşitli Araştırmaların	
Sonuç-Değerlendirme Tablo ve Şekilleri	

TABLolar, ŞEKİLLER VE GRAFİKLER LİSTESİ

I. BÖLÜMDEKİ TABLolar VE ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>sh.</u>
Tablo-1 Yaşam boyu görülen ruhsal bozuklukların oranı.....	49
Tablo-2 Bireyin stres karşısındaki tepki çeşitleri ve belirtileri.....	50
Şekil-1 Bireyin yaşam çizgisi.....	11
Şekil-2 Kişiliğın sosyo-psikolojik ve biyolojik alan dinamikleri.....	13
Şekil-3 Ergenlerin yaşadığı psikolojik çatışma durumu.....	26
Şekil-4 Dine dönüş yaşı.....	29
Şekil-5 Genç erkekler ve kızların değer profilleri.....	31
Şekil-6 Bireyin kutsal varlığa yaklaşması ve onunla iletişim kurması.....	34
Şekil-7 Dua tecrübesinin çift yönlü iletişimi.....	35
Şekil-8 Tövbenin psikolojik işleme mekanizması.....	37
Şekil-9 Strese karşı fizyolojik tepkiler (savaşma ya da kaçma tepkisi).....	50
Şekil-10 Stresli olayların ciddiyetini belirleyen faktörler.....	52
Şekil-11 Bireyin kendisi için olumlu stres düzeyi.....	52
Şekil-12 Kaygı düzeyiyle öğrenme arasındaki ilişki.....	55
Şekil-13 Depresyonun azalmış pekiştirme modeli.....	57
Şekil-14 Savunma mekanizmalarının birey üzerindeki geçici olarak yaptığı yatıştırıcı fonksiyonun işleme mekanizması.....	61
Şekil-15 Başa çıkma metotlarının işleme mekanizması.....	61
Şekil-16 Dinî başa çıkma metotlarının işleme mekanizması.....	65
Şekil-17 Dua ve ibadet psikolojisinin ergenin ruh sağlığı üzerindeki etkileri.....	70

II. BÖLÜMDEKİ TABLOLAR VE GRAFİKLER LİSTESİ

sh.

Tablo-1 -- Tablo-8	Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgilerle İlgili Tablolar.....85-93
Tablo-b.a/1 -- Tablo-b.a/6	“Cinsiyet” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....94-100
Tablo-b.b/1 -- Tablo-b.b/2	“Yaş” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....100-102
Tablo-b.c/1	“Sosyo-Ekonomik Düzey” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....102-103
Tablo-b.d/1 -- Tablo-b.d/7	“Okul Türü” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....103-110
Tablo-b.e/1 -- Tablo-b.e/12	“Dinî İnanç Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....111-122
Tablo-b.f/1 -- Tablo-b.f/4	“Dua Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....123-126
Tablo-b.g/1 -- Tablo-b.g/5	“Dua Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....127-131
Tablo-b.h.a/1 -- Tablo-b.h.a/4	“Namaz Kılma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....132-135
Tablo-b.ı/1 -- Tablo-b.ı/5	“İbadet Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Tablolar.....136-140
Grafik-1 -- Grafik-8/2	Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgilerle İlgili Grafikler.....85-93
Grafik-b.a/1 -- Grafik-b.a/6	“Cinsiyet” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....95-100
Grafik-b.b/1 -- Grafik-b.b/2	“Yaş” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....101-102
Grafik-b.c/1	“Sosyo-Ekonomik Düzey” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....103
Grafik-b.d/1 -- Grafik-b.d/7	“Okul Türü” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....104-110
Grafik-b.e/1 -- Grafik-b.e/12	“Dinî İnanç Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....111-122
Grafik-b.f/1 -- Grafik-b.f/4	“Dua Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....122-126
Grafik-b.g/1 -- Grafik-b.g/5	“Dua Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....127-131
Grafik-b.h.a/1 -- Grafik-b.h.a/4	“Namaz Kılma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....132-135
Grafik-b.ı/1 -- Grafik-b.ı/5	“İbadet Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre Oluşturulan Grafikler.....136-140

KISALTMALAR**GENEL KISALTMALAR**

ABD	: Ana Bilim Dalı
a.g.e.	: Adı geçen eser
a.g.m.	: Adı geçen makale
a.g.md.	: Adı geçen madde
a.g.tez	: Adı geçen tez
ark.	: Arkadaşları
arşt.	: Araştırma
Bkz.	: Bakınız
C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
Der.	: Derleyen
Düz.	: Düzenleyen
Ed.	: Editör
Hz.	: Hazreti
Haz.	: Hazırlayan
ISBN	: International Series Book Number
İ.F.D.	: İlahiyat Fakültesi Dergisi
İng	: İngilizcesi
Krş.	: Karşılaştırmız
PIS	: Psikoloji
S.	: Sayı
sh.	: Sayfa
v.b.	: Ve benzeri
%	: Yüzde

KURUMLAR İLE İLGİLİ KISALTMALAR

A.İ.T.İ.A.	: Ankara İktisadî ve Ticarî İlimler Akademisi
A.Ü.	: Ankara Üniversitesi
A.Ü.A.Ö.F.	: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi
D.E.Ü.	: Dokuz Eylül Üniversitesi
E.Ü.	: Erciyes Üniversitesi
EKEV	: Erzurum Kültür Eğitim Vakfı
E.Ü.E.F.	: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi
H.Ü.	: Harran Üniversitesi
İ.B.B.K.İ.D.B.	: İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür İşleri Daire Başkanlığı
İ.F.	: İlahiyat Fakültesi
İFAV	: İlahiyat Fakültesi Vakfı
İSAV	: İslâmî İlimler Araştırma Vakfı
İ.Ü.	: İnönü Üniversitesi
MEB	: Millî Eğitim Bakanlığı
O.M.Ü.	: Ondokuz Mayıs Üniversitesi
ÖSYM	: Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi
S.D.Ü.	: Süleyman Demirel Üniversitesi
S.Ü.	: Selçuk Üniversitesi
S.B.T.S.H.G.M.	: Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
TPD	: Türk Psikoloji Derneği
U.Ü.	: Uludağ Üniversitesi
YÖK	: Yüksek Öğretim Kurulu



GİRİŞ

a. Konu

Diğer gelişim dönemleri gibi, ergenlik dönemi de gerek gelişim psikolojisi gerekse din psikolojisi açısından değişik yönlerden ele alınıp incelenebilir. Bu bağlamda gelişim psikolojisi açısından temelde ergenliğe, fizyolojik anlamda bedensel ve cinsel gelişim; sosyolojik anlamda toplumsal gelişim; psikolojik anlamda ise duygusal gelişim, kişilik gelişimi, mesleğe yönelme ve ruh sağlığı gelişimi gibi farklı açılardan yaklaşılabilir. Bu çalışmanın teorik çerçevesinde gelişim psikolojisiyle ilgili olarak, dönemin sadece konuyu direkt ilgilendiren yönleri yani, kişilik ve kimlik gelişimi ile ruh sağlığı gelişimi kısaca ele alınmıştır. Çalışılan konu, muhteva ve bilim dalı olarak din psikolojisi ile ilgili olduğu için, adı geçen bilim dalı açısından ergenlik dönemi gelişim psikolojisine oranla daha geniş bir çerçevede incelenmeye çalışılmıştır.

Yapılan araştırma, bir alan araştırması niteliği taşıdığı için genel olarak teorik ve ampirik olmak üzere iki bölümle sınırlandırılmıştır. İlk aşamada teorik çerçeveye ilgili olarak, yukarıda yüzeysel biçimde değinildiği gibi, gelişim psikolojisi açısından kısaca ergenlik dönemi tanımlanmış hemen akabinde ise, bu dönemdeki kişilik ve kimlik gelişimine yer verilerek, asıl araştırmayla ilgili bilim dalı olan din psikolojisi açısından ergenlik döneminde dinî duygu ve düşünce gelişimi, dinî tutum ve davranış gelişimiyle, ahlakî gelişim ele alınmıştır. Daha sonra psikolojik bağlamda dua ve ibadet kavramları açıklanarak, ergenlerin dua ve ibadet karşısındaki tutum ve davranışlarına değinilmiştir. Araştırmada dua ve ibadet kavramlarının sınırlandırılması ise şöyle yapılmıştır: Dua; ibadet içinde veya dışında, her zamanda ve zeminde yapılan dualar ile sınırlandırılırken ibadet ise; -özellikle ergenlerin yapabilecekleri ibadetler göz önünde bulundurularak- başta namaz kılma olmak üzere oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma ve tövbe etme ile sınırlandırılmıştır. Görüldüğü gibi teorik çerçevedeki kavramsal sınırlamalarda, dua kavramının sınırı, ibadet kavramına göre daha geniş tutulmuştur. Ardından dua ve ibadet psikolojisinin ergenlerin kişilik ve kimlik gelişimine olan etkileri ifade edilmiş ve son olarak da, ergenlik döneminde dua ve ibadet psikolojisinin ruh sağlığı üzerindeki etkileri, gerek teorik çalışmalardan gerekse konuyla ilgili yapılan araştırmaların ampirik veri sonuçları kullanılarak detaylı bir biçimde değerlendirilmeye çalışılmıştır. Ancak ruh sağlığı ile ilgili yapılan bu değerlendirmelerde, ruh sağlığı kavramı da; stres, kaygı ve depresyon ile sınırlı tutularak bu bağlamda araştırmanın teorik çerçevesi tamamlanmıştır.

İkinci aşamada ise, araştırmanın ampirik kısmını oluşturan anket uygulamasına yer verilmiştir. Anket soruları hazırlanırken yukarıdaki kavramsal sınırlılıklar göz önünde bulundurulmuş ancak araştırmanın teorik kısmındaki ruh sağlığı çerçevesinde değerlendirilen depresyon rahatsızlığının, biyolojik kökenlerinin olabileceği ihtimali ile stres ve kaygıdan

karakter itibariyle farklı olduğu için söz konusu rahatsızlık anket sorularından çıkarılmış ve sorular da, araştırmanın hipotezleri baz alınarak, bu sınırlılıklarda oluşturulmuştur. Anket, araştırmanın proje aşamasında belirlenen okullarda uygulanmıştır. Dolayısıyla anket çalışması, belirlenen pilot okullarda öğrenim gören ergenlerle ve denek sayılarıyla sınırlı tutulmuştur. Ampirik bölümle ilgili biraz daha genel bir çerçeve çizilecek olursa; araştırmanın evreni, sadece Türkiye’de orta öğrenim gören ergenlerle sınırlı tutulmuştur.

Kısaca araştırılan döneme ve konuya ilişkin sınırlılık anlamında genel bir çerçeve çizildikten sonra bu araştırmadaki problemler şu şekilde ifadelendirilebilir:

-Ergenlerin dinî duygu ve düşünce gelişimleriyle dinî tutum ve davranışlarının gelişimleri nasıl bir seyir izlemektedir?

-Ergenlerin dua ve ibadet karşısındaki tutum ve davranışları nasıl olmuştur?

-Ergenlerdeki dua ve ibadet psikolojisi, onların kişilik ve kimlik gelişimini hangi ölçüde etkilemektedir?

-Ergenlerdeki dua ve ibadet psikolojisinin, gerçekten ifade edildiği gibi onların ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkileri var mı? Varsa bu olumlu etkiler nelerdir?

-Ergenler dua ve ibadeti dinî başa çıkma metodu olarak kullanırlar mı? Şayet kullanırlarsa hangisini daha çok kullanırlar?

-Ergenler ibadetlerini yerine getiremedikleri zaman dinî suçluluk ve günahkarlık duygularına kapılırlar mı? Şayet böyle bir durum varsa, bu durumu kendi iç dünyalarında nasıl yapılandırırlar?

-Araştırmadaki teorik bilgilerin ve ampirik verilerin değerlendirilmesi sonucunda hipotezlerin doğrulanma düzeyleri nasıldır?

-Araştırmanın teorik kısmı ile yapılan anketin sonuçları ne derece örtüşmektedir?

Araştırmanın teorik çerçevesi ve ampirik kısmı, bu ve benzeri problemler dahilinde yürütülmüştür.

b. Amaç

Hangi gelişim dönemine ait olursa olsun, her çeşit tedavinin gayesi bireyin hayatını korumaya, intizama sokmaya ve mükemmelleştirmeye yöneliktir. Bu gayenin ise maddî ve manevî olmak üzere iki yönü vardır. Bu bağlamda, bugünkü modern tıpta, fiziksel sağlığın psikolojik faktörlere ne kadar bağlı olduğu gittikçe daha çok kabul gören bir durumdur. Dolayısıyla yalnız psikiyatr ve psikoterapistler değil, tedaviyle ilgilenen her uzmanlık alanı, söz konusu iki yönü de beraberce değerlendirip, bir bütün olarak dikkate almalıdırlar. İşte bu çalışma, “ergenlik dönemindeki ruh sağlığına, dinî inanca bağlı olarak yapılan dua ve

ibadetlerin psikolojik açıdan faydası olduğu” teziyle bir anlamda, yakın zamana kadar Batı’da ve Türkiye’de bireyin ruh sağlığını iyileştirmeye yönelik yapılan çalışmalardaki manevî yönün ihmal edilmesine bir alternatif olarak yapılmıştır. Gerek ergenlik döneminde gerekse diğer gelişim dönemlerinde dua ve ibadetin, bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkileriyle ilgili her ne kadar mevcut alan araştırmaları ve teorik değerlendirmeler sonucunda bazı bilgiler edinilmişse de henüz yeterli düzeye ulaşılamamıştır.¹ Dolayısıyla bu araştırmanın amaçları arasında, sözü edilen konu hakkındaki yeterlik düzeyine bir katkı sağlama isteği de vardır.

Bu çalışmada, yukarıda konu ve problemi sınırlandırırken de belirtildiği gibi incelenen konu, gelişim psikolojisi ve psikopatolojik anlamda ruh sağlığını ele alan kaynaklardan yararlanılarak din psikolojisi düzleminde ele alınmıştır. Bu amaçla cevaplandırılan sorular şunlardır:

-Gelişim ve din psikolojisi açısından ergenlik döneminin diğer gelişim dönemleri içindeki genel değerlendirmesi nasıldır?

- Ergenlik döneminde dua etme ile ibadet etme arasında, ne gibi bir ilişki düzeyi vardır ve bu tespit edilen ilişkinin ergenin tutum ve davranışlarına, daha genel ifadeyle ruh sağlığına yansımaları nasıl olmaktadır?

Araştırmadan elde edilen teorik bilgiler ve ampirik veri sonuçlarıyla özellikle;

-Ergenlik döneminde dinî duygu, düşünce, inanç, tutum ve davranış gelişimiyle ilgili temel problemlerin neler olduğu ve ne gibi faktörlerin bu gelişim süreçleri üzerinde etkili olduklarının belirtilmesi;

-Ergenlerin, kendileriyle ve çevreleriyle uyumlu bir hayat sürmeleri için ruh sağlıklarını korumaya yönelik dua ve ibadetin ne gibi faydalarının olabileceğinin araştırılması;

-Bu dönemde dua ve ibadet etmenin kişilik ve kimlik oluşumuna nasıl katkı sağlayabileceğinin tespit edilmesi;

-Özellikle ampirik kısımda, ergenlik döneminde yapılan ibadetin ve edilen duanın, ergenlerin ruh sağlıklarını tehdit eden aşırı stres ve kaygı gibi olumsuz unsurları minimize veya nötralize etmedeki etki yüzdesinin saptanması;

-Araştırmanın teorik çerçevesinin sonunda ortaya çıkan tablonun, anket verilerinin değerlendirilmesiyle daha net bir duruma kavuşacağı hedeflenmiştir.

¹ Bu ve benzeri konularda din ve sosyal bilim alanlarında her hangi bir savın doğruluk ve geçerlilik düzeyinin artması, incelenen konuyla ilgili yapılacak ampirik araştırmaların çokluğuna bağlıdır. Bu bağlamda sosyal bilimlerde ampirik araştırmaların gerekliliği ve önemi için bkz. ÖZÖNDER, M., Cihat, “Sosyal-Kültürel İlimlerde Saha Araştırmalarının Ehemmiyeti”, Erol Güngör İçin (içinde), Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü Yayınları, No:79, Ankara-1988, sh. 97-102

c. Yöntem

Bu araştırma, din bilimleri içerisinde sınıflandırılan din psikolojisi bilim dalında bir alan araştırması olarak yapılmıştır. Dolayısıyla araştırmada, genel anlamda din psikolojisindeki metot açısından, bilgi toplama vasıta ve teknikleri olarak “anket tekniği”; elde edilen bilgiyi düzenleme ve yorumlama metodu olarak ise “fenomenolojik yorumlama (dinamik metot)² kullanılmıştır.

Psikolojide deneyin amacı, bireyin günlük tecrübelerini meydana getiren şartları neden-sonuç çerçevesinde tespit etmeye çalışmaktır.³ Bu amaçla bilimsel araştırma metot ve teknikleri açısından araştırmanın teorik çerçevesi “dokümantasyon metot ve teknikleri” ile; ikinci bölüm olan deneysel (ampirik) kısım ise; “tarama modeli (survey metodu)” içerisinde yer alan anket (survey) metodundaki “örneklem surveyi metodu”⁴ ile araştırılmıştır.

d. Daha Önce Konuyla İlgili Yapılan Araştırma ve Sonuçları Hakkında Kısa Bilgiler ve Değerlendirmeler

Hökekleli tarafından doktora tezi olarak yapılan “Ergenlik Çağı Gençlerinin Dinî Gelişimi”⁵ adlı çalışma bir alan araştırması karakteri taşımaktadır. Esas olarak dört bölümden oluşan bu çalışmanın birinci bölümünde, gelişim psikolojisinin verilerine dayanılarak normal bir ergenin gelişim özellikleri ortaya konmuş ve bu özelliklerin dinî hayat içindeki önemi belirtilmiştir. İkinci bölümde, ergenin dinî gelişimi bir bütün halinde incelenerek düşünce, duygu ve davranış bakımından dinî gelişimin esasları ve incelikleri ortaya konmaya çalışılmıştır. Üçüncü bölümde ise, dinî gelişimin niteliğini belirleyen unsurlar incelenmiş ve son bölümde, ergenlerin dinî bir tipolojisi çizilmiştir. Örneklemine çeşitli şehirlerden orta öğrenim öğrencilerinin oluşturduğu bu çalışmada, anket tekniği kullanılmış ve elde edilen veriler ayrı bir bölüm olarak değil, az önce zikredilen bölümler içerisinde yeri geldikçe kullanılmıştır.

2 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, Din Psikolojisi, TDV Yayınları, No:116, Ankara-1993, sh. 10-18; Ayrıca Psikolojik araştırmada metot ve içerik hakkında krş. HYMAN, Ray, Psikolojik Araştırmanın Niteliği, (Çev. Yılmaz ÖZAKPINAR), Selçuk Üniversitesi Yayınları, No:85, Konya-1990, sh. 1-6

3 Bkz. ZANGWILL, O., L., Modern Psikolojinin Gelişimi, (Çev. Yılmaz ÖZAKPINAR), Selçuk Üniversitesi Basımevi, Konya-1988, sh. 15

4 Bkz. ARSLANTÜRK, Zeki, Sosyal Bilimciler İçin Araştırma Metot ve Teknikleri, İFAV Yayınları, No:103, 2. Baskı, İstanbul-1995, sh. 64-75,85-92; GÜRSAKAL, Necmi, Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, Marmara Kitabevi, Bursa-1997, sh. 16; BİLGİSEVEN, Amiran, K., Sosyal İlimler Metodolojisi, Filiz Kitabevi, 4. Baskı, İstanbul-1994, sh. 203-239; KARASAR, Niyazi, Araştırmalarda Rapor Hazırlama, 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Yayınları, 7. Baskı, Ankara-1994, sh. 33-35

5 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, Ergenlik Çağı Gençlerinin Dinî Gelişimi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1983, IV+146+IV sh.

Çalışmada sonuç olarak, ergenlik döneminin dinî uyanış dönemi olduğu ve dinî gelişim açısından sabit bir profil çizmediği, kendi içindeki yaşlara göre de farklılıklar gösterdiği ifade edilmiştir.

Doğan tarafından yapılan “Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri”⁶ adlı bir diğer tez çalışması da alan araştırması olarak yapılmıştır. Araştırmada, kısaca duanın birey üzerindeki psikolojik ve psikoterapik etkileri incelenmiştir. İki temel bölümden oluşan araştırmanın birinci bölümünde duanın tanımı yapılmış ve psikolojik etkileri anlatılarak teorik bir çerçeve çizilmiştir. İkinci bölümde ise, Türkiye'nin üç ilinde, farklı gelişim dönemlerine ait değişik yaş gruplarından elde edilen örnekleme uygulanan anketin sonuçları, tablolarla anlatılarak yorumlanmıştır. Sonuç olarak, dinî pratikler içinde değerlendirilen dua davranışının bireyin psikolojisi üzerinde ruh sağlığını iyileştirici psikolojik ve psikoterapik etkilerinin olduğu tezi ispatlanmaya çalışılmıştır. Araştırmanın ekler bölümünde ise, duanın psikolojik etkilerini gösteren örnek olaylar anlatılmıştır.

Ünal tarafından yüksek lisans tezi olarak yapılan “Dinî İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi”⁷ isimli bu çalışma da önceki tanıtılan çalışmalar gibi ampirik bir araştırmadır. Araştırmada dinî inanç, ibadet ve dua ile umutsuzluk arasındaki ilişki ele alınmıştır. Modern yaşamdaki hızlı toplumsal değişimlerden en çok ve çabuk etkilenen, aynı zamanda umut ve umutsuzluk duygularını en yoğun şekilde yaşayan kesim gençler olduğu için araştırma evreni olarak yüksek öğrenim gençliği seçilmiştir. İki ana bölüm halinde ele alınan çalışmanın birinci bölümünde; umut, umutsuzluk ve din kavramlarının gençlik alanı ile sınırlı olarak ilişkileri kavramsal analiz çerçevesinde değerlendirilmeye çalışılmıştır. İkinci bölümde anketten elde edilen veriler tablolar halinde düzenlenip yorumlanmıştır. Sonuç bölümünde ise, umutsuzluk ile dinî inanç, ibadet ve dua arasında varsayıldığı gibi bir ilişkinin gerçekten olup-olmadığı, şayet varsa ne tür bir ilişki olduğu ortaya konmaya çalışılmıştır.

Şentürk tarafından, orijinali doktora tezi olarak yapılan “İbadet Psikolojisi -Hz. Peygamber Örneği-”⁸ adlı bu çalışma tamamıyla teorik bir çalışmadır. Din psikolojisi alanında Türkiye’de sadece ibadet psikolojisi üzerine yapılan ender teorik çalışmalardan biridir. Eserin muhtevasında; inanç ve ibadet ilişkisi, ibadetin dinî ve psikolojik anlamı, Hz. Peygamber’de dinî hazırlık ve ibadet anlayışı gibi konular yer almıştır. Ancak isminden de anlaşılacağı üzere bu eserde ibadet psikolojisi, Hz. Peygamber’in yaşantısı temel alınarak sınırlandırılmaya

6 Bkz. DOĞAN, Mebrûre, Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1997, X+111sh., [YÖK Tez No: 62711]

7 Bkz. ÜNAL, Nurten, “Dinî İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1998, X+177sh.

8 Bkz. ŞENTÜRK, Habil, İbadet Psikolojisi, İz Yayıncılık, No:323, İstanbul-2000, 138 sh.

çalışılmıştır. Sonuç olarak, Hz. Peygamber'in ibadetinin, onun hayatının bütünü içerisinde bir denge unsuru olduğu, bu sebeple kendi içinde ve sosyal çevrede tam uyum sağlayan sağlıklı bir şahsiyet yapısını ortaya koyduğu ifade edilmiştir.

e. Temel Kavramların Tanımlanması

Gelişim Psikolojisi (İng. Developmental Psychology): Bireyin büyümesine ve gelişmesine paralel olarak davranış ve bilişsel sisteminde meydana gelen değişiklikleri inceleyen psikoloji alt bilim dalıdır.⁹

Din Psikolojisi (İng. Psychology of Religion): Dinî fenomenleri araştıran bir insan bilimi olan Din psikolojisi, genel eğilim itibariyle dini, psikolojik bir bakış açısıyla inceleyerek bireyin ruhsal yaşayış ve davranışları içerisinde dinî nitelik taşıyan her unsuru inceleme konusu yapar. Hareket noktası birey olduğundan dinî ilimlerden farklı bir bakış açısına sahiptir. Bu bağlamda bireyin dinî yaşayış ve davranışlarının gerek yapı ve muhtevasını gerekse buna katılan ruhsal fonksiyon ve süreçlerini bir bütün olarak ele alır ve psikoloji biliminin çeşitli alanlarında kullanılan metot ve tekniklerini kullanır.¹⁰

Ergenlik Dönemi (İng. Adolescence Period): Çocukluk ve yetişkinlik arasında yer alan ve özellikle cinsel olgunluğa erişildiği için cinsel iç güdünün serpiildiği, toplumsal ilgi ve özgürlük taleplerinin zirveye ulaşmış kişisel eğilimlerin belirginlik kazandığı bir gelişim dönemidir.¹¹

Dua (İng. Prayer): Bireyin kutsal varlıkla mahrem bir psikolojik ilişki kurarak ondan - genellikle- yardım talep etmesidir. Konusu ne olursa olsun dua bireyin, kendini muhtaç ve arzulu olarak gördüğü; kutsal varlığı ise, kendi ihtiyaçlarını karşılayacak durumda olan bir varlık olarak kabul ettiği, dua esnasında kutsalın kendini işittiğine inanıp güvendiği ve mahiyeti itibariyle de birbiriyle açıkça denk olmayan bir ilişki içerisindeki iletişimidir.¹²

İbadet (İng. Worship): Bireyin kutsal varlıkla kurduğu tabiatüstü ilişkinin dışarıdan gözlenebilen spontane sözler, jest ve davranışlar şeklindeki tezahürleridir. Genel anlamda ibadet kavramı, kutsal zaman ve mekanlara saygı, dünya düzeni ve kutsalın iradesinin geniş bir yorumu sonucunda girilen bazı eylemler ve belli bir amaca ulaşmak için yapılan basit törenler

9 Bkz. GÜNEY, Salih, Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü, Ocak Yayınları, Ankara-1998, sh. 111

10 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 6-7

11 Bkz. GÜRÜN, O., A., Psikoloji Sözlüğü, İnkılap Kitabevi, İstanbul-1996, sh. 46

12 Bkz. PEKER, Hüseyin, Din psikolojisi, Sönmez Matbaası, Samsun-1993, sh. 69; HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 212

(dua, kurban vb.) olmak üzere çok daha geniş bir yelpazedeki davranış ve pratikler sistemini ifade eder.¹³

Ruh Sağlığı (İng. Mental Health): Bireyin kendi kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir uyum, denge ve barış içinde olması durumudur. Bireyin bu sürekli dengesi ve uyumu statik bir yapıda olmayıp dinamik bir karakter sergiler. Bu bağlamda bireydeki bir çok yakınma ve belirtilerin, ruhsal bozukluk sınırı içinde olduğunu söylemek oldukça zordur. Ancak uzun süren ve şiddetli olan sıkıntı, kaygı, kuşku, öfke vb. duygu bozuklukları ile coşku ve düşünce değişimleri, bireyin kendisiyle ve çevresiyle uyumu sağlayıp denge içerisinde olması durumunu yani ruh sağlığını bozar.¹⁴ Dolayısıyla ruh sağlığı için yapılan tanım ve değerlendirmeler aslında, bir ölçüde ruhsal rahatsızlık kavramı için de geçerlidir.



13 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 233

14 Bkz. KÖKNEL, Özcan; ÖZUĞURLU, Kurban, Tıpta Ruh Bilim, Taş Matbaası, 2. Baskı, İstanbul-1983, sh. 127

[TEORİK ÇERÇEVE]

I. BÖLÜM

ERGENLİK DÖNEMİNDE
DUA - İBADET PSİKOLOJİSİ
VE
RUH SAĞLIĞI

A. GELİŞİM PSİKOLOJİSİ AÇISINDAN ERGENLİK DÖNEMİ

a.a. Ergenlik Dönemi Nedir?

Genelde tüm gelişim dönemleriyle özelden ise ergenlik dönemiyle ilgili birbirine benzer fakat farklı bakış açılarıyla yapılmış bir çok tanım vardır. Burada ergenlik dönemiyle ilgili ön bilgi verilmesi amacıyla birkaç tanım yapılmıştır. Kısaca ergenlik (ing. adolescence), ilgili dönemin başlangıcından fizyolojik ve psikolojik anlamda erişkinliğe ulaşıncaya kadar geçen bir gelişim dönemi¹ veya buluş ile olgunluk dönemleri arasında yer alan 13 ile 20 yaşları arasındaki bir gelişim evresi,² olarak tanımlanabilir. Ergenlik psikolojisi çalışmalarının öncüsü kabul edilen G.S.Hall'a göre ise ergenlik dönemi, "fırtına ve stres" dolu bir dönemdir.³ Bu bağlamda diğer gelişim dönemlerine oranla "normal" bir ergenlik dönemini tanımlama imkanı yoktur. Ya da ergenliği "normal bir şizofreni dönemi" olarak kabul etmek gerekir. Söz konusu dönem, özellikle psikolojik açıdan ergenin kendisi için olduğu gibi anne-babası için de problemleri bir dönemdir.⁴ Aynı zamanda ergenlik, geçici bir rol kararsızlığı dönemidir. Bu dönemde çeşitli roller düşünülür, ülküler ve değerler denenip benimsenerek daha sonra terk edilir ve yenileri aranır.⁵ Bir süre önce benimsenen kesin değerlerden kısa bir süre sonra tamamen vazgeçilir. Bazen yıkıcılığa kadar giden kararlı bir bağımsızlık duygusu, bazen ise bebedeksi bir bağlılık duygusu gösterebilen ergen, sürekli olarak ileri-geri gidip gelir.⁶ Öte yandan ergenlik döneminin temel gereksinimlerinden biri akran grubunun onayına olan gereksinimdir. Ergenler bu dönemde şayet akran onayını ve yaptırımlarını kaybederlerse kendi başlarına kalabilirler.⁷

Genelde tüm gelişim dönemleri özelden ise ergenlik dönemi için, her ne kadar yaşla ilgili tanımlama ve sınırlamalar yapılsa da, bireylerin gelişim çizgileri net bir şekilde birbirinden

1 Bkz. BUDAK, Selçuk, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara-2000, sh. 269; ÜNLÜ, Sezen, Psikoloji, A.Ü.A.Ö.F. Yayınları, No: 259, Eskişehir-1993, sh. 77-78

2 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 95; Ayrıca döneme Freudçu bir bakış açısı için bkz. PENOT, Bernard, "Freudçu Öznenin İcadı ve Ergenlik, (Invention du Sujet Freudien et Adolescence)", (Çev. Özgür UÇKAN), Cogito Dergisi, Yüzyılın Psikanalizi (içinde), 3. Baskı, İstanbul-1998, S.9, sh. 147-150

3 Bkz. GANDER, Mary, J.; GARDINER, Harry, W., Çocuk ve Ergen Gelişimi, (Child and Adolescent Development), (Der. Bekir ONUR), İmge Kitabevi, 2. Baskı, Ankara-1995, sh. 404; Ayrıca bkz. EKŞİ, Aysel, "Psikolog ve Antropologların Görüş Açısından Gençlik Dönemi", Psikoloji Dergisi, Ankara-1979, S.1(8), sh. 10-11

4 Bkz. GEÇTAN, Engin, Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar, Remzi Kitabevi, İstanbul-1988, sh. 95

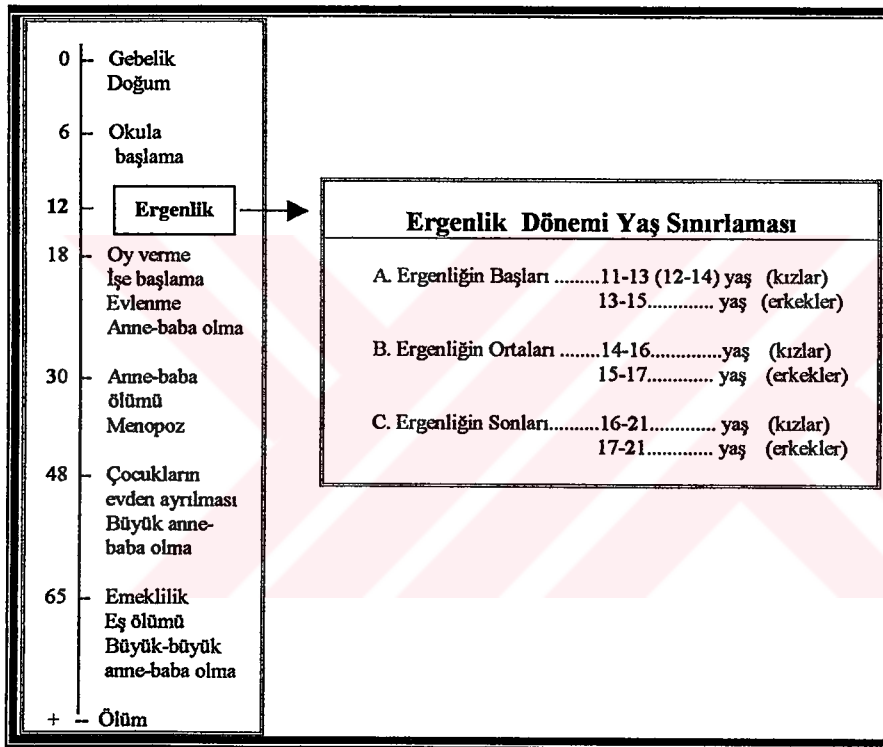
5 Bkz. JEAMMET, Philippe, "Ergenlik Sürecinde Hatanın Yeri", (Çev. Talat PARMAN), Defter Dergisi, İstanbul-2000, S.41, sh. 145

6 Bkz. GEÇTAN, Normal Dışı Davranışlar, sh. 93; WINNICOTT, D., W., Oyun ve Gerçeklik, (Playing and Reality), (Çev. Tuncay BİRKAN), Metis Yayınları, No:2, İstanbul-1998, sh. 178-181

7 Bkz. ADAMS, James, F., Ergenliği Anlamak, (Çev. Ali SÖNMEZ), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, sh. 33-34

ayrılmadığı için temelde böyle bir yaklaşım eksik bir yaklaşımdır. Ancak gelişim dönemlerinin bilimsel açıdan incelenebilmesi için öyle ya da böyle döneme özgü sınırlamaların yapılması da zorunludur (örnek için bkz. Şekil-1). Anlamlı bir kavram olarak ergenlik en iyi şekilde bireyin tüm gelişimini içeren geniş bir çerçevede ele alınabilir. Döneme bu açıdan yaklaşıldığında fizyolojik olgunlukla birlikte toplumsal açıdan sorumluluk yüklenme yönünde çocuğa bir zorlama yapıldığında ergenliğin başladığı söylenebilir. Elbette bu ölçü kullanılırken, dönemin başlangıcı ve sonu için bireysel farklar her zaman göz önünde bulundurulmalıdır.⁸

Şekil-1 Bireyin yaşam çizgisi⁹



Bugün, bireyin gelişim süreci açısından aslında uzatılmış bir ergenlikten söz etmek de mümkündür. Bu konumdaki ergenlik dönemine “gençlik dönemi” de denir. Bu uzayan ergenlik dönemi, dünyanın endüstrileşmiş ülkelerinde makineleşme ve otomasyon sonucu iş alanındaki istihdam problemleri ve kontrolsüz nüfus artışları sebebiyle gündeme gelmiştir.¹⁰ Ergenlik ve gençlik aynı dönemi ifade etmekle birlikte, ergenlik söz konusu dönemin psikolojik, gençlik de sosyolojik boyutunu yansıtır. Bu bağlamda “ergenlik ve gençlik” kavramları bazı çalışmalarda

8 Bkz. ADAMS, Ergenliği Anlamak, sh. 15-16

9 Bkz. ONUR, Bekir, Gelişim Psikolojisi, İmge Kitabevi, 3. Baskı, Ankara-1995, sh. 26; KULAKSIZOĞLU, Adnan, Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 2. Baskı, İstanbul-1999, sh. 33-34; Not: Şekilde önemli olayların yaşları ortalama olarak verilmiştir. Bu yaşlar önemli bireysel ve cinsel farklılıklar gösterebilir.

birbirinin yerine de kullanılmıştır.¹¹ UNESCO'nun tanımına göre genç; öğrenimine devam ettiği ve hayatını kazanmaya çalıştığı için ekonomik bağımsızlığını kazanmamış ve evli olmayan bireydir. Bu dönemin yaş sınırlaması ise sözü edilen kuruluşun tanımında 15-25; BM'nin tanımlamasında ise 12-25 yaşları arasındır.¹²

a.b. Ergenlik Döneminde Kişilik ve Kimlik Gelişimi

a.b.a. Kişilik ve Kimlik Kavramları

Ergenin kişilik ve kimlik gelişimine geçmeden önce, konu bütünlüğü açısından yararlı olacağı düşünülerek kişilik ve kimlik kavramları hakkında kısaca bilgi verilmiştir. Konuyla ilgili ilk kavram olan kişilik (ing. personality), bireyin fiziksel ve bilişsel özelliklerinde görülen farklılıkların onun düşünce ve davranışlarına yansımış biçimidir. Diğer bir ifadeyle kişilik, bireyi diğer bütün bireylerden ayıran ruhsal ve bilinçsel özelliklerin tümüyle;¹³ zihinsel, duygusal ve fizyolojik görünümünün bireydeki dinamik örgütlenmesidir. Bireyin kişiliği, kalıtımın yanı sıra sosyal çevrenin,¹⁴ dolayısıyla yetiştiği kültürün,¹⁵ biyolojik ve psikolojik etkilerin birleşmesiyle meydana gelir (ayrıca bkz. Şekil-2). Bu sözü edilen unsurlar bireyin kendine özgü, diğerlerinden farklı bütünsel yapısını belirler.¹⁶ Belirlenen bu bütünsel yapının biyolojik ekseninin dışındaki tüm faktörler kültür eksenlidir.¹⁷ Gerek kişilik kavramının kapsamının geniş olmasından, gerekse psikoloji biliminin gelişimi boyunca etkili olan ekollerin değişik yaklaşımlarından dolayı bu kavramın daha detaylı tanımlarında da farklılıklar görülür.¹⁸

10 Bkz. ADAMS, Ergenliği Anlamak, sh. 44

11 Bkz. ÖZBAY, Haluk; ÖZTÜRK, Emine, Gençlik, Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1995, sh. 11-23

12 Bkz. KULAKSIZOĞLU, Ergenlik Psikolojisi, sh. 33-35

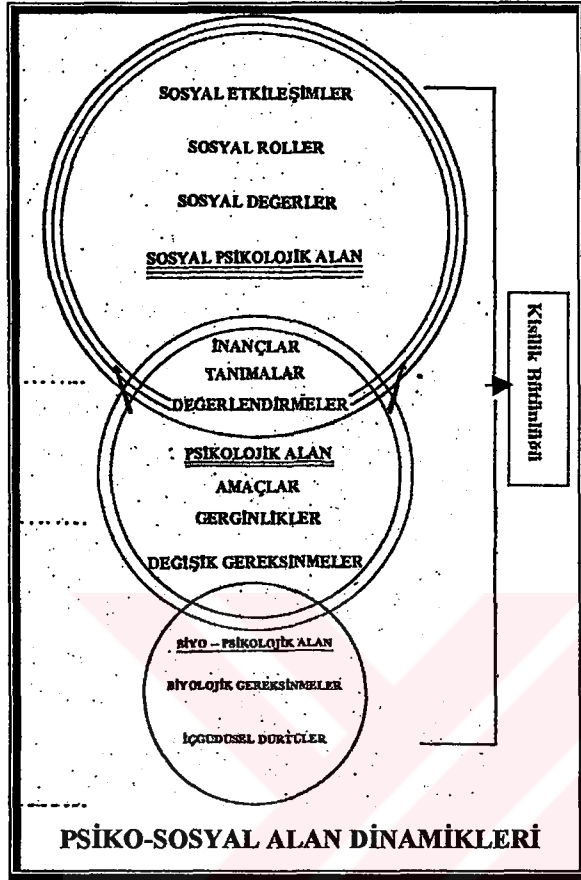
13 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 170; Ayrıca krş. FROMM, Erich, Kendini Savunan İnsan, (Man For Himself), (Çev. Necla ARAT), Say Yayınları, 4. Baskı, İstanbul-1994, sh. 58

14 Bkz. YÖRÜKAN, Turhan, Alfred Adler, Bireysel Psikolojisi, Sosyal Roller ve Kişilik, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, No:486, Ankara-2000, sh. 194-206

15 Bkz. WELLS, Calvin, Sosyal Antropoloji Açısından İnsan ve Dünyası, (Çev. Bozkurt GÜVENÇ), Remzi Kitabevi, No:17, 2. Baskı, İstanbul-1984, sh. 43-64

16 Bkz. GÜRÜN, Psikoloji Sözlüğü, sh. 86

17 Antropolojik bakış açısıyla krş. MALINOWSKI, Bronislaw, Bilimsel Bir Kültür Teorisi, (Eine Wissenschaftliche Theorie der Kultur), (Çev. Saadet ÖZKAL), Kabalcı Yayınları, No:21, İstanbul-1992, sh. 66-77

Şekil-2 Kişiliğin sosyo-psikolojik ve biyolojik alan dinamikleri ¹⁹

İkinci kavram ise kimlik kavramıdır. Kimlik (ing. identity), bireyin kendi benliği konusunda geliştirdiği öznel bir bütünlük, tutarlılık ve süreklilik duygusudur. Bu duygu, bedensel duyular ve imajlarla, anılarla, amaçlarla, değer yargılarıyla ve yaşananlarla olduğu kadar, bireyin ait olduğu cinsiyet, etnik, yaş, statü vb. toplumsal konumuyla ve başkalarının bireye ne gözle baktığına ilişkin inançlarla da şekillenir. Bu bağlamda bireyin kimlik arayışı gelişmenin temel özelliklerinden biridir.²⁰ Öte yandan bu kavramla ilgili bir başka tanım ise; çocuğun aileden farklılaşmış toplumda bir yer edinirken geliştirdiği benlik duygusu,²¹ şeklindedir.

Kişilik ve kimlik kavramlarıyla yakından ilgili olan bir diğer kavram da benlik (ing. self) tir. Kısaca benlik, bireyin bilinçli bir şekilde kendi var oluşu olarak adlandırdıklarının

18 Bkz. ERKUŞ, Adnan, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, Doruk Yayınları, No:50, 2. Baskı, Ankara- (tarihsiz), sh. 148-150; Ayrıca "sosyal kişilik" için bkz. FICHTER, Joseph, Sosyoloji Nedir? (Çev. Nilgün ÇELEBİ), Atilla Kitabevi, 3. Baskı, Ankara-1996, sh. 28-29

19 Bkz. KÖKNEL; ÖZUĞURLU, Tıpta Ruh Bilim, sh. 39

20 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 451-452

toplama, kendini herkesten ve her şeyden ayrı bir bütünlük olarak hissetmesi ve bunun bilincinde olması durumudur.²² Benlik saygısı ise, benliğin duygusal boyutudur. Yani bireyin benliği beğenme ve değerli bulma derecesidir. Bütün bunlar ortak olarak kişilik diye adlandırılan olguyu ortaya çıkarır. Bu bağlamda benlik, bireyin kişiliği yoluyla çok farklı şekillerde yansıyabilir.²³ Bunun yanında kişilik ve kimlik kavramlarıyla ilgili olan bir diğer kavram da özgüvendir.²⁴

Zaman zaman kişilik kavramıyla eş anlamlı kullanılan bir diğer kavram ise karakter (ing. character) kavramıdır. Karakter, bireye özgü davranışların bütünü olup, onun bedensel, duygusal ve zihinsel etkinliğine çevrenin verdiği değerdir. Yani karakterde, kişilikle içinde yaşanılan çevrenin değer yargıları birlikte yorumlanır.²⁵ Yine kişilik ile karıştırılan bir başka kavram ise mizaç ya da huy (ing. temperament)dur. Bu kavram da, bireyin günlük yaşantısında kendine özgü, oldukça sınırlı ve belirli duygusal tepkilerin (çabuk kızmak, sıkılmak gibi) nitelik ve nicelik bakımından değişikliğe uğramasını ifade eder. Kısaca bireyin duygularının ve coşkularının bütünü olarak tanımlanabilecek huy ya da mizaç, kişiliğin ancak bir yanını oluşturur.²⁶

a.b.b. Ergenlik Döneminde Kişilik ve Kimlik Gelişimi

Hangi gelişim dönemini yaşayan birey olursa olsun, başlı başına kişiliğini tam anlamıyla anlamak ve anlamlandırmak mümkün değildir. Çünkü bireyin kişiliğinin karmaşık yapısı çok geniş bir alanı kaplayan tual gibidir. Bu, tahlil edilmesi zor olan bir konu olmakla birlikte, incelemeye yönelik çeşitli psikolojik yaklaşımlar geliştirilmiştir. Yakın zamandan beri en çok kullanılan yaklaşım, kişilik alanını parçalara ayırarak ayrı ayrı incelemeyi ön gören

-
- 21 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 169; Ayrıca sosyolojik açıdan bkz. MARSHALL, Gordon, Sosyoloji Sözlüğü, (A Dictionary of Sociology), (Çev. O. AKINHAY; D. KÖMÜRÇÜ), Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara-1999, sh. 405-408
- 22 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 123-124
- 23 Bkz. HAMACHEK, Don, E., Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi, (Çev. Ö. Hakan ERSEVER), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, sh. 117
- 24 Ayrıntılı bilgi için bkz. HAMBLY, Kenneth, Özgüven, (Çev. Barış BIÇAKÇI), Rota Yayınları, No:3, 2. Baskı, İstanbul-1997, sh. 9-16
- 25 Bkz. KÖKNEL, Özcan, Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Altın Kitaplar Yayınevi, 13. Baskı, İstanbul-1995, sh. 20-21; Krş. USAL, Alparslan; ASLAN, Zeynep, Davranış Bilimleri -Sosyal Psikoloji-, Barış Yayınları, İzmir-1995, sh. 73; Ayrıca karakter-inanç ilişkisi için bkz. FROMM, Erich, Erdem ve Mutluluk, (Man For Himself: An Inquiry Into The Psychology of Ethics), (Çev. Ayda YÖRÜKAN), Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, No:325, İstanbul-1993, sh. 227-240
- 26 Bkz. KÖKNEL, Kişilik, sh. 19-20; Mizaç hakkında daha geniş bilgi için bkz. ATKINSON, Rita, L. ve ark., Psikolojiye Giriş, (Hilgard's Introduction to Psychology), (Çev. Yavuz ALOGAN), Arkadaş Yayınları, Ankara-1999, sh. 91-92

yaklaşımıdır.²⁷ Bu çalışmada da bu yaklaşım izlenerek kişilik gelişimi sadece kimlik ve benlik gelişimi eksenli değerlendirilmeye çalışılmıştır.

Ergenlik dönemindeki kişilik gelişimiyle ilgili tartışmaları konu alan farklı bakış açılarından biri, ergenlik döneminin farklı kültürlerde farklı biçimlerde yaşandığı yaklaşımıdır.²⁸ Bu bağlamda ergenin kişiliğinden bahsetmek, onun tutumlarından, kişilik özelliklerinin toplamından ve bütün bunlarla birlikte entegre olmuş bir hayat tarzından bahsetmek, demektir.²⁹ Dolayısıyla ergenin kimlik veya benlik kavramının gelişmesi, ergenlik sürecindeki zaman diliminde meydana gelen gelişmelerin bir çoğunun hem sebebi hem de sonucu olarak gösterilebilir.³⁰ Ergenlik çağının en önemli psikolojik özelliği, kişiliğin gelişmesi ve olgunlaşması için gösterilen çabadır. Bu çağda ergen, kimliğini arar. İçinde yaşadığı ailede, çevrede, grupta ve toplumda amacını, beklentilerini, duygularını, düşüncelerini, inançlarını, tutum ve davranışlarını belirlemeye çalışır. Bu anlamda o, kim olduğunu, ne olacağını ve ne yapacağını, kimlere ve nelere inanacağını çeşitli konular etrafında sorular sorarak ne düşünüp nasıl davranacağını dair bir arayış içindedir. Bu arayış içinde başkalarıyla kurup sürdürdüğü iletişimlerden bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde sürekli etkilenir.³¹

Ergenin kişiliğinin gelişmesi için ailesinden, okuldan ve toplumdaki anlayış görmesi ve gereksinimlerini karşılaması gerekir. Özellikle ergen kızın özgün kişiliğini kazanması, cinsiyetinin temsil ettiği rolleri benimsemesi ve toplum içindeki yerini bulmaya çalışmasıyla mümkündür.³² Ergenlik döneminde kişilik ve kimlik gelişimi sürecinde kriz yaşayan ergenlerin çoğu, çocukluk dönemlerinde anne-babaları tarafından aşırı koruyucu bir tutumla şımartılarak büyütülmüş çocuklardır.³³ Konuyla ilgili yapılan alan araştırmalarına göre; aşırı koruyucu-müdahaleci ve aşırı otoriter-baskıcı anne-baba tutumlarıyla yetiştirilen ergenler, eşitlikçi ve demokratik anne-baba tutumlarıyla yetiştirilenlere göre daha fazla kişilik ve kimlik bozuklukları yaşarlar.³⁴

27 Bkz. GROTEVENT, Harold, D., "Kişilik Gelişimi", (Çev. Ö. Hakan ERSEVER), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, sh. 153-154

28 Bkz. GROTEVENT, Kişilik Gelişimi, sh. 180; Ayrıca kültür-kişilik ilişkisi için bkz. KAĞITÇIBAŞI, Çiğdem, İnsan ve İnsanlar -Sosyal Psikolojiye Giriş-, Evrim Yayınları, No:1, 8. Baskı, İstanbul-1988, sh. 266-272

29 Bkz. JERSILD, Arthur, T., Gençlik Psikolojisi, (Çev. İbrahim N. ÖZGÜR), Gün Matbaası, 2. Baskı, İstanbul-1974, sh. 403; Ayrıca krş. BUSCAGLIA, Leo, Kişilik, (Personhood), (Çev. Nejat EBCİOĞLU), İnkılap Yayınları, İstanbul-1987, sh. 51-55

30 Bkz. GANDER; GARDINER, Çocuk ve Ergen Gelişimi, sh. 471

31 Bkz. KÖKNEL, Özcan, İnsanı Anlamak, Altın Kitaplar Yayınevi, 4. Baskı, İstanbul-1993, sh. 265

32 Bkz. ALTINKÖPRÜ, Tuncel, Genç Kız Psikolojisi ve Cinselliği, Hayat Yayınları, No:65, İstanbul-1999, sh. 183

33 Bkz. ADLER, Alfred, Yaşamın Anlam ve Amacı, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Say Yayınları, İstanbul-1993, sh. 175

34 Bkz. KULAKSIZOĞLU, Ergenlik Psikolojisi, sh. 116-122

Dönemle ilgili kişilik gelişiminde cinsiyet faktörü göz önüne alındığında ergen kızlar, erkeklere göre vücutlarıyla daha fazla ilgilendikleri için kendilerini sürekli başka akranlarıyla mukayese ederler. Bunun sonucunda kendi vücutlarının akranlarınınkinden daha iyi ve güzel olmadığı hissine kapılırlarsa kendilerini toplumdaki tecrit etme yoluna bile gidebilirler. Bu durum da onlarda silik, alıngan, kırılğan ve inatçı bir kişilik yapısının oluşmasına sebep olabilir.³⁵ Psikanalist Horney'e göre; ilk gençlik yıllarında kızlarda meydana gelen kişilik değişimlerinin temelinde fizyolojik ve biyolojik gelişimlerinin yanı sıra cinsel gelişimleri de etkili olur.³⁶

Ergenlik döneminde önemli değişimler gösteren kişiliğin, kimlik oluşumu ve meslekî ilgilerin gelişimi olmak üzere öne çıkan iki temel alanı vardır.³⁷ Bu çalışmada, -daha önce de ifade edildiği gibi- bunlardan konuyla direkt ilgisi olan kimlik oluşumu üzerinde durulmuştur. Ergen için kimlik, güçlenen aynılığın ve sürekliliğin öznel bir tarzda algılanışıdır. Elbette ki böyle bir kimlik tanımı kişisel bir kimlik tanımıdır.³⁸ Ergenin bu kişisel kimlik arayışına eğitim, oldukça önemli bir anlam katar.³⁹ Öte yandan ergenlik dönemindeki kimlik gelişiminin önemli bir bölümünü de cinsel kimlik gelişimi oluşturur. Şayet ergen kız veya erkek, bu dönemde cinsel kimlik gelişimlerini gereği gibi tamamlayamazlarsa ileriki dönemlerinde cinselliğe bağlı psikolojik rahatsızlıklara yakalanma riskleri oldukça fazladır.⁴⁰

Kimlik bunalımı, atlattılması gerekli doğal bir gençlik hastalığı olarak tanımlanabilir. Bu bunalım, bazı ergenlerde hafif ve az bir sürede geçerken, bazılarında ise ağır ve uzun yaşanır.⁴¹ Erikson'a göre, gelişim evrelerinden ergenlik döneminde, ergenler kimlik oluşumu sırasında rol karışıklığı içindedirler. Bu bağlamda kimlikleriyle ilgili doğru karar alabilen ergenler, hayata dair tecrübelerini daha net tanımlayabilir; alamayanlar ise, dönemin sonlarına doğru geliştirdikleri çeşitli kimliklerle ve buna bağlı olarak oynayacakları rollerle ilgili problemler arasında bunalabilirler.⁴² Bu durumda ergenler, kimlik karmaşalarından bir çıkış yolu ararlar. Bu

35 Bkz. ÖZGÜ, Halis, Genç Kız Psikolojisi, Özgü Yayınevi, 3. Baskı, İstanbul-1969, sh. 98-99

36 Bkz. HORNEY, Karen, Kadın Psikolojisi, (Feminine Psychology), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, No:7/3, 3. Baskı, Ankara-1993, sh. 245-256

37 Bkz. GROTEVENT, Kişilik Gelişimi, sh. 180

38 Bkz. GROTEVENT, a.g.e., sh. 156; UZUNÖZ, Ali, "Kimlik Kavramı, Varolmanın İnkilemleri, Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi", Psikoloji Dergisi, Ankara-1988, S.6(22), sh. 53

39 Bkz. ADAMS, Ergenliği Anlamak, sh. 44-45

40 Bkz. ORVIN, George, H., Ergenlik Çağındaki Çocuğunuzu Anlamanın Yolları, (Understanding The Adolescent), (Çev. Ayşe GÜRAN), HYB Yayıncılık, Ankara-1997, sh. 97-113; Ayrıca konunun psikanaliz açısından değerlendirilmesi için bkz. KERNBERG, Otto, F., Sapıklıklarda ve Kişilik Bozukluklarında Saldırganlık, (Aggression in Personality Disorders and Perversions), (Çev. M. Banu BÜYÜKAL), Öteki Yayınları, No:9, İstanbul-2000, sh. 279-295

41 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Atalay, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar, Özgür Yayınları, 8. Baskı, İstanbul-1993, sh. 114-115

42 Bkz. ERIKSON, E., H., Identity, Youth and Crisis, W.W. Norton, New York-1968, sh. 15-20

çıkış yollarından biri de olumsuz kimlik (ing. negative identity) geliştirmektir. Yani, toplum içinde yer edinemeyen ve geleceğinden umudunu kesen ergenler, olumsuz kimlik geliştirerek topluma sırt çevirebilirler.⁴³

Ergenlik döneminin kayda değer çabalarından biri de, toplumun onayladığı değerlere uygun tutumlar geliştirebilmektir. Bu dönemde doğru ve yanlış kavramlarının geliştirilmesinde kullanılan ölçüt, çocukluk döneminden farklı olup yetişkinlik dönemi yaşamının ihtiyaçlarına yöneliktir. Dolayısıyla ergen bu dönemde, öz yönetim mekanizmalarını yeterince geliştirmiş olmalıdır. Ancak ergen için, hızla değişen toplumsal hayatta geçerli olan değerleri yakalamak pek de kolay olmaz. Bu durumda başarıyla atlatılmayan kimlik bunalımı onda, toplum içindeki rolüne ilişkin bir şaşkınlık meydana getirebilir.⁴⁴ Bu bağlamda ergenin toplumsal rolleri benimseyip toplumda kendine bir yer edinmesi ve kimliğini bulması, özdeşleşme süreciyle gerçekleşir. Toplumdaki çeşitli kaynaklardan gelen iletilerin, özdeşleşme süreci içinde bütünleşip ergen tarafından benimsenmesi onun kimliğini ve kişiliğini oluşturur. Bu arada ergen, toplum içinde değişik yerlerde değişik roller oynayarak ve kişiliğini sımayarak özdeşleşme sürecinde benimsediği davranışlarını pekiştirir. Sonuçta, deneyerek geçerliliğini tespit ettiği davranış kalıplarıyla erişkin olmaya hazırlanır.⁴⁵ Öte yandan ergenlik döneminde kişiliğin oluşmasına etki eden toplumsal çevre unsurlarından biri de arkadaş grubudur. Ergenlerde arkadaş bağımlılığı oldukça fazla olduğu için onlar, kendilerini güçlü hisseder ve tehlikeleri umursamazlar. Konuyla ilgili yapılan bir alan araştırmasında; kendilerini kontrol edebilen ergenlerde yalnızlık duygusunun görülmediği; ancak sosyalleşme sıkıntısı, duygusallığı ve psikolojik problemleri olan ergenlerde ise yalnızlık duygusunun görüldüğü tespit edilmiştir.⁴⁶ Modern şehirlerde yaşayan ergenler, bu şehirlerdeki hayat akışı, modern ilişkiler ve eğitim sürecinin bir sonucu olarak, sorumluluk yüklenmeyi ve meslek sahibi olmayı daha ileri yaşlara atarak 16-20 yaşları arasında çözmeleri gereken kimlik problemlerini 30 yaşlarına kadar erteleyebilir, dolayısıyla sağlıklı bir kimlik gelişiminin son rötüşlerini bu yaşlara kadar uzatabilirler.⁴⁷ Modern yaşam paralelinde kitle iletişim araçlarının takip ettikleri olumsuz

43 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı, sh. 116

44 Bkz. GEÇTAN, Normal Dışı Davranışlar, sh. 92

45 Bkz. KÖKNEL, İnsanı Anlamak, sh. 265-266

46 Bkz. ARSLAN, Mayda, "Yalnızın Psikolojisi", Sızıntı Dergisi, İzmir-1999, S.251, sh. 494

47 Bkz. BEKAROĞLU, Mehmet, "Nevrotik Mekanlar Olarak Şehirler", Habitat-II, Kent Zirvesi İstanbul'96 (içinde), İ.B.B.K.İ.D.B. Yayınları, No:44, İstanbul-1997, C.II, sh. 85

yayın politikaları⁴⁸ ve modern toplumsal yaşamın olmazsa olmazları arasına giren moda da, ergenin sağlıklı kimlik oluşmasını engelleyen unsurlar arasında değerlendirilebilir.⁴⁹

Ergenlik, benliğin genişlediği, açıldığı ve olgunlaştığı bir dönemdir. Ergendeki benlik gelişimi vurgu, yönelim ve ifade alanlarında ani sapsmalarla kendini hissettiren duyarlı ve incinebilir bir duygulanım içerisinde seyrettiği için ilk etapta, o anki gelip-geçici toplumsal modalara bağlı anlık değişimler göstererek ergenin yaşantısal kişilik üslubuna işaret eder. Genel olarak konuya ilişkin araştırmalar, erken olgunlaşan erkek ve kız ergenlerin, geç olgunlaşanlara nazaran daha olumlu bir benlik kavramı geliştirdiklerini saptamıştır. Bunun yanı sıra ergenin benlik duygusunun gelişmesinde, ailesinin oldukça önemli bir etkisi vardır.⁵⁰ Ergenlerdeki aile ve benlik algısıyla ilgili yapılan bir ampirik araştırmada; meslekî din eğitimi alan ergenlerin, laik eğitim alan ergenlere göre aile algılarıyla ilgi olarak, aileyi tüm boyutlarıyla ve daha olumlu algıladıkları; benlik algısıyla ilgili olarak da fizikî görünüm, sosyal kabul, akademik yeterlik ve öz değer algılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.⁵¹

Erikson, ergenin bu döneme, kişiliğiyle ilgili bir çok yönden tutarlı bir benlik duygusu oluşturarak bir araya getirdiği zaman girdiğini söyler. Burada benliğin bütünleşmesi ve ergenin açıkça kim olduğunun farkına varması söz konusudur. İşte ergendeki bu farkına varış zamanla kimlik haline gelir. Ergenlik dönemindeki bu izlenen süreç mutlaka bir krize neden olmaz. Ancak bazen bunalıma yol açtığı durumlar da olur.⁵² Ergenlerin benlik saygılarıyla ailelerinin sosyo-ekonomik durumları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir saha araştırması sonucunda; sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ergenlerde yüksek benlik saygısı oranı %51 iken, bu oran düşük olanlarda %38 olarak tespit edilmiştir.⁵³ Yani ergenlerin benlik saygılarıyla ailelerinin sosyo-ekonomik durumları arasında pozitif bir korelasyon söz konusudur. Öte yandan benlik saygısıyla ruh sağlığı arasında da yakın bir ilişki vardır. Bu bağlamda benlik saygısı yüksek olan ergende kendine güven, iyimserlik, başarıya isteği, zorluklara karşı mücadele gibi olumlu psikolojik belirtiler de yüksektir.⁵⁴

48 Bkz. GÜNEŞ, Sadık, Medya ve Kültür, Vadi Yayınları, No:39, Ankara-1996, sh. 83-89

49 Bkz. DAVIS, Fred, Moda, Kültür ve Kimlik, (Fashion, Culture and Identity), (Çev. Özden ARIKAN), Yapı Kredi Yayınları, İstanbul-1997, sh. 33-41

50 Bkz. HAMACHEK, Ergen Benliğinin Gelişmesi, sh. 145-147

51 Bkz. ŞAHİN, D.; GÜVENÇ, G., B., "Ergenlerde Aile Algısı ve Benlik Algısı", Türk Psikoloji Dergisi, Ankara-1996, S.11(38), sh. 22; Ayrıca krş. KAĞITÇIBAŞI, Çiğdem, Kültürel Psikoloji, Evrim Yayınları, No:2, 2. Baskı, İstanbul-2000, sh. 205

52 Bkz. WINDMILLER, Myra, Ahlâk Gelişimi ve Ahlâkî Davranış, (Çev. Demet ÖNGEN), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, sh. 239-240; Ayrıca krş. BİLGİN, Nuri, Kimlik Sorunu, Ege Yayınları, No:1, İzmir-1994, sh. 224-227

53 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı, sh. 106

54 Bkz. YÖRÜKOĞLU, a.g.e., sh. 108

Ergenlik dönemindeki kişilik ve kimlik gelişimi, bu dönemdeki gelişim ödevlerinin yerine getirilmesiyle de ilgilidir. Bu bağlamda farklı tasniflerle değerlendirilen ergenlik dönemindeki gelişim ödevlerini şöyle özetlemek mümkündür: Hızlı bir biçimde değişen ve gelişen bedenin fizyolojik yapısına uyum sağlayabilme; akran grupları arasında bir yer edinebilme; meslek seçimi ve seçilen mesleğe yönelik hazırlık yapabilme; ekonomik bağımsızlığını güvence altına alabilme; aileden ayrı olarak bağımsızlığını kazanabilme; yetişkinler gibi toplumda sosyal statü sağlayabilmek için çaba gösterebilme; yavaş yavaş evliliğe ve aile kurmaya hazırlık yapabilme; kendine uygun bir yaşam felsefesi ve kişisel değer duygusu geliştirebilmedir.⁵⁵

a.c. Ergenlik Döneminde Ruh Sağlığı Gelişimi

Ergenlerin, çocukluk çağı ile yetişkinlik çağı arasındaki bu sıkıntılı dönemi, fazla sarsılmadan ve yıpranmadan aşabilmeleri için her zamankinden daha fazla ruh sağlığına ihtiyaçları vardır. Zira bu dönemdeki olumlu veya olumsuz olaylar, şiddetli ve sürekli psikolojik etkiler yaptığı için o olayların şiddetine bağlı olarak ergenin ruhsal gelişimini kolaylaştırabilir, zorlaştırabilir veya tamamen durdurabilir. Bu bağlamda ergendeki ruh sağlığı, genel hatlarıyla şöyle bir seyir izler; sinirlilik, ani tepkiler, öfke patlamaları, atak ve düşüncesiz davranışlar, çabuk sevinip üzülme, içe kapanıklık ile coşkulanım arasında gidip-gelmeler, bencillik, güvensizlik ve kararsızlık halleri ile sayısız kaygılı durumlar. Ana hatlarıyla ifade edilen bu ruhsal gelişim çerçevesi, bir erişkin birey için düşünüldüğünde uyumsuz bir kişilik gelişimi saptaması yapılabilir ancak bu durum ergenler için değerlendirildiğinde ise farklı ölçüler kullanılarak, yukarıda sayılan belirtilerin çoğu normal kabul edilebilir.⁵⁶ Bu tespite paralel olarak ergenlik dönemindeki davranış bozuklukları arasında; bedensel belirtiler, sosyal uyumsuzluk, anormal heyecanlanma, kendini seyrettirme, zihinsel karışıklık belirtileri ve anti-sosyal belirtiler gibi problemleri saymak da mümkündür.⁵⁷ Ergenlerde buraya kadar bahsedilen psikolojik durumların yanı sıra daha ciddi anlamda en sık görülen psikolojik rahatsızlıklar depresyon,⁵⁸ kaygı ve kişilik bozuklukları ile aşırı stres vb. rahatsızlıklardır.⁵⁹ Bunların yanında ergenlik döneminde görülen nevroz çeşitlerinden anoreksiya nevroz ve bulimia nevroz, ergenin

55 Bkz. BAYMUR, Feriha, Genel Psikoloji, İnkılap Kitabevi, 11. Baskı, İstanbul-1994, sh. 62

56 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı, sh. 125

57 Bkz. ŞEMİN, Refia, U., Gençlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 3. Baskı, İstanbul 1992., sh. 119-124

58 Bkz. SHAPIRO, Patricia, G., Çocukluk ve İlk Gençlik Depresyonu, (A Parent's Guide to Childhood and Adolescent Depression), (Çev. Meral KESİM), Papirüs Yayınları, No:83, İstanbul-(tarihsiz), sh. 85-86; ÇETİNOĞLU, Nuran, P., "Çocuk ve Gençte Depresyon", Yaşadıkça Eğitim Dergisi, İstanbul-1995, S.38, sh. 18

59 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı, sh. 127-132

psikolojik gelişimini tehdit ettiği için iki ağır ruhsal rahatsızlık olarak değerlendirilebilir.⁶⁰ Sağlık Bakanlığı'nın 1998'de yaptırdığı araştırma sonuçlarından elde edilen "Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu"nda, ilgili dönemin ruh sağlığı profiline ilişkin önemli istatistiksel bilgiler mevcuttur. Bu raporda; annelerden elde edilen bilgilere göre 4-18 yaş grubunda problemlili davranış oranı %11.3; öğretmenlerden elde edilen bilgilere göre 5-18 yaş grubunda %11.6; ergenlerin kendilerinden elde edilen sonuçlara göre ise %11.9'dur. Ayrıca söz konusu raporda; 11-18 yaş grubundaki ergenlerin %5'inin, davranış ya da duygusal sorunlardan dolayı psikolojik yardıma ihtiyacı olduklarını belirtmelerine rağmen, bunlardan sadece psikolojik yardıma başvuranların oranı %0.3 olarak saptanmıştır. Buradan, Türkiye'de yaşayan ergenlerin, diğer gelişim dönemlerindeki bireyler gibi psikolojik veya psikiyatrik tedaviden, ya yaşadıkları fiziksel çevrenin olumsuz şartlarından ya da genellikle toplumun bakış açısı göz önünde bulundurulurken çekindikleri söylenebilir. Raporda ergenlik dönemine ilişkin önemli bir veri de, sosyal yaşam ortamlarına ilişkin olanıdır. Buna göre; şehirlerde yaşayan ergenlerin, köy ve kasabalarda yaşayan ergenlere göre daha çok ruhsal rahatsızlıklar gösterdikleri saptanmıştır.⁶¹

Temelde ergenlik problemlerinin dörtte birinden fazlası, kişiler arası ilişkiler, duygular, olgunlaşma ve ergenlerin aileleri üzerinde yoğunlaşır. Bu konularda cinsiyet faktörü göz önüne alındığında ise kızlar, erkeklerden daha fazla problemlidir.⁶² Türkiye'de yapılan bir alan araştırması sonucunda; kız ergenlerin erkeklere göre daha fazla depresyona girdiği; sosyo-ekonomik düzeyleri düşük olan ergenlerde yüksek olanlara göre daha fazla depresyon görüldüğü; aile içi sorunların, olumsuz yaşam deneyimlerinin, düşük benlik saygısının ve okul başarısızlığının depresyona neden olduğu tespit edilmiştir.⁶³ Cinsiyet bağlamında bu dönemde özellikle ergen kızlarda sebepsiz yere sevinip-üzülme, ağlama, gülme, ümit etme ve ümitsizliğe kapılma gibi ani psikolojik değişimler yaşanabilir.⁶⁴ Bedensel olgunlaşma ve cinsellikle ilgili değişimler, cinsel korku ve tedirginlikler, periyodik aralıklarla yaşam düzenini bozan adet görmeye tam olarak uyum sağlayamamış olma, karşı cinse olan yönelişteki heyecansal gerilimler, cinsel iç tepilerin baskısı ve bunlara karşı olan toplumsal yasaklar, kız ergenlerde endişe ve çatışmalara sebep olduğu için üzüntü meydana getirebilir.⁶⁵

Çocukluktan yetişkinlik dönemine geçmeden önce ergenin çözmesi gereken en önemli problemlerden biri de, bilinç dışında oluşan anne-baba kavramlarında yapmak zorunda olduğu

60 Bkz. ORVIN, Ergenliği Anlamak, sh. 142

61 Bkz. EROL, Neşe ve ark., Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu, T.C.S.B.T.S.H.G.M., Ankara-1998, (U.Ü.Tıp Fakültesi Kütüphanesi, No 9263), sh. 95-96

62 Bkz. ADAMS, Ergenliği Anlamak, sh. 29

63 Bkz. KULAKSIZOĞLU, Ergenlik Psikolojisi, sh. 236-237

64 Bkz. ÖZGÜ, Genç Kız Psikolojisi, sh. 173

değişikliklidir. Bu, basit bir bağımsızlık dürtüsünün değişiminin yanında, o güne kadar kendi davranışlarına rehberlik etmiş olan dayanakların önemli ölçüde değişimini de kapsar. Ergen, çocukluk dönemindeki güvenini anne-babasını her şeyi bilen ve her şeyin üstesinden gelebilen kişiler olduğu inancından alır. Eğer onun tecrübeleri, anne-babayı bu kavramlarla birlikte algılamasını engeller nitelikteyse onda anksiyete ve güvensizlik duyguları meydana gelebilir.⁶⁶ Bu dönemde ergen bir yandan ailesinin denetiminden diğer yandan ailesine olan içsel bağımlılığından kurtulmaya çalışır. Dolayısıyla çatışmaları, ailesiyle olan ilişkilerinde odaklaşır.⁶⁷ Konuyla ilgili yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenler üzerinde yapılan ampirik bir çalışmaya göre; ergenlerin ruh sağlığı ile aile bağları arasında pozitif bir korelasyon tespit edilmiştir.⁶⁸ Burada ergenin ruh sağlığının aile ilişkileriyle olan önemi de ortaya çıkar. Öte yandan ergenlerin aile ilişkileriyle ilgili olarak, kaygı düzeyleri ve annelerin tutumları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılan bir alan araştırmasında da; Türkiye'deki geleneksel aile yapısı normlarının etkisine bağlı olarak, ergenlerin geleneksel aile yapısına karşı bir uyum sağlama mekanizması geliştirdikleri için yüksek düzeyde bir kaygı taşımadıkları saptanmıştır.⁶⁹ Yine kaygı ile ergenlerin okul başarıları arasındaki ilişkiye ait bir saha araştırmasında; kaygı düzeyinin ergenlik döneminde yaşlara ve cinsiyete göre farklılık gösterdiği ve okul başarısında etkili bir faktör olduğu tespit edilmiştir.⁷⁰ Öte yandan ruh sağlığına ilişkin depresyonla ilgili Beck Depresyon Ölçeği kullanılarak yapılan bir alan araştırmasında; gençlerin %69'unda depresyon bulgu ve yakınmaları görülmüştür.⁷¹ Depresyon ile ilgili bir diğer ampirik araştırmada ise; ergenlerdeki depresyon bulguları ile benlik saygıları arasında sıkı bir ilişkinin olduğu, bu bağlamda depresyon belirtisi olmayan ergenlerin çoğunun benlik saygılarının yüksek olduğu; depresyon, içe dönüklük ve hayalcilik belirtileri arttıkça benlik saygılarında bir düşme olduğu gözlenmiştir.⁷² Öte yandan bu dönemdeki ruh sağlığı

65 Bkz. ALTINKÖPRÜ, Genç Kız Psikolojisi, sh. 176

66 Bkz. GEÇTAN, Normal Dışı Davranışlar, sh. 92

67 Bkz. GEÇTAN, a.g.e., sh. 97

68 Bkz. SATILMIŞ, G.; SEBER, G., "Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Ergenlerde Benlik Saygısı", Psikoloji Dergisi, Ankara-1989, S.7(23), sh. 72

69 Bkz. KOZACIOĞLU, G., "Çocukların Anksiyete Düzeyleri İle Annelerin Tutumları Arasındaki İlişki, (The Relationship Between Family Attitudes And The Anxiety Level of Children)", İstanbul Üniversitesi Tecrübi Psikoloji Çalışmaları Dergisi, İstanbul-1984, C.14, sh. 83

70 Bkz. BOZAK, M., Mahir, "Anksiyete ve Okul Başarısı Arasındaki İlişkiye Ait Bir Araştırma", Psikoloji Dergisi, Ankara-1982, S.4(16), sh. 30

71 Bkz. KÖKNEL, Özcan, Depresyon -Ruhsal Çöküntü-, Altın Kitaplar Yayınevi, 5. Baskı, İstanbul-(tarihsiz), sh. 307-308

72 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Gençlik Çağı Ruh Sağlığı, sh. 109

gelişimine ilişkin ABD’de yapılan son araştırmalarda 15-19 yaş dilimi arasındaki ergenlerin intihar nedeni ile ölüm oranı %14’e yükselmiştir.⁷³

Ergenlerin en önemli psikolojik sorunlarından biri de sosyalleşme alanında görüldüğü için eğitim-öğretimde bu hususun dikkatle göz önünde bulundurulması, ergenlerin ruh sağlığı açısından oldukça önemlidir.⁷⁴ Yüksek öğrenim gençleri üzerinde doktora çalışması olarak yapılan bir alan araştırması sonucunda; gençlerde, ölçü ve değerlerin çökmesi sonucunda oluşan dengesizlik anlamına gelen anomi ve yabancılaşma durumuyla ilgili, bireysel yabancılaşma ve anomi davranış düzeyinin orta derecede olduğu tespit edilmiştir.⁷⁵ Bunun yanı sıra çevreyle ilişkilerin kesilmesine neden olan depresyonla birlikte oluşan derin yalnızlık duygusu, genellikle ergenlik döneminde görülür. Bu dönemde, bireyler arası bağımsızlık ve hissîlik duyguları ön plandadır. Ergenler saf, derin ve karşılıksız her türlü fedakarlığa açık bir sevgi potansiyeline sahip olduklarından dolayı bağlandıkları değerleri kaybettikleri zaman derin bir yalnızlığa girerler. Bu açıdan gelişim dönemleri içindeki genel yalnızlığın %17.4’ü ergenlik döneminde meydana gelir.⁷⁶ Konuyla ilgili ABD’de zengin ve fakir ergen öğrenciler arasında yapılan bir araştırmada; fakir öğrencilerde yalnızlık hissi ve depresyon rahatsızlığının zengin öğrencilere göre daha fazla olduğu ve yabancı uyruklu öğrencilerin de sosyal yalnızlık hissi içinde oldukları saptanmıştır.⁷⁷

Ergenlik döneminde ruh sağlığını tehlikeye düşürecek önemli faktörlerden biri de uyuşturucu ve alkollü içki kullanımıdır. İlgili dönem, psikolojik karakteristiği itibariyle bu tür zararlı alışkanlıkların edinilmesine çok müsait bir dönemdir. Ergenleri, ruh sağlıklarının bozulmasına sebep olan alkollü içki ve uyuşturucu kullanımına iten temel sebepler; ruhî boşluk, inançsızlık, tatminsizlik, karşılaşılan problemlerden kurtulma isteği, taklit, özentî, kötü arkadaş çevresi gibi sebeplerdir.⁷⁸ Ergenler bu maddelere, çoğu kez yatıştıramadıkları merak ve heyecan duygularıyla, deneme arzularına hakim olmadıkları için “bir kereden ne çıkar” mantığıyla başlayabilirler.⁷⁹ Bu anlamda bağımlılık yapan bir diğer tür de sigaradır. Bireyler bu

73 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 135

74 Bkz. ŞEMİN, Gençlik Psikolojisi, sh. 189; Ayrıca krş. YAVUZER, Haluk, Çocuk ve Suç, Remzi Kitabevi, 9. Baskı, İstanbul-1998, sh. 111-113

75 Bkz. BAYHAN, Vehbi, Anomi ve Yabancılaşma, Kültür Bakanlığı Yayınları, No:195, Ankara-1997, sh. 7,379

76 Bkz. ARSLAN, Yalnızın Psikolojisi, sh. 493-494; HORTAÇSU, Nuran, İnsan İlişkileri, İmge Kitabevi, 2. Baskı, Ankara-1997, sh. 109-110

77 Bkz. ARSLAN, a.g.m., sh. 494

78 Bkz. AKGÜL, Muhittin, “Alkol-Uyuşturucu ve Korunma Yolları”, Diyanet İlmî Dergi, Ankara-1999, C.35, S.2, sh. 83,88-93

79 Bkz. GRANT, Wendy, 13-19 Yaşları Arasındaki Gençler, (13 to 19), (Çev. Şerife KÜÇÜKAL), HYB Yayıncılık, Ankara-1999, sh. 97; Ayrıca krş. HAS, Polat, “İntiharlar ve Sosyolojik Sebepleri”, Sızıntı Dergisi, İzmir-1982, S.44, sh. 10

alışkanlıklarının çoğunu ergenlik döneminde edinirler. Türkiye’de orta öğrenim gören ergenler üzerinde yapılan bir alan araştırmasında; sigara içme yaşı ortalamasının 14 olduğu saptanmıştır.⁸⁰ Uyuşturucu bağımlısının psikolojisinde, bireyin kendi öz gücünü yadsıyarak kendi başına çözebileceği bir problemde veya eylemde bir başka kaynağa (uyuşturucuya) transfer vardır. Her uyuşturucu bağımlısının, bağımlılık tipi ve şekli ne olursa olsun kullanım süresi devam ettikçe geri dönüş süresi de uzar.⁸¹

B. DİN PSİKOLOJİSİ AÇISINDAN ERGENLİK DÖNEMİ

b.a. Ergenlik Döneminde Dinî Duygu ve Düşünce Gelişimi

Her gelişim döneminin kendine ait dinî duygu ve düşünce gelişim seyri vardır. Ancak konunun daha iyi anlaşılması bakımından yararlı olacağı düşünülerek öncelikle kısaca dinî duygu tarif edilmiştir. Dinî duygu; bireyin dinî tecrübe anında (dua ve ibadet ederken vb.) hissettiği duygu ve algıların genel toplamıdır.⁸² Din psikologları tarafından ergenlik ile ilgili yapılan çalışmalarda, genel olarak bu dönemdeki dinî gelişmenin dinî uyanış, iç çatışmalar ve olgunlaşma dönemleri olmak üzere üç evresi olduğu tespit edilmiştir. Bu dönemlerden dinî uyanış dönemi, 11-13,14 yaşları arasında psişik açılım ve coşkulanım durumlarında ortaya çıkarken; dinî çatışma dönemi, 14-17,18 yaşları arasında birdenbire belirir. Dönemin sonlarına doğru ise 17-18 yaşlarından 21-24 yaşlarına kadar farklı biçimlerde bir dinî olgunlaşma dönemi kendini gösterir. Gerçekte sözü edilen bu üç dinî gelişim dönemi de, hayatın karmaşıklığı içinde birbirleriyle iç içe geçer, bireysel özellikler ve yaşanan çevreye göre de farklılıklar gösterir.⁸³

Ergenlik döneminde, dinî duygu ve düşünceler doğru beslenip geliştirilmezse, ergende zamanla psikolojik açıdan patolojik bir durum meydana gelebilir. Adler’e göre; bu gelişim seyrinde “hırs” önemli bir psikolojik etkidir.⁸⁴ Ergenin bu dinî gelişim seyrini değişikliğe uğratan diğer faktörler ise; ergenin beden yapısı, çocuklukta aldığı eğitim, yetiştiği çevre,⁸⁵ zekasının gelişmesi, dostluk duygularının uyanması, cinsel dürtülerine bağlı suçluluk

80 Bkz. ŞAHİN, A., Altay, “Türkiye’de Sigara İçmenin Boyutu”, Sigara ve Gençlik (içinde), (Der. İzzettin BARIŞ), Kültür Bakanlığı Yayınları, No:43, Ankara-1997, sh. 82

81 Bkz. BENGÜ, Sarp, Taklamakan -Uyuşturucu Madde Kullanma (!) Kılavuzu-, Gendaş Yayınları, No:217, İstanbul-2000, sh. 50; ZİYALAR, Adnan, “Gençlerde Görülen Psikolojik ve Moral Problemler”, Yaşadıkça Eğitim Dergisi, İstanbul-1990, S.13, sh. 6

82 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 137

83 Bkz. GRUBER, A., “Ergenlik Çağı Gençlerinde Dinî Gelişme”, (Çev. Hayati HÖKELEKLİ), Fikir ve Sanatta Hareket Dergisi, (Hicret Özel Sayısı), İstanbul-1979, S.9-10, sh. 15; HÖKELEKLİ, Hayati, “Ergenlik Döneminde Dinî Şüpheler”, M.E.B., Din Öğretimi Dergisi, Ankara-1988, S.14, sh. 73

84 Konuyla ilgili örnek olay için bkz. ADLER, Alfred, İnsan Tanıma Sanatı, (Menschenkenntnis), (Çev. Kamuran ŞİPAL), Say Yayınları, 5. Baskı, İstanbul-1996, sh. 293

85 Bkz. GRUBER, Ergenlikte Dinî Gelişme, sh. 19-20

duygularının gelişmesi, bağımsız olma krizi ve benliğinin uyanması gibi faktörlerdir.⁸⁶ Konuyla ilgili yapılan bir alan araştırması sonucunda; dinsel korku motifli mesajların kısa vadede de olsa ergenlerin inançlarını sağlamlaştırmasında etkili olduğu, ancak böyle bir metodun, inanç gelişimlerini mantıkî ve zihinsel bir süreç sonucu değil yoğun duygusal bir tepki sonucu şekillendirdiği tespit edilmiştir.⁸⁷ Öte yandan ergenin dinî anlayış ve yaşama biçimi, çoğu kez politik ve ideolojik nitelikler taşıyan gruplar tarafından sansürden geçirilir ancak şahsîlik ve kendiliğindenlik tamamıyla ortadan kalkmaz.⁸⁸

Konuya cinsiyet faktörü açısından yaklaşıldığında, genel anlamda erkek ergende ilgi daha ziyade teoriktir. Bu bağlamda o, dünyanın yaratılışı ve muhafazası, kutsal varlığın mutlak kudreti, günah kavramı ve yapılan duaların şekli gibi konularla ilgilenir. Kız ergenin düşünce ve duygularıyla daha ziyade hayatın problemleri çerçevesinde yoğunlaşır. Netice olarak her iki cins de dine karşı bir tutum geliştirme çabası içerisine girerler. Bu dönemdeki dinî gelişimin özelliği kutsal varlık karşısında aşk ve kaygı, sevinç ve korku gibi çift yönlü duyguların birlikte yer almasıdır. Bu bağlamda ergenler, Tanrı'ya "hem ürküntü veren hem de kendine çeken" bir sır olarak algılar ve çoğu zaman da bu durumdan dolayı suçluluk duygusu hissederler.⁸⁹ Ergen kızlardaki din duygusu, diğer eğilimlerinin taşıdığı değerler ölçüsünde önem kazandığı için bir anlamda bu eğilimlerinin bileşimidir. Ergen kızlar, ergen erkeklere nazaran batıl inançlardan daha fazla etkilenirler. Bu durum daha ziyade onların duygusal aşk problemlerinde ortaya çıkar.⁹⁰

Bu dönemde kazanılan yeni güçler, dürtüler ve akranlarıyla ailesi arasında görülen çatışmalardan meydana gelen zihni karışıklıklar, çocukluk döneminde kazanılan dinin zihinsel temellerini zorlayan heyecanları ortaya çıkarır.⁹¹ Bu bağlamda ergenlik döneminde Tanrı tasavvuru da değişikliğe uğrar. Ergenlik öncesinde birey, Tanrı'ya, şahıslştırma (kurtarıcı, baba vb. temalar) eğilimindeyken 15-16 yaşlarına doğru bu eğilim yerini, en yüksek noktasına ulaşan "derûnîleşme"ye bırakır. Bu dönemdeki terkedilmişlik duygusu, korku, şüphe, karşılıklı itimat,

86 Bkz. VERGOTE, Antoine, "Ergenlikte Din", (Çev. Erdoğan FIRAT), A.Ü.İ.F.D., Ankara-1981, C.24, sh. 583

87 Bkz. ALBAYRAK, Ahmet, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1995, sh. 133

88 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 139

89 Bkz. GRUBER, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 15

90 Bkz. ADLER, Alfred, Genç Kız Psikolojisi ve Cinselliği, (Çev. Nesrin SİPAHİOĞLU), Düşünen Adam Yayınları, 2. Baskı, İstanbul-1994, sh. 141-142

91 Bkz. CLARK, W., H., "Ergenlik ve Gençlikte Din-I", (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1976, S.256-257, sh. 16

aşk ve dua gibi subjektif temalar, ergenin Tanrı algısını etkiler.⁹² Yüksek öğrenim gençliği üzerinde yapılan ampirik bir çalışmada; gençlerin %92.6'sı Allah'ın varlığına kesin olarak inandığını; %66.3'ü Allah'ın varlığıyla ilgili akfî ve mantıkî deliller bulduğunu; %26.3'ü böyle deliller bulmayı gereksiz gördüklerini; %7.4'ü de inandıkları halde bazı şüphe ve tereddütler yaşadıklarını ifade etmişlerdir.⁹³ Ergenler, duygusal yalnızlıktan dolayı çektikleri acılara cevap veren Tanrı'nın dostluğuna özel bir önem verirler ve kendi iç dünyalarındaki konuşmalarında Tanrı'yı bir sırdaş olarak görürler.⁹⁴ Tanrı kavramıyla ilgili gelişimlerinin yanı sıra özellikle ibadet, ölüm ötesi hayat ve günah gibi kavramlar üzerinde de düşünüp eleştirilerde bulunabilirler.⁹⁵ Bu konularla ilgili Türkiye'de yapılan ampirik çalışmaların ilklerinden sayılabilecek olan Özbaydar'ın yaptığı saha araştırmasında; ergenlerin, dönemin sonlarına doğru, inançlarını entelektüel düzeyde tam olarak düzenleyemedikleri; bir çoğunun ise ya inançlarıyla yaptığı muhakemeden bıktıkları için ya da bütün bir dinî doktrini benimsetecek yeteri kadar inancı haklı bularak kabul ettikleri için tekrar dine dönüş yaptıkları saptanmıştır.⁹⁶

Konunun başında da ifade edildiği gibi dönemin dinî gelişim safhalarından biri de dinî şüphe safhasıdır. Bu bağlamda din psikologları, ergenlik döneminde ortaya çıkan bu dinî şüphe krizini bilişsel ve dinsel gelişim açısından normal ve doğal bir süreç olarak değerlendirirler.⁹⁷ Ergen, bu süreci yaşarken iki uç nokta arasında psikolojik muhtevalı bir çatışma da yaşar (bkz. Şekil-3). Bu dönemdeki dinî şüpheler, genellikle ergenin psikolojik yapısından ve yetiştiği sosyo-kültürel çevresinden kaynaklanır.⁹⁸ Bu dinî şüpheler, ergenlerin hepsinin inançları üzerinde olumsuz etki meydana getirmezler. Tam aksine uygun şartlar gerçekleştiği takdirde ergenin dinini saflaştırıcı, daha bilinçli ve köklü bir dinî duygu ve düşünce gelişimini sağlayıcı etkileri de olabilir.⁹⁹ Çocuk yaşlarda dine bir anlam veremeyen birey, ergenlik dönemiyle birlikte hayat tecrübesine dayanarak kendini kötü, suçlu ve günahkâr hissedebileceği için

92 Bkz. VERGOTE, Ergenlikte Din, sh. 583-584; ELIAS, John, L., "Ronald Goldman: Dinî Anlayış Psikoloğu", (Çev. A. Rıza AYDIN), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.4, (www.dinbilimleri.com)

93 Bkz. CAN, Selim, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusunda Tutum ve Davranışları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1988, sh. 28

94 Bkz. VERGOTE, Ergenlikte Din, sh. 585

95 Bkz. ARMANER, Neda, Din Psikolojisine Giriş-I, Ayyıldız Matbaası, Ankara-1980, sh. 98

96 Bkz. ÖZBAYDAR, Belma, Din ve Tanrı İnancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma, Baha Matbaası, İstanbul-1970, sh. 61

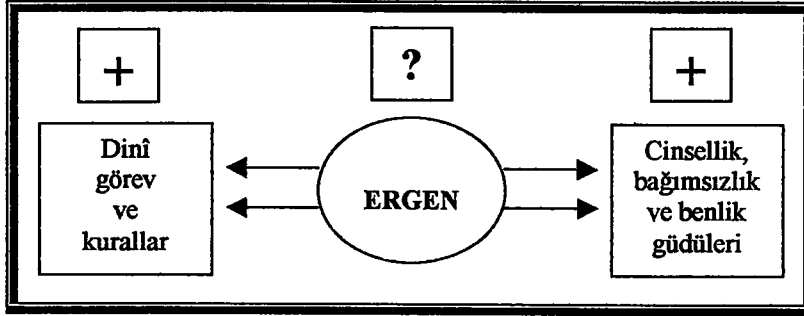
97 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Şüpheler, sh. 80

98 Bkz. BAHADIR, Abdülkerim, Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1994, sh. 40-44

99 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Şüpheler, sh. 82

kurtuluşunu pişman olup tövbe etmede arayabilir.¹⁰⁰ Cinsiyet faktörü göz önüne alındığında bu dönemdeki dinî şüphe safhası genellikle kızlarda, erkeklere göre daha erken başlar ve sona erer.¹⁰¹ Ayrıca bu dönemde dinî şüphe safhasıyla ilgili ergenlerde çeşitli faktörlere bağlı olarak din-bilim çatışmaları da yaşanabilir.¹⁰²

Şekil-3 Ergenlerin yaşadığı psikolojik çatışma durumu



b.b. Ergenlik Döneminde Dinî Tutum ve Davranış Gelişimi

Bu konuya da bir önceki konuda olduğu gibi, konunun anahtar kavramının kısaca açıklanmasının yerinde olacağı düşünülmektedir. Dinî tutum; bireyin dinle ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını ifadelendirme biçimidir.¹⁰³ Bireylerin her konuda olduğu gibi din konusunda da tutumları bir anda oluşmaz. Tutumlar bir gelişim çizgisi içerisinde ve çeşitli faktörlerin etkileri sonucunda olgunlaşır ve gelişir. Bu bağlamda ergenin dine karşı oluşacak tutum ve davranışlarında ailesinin ve içinde yaşadığı sosyal kurumların ciddi anlamda sorumlulukları vardır.¹⁰⁴ Dolayısıyla ergenler dinî hayatlarıyla ilgili sahip oldukları bilgi ve yaşantı düzeyine önce ailede daha sonra da aileyle birlikte okulda aldıkları dinî eğitimle ulaşırlar. Bu anlamda özellikle meslekî din eğitiminin alınması ergenin dinî inanç ve

100 Bkz. WULFF, David, M., "The Psychology of Religion: An Overview", Edvard, P. Shafranske, Religion and The Clinical Practice of Psychology (içinde), Published by American Psychological Association, Washington-1996, sh. 57

101 Bkz. BAHADIR, Ergenlikte Dinî Şüpheler, sh. 158; "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 275-279; Ayrıca bkz. ÇAĞLAR, Kemal, Ergenlik Çağındaki Gençlerin Dinî Şüphe ve Tereddütleri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1986, sh. 49-52

102 Bkz. GÜRSES, İbrahim, Genç Psikolojisinde Din-Bilim Çatışmasının Motivleri ve Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1987, sh. 45-46

103 Bkz. PEKER, Din Psikolojisi, sh. 88

104 Bkz. ACHOUI, Mustapha, "Human Nature From a Comparative Psychological Perspective", The American Journal of İslamic Social Sciences", Washington-1998, Volume 15, Winter 1998, Number 4, sh. 93

tutumlarının gelişmesinde ve pekiştirilmesinde oldukça etkilidir.¹⁰⁵ Ancak gerek ailede gerekse okulda verilen bu dinî eğitimde sevgi motifi ağırlıklı olması gerekir.¹⁰⁶ Ayrıca konuyla ilgili yapılan bir alan araştırması sonucunda, sevgi kaynaklı ceza yöntemi uygulanan ailelerde yetişen ergenlerin, ahlâkî ve dinî gelişiminde model alma yoluyla öğrenmelerinin daha yoğun olduğu tespit edilmiştir.¹⁰⁷

Ergenlik ve gençlik dönemlerinin dinî gelişimleriyle ilgili çalışmalar yapan din psikoloğu Clark'a göre; gençlerin dine karşı takındıkları tavırlar çelişkilidir. Yani gençler hem çok hem de az dindardırlar. Yaşam dürtülerinin artması ve daha sonra elde edilmesi mümkün olmayan yoğun bir dinî tecrübe yaşamaları sebebiyle çok dindardırlar; psikolojik bağımsızlıkları uğruna yaptıkları mücadelelerin ortak bir belirtisi olarak, kısmen otoriteye isyan etmeleri ve kısmen de dinî sezgiyi açıkça ifadelendirmek suretiyle dinle ilgili bağlantı kurdukları konuları reddetmeye yönelebildikleri için de az dindardırlar.¹⁰⁸ Yani ergenlik dönemindeki dinî tutum ve davranışlar, "düzensizlikleri ve tereddütleri" de beraberinde getirir. Bu bağlamda ergenin yaşadığı psikolojik iç ve dış gerilimler derin bir şekilde hissedilir. Zaten inanç ve inançsızlık, dua ve küfür, aşk ve nefret, dinî mabetler ve sinema, dinî unsurlar için ilgi ve ilgisizlik alternatifleri de, söz konusu düzensizlikten kaynaklanır.¹⁰⁹ İçten ve dıştan ergeni kuşatan bu karmaşık ve düzensiz etkiler, onu dinî gelenekler noktasında belli bir yönde tercih yapmaya, dolayısıyla kesin bir tutum geliştirmeye zorlar. Bu dönemde irade, ergenin imanı üzerinde bağımsız olarak bir etki yaptığı için kesin dinî tercihler yapılarak, edinilen farklı tonlardaki dinî tutumlar netleştirilir.¹¹⁰ Netice olarak, bu dönem, ergenlerin ya dine dönüş yaptıkları ya da şayet varsa çocukluk dönemine ait inançlarını terk etmeye karar verdikleri bir dinî uyanış dönemidir, denebilir.¹¹¹

Bireylerin eylemleri, onların gerçek inançlarını sözlerinden daha açık bir şekilde gösterir. Bu bağlamda iman, duygusal coşkunlukla desteklenmiş ve zihinsel kabulle onaylanmış

105 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, "Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi", U.Ü.İ.F.D., Bursa-1986, S.1, C.1, sh. 50

106 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 142

107 Bkz. KILAVUZ, M., Akif, "Ergenlerde Özdeşleşme ve Din Eğitimi", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 251

108 Bkz. CLARK, W., H., "Ergenlik ve Gençlikte Din-III", (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1977, S.260-261, sh. 16

109 Bkz. GRUBER, Ergenlikte Dinî Gelişme, sh. 18

110 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, "Dinî Kişiliğin Kuruluşunda İradenin Rolü", Diyanet İlmî Dergi, Ankara-1985, C.XXI, S.2, sh. 26-27

111 Bkz. ARGYLE, Michael; HALLAHMI, Benjamin-B., "Yaş ve Din", (Çev. Abdurrahman KURT), U.Ü.İ.F.D., Bursa 1992, C.4, S.4, sh. 320; Ayrıca krş. HÖKELEKLİ, Hayati; "Gençlik ve Din İhtiyacı", Millî Kültür Dergisi, Ankara-1985, S.50, sh. 87-88

hareketlerden kaynaklanan bir eylemdir.¹¹² Dolayısıyla inanç ve inançsızlığın meydana getireceği eylemler düşünce ve irade özgürlüğüne dayanan önemli davranışlardır. Bu anlamda İslâm dinine göre bireyin dinî davranışlarından sorumlu olduğu çağ ergenlik dönemiyle başlar.¹¹³ Bu sebeple de dönemin dinî tutum ve davranışlarının gelişim seyri ayrı bir önem kazanır. Dinî kişiliğin kazanıldığı ergenlik döneminde sevgi ve ilgiden yoksun olma, dinî inanç ve tutumların gelişiminde bazı olumsuzluklara ve sapmalara neden olabilir. Konuyla ilgili yapılan bir ampirik araştırma sonucunda; Türkiye’de yaşayan ergenlerin aile ve okullarında baskı ve korkuya dayalı otoriter bir dinî eğitim aldıkları ve bunun da dinî inanç ve tutumlarının oluşmasında olumsuz etki yaptığı, dolayısıyla duygusal bir yaşam süren ergenin, dinî algılamasında ve yaşantısında sevgi motifinin yerinin korkuya göre daha büyük ve önemli olduğu ortaya çıkmıştır.¹¹⁴

Ergenlik dönemi aynı zamanda ani hidayet olaylarının gerçekleştiği bir dönem olarak tasvir edilir. Âni ergen hidayetlerinde patolojik duruma varan suçluluk ve günahkârlık duygusu, birdenbire coşkun bir huzur ve erdem duygusuna dönüşebilir. Cinsiyet faktörü göz önüne alındığında ergenlikte hidayete erme yaşı ortalama erkeklerde 16, kızlarda ise 15 olarak bulunmuştur¹¹⁵ (ayrıca krş. Şekil-4). Öte yandan cinsiyet faktörüyle ilgili olarak, dinî tutumların gelişiminde ergen kızların dindarlığının daha ziyade gelenekçi bir karakter taşıdığı,¹¹⁶ uğura, muskaya, büyüye ve mucizelere erkeklerden daha kolay inandıkları,¹¹⁷ dinî tartışmalara daha az katıldıkları söylenebilir.¹¹⁸

Ergenlik çağının sonlarına doğru kesin dinî tutumlar belirginleşir. Bu bağlamda gençler arasında dini, kökten reddedenler son derece azdır. Ancak dinî ve manevî açıdan henüz yeterli bir olgunluğa kavuşmamış olan ergenlerin yaşayış özellikleri bireyden bireye değişen bir çok farklılıkları da bünyesinde taşır.¹¹⁹ Yine bu dönemin sonlarına doğru ergenin, din alanında tatmin edici bir inanca ulaşabilmesi için çözmesi gereken bir çok problem vardır. Bu bağlamda bazı ergenler, çocuklukta dinî inançları ile genişlemiş bilgilerini bağdaştıramazlar. Bazıları ise, Tanrı, melek, şeytan, mucize ve ölüm ötesi gibi konularda özel tasarılarını bir oranda

112 Bkz. CLARK, W., H., “İman Problemi”, (Çev. A. Rıza AYDIN), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.3, (www.dinbilimleri.com)

113 Bkz. ACHOU, Human Nature, sh. 79

114 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 142-144; “Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 331-334

115 Bkz. ARGYLE; HALLAHMI, Yaş ve Din, sh. 321-322; Ayrıca krş. KÖSE, Ali, Neden İslâm’ı Seçiyorlar, İSAM Yayınları, İstanbul-1997, sh. 46

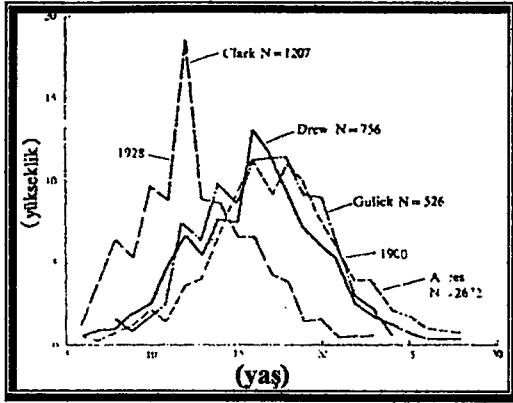
116 Bkz. HÖKEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 139

117 Bkz. ADLER, Genç Kız Psikolojisi, sh. 141

118 Bkz. ARMANER, Din Psikolojisine Giriş, sh. 99

sembolleştirmek suretiyle aileden gelen bir çok geleneksel inançları, olduğu gibi veya çok az bir değişikliğe uğratarak devam ettirebilirler.¹²⁰

Şekil-4 Dine dönüş yaşı¹²¹



b.c. Ergenlik Döneminde Ahlâkî Gelişim

Ergenin ahlâkî gelişiminin incelenmesi, bugünkü gelişim psikolojisi literatürü içerisinde ve yine bu bilim dalı eksenli çalışmalarda, kuramsal çerçevede gerek toplumsallaşma gerekse kişisel değerleri özümseyip özümseyemediği noktasında ele alınmıştır. Dolayısıyla konuyla ilgili çalışmalar evrensel ahlâk ilkeleri çerçevesinde yürütülmüştür. Ancak bu yetersiz bir yaklaşımdır. Halbuki ahlâkî gelişim çalışmaları hangi din eksenli yapılırsa o dinin ahlâk normları referans alınarak yapılmalıdır. Aksi halde yapılan herhangi bir davranışın ahlâkîliğinin meşruiyet zemininin tespiti zorlaşır. Nitekim bu tür yaklaşımlarla yapılan çalışmalar hangi toplum veya ülkenin eseriye, ahlâkîliğinin sınırları da bu toplumların gelenekleri istikametinde çizilip, içi de ona göre doldurulmuştur. Bu bağlamda bireylerin gelişim dönemleri içinde ahlâkî gelişimlerini açıklamaya çalışan seküler anlamda bir çok ahlâkî gelişim kuramı vardır.¹²² Bu kuramlar, kendilerine göre psikolojik tabanlı bilimsel açıklamalarla konuyu ifade etmeye çalışmışlardır. Ancak yukarıda da ifade edildiği gibi dinî referans kaynağı olmadığı için yeterli değildir. Ahlâkî gelişim süreci ve evreleri evrensel değildir. Evrensel olan, bireyde bir ahlâkî gelişim kapasitesinin bulunmasıdır. Bu bağlamda ahlâkî gelişim süreci ve evrelerinin evrenselliğinden kesin biçimde söz edilebilmesi için daha fazla teorik ve ampirik araştırmalara ve Kohlberg gibi ahlâk gelişimi kuramlarının yaklaşımlarını kültürler arası olarak sınamaya

119 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 139

120 Bkz. ARMANER, Din Psikolojisine Giriş, sh. 108

121 Bkz. ARGYLE; HALLAHMI, Yaş ve Din, sh.322; (Bu grafikte, konuyla ilgili çeşitli araştırmalardan elde edilen yaş dağılımları verilmiştir.)

122 Kuramlarla ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. WINDMILLER, Ahlâk Gelişimi, sh. 227-238

ihtiyaç vardır.¹²³ Özetle ahlâk gelişimi, bireyin kendisinin veya başkasının davranışı hakkında düşünme veya bu davranışı iyi ya da kötü olarak yargılama yetisinin gelişmesidir.¹²⁴ Bu bağlamda bireyin iyi ya da kötü olarak yargılarını yani neyin ahlâklı neyin ahlâksız bir davranış olduğunu, yaşadığı toplumun kültürel unsurları¹²⁵ ile inandığı dinin referansları belirler. Örneğin, ergen İslâm dinine inanıyorsa iyi veya kötüyü yani ahlâkî yargı yetisini bu dinin referanslarına göre; Hıristiyanlık veya Yahudiliğe inanıyorsa da bu dinlerin referanslarına göre geliştirir. Din psikolojisi çalışması olan araştırmanın bu bölümünde ergenin ahlâkî gelişimi genelde din özelde ise İslâm dini eksenli olarak kısaca ele alınmaya çalışılmıştır.

Bireyin gelişim dönemi göz önüne alındığında ergenlik döneminden önce tam anlamıyla olgunlaşmış bir ahlâk yapısından söz etmek mümkün değildir. Zira büyük ölçüde soyut işlemlerle ilgili ahlâkî kabullerin kavranıp benimsenmesi, yeterli ve uygun bir zihinsel gelişime bağlıdır. Bu bağlamda ahlâkî olgunluğa yönelik ancak soyut düşünme yetisinin gelişmeye başladığı yıllardan itibaren mümkündür. Ergendeki ahlâkî gelişim, dinî gelişim ile paralel bir yapılanmaya sahiptir. Dolayısıyla her iki gelişim süreci de birbirini tamamlar.¹²⁶ Bireyin kişisel bir ahlâkî değer sisteminin varlığının farkına vardığı dönem ergenlik dönemidir. Bu dönemdeki ahlâkî değer sistemlerine ilişkin bir çok faktör, ergenin, ahlâkın ilkeli düzeyini benimseyip benimsemeyeceğini veya yargıların otoriteye bağlı kalarak ve toplumsal düzene uyarak verildiği geleneksel düzeyde kalıp kalmayacağını belirler. Ahlâkî değer sistemlerini ilkeli bir düzeyde benimseyen ergenler, insan haklarına ve insan yaşamının değerlerine dayanan evrensel ahlâk ilkelerine göre daha rahat yargıda bulunabilirler.¹²⁷ Bu bağlamda gençlerin ahlâkî gelişimleri ile ilgili yapılan bir saha araştırması sonucunda; yüksek öğrenim gören gençlerin sınıf düzeyi, cinsiyeti, kavrama gücü, benlik tasarımı ve uyum düzeyleri ile ahlâkî yargı düzeyleri arasında bir ilişki tespit edilmiştir.¹²⁸

Ahlâk, her şeyden önce bir öğrenme hadisesidir. Yani, bireyde bir takım psikolojik mekanizmaların faaliyeti sonunda kazanılan davranış şemalarından ibarettir. Bu bağlamda birey, kendisi ile başkası arasındaki ilişkileri düzenleyip değerlendirirken hem kendisi hem de başkaları hakkında bir takım fikirlerden, idrak ve inançlardan hareket eder. Dolayısıyla bireyin ahlâklı bir davranışta bulunması, onun bazı şeylere anlamlar vermesi ve kendi davranışlarını da

123 Bkz. GANDER; GARDINER, Çocuk ve Ergen Gelişimi, sh. 436-437

124 Bkz. GANDER; GARDINER, a.g.e., sh. 431

125 Kültürün ahlâkî gelişime etkisiyle ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. UYGUR, Nermi, Kültür Kuramı, Remzi Kitabevi, No:58, İstanbul-1984, sh. 87-102

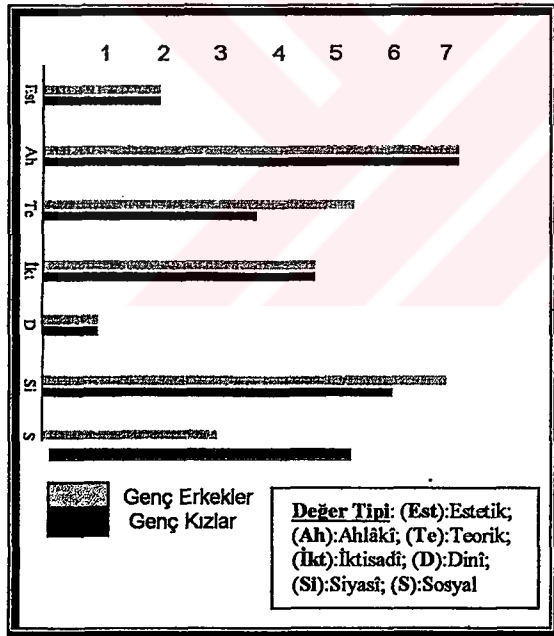
126 Bkz. BAHADIR, Abdülkerim, "Ergenlik Döneminde Din ve Ahlâk Gelişimi", Mehir Aile Dergisi, Konya-2001, S.1, sh. 49

127 Bkz. WINDMILLER, Ahlâk Gelişimi, sh. 249-250

bu anlayışa göre düzenlemesi demektir.¹²⁹ Bu bağlamda ahlâkî değerlere ilişkin kuralların ergenlere doğrudan aşılması pedagojik olarak uygun değildir.¹³⁰ Zaten ergenin her şeye itiraz ettiği bu dönemde, ahlâkî kuralların ergen tarafından kabulü de zordur. Ahlâkî değerler, onların fikirlerindeki tutarsızlıkların ve çatışmaların kendileri tarafından görülmesine imkan tanınarak aşılmasına çalışılırsa, bu değerlere ilişkin yeniden yapılanmaların daha kolay oluşması sağlanabilir.

Cinsiyet faktörü göz önüne alındığında ergen kızlar, ahlâk kurallarına erkeklerden daha çok saygılı ve bağlıdırlar. Onların bu bağlılıklarında, düşüncelerinden ziyade duygusal yaşamları rol oynar.¹³¹ Adler'e göre ahlâkî gelişimde cinsiyet farkının olmasına karşın, Güngör tarafından değerler psikolojisi ile ilgili yapılan bir alan araştırmasında; gençlerin cinsiyet farkı gözetmeksizin hepsinde ortak değer ahlâk olduğu (bkz. Şekil-5); Bugünkü Türk toplumundaki 18 yaşın üzerindeki yüksek öğrenim gören gençlerin büyük çoğunluğunun "evrensel ahlâk" seviyesine ulaştığı saptanmıştır.¹³²

Şekil-5 Genç erkekler ve kızların değer profilleri¹³³



128 Bkz. KAYA, Mevlüt, "Kişilik Özelliklerinin Ahlâkî Yargı Üzerindeki Etkisi", Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, İstanbul-1997, S.4, sh. 198

129 Bkz. GÜNGÖR, Erol, Ahlâk Psikolojisi ve Sosyal Ahlâk, Ötüken Yayınları, No:317, İstanbul-1995, sh. 24-25

130 Bkz. WINDMILLER, Ahlâk Gelişimi, sh. 250

131 Bkz. ADLER, Genç Kız Psikolojisi, sh. 137,139

132 Bkz. GÜNGÖR, Erol, Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar, Ötüken Yayınları, No:404, İstanbul-1998, sh. 109,123

133 Bkz. GÜNGÖR, Değerler Psikolojisi, sh. 109

Ahlâk gelişimiyle ilgili yapılan diğer araştırmalarda ergenin ahlâk gelişimi üzerinde zekanın ve zeka bölümünün, yaşın, toplumsal seviyenin, anne-baba tutumlarının, aile çevresinin ve kültürel farkındalığın önemli etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.¹³⁴ Yüksek öğrenim gençleri üzerinde yapılan bir ampirik araştırma sonucunda; dinî pratiklerin de ergende var olan dinî ve ahlâkî duyguları canlandırıp geliştirdiği saptanmıştır.¹³⁵ Öte yandan ergenin ahlâkî gelişimiyle aldığı eğitimin niteliği arasında da önemli bir ilişki vardır. Bu bağlamda ergenler arasındaki ahlâkî gelişim farkı eğitim yoluyla azaltılabilir.¹³⁶ Dolayısıyla genel anlamda meslekî din eğitimi alan ergen ile normal eğitim sürecinde din eğitimi alan ergenin ahlâkî gelişim seyirleri ve seviyeleri farklıdır. Konuyla ilgili yapılan alan araştırmasında; meslekî din eğitimi alan ergenler, sosyal ve kültürel değerler karşısında itirazsız bir şekilde “uyumcu” bir tavır sergilemeyip, “seçici ve değerlendirci” tutumlar geliştirdikleri için toplumun geçerli olan ilişki biçimlerini ve yaşam tarzlarını dinin süzgecinden geçirerek kendilerine mal ettikleri;¹³⁷ vatan sever eğilimlere sahip oldukları gibi bu konudaki uygulamaların aşırılıklarını ve yanlışlıklarının farkına varabilecek bir bilinç düzeyine ulaştıkları tespit edilmiştir.¹³⁸ Öte yandan yine konuyla ilgili yapılan diğer bir saha araştırması sonucunda; ergenlik döneminde meslekî din eğitimi alan ergenler, ahlâkî kaygıların ön planda olduğu gerçeğine rağmen, suçluluk duygusunun başlamasıyla ahlâk ölçülerinin bozulmaya doğru gitmesine karşı, “günahdan kaçınma” şeklinde olumlu bir tepki gösterdikleri saptanmıştır.¹³⁹

Ergen, ahlâkî gelişim seyri içerisinde benliğinin o güne kadar tanıyamadığı yönlerini görerek kendini incelemeye ve yorumlamaya çalışır. O ana kadar düşünmeden yaptığı davranışları, bundan sonra vicdanının süzgecinden geçirerek yapmaya çalışır.¹⁴⁰ Bu vicdan gelişimine paralel olarak ergenlik döneminin ahlâkî gelişiminde etkin karakteristik duygulardan birisi de şüphesiz “suçluluk ve günahkârlık” duygularıdır.¹⁴¹ Ergendeki suçluluk duygusu, ahlâkî kabullerdeki çatışmanın veya uyumsuzluğun varlığına işaret ederek, doğru davranma konusunda vicdanının uyarısına aracılık eder. Dolayısıyla ergen, vicdanı tarafından mahkûm edilir. Bu duygu aşırı güçlendiği zaman ergenin kişiliğinde önemli bozukluklara neden olabilir.

134 Bkz. GANDER; GARDINER, Çocuk ve Ergen Gelişimi, sh. 436

135 Bkz. ASLAN, Zeynüddin, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1987, sh. 40

136 Bkz. KULAKSIZOĞLU, Ergenlik Psikolojisi, sh. 98-99

137 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, “Ergenlerin Sosyal İlişki ve İlgilerine Din Eğitiminin Etkisi”, U.Ü.İ.F.D., Bursa-1987, S.2, C.2, sh. 58

138 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlik Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi, sh. 51

139 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 140

140 Bkz. ALTINKÖPRÜ, Genç Kız Psikolojisi, sh. 179

Bunun yanında bu dönemde zihinsel ve duygusal alanda ortaya çıkan değişimler vicdan gelişimini de etkiler. Vicdan gelişiminde meydana gelen ilerlemeler ergeni iç kontrole, kendine sahip olmaya ve daha bağımsız fakat daha sorumlu davranmaya yönlendirir. Çünkü bu aşamada suçluluk ve günahkârlık duyguları güçlenir. Bir yandan bu tür duygularla karşı karşıya gelme endişesi, diğer yandan ahlâk kurallarına uymanın sağladığı huzur ve avantajlar, ergeni dinî ve ahlâkî değerlere daha fazla yaklaştırdığı gibi, doğruya olan bağlılığını da pekiştirir.¹⁴² Ergenlik döneminde vicdan duygusu geliştikten ve soyut kavramların anlaşılabilmesi için gerekli zihni olgunluğa ulaşıldıktan sonra yüksek dozda olmamak şartıyla, başta Allah korkusu olmak üzere korku motifinin pedagojik kurallar çerçevesinde işlenmesinin özellikle vicdan gelişimine olumlu katkıların olduğunu söz etmek mümkündür.¹⁴³

C. ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA VE İBADET PSİKOLOJİSİ

c.a. Dua ve İbadet Psikolojisi

Dua ve ibadetten psikolojik olarak etkilenen birey, kendinden ontolojik olarak farklı olan ve kendini aşan bir başka varlıkla mahrem bir psikolojik ilişkiye girer.¹⁴⁴ Sözü edilen bu psikolojik ilişki, çalışmanın bu teorik bölümünde dua ve ibadet psikolojisi diye iki alt ana bölümde ele alınmıştır. Bu bağlamda ilk olarak dua psikolojisinden bahsedilmiştir.

Dua, bireyin Tanrı ile konuşarak kendi acizliğinin farkına varmasıdır. Bu açıdan duayı canlandıran anlamlı niyet, bireyin neye ihtiyacı olduğunu bilmeseyse bile “eksiklik şuuru”dur. İşte birey, kendindeki bu eksiklik duygusundan meydana gelen gerginliği gidermek için dua eder.¹⁴⁵ Foulquie ise duayı; sözlü ifadelerden bağımsız ve sözden vazgeçebilen bir ruhun yükselişi olarak tanımlar.¹⁴⁶ Öte yandan, dua gerçekte bireyin kendini unutup Tanrı’ya teveccüh etmesidir. O’nun var olduğunu ve bu varlığının mahiyetinin bilincine erişmesi ve huzurunda

141 Bkz. BAHADIR, Ergenlikte Din ve Ahlâk Gelişimi, sh. 50; Ayrıca krş. CLARK, W., H., “Ergenlik ve Gençlikte Din-II”, (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1976, S.258-259, sh. 5-6

142 Bkz. BAHADIR, a.g.m., sh. 50-51

143 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 143

144 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 216

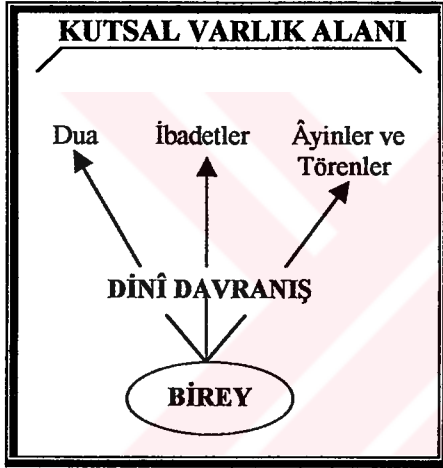
145 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 213; Ayrıca krş. VERGOTE, Antoine, Din, İnanç ve İnançsızlık, (Religion, Foi, Incroyance), (Çev. Veysel UYSAL), İFAV Yayınları, No:164, İstanbul-1999, sh. 238-241

146 Bkz. FOULQUIE, Paul, Pedagoji Sözlüğü, (Dictionnaire de la Langue Pedagogique), (Çev. Cenap KARAKAYA), Sosyal Yayınlar, İstanbul-1994, sh. 112

derunî bir hayranlık yaşamasıdır.¹⁴⁷ Duanın tanımı mahiyeti ve psikolojik etkileriyle ilgili İslâm dininin temel referansları olan K.Kerim’de¹⁴⁸ ve hadislerde¹⁴⁹ de bilgiler mevcuttur.

İnançlı birey, dua, ibadet, dinî ayin ve törenlerle Tanrı’ya yaklaşma çabası içerisine girer. O’na güven ve bağlılığı ifade eden bu ve benzeri dinî tecrübeler,¹⁵⁰ bireyin dinî hayatının önemli bir bölümünü oluşturur. Bu bağlamda dua ve ibadet ile ilgili yapılan dinî davranışlar, birey ile Tanrı arasında iman bağıyla kurulan mahrem bir ilişkiyi ifade eder ve bu dinî pratikler sayesinde bu ilişki dinî davranış olarak dışa yansır¹⁵¹ (ayrıca bkz. Şekil-6). Ancak dua ile ibadetin, bireyin üzerindeki psikolojik etkisi bakımından önemli bir farkı da, dua gizli ve bireysel yapıldığında, ibadet ise genelde açık ve toplu olarak yapıldığında daha çok olumlu etki yapar.

Şekil-6 Bireyin kutsal varlığa yaklaşması ve onunla iletişim kurması



Fenomen olarak duada, bireyin kendi etkinliğinin prensibini elinde tutamadığı için bir referansa ihtiyaç vardır. O da, güç ve kudreti elinde bulunduran Tanrı’dır. Zaten duayı da büyü vb. batıl uygulamalardan ayıran en önemli özellik budur. Büyü vb. tarzındaki uygulamalarda,

147 Bkz. FOULQUIE, Pedagoji Sözlüğü, sh. 112; EKER, Hasan, Dua Bilinci, Denge Yayınları, No:60, İstanbul-2000, sh. 48-52

148 Bkz. KUR’AN-I KERİM, (sure/ayet no), 2/186; 40/60; 1/1-4; 113/1-5; 114/1-6; 7/155; 25/74-75; 17/180; 11/45,47; 40/7-9; 14/39-41; 21/112; 23/118; 2/133; 2/201; 2/45; 3/191-194; 3/53; 3/8-9; 59/10; 9/80; Ayrıca Kur’andaki duaların özellikleri için bkz. İBN TEYMİYYE, Dua ve Tevhid, (Çev. Abdi KESKİNSOY), Pınar Yayınları, No:89, 2. Baskı, İstanbul-1997, sh. 21-38; İslâmî açıdan dua adabı için bkz. TUNÇ, Cihat, “İslâm Dininde Zikir ve Dua”, E.Ü.İ.F.D., Kayseri-1988, S.5, sh. 37-42

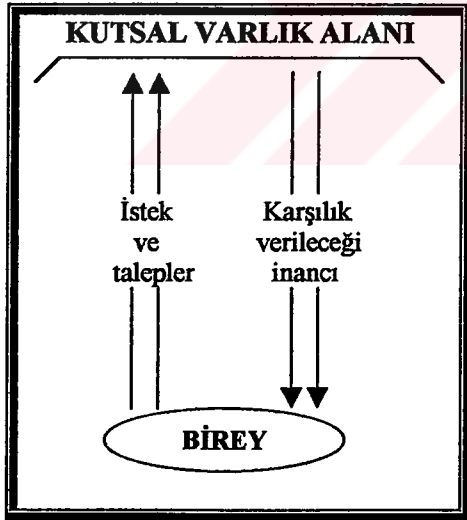
149 Bkz. CANAN, İbrahim, Kütüb-i Sitte, Tercüme ve Şerhi, C.6, Akçağ Yayınları, Ankara-1995, (C/sh), 4/67; 6/512-551; 15/172; 6/540; 17/502; 6/527-532; 7/331; 12/409; 17/65; 12/417; 6/538; 6/511,513; 11/331-332; 7/19; 6/516; 17/503; 7/108

150 Dinî tecrübe hakkında bkz. JHONSON, Paul, E., “Dinî Tecrübe, (Religion Experience), (Çev. Recep YAPAREL), D.E.Ü.İ.F.D., İzmir-1986, S.3, sh. 195-203

151 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 211

duadaki Tanrı'nın fonksiyonunu, uygulamanın bizzat kendisi alır.¹⁵² Özetle dua, birey ile Tanrı arasında bir haberleşme veya iletişim aracı olarak tanımlanabilir. İlk bakışta bu iletişim, sanki "bireyden Tanrı'ya" şeklinde tek yönlü olarak değerlendirilebilir. Ancak bireyde, dua vasıtasıyla yaptığı istek ve taleplerine Tanrı tarafından cevap verileceği beklentisi de vardır. Yani bu durumda duadaki iletişim tek yönlü değil çift yönlüdür (ayrıca bkz. Şekil-7). İnançlı veya değil her bireyde, çaresizlik durumlarında dua ihtiyacının ortaya çıkması, onun psikolojik yapısının bir anlamda bilinç dışı tepkisi olarak yorumlanabilir. Bir başka ifadeyle dua, bireyin içindeki derin varlığın ortaya çıkmasıdır. Bu bağlamda bireyler benliklerinde, farklı sebeplerle dua etmenin zorlayıcı ihtiyacını hissederler.¹⁵³ Batı'daki din psikolojisi çalışmalarında Poloma ve Pendleton (1991) tarafından yapılan araştırmalarda; konuşma diline ait (colloquial) dua, derin düşünce anlamında (meditative) dua, istekte bulunma anlamında (petitionary) dua ve dinî pratik olarak (ritual) dua olmak üzere genelde dört tür dua çeşidi tespit edilmiştir.¹⁵⁴ Duanın psikolojik faydasıyla birlikte belli bazı kazanımlarının olduğunu düşünen toplum ve yöneticiler de dua etmeyi yaygınlaştırarak adeta bilinçli bir gelenek oluşturmuşlardır. Bu duruma en güzel örneği Osmanlı tarihinden vermek mümkündür. Osmanlı padişahları, her sefere çıkmadan önce halkına ferman göndererek dua etmelerini istemişlerdir.¹⁵⁵

Şekil-7 Dua tecrübesinin çift yönlü iletişimi



152 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 213; Ayrıca bkz. IZUTSU, Toshihiko, Kur'an'da Allah ve İnsan, (Çev. Süleyman ATEŞ), Yeni Ufuklar Neşriyat, İstanbul-(tarihsiz), sh. 182-186

153 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 212-220

154 Bkz. ARGYLE, Michael, Psychology and Religion -An Introduction-, Routledge, London and New York-2000, sh. 120-123

155 Bkz. AKGÜNDÜZ, Ahmet, "Manevî Silahımız Dua ve Ecdadımızın Duaya Verdiği Ehemmiyet", Sızıntı Dergisi, İzmir-1999, S.136, sh. 183-185; Ayrıca duanın kelamî yönü için bkz. PARLADIR, Selahattin, "Dua" md., TDV İslâm Ansiklopedisi, TDV Yayınları, İstanbul-1994, C.9, sh. 533-534

Dinî bir yaşam tarzının benimsenip bireyin kişiliğinde yapılanması, sürekli yenilenen ve yinelenen dinî tecrübelerle gerçekleşir, bu da dinî pratiklerle mümkün olur. Dolayısıyla bilinci alt seviyelerden kurtarıp, bireyin gerçek değerini ortaya çıkaran bilişsel kuvvet derecelerine yükseltme, dinî pratiklerin temel bir fonksiyonudur.¹⁵⁶ Bu bağlamda ibadet, bireyin inandığı Tanrı'ya sevgi, saygı, bağlılık, minnet ve şükran duygularıyla yönelmesi, onun emrinde olmanın bilinci içinde ve yine onun emrettiği formatta, spontane davranışlar göstermesidir.¹⁵⁷ Sharpe, dinler tarihi ile ilgili yazmış olduğu eserinde ibadetlerle ilgili olarak; ibadetin dışı yansıyan şekillerini inceleyip anlamının kolay olduğunu ancak birey için taşıdığı anlamın ise din psikoloğundan başkası tarafından tahlil edilmesinin zor olduğunu ifade etmiştir.¹⁵⁸ Diğer dinlerin ibadetlerinde olduğu gibi İslâm dininin namaz ve hac gibi ibadetleri -yukarıda da kısaca ifade edildiği gibi- birey ile Allah ilişkisini anlamlandıran sembolik tarzdaki jestler ve bunlara eşlik eden sözel formüller şeklinde düzenlenmiştir.¹⁵⁹ Araştırma sınırları içinde bulunan ibadetlerle (namaz kılma, oruç tutma, K.Kerim okuma, tövbe etme) ilgili yine İslâm dininin ana referans kaynağı olan Kur'an-ı Kerim'de¹⁶⁰ çeşitli açıklamalar bulmak mümkündür.

İbadetler, şekil ve anlam faktörleriyle bütünleşen, normal günlük bilinci köklü değişime zorlayan bir yapı özelliğine sahiptir. Bu noktada dua ile namaz arasındaki yapı farkı, dinî bilincin gerçek yapısını anlama bakımından önemlidir. Zira, duadaki beden hareketleri, ibadetlerden örneğin, namaz ibadetine göre oldukça basittir. Bu bağlamda şekilsel zorunluluk açısından da ikisi arasında bir fark söz konusudur. Yani dua subjektif, namaz ve diğer ibadetler objektif bir karakter taşırlar.¹⁶¹ Öte yandan ibadette bireyin iradesinin etkin bir rolü vardır. Dinî inancın, dinin pratikleri denilen davranışlara dönüşmesi, ondaki bu irade gücüne bağlıdır.¹⁶²

156 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 242

157 Bkz. ŞENTÜRK, Habil, Din Psikolojisi, Esra Yayınları, No:177, İstanbul-1997, sh. 159; KARAGÖZ, İsmail, Kur'an'da İbadet Kavramı, Şule Yayınları, No:46, İstanbul-1997, sh. 52-54; Ayrıca tasavvufi yaklaşım için bkz. TOPÇU, Nurettin, İslâm ve İnsan, Mevlana ve Tasavvuf, (Haz. E. ERVERDİ, İ. KARA), Dergah Yayınları, No:173, İstanbul-1998, sh. 147-152

158 Bkz. SHARPE, Eric, J., Dinler Tarihinde 50 Anahtar Kavram, (Çev. Ahmet GÜÇ), Arasta Yayınları, No:2, Bursa-2000, sh. 34

159 Namaz ve hac ibadetlerindeki sembolik anlatımlar için bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 236-241; GAZALİ, İhya-u Ulumu'd-Din, (Çev. A. SERDAROĞLU), Bedir Yayınları, C. I-V, İstanbul-1974, sh. 440-467; Ayrıca krş. GAZALİ, Kalplerin Keşfi, (Mükaşefetü'l-Kulüb), (Çev. Hüseyin S.ERDOĞAN), Hisar Yayınevi, No:22, İstanbul-(tarihsiz), 90-96, 146-153; Duanın sembolik anlatımlarıyla karşılaştırmak için bkz. MEYEROVİTCH, Evade Vitray, Duanın Ruhu, (La Priere en İslâm), (Çev. Cemal AYDIN), Şule Yayınları, No:132, 2. Baskı, İstanbul-1999, sh. 44-47

160 Bkz. KUR'AN-I KERİM, (sure/ayet no), namaz kılma ile ilgili: 107/4-7; 7/29,170; 25/64; 19/31,54; 20/14,132; 17/110; 10/87; 11/87; 6/92; 31/17; 42/36-38; 14/31; 21/73; 23/1-6; 7/22-35; oruç tutma ile ilgili: 2/183-184,187; Kur'an-ı Kerim okuma ile ilgili: 7/24; 17/106; 73/4; tövbe ile ilgili: 28/67; 11/3; 6/54; 16/119; 2/160; 3/16-17; 4/106,110,17,64; 66/8; 9/113; 110/3; 47/19

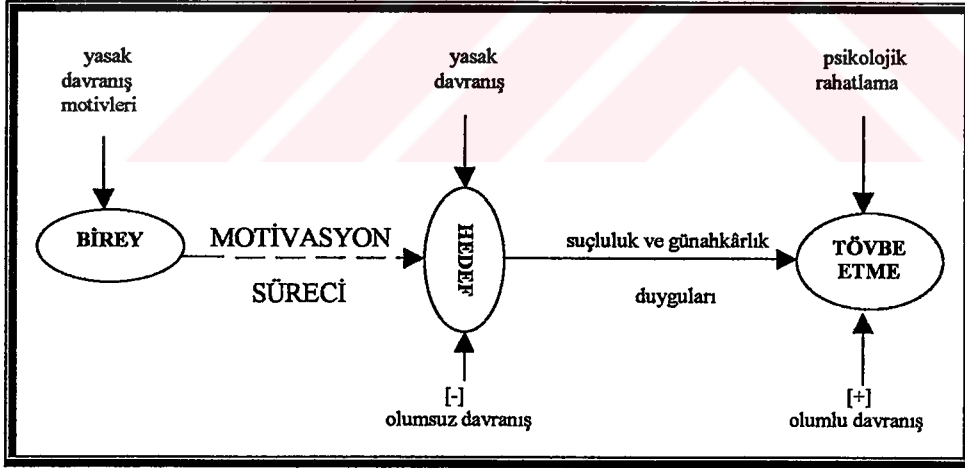
161 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 235-236

162 Bkz. PEKER, Din Psikolojisi, sh. 68

İbadetler bireysel ve toplu olarak yapılabilir. Bu bağlamda toplu olarak yapılan ibadetler, bireydeki kolektif toplumsal şuuru canlandırabilir.¹⁶³

Yapılan bu araştırmada ibadetler içerisinde değerlendirilen bir diğer ibadet türü de “tövbe etme”dir. Birey psikolojik yapısı gereği günah işlemeye ve hata yapmaya müsait bir varlıktır. Tövbe, zaman zaman yapılan bu günahlardan arınmak için bireyin, Tanrı’dan af dilemesidir.¹⁶⁴ Tövbenin bireyde bir psikolojik işleme mekanizması vardır. Bu mekanizma şöyle işler; öncelikle birey, dinen yapılması yasak olan davranışları yapmaya iten motivler tarafından harekete geçirilir. Motiv hedefe ulaşip motivasyon süreci sonunda davranışa dönüştüğünde ise birey, dinen yasaklanan davranışı yapmış olur. Daha sonra inancın içtenlik derecesine göre bireyde, yasak olan davranışı yapmasından kaynaklanan suçluluk ve günahkârlık duyguları meydana gelir. Birey bu duygularla uzun süre yaşayamayacağı için tövbe etme gereği duyar¹⁶⁵ (ayrıca bkz. Şekil-8). Özetle birey kendini zaman zaman hesaba çekip dinî inançtan kaynaklanan bir iç kontrol mekanizması ile yaptığı yanlışları tespit edip tövbe etmek suretiyle suçluluk ve günahkârlık duygularından arınır.¹⁶⁶ Dolayısıyla böyle bir inanç da, bireyin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler meydana getiren suçluluk ve günahkârlık duygularının yok olmasını sağlar.

Şekil-8 Tövbenin psikolojik işleme mekanizması



163 Bkz. PAZARLI, Osman, Din Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 3. Baskı, İstanbul-1982, sh. 191-192

164 Bkz. ILDIRAR, Mehmet, "Tövbe", Semerkand Dergisi, Ankara-2000, S.15, sh. 26; PEKER, Din Psikolojisi, sh. 75

165 Bkz. PEKER, a.g.e., sh. 77-79

166 Bkz. BÜYÜKÇINAR, A., Muhtar, Mutluluk Yolları, Hikmet Yayınları, 2. Baskı, No:55, İstanbul-1990, sh. 161-166

c.b. Ergenlerin Dua ve İbadet Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları

c.b.a. Ergenlerin Dua Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları

Bireyin herhangi bir konudaki tutum ve davranışları, büyük ölçüde davranışın gerçekleşeceği o anki fiziksel ve psikolojik faktörlere bağlıdır. Dolayısıyla birey, örneğin dua olgusu karşısında her zaman belli bir şekilde davranır, tarzında bir genel-geçer ifade kullanmak sakıncalıdır. Bu bağlamda ergenlik döneminde konuyla ilgili yapılan alan araştırmalarında, alınan örneklem grubu ve konunun spesifik özelliklerine göre çeşitli sonuçlara ulaşılmıştır. Bu bölümde daha çok, yapılan farklı alan araştırmalarında elde edilen sonuçlar aktarılarak kısaca ergenlerin dua karşısındaki tutum ve davranışlarına ilişkin yaptıkları duaların muhtevaları, sıklık dereceleri ve şekilleriyle ilgili genel bir profil çıkarılmaya çalışılmıştır.

Konuyla ilgili yapılan bir alan araştırmasında yüksek öğrenim çağındaki gençlerin yaptıkları duaların muhtevalarına ilişkin elde edilen sonuçlarda; gençlerin %51.2'si Allah'a layık bir kul olabilmek amacıyla, %11.3'ü derslerinde başarılı olmak amacıyla, %7.4'ü kötü huy, alışkanlık ve bağımlılıktan kurtulmak amacıyla, %5.7'si aşk ve sevgi ile bağlanılan bir karşı cins ile mutlu bir yaşam sürebilmek amacıyla;¹⁶⁷ aynı evrende yapılan başka bir ampirik çalışma sonucunda da; gençlerin %36'sı Allah'a şükretmek için, %25.40'ı sıkıntılardan kurtulmak için, %17.1'i isteklerinin yerine getirilmesi için, %3.30'u da alışkanlık olduğu için dua ettiklerini ifade etmişlerdir.¹⁶⁸ Hökelekli tarafından ergenlerin dinî gelişimiyle ilgili yapılan diğer bir saha araştırmasında ergenlerin yaptıkları duaların muhtevalarının; gelecek endişesi, sınavlarda başarılı olma, sevilen birinin ölümüyle duyulan üzüntü, hastalık ve yardıma muhtaç olanlara yardım edilmesi isteği gibi konular olduğu saptanmıştır.¹⁶⁹ Öte yandan cinsiyet faktörü göz önüne alındığında ise, ergen kızların yaptıkları duaların muhtevalarını genelde; imtihanlarda bildikleri yerlerden sorular sorulması, iyi bir sese, güzel bir vücuda, uzun saçlara sahip olma ve istedikleri kişiler tarafından beğenilme istekleri oluşturur. Ergen kızlar, bu dilek ve isteklerinin gerçekleşmesinin, kendilerini Tanrı'ya sevdirmelerine bağlı oldukları inancını taşırlar.¹⁷⁰

Ergenlerin yaptıkları duaların sıklık derecelerine göre gösterdikleri tutum ve davranışlara ilişkin ise yine yapılan saha araştırmalarında farklı oranlar elde edilmesine karşın, büyük çoğunluğunun sık sık dua ettikleri tespit edilmiştir. Yine yüksek öğrenim gençleri üzerinde konuyla ilgili yapılan bir ampirik çalışmada; gençlerin %95.4'ü dua ettiklerini, %4.6'sı duaya hiç baş vurmadıklarını, ancak %96'sı duanın geçerliliğine inandıklarını ifade ederken

167 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 30

168 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 39

169 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 87

%67.5'i duayı zaman olarak ibadetlerin akabinde yaptıklarını söylemişlerdir.¹⁷¹ Bir başka saha araştırmasında ise, sürekli dua edenlerin oranı %94.8 ile en yüksek değeri ifade ederken, sadece %5.2'si ara sıra dua ettiklerini dile getirmişlerdir. Buna mukabil hiç dua etmeyen öğrencilerin bulunmaması bu araştırmanın en çarpıcı sonucudur.¹⁷² Öte yandan din-cinsiyet çatışmasının ergenler üzerindeki psikolojik etkileriyle ilgili yapılan bir anket çalışmasında; ergenlerin %22.33'ünün söz konusu çatışma sonucunda kendilerini suçlu ve günahkâr hissettiklerinden dolayı affedilmeleri için sık sık dua ettikleri saptanmıştır.¹⁷³ Konuyla ilgili yapılan farklı bir ampirik çalışma sonucunda; ergenlerin korku motifli din anlayışıyla, sıkıntılı anlarında veya sadece ihtiyaç duyduklarında dua ettikleri ancak sevgi motifli din anlayışında ise sık sık ve düzenli olarak dua ettikleri tespit edilmiştir.¹⁷⁴ Duaların sıklık derecesinin cinsiyet ile ilişkisine sosyolojik açıdan bakıldığında gerek ilkel gerekse gelişmiş toplumlarda genellikle kadınların, erkeklerden daha çok dinî pratiklere (dua, ibadet vb.) eğilim gösterdikleri yönünde bulgulara rastlamak mümkündür.¹⁷⁵ Bu bağlamda Ellison ve Taylor (1996), yaptıkları saha araştırmasında; kadınların erkeklerden üç kat daha fazla dua ettiklerini tespit etmişlerdir.¹⁷⁶

Yapılan araştırma sonuçlarından, ergenlerin yaptıkları duaların biçimleriyle ilgili de bilgiler elde etmek mümkündür. Konuyla ilgili yüksek öğrenim gençleri üzerinde uygulanan bir anket çalışmasında; gençlerin %67.5'inin içlerinden geldiği gibi spontane sözler ve dua metinleri kullanmadan dua ettikleri saptanmıştır.¹⁷⁷ Yine aynı evren üzerinde yapılan bir başka çalışmada ise; gençlerin dua ihtiyaçlarını karşılama biçimleri konusunda farklı düşünce ve tutumlara sahip oldukları belirtilmiştir. Bu bağlamda adı geçen çalışmada; gençlerin %68.8'inin sessiz dua etmeyi tercih ettiği, %11.1'inin dinî mekanlarda (cami, kabir, türbe vb.) ve serbest şekilde, %1.8'inin ise sesli olarak dua ettikleri tespit edilmiştir..¹⁷⁸ Bundan önce zikredilen araştırmada; gençlerin %87.2'si dua etmek için özel bir zaman belirlemediklerini, %10.4'ü ise belirli zamanlarda (cuma akşamları, kandil geceleri, bayram gün ve geceleri) dua ettiklerini ifade etmişlerdir.¹⁷⁹

170 Bkz. ADLER, Genç Kız Psikolojisi, sh. 141

171 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 38-39

172 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 28

173 Bkz. KAYABAY, H., İbrahim, Genç Psikolojisinde Din-Cinsiyet Çatışması ve Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1989, sh. 44

174 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 195

175 Bkz. GÜNAY, Ünver, Din Sosyolojisi, İnsan Yayınları, No:257, 3. Baskı, İstanbul-2000,sh. 291; Din Sosyolojisi Dersleri, Erciyes Üniversitesi Yayınları, No:62, Kayseri-1993, sh. 243

176 Bkz. ARGYLE, Psychology and Religion, sh. 123-124

177 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 29

178 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 39

179 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 29

Duanın faydasına olan inanca ilişkin yapılan bir saha araştırmasında; ergenlerin %96'sı dua etmenin, ruh sağlıklarına faydalı olduğuna inandıklarını ifade etmişlerdir.¹⁸⁰ Diğer bir ampirik çalışmada ise; dinî gelişimdeki sevgi motifinin, ergenin Allah'a güvenmesini artırıcı bir unsur olduğu, dolayısıyla Allah'ın ergenlerin dualarına cevap vermediği zamanlarda bile inançlarında bir zayıflama olmadığı görülmüştür.¹⁸¹ Böylece sevgi motifi, ergenlerin dinî gelişim seyirinde, onlara güven sağlar ve bu sebeple sevgi motifi bir yaklaşımla dua eden ergenler konuyla ilgili dinî şüphe içerisine düşüp duaya karşı olumsuz bir davranış geliştirme eğilimi içerisine girmezler. Öte yandan ergenlik döneminin sonlarına doğru duanın psikolojik etkilerine inanılmaya devam edildiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte istek dualarının ergen üzerindeki etkisi konusunda fiilî inanç ile ergenlerin bekleyişi arasında bir ayrılma söz konusudur. Bu bağlamda ergen, kendi duasının kabulünü ümit eder ancak cevapsız kalması durumunda ise artık duanın faydasına inanmayabilir. Gerçekte olumsuz gibi görünen bu çelişki aslında ergenin imanı için bir delil de teşkil eder. Ancak söz konusu durum, ergenin dinî duygusunda bir azalma da meydana getirebilir. Bu aşamadan sonra ergen, şayet dinî krizini aşabilirse inancı netleşir ve dua konusunda daha derin bir bakış açısına sahip olur.¹⁸²

c.b.b. Ergenlerin İbadet Karşısındaki Dinî Tutum ve Davranışları

Öncelikle dönemin ibadet hayatına genel olarak bakılacak olursa, ergenlik dönemindeki ibadet hayatı genel anlamda çoğu kez, çocukluk dönemindeki taklitçi unsurlardan arınarak zengin bir muhteva ve derinlik kazanır. Sığınma ve bağlanma duygularının en yoğun olarak hissedildiği bu dönemde ibadetler, ergenin ruhî özlem ve ihtiyaçlarını yatıştıran en önemli kaynaktır. Bu anlamda ergenin ibadet hayatı çoğu kez ruhsuzluktan ve şekilcilikten uzaktır. Yaptığı ibadetler vasıtasıyla Allah'a yaklaşmanın, onun ruhuna kazandırdığı sevinç, coşku ve ferahlık, ibadet tecrübeleri içinde çok sık hissedilen duygulardandır.¹⁸³ Ancak konuyla ilgili 14-18 yaş arasındaki kız ergenlerin evren olarak seçildiği bir alan araştırması sonucunda; kız ergenlerin dinî inanç ve ibadet ile ilgili konularda olumlu tutumlara sahip olmakla birlikte henüz tutumlarının tam anlamıyla netleşmediği görülmüş, bunun sebeplerinin ise, içinde buldukları dönemin özellikleri ve toplum tarafından geleneksel din anlayışına bağlı olarak yapılan

180 Bkz. ÇETİN, Kasım, Ergenlik Çağı Gençlerinde İbadet ve Dua Tecrübesi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1984, sh. 14

181 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 137

182 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 87; Ayrıca krş. ELIAS, R., G., Dinî Anlayış Psikoloğu, (www.dinbilimleri.com)

183 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.t., sh. 83

yönlendirmeler olduğu saptanmıştır.¹⁸⁴ Konuyla ilgili bir diğer ampirik çalışmada; dinî inanç ve ibadetle ilgili tutumların netlik kazanmasında ergenlerin almış oldukları eğitimin niteliğinin önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Bu bağlamda meslekî din eğitimi alan ergenlerin almayanlara göre ibadetlere ilişkin tutum ve davranışlarının netlik kazanma oranı daha yüksektir. Aynı çalışmada örneğin; hiç namaz kılmayanların oranı meslekî din eğitimi alan ergenlerde %1.6 iken, bu oran din eğitimi almayanlarda %59.6'dır. Aynı şekilde Kur'an-ı Kerim okumada da bariz bir fark söz konusudur. Meslekî din eğitimi alan ergenlerin devamlı Kur'an-ı Kerim okuma oranı %59.2 iken, almayanlarda bu oran %1.7'dir.¹⁸⁵ Yine meslekî din eğitimi alan yüksek öğrenim gençlerinin örneklem alındığı ampirik bir çalışmada; ibadetlerini eksik olarak yapan gençlerin, bu durumlarından psikolojik rahatsızlık hissettikleri ve bu durumlarının kendilerini kabul ve ifade etmelerine engel olacak düzeyde kaygı oluşturdukları tespit edilmiş,¹⁸⁶ diğer bir saha araştırmasında ise; ergenlerin günah işlemelerinden dolayı tövbe ettikleri, bu oranın erkeklerde %88, kızlarda ise %96 olduğu saptanmıştır.¹⁸⁷

Diğer gelişim dönemlerinde olduğu gibi ergenlik döneminde de dinî inanç yüzdesi, dinî pratikleri yapma yüzdesine göre daha yüksektir. Nitekim konuyla ilgili yapılan anket çalışmasında; ibadetlerini büyük ölçüde yerine getirenlerin oranı %36.1 iken, inanmakla birlikte dinî pratiklerin yerine getirilmesinde eksiklikleri olanların oranı %63.9'dur.¹⁸⁸ Başka bir çalışmada ise; ergenlik dönemindeki bu dinî pratiklerin yapılmasını engelleyen etkenlerin başında gençlik duygularının geldiği saptanmıştır.¹⁸⁹ Konuya cinsiyet faktörü ön planda tutularak bakıldığında, kız ergenlerin erkek ergenlere nazaran namaz ibadetine karşı geliştirdikleri tutumlarında bir farklılık söz konusudur. Konuyla ilgili yapılan saha araştırması sonucunda; kız ergenlerin bir kısmının muntazaman, bir kısmının ara sıra namaz kıldığı, bir kısmının da hiç kılmadığı ancak kılan gruba gıpta ile baktıkları saptanmıştır. Yine aynı çalışmaya göre; oruç ibadetine namaza göre, geliştirdikleri tutumların daha net olduğu ve

184 Bkz. ÖZTÜRK, Nermin, Kız Öğrencilerin Dinî Tutumları -14-18 Yaş-, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri-1994, sh. 278; Ayrıca krş. KARACOŞKUN, M., Doğan, "İmam Hatip Lisesi Öğrencilerinin Dinî Tutum ve Davranışları", İ.Ü.D.İ.F.D., Malatya-1995, S.1, sh. 202-208

185 Bkz. SÖYLEV, Ö., Faruk, Ergenlik Çağı Gençlerini Dine Yaklaştıran ve Dinden Uzaklaştıran Sosyal Sebepler, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, sh. 48-49,73; Ayrıca krş. YILDIRIM, Mehmet, Din Eğitiminin Gençlerin Heyecan Gelişimi ve Sosyal Çevre İle Olan İlişkilerine Etkisi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1986, sh. 33-34

186 Bkz. HAYTA, Akif, Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1993, sh. 150

187 Bkz. KÖSE, Nurcan, İbadetin Ruh Sağlığına Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, sh. 26

188 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 28

189 Bkz. CANDAR, Ergenlerin Dinî Gelişimi ve Uyum Problemleri, sh. 35

benimseme düzeylerinin ise daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.¹⁹⁰ Öte yandan çocukluğundan bu yana aile ortamında ibadetlerin yapıldığını gören ergenlerin, ibadete daha sıcak baktıkları ve böyle bir aile ortamında yetişmeyenlere göre ibadet yapma oranlarının daha yüksek olduğu ise, başka bir araştırmadan tespit edilen sonuçtur.¹⁹¹ Ergenlerin ibadet hayatına sevgi ve korku motiflerinin etkisiyle ilgili olarak yapılan çalışmada; gerek namaz gerekse oruç ibadetinde korku ve sevgi motiflerinin birbirleriyle yakın oranlarda etkili oldukları, ancak ara sıra Kur'an-ı Kerim okumada, korku motifinin, düzenli Kur'an-ı Kerim okumada ise sevgi motifinin etkili olduğu tespit edilmiştir.¹⁹² Kur'an-ı Kerim okumayla ilgili elde edilen bir başka sonuçta ise; ibadet olarak Kur'an-ı Kerim okumanın gençlerin ne dinî tutumlarında ne de dindarlık algılarında etkili bir unsur olmadığı saptanmıştır.¹⁹³

Ergenlik döneminde yapılan ibadetler içinde birinci sırayı orucun aldığı, konuyla ilgili yapılan ampirik çalışmalardan çıkan ortak bir sonuçtur. Örneğin; yüksek öğrenim gençleri üzerinde yapılan çalışmada; gençlerin büyük çoğunluğunun dinî ibadetlere ilgi duydukları, %84.28'inin namaz kıldığı, %92.28'inin ise oruçlarını tuttuğu ifade edilmiştir.¹⁹⁴ Aynı konuda başka bir anket çalışmasında da; ergenlerin %34.83'ünün oruç tuttukları, %18.5'inin namaz kıldıkları, %11.86'sının ise Kur'an-ı Kerim okuma ibadetini yerine getirdikleri sonucuna ulaşılmış;¹⁹⁵ bir diğer araştırma sonucunda; namaz ibadetiyle ilgili de oran farklılıklarının (farz ve vacip namazları kılanların oranı %35.4 iken, sadece cuma ve bayram namazları kılanların oranı %64.6'dır) olduğu beyan edilmiştir.¹⁹⁶ Konuyla ilgili son olarak yetiştirme yurdunda yaşayan ergenler üzerinde yapılan ampirik çalışmada; yurtda kalan ergenlerin ibadetlere karşı ilgilerinin zayıf olduğu, ibadetler arasında yapılma sıklığı bakımından oruç ibadetinin, namaz ibadetinden önde geldiği, ergenlerin ibadetlerini yapmamalarının birinci sebebinin tembellik (%40), diğer sebebinin ise dinî konulardaki bilgisizlik (%22.8) olduğu tespit edilmiştir.¹⁹⁷

190 Bkz. ÖZTÜRK, Kız Öğrencilerin Dinî Tutumları, sh. 244-251; DUMAN, Fatma, Genç Kızlarda Dinî Uyum Sorunları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, sh. 95

191 Bkz. AY, Mehmet Emin, "Aile Ortamında Yerine Getirilen İbadetlerin Çocuk Üzerindeki Etkileri", Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, İstanbul-1994, S.1, sh. 169-170

192 Bkz. ALBAYRAK, Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifi, sh. 135

193 Bkz. UYSAL, Veysel, Din Psikolojisi Açısından Dinî Tutum, Davranış ve Şahsiyet Özellikleri, İFAV Yayınları, No:111, İstanbul-1996, sh. 131

194 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 38

195 Bkz. CANDAR, Ergenlerin Dinî Gelişimi ve Uyum Problemleri, sh. 33; Benzer sonuçlar için bkz. KOŞTAŞ, Münir, Üniversite Öğrencilerinde Dine Bakış, TDV Yayınları, No:155, Ankara-1991, sh. 110

196 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Karşısındaki Tutum ve Davranışları, sh. 28

197 Bkz. ŞAHİN, Adem, "Yetiştirme Yurdu Gençlerinde Dinî Hayat", Mehir Aile Dergisi, Konya-2001, S.1, sh. 62-66,68

c.c. Ergenlik Döneminde Dua ve İbadet Psikolojisinin Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri

Dua ve ibadetin kişilik ve kimlik gelişimine olan etkilerine geçmeden önce, konunun daha anlaşılır olması bakımından genel olarak “din” olgusunun söz konusu gelişime etkilerinden kısaca söz edilmiştir. Modern çağda yetişen gençliğin dinî inanç, bilgi ve uygulama konularında ciddi problemlerinin olduğu bir gerçektir.¹⁹⁸ Bu durum, gençler üzerinde olumsuz psikolojik etkiler yapabilir hatta zaman zaman onların bunalıma girmelerine bile sebep olabilir. Bu bağlamda iyi bir dinî ortamda yetişen ve bu yönde destek gören gençlerde din, güven veren ve kişiliğin oluşmasına yardımcı olan bir faktör olur.¹⁹⁹ Bu anlamda gerek inanç gerekse pratik boyutlarıyla din, genel anlamda ergene şu ana ve geleceğe ilişkin bir hayat felsefesi sunarak, onun kimlik sorununu çözmede önemli bir referans kaynağıdır.²⁰⁰ Ancak dinin bu derecede psikolojik bir etki yapabilmesi için içselleştirilmesi gerekir. Zaten yapılan araştırmalarda, iç güdümlü dindarlığın, otoriteriyenizm, dogmatizm, önyargı ve dıştan denetimliliğin nedeni olmadığı ortaya çıkarılmıştır.²⁰¹ Şu anki gelinen noktada genel psikoloji biliminde oluşan hakim paradigma da, bireyin kişiliğinin oluşumunda “din” denilen bu önemli faktörü göz ardı edemez.²⁰²

c.c.a. Duanın Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri

Duanın genel anlamda kişilik gelişimi ve dolayısıyla da ergenin ahlâk ve karakteri üzerinde müspet etkileri vardır. Bu bağlamda W. James duayı, bireyin ahlâkî ve fiziksel sağlığının temel unsuru olarak değerlendirirken²⁰³ A. Carrel ise, duanın bilinçli bir şekilde alışkanlık haline getirilmesi durumunda bireyin kişiliğine olumlu etkilerinin olacağını, böyle

198 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, “Gençlik ve Din”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 19

199 Bkz. HAYTA, Akif, “Gençlik Çağında Din ve Gençin Hayatına Etkileri”, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D., Din Psikolojisi Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Programı Seminer Çalışması), Bursa-1991, sh. 26

200 Bkz. KULA, M., Naci, Kimlik ve Din, -Ergenler Üzerine Bir Araştırma-, Ayışığı Kitapları, No:31, İstanbul-2001, sh. 80,160-161; “Gençlik Döneminde Kimlik ve Din”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 60-61; Ayrıca krş. HÖKELEKLİ, Hayati, “Gençlikte Kendi Kendini Eğitme”, Millî Kültür Dergisi, (Gençlik Özel Sayısı), Ankara-1986, S.53, sh. 8-9

201 Bkz. GÜRSES, İbrahim, “Dindarlık İle İlgili Tutumlar ve Otoriteriyen Kişilik İlişkisi”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 111

202 Bkz. HAQUE, Amber, “Psychology and Religion: Their Relationship and Integration from an Islamic Perspective”, The American Journal of Islamic Social Sciences, Washington-1998, Volume 15, Winter 1998, Number 4, sh. 111

değerlendirildiği takdirde ise birey için bir yaşam tarzı haline gelebileceğini ifade etmiştir.²⁰⁴ Bunun yanı sıra bilişsel gelişimi eşit olan bireyler üzerinde yapılan araştırmalarda; karakter ve ahlâkî değerlerin ara sıra dua eden bireylerde bile hiç etmeyenlere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda dua, bireyde zihinsel, manevî ve ahlâkî güçlerin daha iyi kullanılıp ümit ve inancın canlanmasına, stres ve kaygıların yatışmasına, kişiliğin bütünleşmesine yardımcı olan bir etkiye sahiptir.²⁰⁵

Dua, ergende iradî bir canlanma sağlayarak stres ve kaygıyı giderir ve ona, benliğine ait tepkilerini aşma yeteneği sağlar. Ayrıca sürekli yapılması durumunda ergenin görev ve sorumluluk bilincini artırır, kıskançlık ve kötülük eğilimini azaltarak iyilik ve yardımseverlik duygularını hakim hale getirir.²⁰⁶ Yani dinî inanç sisteminde dua, kendini ifade etme, yardım ve himaye görme gibi kendini aşma ile sonuçlanan psikolojik bir olgunlaşmanın itici gücü olarak değer kazanır.²⁰⁷ Konu ile ilgili yapılan bir anket çalışmasında; “sizce dua nedir?” sorusuna, gençlerin %74.6’sı “bireyin kendine düşeni yaptıktan sonra gerisini Allah’a bırakma ve ondan yardım istemesidir,” cevabını verirken, %9.2’si “manevî güçlere ümit bağlama”, %3.7’si de “zor durumlarda bir teselli aracı” şeklinde cevap vermişlerdir. Araştırma sonucunun konumuzla ilgili önemli noktası ise, deneklerin %1.4’ünün duayı “kişiliğin oturmamış hali” olarak tarif etmeleridir.²⁰⁸ Bu araştırma sonucundan elde edilen oran ters çevrilip yorumlandığında %98.6’sı duanın kişilik ile olumlu anlamda bir ilişkisinin olduğunu ifadelendirmişlerdir, denebilir.

c.c.b. İbadetin Kişilik ve Kimlik Gelişimine Etkileri

İbadetler genel olarak bireyin kişilik ve karakterini düzenleyen ve dengeleyen sistemler olarak ele alınabilir.²⁰⁹ Bu bağlamda ibadetlerini yerine getiren ergen, Allah karşısındaki bağımlılığını ve acizliğini tecrübe ederek büyülenme ve bağımsızlık duygularının meydana getirebileceği ölçüsüz ve sorumsuz davranışlardan uzak bir kişilik geliştirir.²¹⁰ Konuyla ilgili yapılan bazı ampirik çalışmalarda genç yaşlardan itibaren istekli ve düzenli olarak ibadetlerini yerine getiren bireylerin, dinî ilgi ve aktivitesi zayıf olan bireylere oranla çok daha uyumlu bir

203 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 230; Ayrıca bkz. TOPÇU, Nurettin, Var Olmak, Dergah Yayınları, No:172, 2. Baskı, İstanbul-1997, sh. 83

204 Bkz. CARREL, Alexis, Dua, (Çev. M. Alper YÜCETÜRK), Yağmur Yayınevi, No:5, İstanbul-1961, sh. 27

205 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 231

206 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 230-231

207 Bkz. EVİRGİN, Muharrem, Dinî İnanç ve İbadetlerin Stres Üzerindeki Etkisi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1999, sh. 54

208 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 38

209 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 241; Ayrıca krş. ŞENTÜRK, Habil, “Kişilik ve Din”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1996, S.34, sh. 18-23

210 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 245

kişilik yapısı geliştirmeye eğilimli oldukları saptanmıştır.²¹¹ İbadetler, ergenin benliğini dar sınırlarından kurtararak ona, psikolojik yapısındaki bencilliğini yenme fırsatı sağlar. Bu anlamda İslâm dinindeki zekat, sadaka, oruç, hac ve kurban gibi ibadetler, bireyde diğerkâm bir kişilik gelişimine yardımcı olur.²¹² Öte yandan Türkiye’de oruç psikolojisi üzerine yapılan bir alan araştırmasında; gençlerin %75’inin, oruç tutmanın kişiliklerini geliştirdiği kanaatine sahip oldukları; bu ibadetin onların, özellikle sabır, hoşgörü, merhamet, sevgi ve şefkat gibi diğer bireylere dönük duygularının harekete geçmesinde etkili olduğu; ayrıca toplumda başkaları tarafından, olumlu kişilik özelliklerine sahip ve benlik değerleri yüksek bireyler olarak algılandıkları saptanmıştır.²¹³

İbadetler bir bütün olarak ele alındığında güçlülere katlanma, benliği geliştirme, problemlerle başa çıkma ve kendini aşma gibi durumlarla sonuçlanan psikolojik bir olgunlaşmanın motive edici birer gücü olarak değerlendirilebilirler.²¹⁴ Konuyla ilgili yapılan bir anket çalışmasında; yüksek öğrenim düzeyinde meslekî din eğitimi alan gençlerin, dinî pratikleriyle (namaz, oruç, dua, tövbe, sadaka) psiko-sosyal uyumları arasında olumlu bir korelasyon olduğu tespit edilmiş, kendini kabullenme ve ifade etme, etkinlik ve sosyallik gibi değişkenlerle ibadetlerini yapma arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır.²¹⁵ Öte yandan ergenin, kötü alışkanlıklarını yenmesi, kendini yenilemesi ve güçlendirmesi açısından ibadetler, destekleyici bir etki yapar.²¹⁶ Batı’da yapılan bazı alan araştırmalarında, ibadetlerini yapan dindarların, toplumda en az önyargılı bireyler oldukları ve etnik ayrıma hoşgörüyle baktıkları tespit edilmiştir.²¹⁷

İbadetler sebebiyle ergenin vicdanında “kendi kendini denetleme sistemi” sabitleşir ve bu sistem onda dengeli bir kişilik gelişimine yardımcı olur.²¹⁸ Ayrıca mesleki din eğitimi alan

211 Bkz. HÖKELEKLİ, Hayati, “Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet”, “İbadet” md. (içinde), TDV İslâm Ansiklopedisi, TDV Yayınları, İstanbul-1999, C.19, sh. 249

212 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 244-245

213 Bkz. UYSAL, Veysel, Psiko-Sosyal Açısından Oruç, TDV Yayınları, No:128, Ankara-1994, sh. 152-166,249

214 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 244; Ayrıca krş. YILDIRIM, Suat, “İbadet ve Hayat Nizâmı”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1989, S.3, sh. 6

215 Bkz. HAYTA, Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler, sh. 112-150; “İbadetler ve Ruh Sağlığı”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 147

216 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 244

217 Bkz. MEADOW, Mary, J.; KAHOE, Richard, D., Psychology of Religion, -Religion in Individual Lives-, Harper&Row Publishers, New York-1984, sh. 177

218 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 244; Ayrıca krş. ŞENTÜRK, İbadet Psikolojisi, sh. 43; “İbadetin Manası ve Fonksiyonları Üzerine Psikolojik Bir Bakış Denemesi”, S.D.Ü.İ.F.D., Isparta-1994, S.I, sh. 158; Psikoloji Açısından Hz. Peygamberin İbadet Hayatı, Bahar Yayınları, İstanbul-1984, sh. 37-40; PEKER, Hüseyin, “Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din”, O.M.Ü.İ.F.D., Samsun-1986, S.I, sh. 100-105

ergenler üzerinde yapılan araştırmada, ergenlerin kişilik gelişimine yardımcı olan unsurlardan, ilgi görme, oto-kontrol ve bağımsızlık duygu düzeylerinin meslekî din eğitimi almayan ergenlere göre oldukça yüksek olduğu saptanmıştır.²¹⁹ Konuyla ilgili olarak ABD’de 10.000 denek üzerinde uygulanan çok sayıdaki psikolojik test sonucunda; dine dayanan veya bir mezhebin kilisesine devam edenlerin, bunu yapmayanlardan daha sağlam bir kişiliğe sahip oldukları tespit edilmiştir.²²⁰ Öte yandan ibadet, onu yerine getiren ergenler tarafından, Allah’a karşı bir borç ve vazife tarzında algılandığı oranda sorumluluk duygusunun gelişmesine yardımcı olmakla birlikte farklı zaman dilimlerine yayılmış olan ibadet vakitleri, ergende güçlü bir zaman planlaması alışkanlığı da meydana getirir. Dolayısıyla belli bir periyot içerisinde devamlılık gösteren ibadet uygulamaları ergende bir iç disiplinin oluşmasına ve iradesinin güçlenmesine yardımcı olur.²²¹

D. ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA VE İBADET PSİKOLOJİSİNİN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

d.a. Ruh Sağlığı Nedir?

Birey, genel yapısı itibariyle iki yönlü bir varlıktır. Eski terminolojide “madde ve ruh”, yeni terminolojide ise “fizyolojik ve psikolojik” kavramları bireyin bu iki yönünü ifade eder. Bu bağlamda genel olarak bireyin fizyolojik yönündeki rahatsızlıklarına fizyolojik (fiziksel) rahatsızlıklar ve sağlıklı olma durumuna fiziksel sağlık; psikolojik yönündeki rahatsızlıklarına ise psikolojik (ruhsal) rahatsızlıklar ve bu yönünün iyi olma durumuna da ruh sağlığı denir. Ruh sağlığı (mental health); bireyin kaygıdan, rahatsız edici işlev kaybına neden olan septomlardan uzak, içinde yaşadığı topluma ve kendine yüklenen rollere uyum sağlamasıyla, günlük hayatın beklentileriyle ve stresiyle normal sınırlar içinde başa çıkabilmesiyle tanımlanan ruhsal durumdur. Bu bağlamda ileride de bahsedileceği gibi ruhsal rahatsızlıklarla ilgili olarak söylenenler bir ölçüde ruh sağlığı için de geçerlidir.²²² Ruh sağlığı çalışmalarının genelde üç değişik amaca yönelik uğraş alanı vardır. Bunlardan ilki, bireyin yaşadığı çevre ve toplum içinde mutlu, uyumlu ve başarılı olmasını sağlamak. İkincisi, ruhsal dengesizlik, bozukluk ve hastalıkların oluşumunu engellemek. Üçüncüsü ise, bu ruhsal dengesizlik, bozukluk ve

219 Bkz. EKŞİ, Halil, “Din Eğitimi, Gençlik ve Kişilik”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 172

220 Bkz. HÖKELEKLİ, Psiko-Sosyal Açıdan İbadet, sh. 249

221 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 243-244

222 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 646; ERDEM, Selman, Psikoloji, Fil Yayınevi, İstanbul-1994, sh. 143-144; ŞEMİN, Refia, U., Eğitimde Ruh Sağlığı, Üniwersal Bilimsel Yayınları, No:5, İstanbul-1995, sh. 1-2

hastalıkların tedavisine yardımcı olarak, bireyi kendine ve topluma yeniden kazandırmaktır.²²³ Bu anlamda yeni çalışmalar nezleden kanser ve kalp hastalıklarına kadar, bireyde meydana gelen hemen hemen her fizyolojik hastalıkta bile, onun pozitif veya negatif yöndeki ruhsal durumunun önemini ortaya koymuştur.²²⁴

Ruh sağlığıyla ilgili problemler, bireyin bütün bir gelişim çizgisi içerisinde her dönem için var olabilir. Bu anlamda doğum öncesinde, bebeklikte, çocuklukta, gençlikte, evlenme veya aile içi ilişkilerde, orta yaş ve yaşlılıkta, ruh sağlığıyla ilgili farklı problemlerle karşılaşılabilir.²²⁵ Bu gelişim dönemlerinin herhangi birinde birey, hayatın akışı içerisinde istemediği bazı olaylarla karşılaşabilir ve bunun sonucunda da psikolojik sarsıntılar geçirebilir. Bu geçirdiği sarsıntılar, kısa süreli olduğu zaman değil de uzun süreli bir durumda seyrettiği zaman ruhsal rahatsızlık mahiyeti kazanır.²²⁶ Ruhsal açıdan sağlıklı bir bireyin özelliklerini sayma ve ruh sağlığının ölçütlerini tam anlamıyla ifadelendirme olanağı yoktur. Bu bağlamda bir çok yakınma ya da belirtinin ruhsal bozukluk sınırları içinde olduğunu söylemek oldukça zordur. Bu sebeple hayatı boyunca kaygı, üzüntü, sıkıntı, korku, öfke, ilgisizlik, kıskançlık, coşkunluk duymayan ve bunlara bağlı olarak farklı davranışlar sergilemeyen birey düşünülemez. Ancak bu duygulardan biri veya bir kaç, yukarıda da belirtildiği gibi uzun sürerse veya çok şiddetli olursa ruh sağlığını bozucu bir nitelik kazandığı ifade edilebilir.²²⁷ Öte yandan bireyin bedensel ve ruhsal bakımdan sağlıklı olmasında doğduğu, geliştiği, yaşadığı doğal ve toplumsal çevrenin oldukça önemli etkileri vardır.²²⁸

Ruh sağlığı, bireyin ruhsal gelişimine ve içinde yaşadığı toplumsal normlara göre de görecelik gösterir. Çünkü ruhsal açıdan sağlıklı ve sağlıksız davranışlar değişik toplumlarda farklı farklı anlamlandırıldıkları gibi²²⁹ mutlak anlamda değişmez bir durum da değildir. Dış baskılar belli bir limiti aştığında herkesin ruhsal dengesi sarsılabilir ve bunalımlar, kaygılar, üzüntüler, iç çatışmalar ve davranış bozuklukları ortaya çıkabilir. Bu bağlamda her bireyin dış baskılara karşı değişik dayanma güçleri vardır. Yani herkesin kırılma noktası birbirinden farklıdır ve her bireyin kendine has güçlü ve zayıf yönleri vardır. Birey, eski yaşantılarının

223 Bkz. KÖKNEL, Özcan, *Günlük Hayatta Ruh Sağlığı*, Alfa Yayınları, No:596, İstanbul-1999, sh. 5

224 Bkz. ALAN, Şerafeddin, "Moral ve Stres", *Sızıntı Dergisi*, İzmir-1986, S.91, sh. 274

225 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 5; Ayrıca bkz. KLEIN, Melanie, "Ruhsal Sağlık Üstüne", (Çev. Alp TUMERTEKİN), *Cogito Dergisi*, Yüzyılın Psikanalizi (içinde), 3. Baskı, İstanbul-1998, S.9, sh. 119-123

226 Bkz. ADLER, Alfred, *Sosyal Duygunun Gelişiminde Bireysel Psikoloji*, (Çev. Halis ÖZGÜ), Hayat Yayınları, No:85, İstanbul-2000, sh. 85; Ayrıca krş. HORNEY, Karen, *Ruhsal Çatışmalarımız*, (Our Inner Conflicts), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, 3. Baskı, Ankara-1995, sh. 143-150

227 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 1

228 Bkz. KÖKNEL, a.g.e., sh. 5

etkisiyle bazı dış örselenmeler karşısında daha duyarlı ve güçsüz olabilir.²³⁰ Ruh sağlığı açısından bireylerin sağlıklı ve sağlıksız olarak iki kümeye net olarak ayıramayacağı yukarıda kısaca ifade edilmişti. Bu anlamda bireyler akla kara gibi, deliler ve akıllılar diye iki uçta toplanamazlar.²³¹ Çünkü delilikle ruh sağlığı arasında uzun bir geçiş dönemi vardır. Bazı bireyler olumsuz dış etkilere karşı hemen bozulveren bir ruh yapısına sahiptirler. Bu tip bireyler ancak kendi alıştıkları çevrede ve destek aldıkları kişiler yanında dengelerini koruyabilirler.²³²

Ruh sağlığının anormal psikolojiyle de yakından ilgisi vardır. Çünkü ruhsal rahatsızlıklar, anormal bir psikolojik durumdur. Bu bağlamda tıbbî terim olarak anormal davranış; nedeni bilinen veya bilinmeyen bir hastalığın septomudur. Yani, şizofreni, depresyon veya kaygı gibi ruhsal rahatsızlıktan kaynaklandığı düşünülen davranış anormal olarak kabul edilir.²³³ Bu anlamda yukarıda açıklanmaya çalışılan ruh sağlığı aynı zamanda ruhsal rahatsızlıklara (mental disorders)²³⁴ yakalanmama anlamını da taşır. O halde bu ruhsal rahatsızlıklar nelerdir? Dünya da, ruhsal rahatsızlıkların sınıflandırılması konusunda tam ve net bir birlik sağlanamamıştır. Bugün bu konudaki sınıflandırmalar, Amerikan Psikiyatri Birliği'nin akıl hastalıklarının tanım, teşhis ve sınıflandırılması için standart olarak geliştirdiği "Teşhis ve İstatistik Kılavuzu (Diagnostic and Statistical Manual)"na göre yapılır. Ancak kısaca DSM'ler²³⁵ denilen bu sınıflandırmalar da bir çok yönden eleştirilmişlerdir. Bunlara ilaveten daha genel anlamda, ruhsal rahatsızlıkların yasal çözücüsü konumunda olan psikiyatri bilim

229 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Atalay, Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, No:48, 21. Baskı, İstanbul-1997, sh. 19; GEÇTAN, Engin, Kimbilir? Metis Yayınları, İstanbul-1998, sh. 16-26

230 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Çocuk Ruh Sağlığı, sh. 17

231 Bkz. FROSCHE, John, "Ruhsal Sağlık, Ruhsal Hastalık", Bir Bilim Olarak Psikiyatri (içinde), Der. E. GÖKA; K. SAYAR, Ağaç Yayınları, No:16, İstanbul-1992, sh. 33-34; Ayrıca bkz. FOUCAULT, Michael, Psikoloji ve Ruhsal Hastalık, (Maladie Mentale et Psychologie), (Çev. Muhsin HESAPÇIOĞLU), Birey Yayınları, No:63, İstanbul-2000, sh. 91-122; MASLOW, Abraham, İnsan Olmanın Psikolojisi, (Toward A Psychology of Being), (Çev. Okhan GÜNDÜZ), Kuraldışı Yayınları, İstanbul-2001, sh. 8-14

232 Bkz. YÖRÜKOĞLU, Çocuk Ruh Sağlığı, sh. 17

233 Bkz. BUTLER, Gillian; MCMANUS, Freda, Psikolojinin ABC'si, (Psychology -A Very Short Introduction-), (Çev. Zeliha İ. BABAYİĞİT), Kabalıcı Yayınevi, No:118, İstanbul-1998, sh. 134; Ayrıca krş. ARKONAÇ, Sibel, Psikoloji, Alfa Yayınları, No:148, İstanbul-1993, sh. 385-386

234 Ruhsal Rahatsızlıklar (Mental Disorders): Bireyde tipik olarak acı verici septomlarla veya önemli işleyiş alanlarından (mesleki, ailevi, sosyal, fiziksel, psikolojik vb.) birinde veya bir kaçındaki anormallik durumunda ortaya çıkan kliniksel açıdan anlamlı, davranışsal veya ruhsal uyumsuzluk, yetersizlik veya rahatsızlıklardır. (Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 647)

235 DSM: "Teşhis ve İstatistik Kılavuzu (Diagnostic and Statistical Manual)"nun kısaltılmışıdır. Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından ruhsal rahatsızlıkların kategorize edildiği bir kılavuzdur. Bu kılavuz, psikiyatrideki gelişmelere paralel olarak yenilenir. En son DSM-IV serisi çıkarılmış olup şu an yürürlüktedir. (Ayrıntılı bilgi için bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 82-87; CÜCELOĞLU, Doğan, İnsan ve Davranış, Remzi Kitabevi, 7. Baskı, İstanbul-1997, sh. 439

dalına karşı da, onun hizmet ettiği ideolojiyi eleştiren bir düşünce hareketi olarak 1960'lardan sonra Batı'da "antipsikiyatri" diye bir hareket başlamıştır.²³⁶

Genel kabul gören yaklaşıma göre, ruhsal rahatsızlıklardan stres, kaygı ve depresyon içerisinde, kaygı ve depresyonun farklı türleri (nevrotik anksiyete, manik-depresif psikoz gibi)²³⁷ ruhsal rahatsızlıklar içinde değerlendirilirken stres, bu kategorilerin hiçbirinde yer almaz. Bu tablo esas alındığında şu söylenebilir; ruhsal rahatsızlıklar çerçevesinde genel olarak stres, kaygı ve depresyon rahatsızlıkları ileri aşamaya varmadığı sürece diğer akıl hastalıklarına nazaran daha hafif; stres, kaygı ve depresyon rahatsızlıkları içerisinde de stres, kaygı ve depresyona oranla daha hafiftir. ABD'de bütün ruhsal rahatsızlıkları genel olarak değerlendiren 18-54 yaş grubu arasındaki 8.098 kişiden oluşan bir örneklem grubu üzerinde yapılan alan araştırmasında; konuyla ilgili olan anksiyete bozuklukları %24.9 olarak tespit edilmiştir (ayrıca bkz. Tablo-1).²³⁸

Tablo-1 Yaşam boyu görülen ruhsal bozuklukların oranı

BOZUKLUK	ORAN
• Anksiyete bozuklukları	24.9
• Mizaç bozuklukları	19.3
• Şizofreni ve benzer bozukluklar	0.7
• Antisosyal kişilik	3.5
• Madde kullanımı	26.6

d.a.a. Stresin Tanımı

Stres (stress); organizmanın bedensel ve zihinsel kapasitesinin tehdit edilmesi veya zorlanmasıyla meydana gelen ruhsal durum ve uzun süre devam etmesi durumunda hem bedensel hem de ruhsal bozukluklara sebep olup bazı çevresel tehditlere karşı bireyin bünyesinde oluşan bir tepkidir.²³⁹ Erkuş'a göre ise stres; bireyin kendinde stres oluşturabilecek herhangi bir olguya karşı düşünsel, duygusal, davranışsal ve fizyolojik tepkilerin hepsini içerir (ayrıca bkz. Tablo-2; Şekil-9).

236 Bkz. SAYAR, Kemal; TÜRKCAPAR, M., H., Antipsikiyatri, Mavi Yayınları, No:2, İstanbul-1997, sh. 9-15

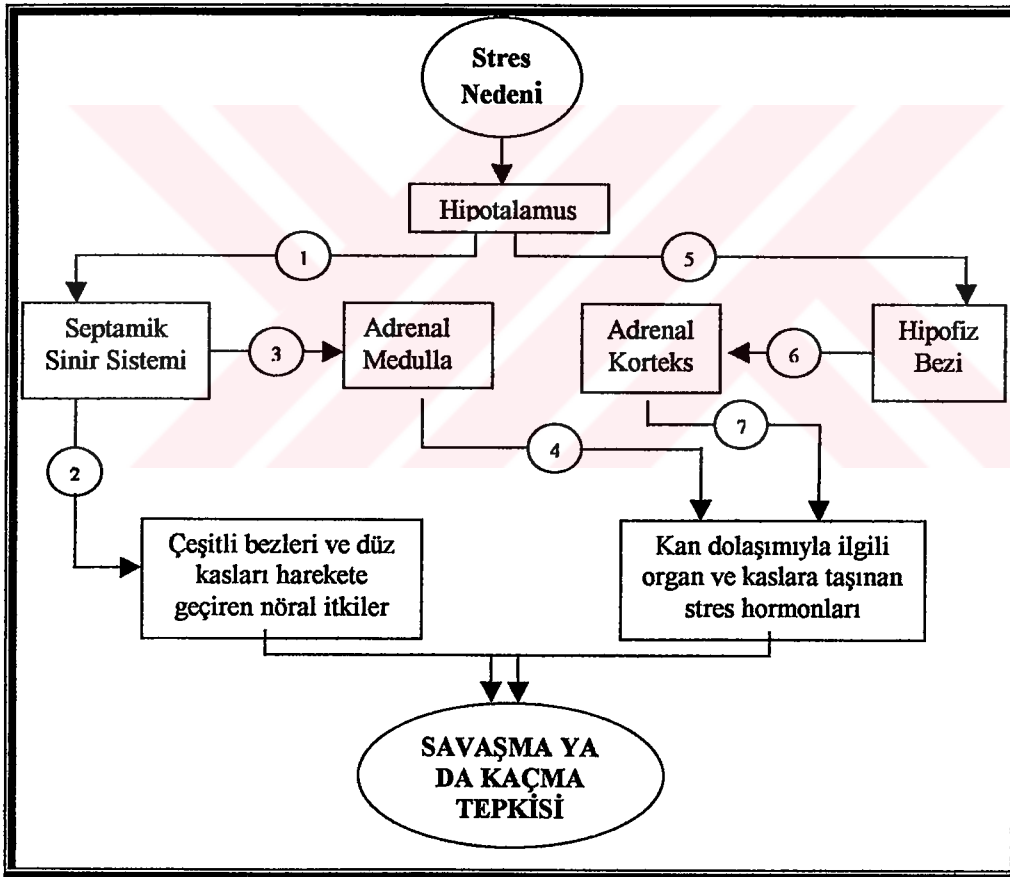
237 Bkz. GEÇTAN, Normal Dışı Davranışlar, sh. 169-173; BİNBAŞIOĞLU, Cavit, Ruh Sağlığı Bilgisi, Binbaşıoğlu Yayınevi, 3. Baskı, Ankara-1983, sh. 157-159

238 Bkz. ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş, sh. 528

239 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 258

Tablo-2 Bireyin stres karşısındaki tepki çeşitleri ve belirtileri ²⁴⁰

Tepki Çeşidi	Ortaya Çıkış Biçimi
Subjektif tepkiler	Depresyon, bıkkınlık ve tatmin olmama.
Davranışsal tepkiler	Aşırı yemek yemek, sigara içmek, saldırgan davranış, yapılan hatadaki artış ve ilaç müptelası olmak.
Duygusal tepkiler	Dikkatini teksif edememe veya karar verememe, sık sık meydana gelen unutkanlıklar ve tenkitlere karşı aşırı hassasiyet.
Fizyolojik tepkiler (Ayrıca krş. Şekil-9)	Kan basıncının ve kalp atış hızının artması, ağız kuruması, baş ağrıları, ülser, göz bebeğinde büyüme.
İş ile ilgili tepkiler	Göreve zaman zaman gelememe, verimsizlik, yüksek kaza oranı, iş tatminsizliği.

Şekil-9 Strese karşı fizyolojik tepkiler (savaşma ya da kaçma tepkisi) ²⁴¹

Strese karşı gösterilen tepkiler bireyden bireye değişebildiği gibi, aynı bireyde zamana ve mekana göre de değişiklik gösterebilir.²⁴² Bireyde, stresi meydana getiren çevresel stres

240 Bkz. KARABULUT, Suat, "Stres ve Çareleri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1995, S.200, sh. 357; Ayrıca bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 365-366

241 Bkz. ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş, sh. 499

kaynakları, gürültü, kalabalık, radyasyon gibi etkenlerdir.²⁴³ Öte yandan yalnızlık duygusu da bireyi strese sokan etkenler arasındadır.²⁴⁴ Bu bağlamda modern şehir hayatı, yukarıdaki stres kaynaklarıyla birlikte bireyleri, stresin yıkıcı tesirlerinden koruyan toplumsal dayanışmayı da zayıflatmıştır.²⁴⁵ Bütün bunlara rağmen stres, olumsuz bir yaşantı olarak değerlendirilse de evlilik, yeni işe veya okula başlama gibi olumlu yaşantılardan da kaynaklanabilir.²⁴⁶ Bunlara ilaveten yapılan meslekî stres araştırmaları sonuçlarına göre en stresli meslekler; pilotluk, petrol ve gaz sondaj sanayi işçiliği, nükleer santral görevliliği, sağlık çalışanları (doktorlar, dişçiler, hemşireler), işletmelerde yöneticilik gibi meslek gruplarıdır.²⁴⁷

Bilişsel açıdan bakıldığında stresin dozu ve bireyin stresten etkilenme derecesi, onun olaya verdiği öneme, o olayın üstesinden gelebilecek donanımına sahip olup olmamasına,²⁴⁸ dolayısıyla özgüvenine (yeterli olma hislerine)²⁴⁹ ve o olayı algılama ve yorumlama biçimine bağlıdır.²⁵⁰ (ayrıca bkz. Şekil-10). Bu faktörler çerçevesinde birey, strese karşı bir süre direnir. Ancak son aşamada direnmek için gerekli olan enerjisi tükenir.²⁵¹ Bu süreçten sonra bireyin kendini toparlaması mümkün olmamakla birlikte, olumsuz uyarıcı ortadan kalkmadığı sürece, sonuçta depresyon veya diğer bazı fizyolojik rahatsızlıklar görülebilir.²⁵² Söz konusu tükenme (burn-out), özellikle çok başarılı olmak için yoğun bir tempo içerisinde çalışıp kendi kapasitesini zorlayan bireylerde görülebilir. Belirtileri ise konunun başında da belirtildiği gibi öfke, sürekli kızgınlık, çaresizlik, yalnızlık, umutsuzluk, engellenmişlik, şüphecilik, can sıkıntısı, hayat enerjisinin düşmesi, baş ve göğüs ağrılarıdır.²⁵³

Normal stres düzeyi ile aşırı stres düzeyinin birey üzerindeki psikolojik etkileri birbirinden farklıdır (ayrıca bkz. Şekil-11). Normal orandaki stres, bireyin problemlerle başa çıkmasında yardımcı bir unsur olurken, aşırı dozdaki stres ise birey için zararlıdır. Söz konusu

242 Bkz. ERKUŞ, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, sh. 188

243 Bkz. GRAHAM, Helen, Stresi Kendi Yararınıza Kullanın, (Make Stress Work For You), (Çev. M. SAĞLAM; T. TEZCAN), Alfa Yayınları, No:577, İstanbul-1999, sh. 182-184

244 Bkz. ARSLAN, Yalnızın Psikolojisi, sh. 493

245 Bkz. SAYGILI, Sefa, "Şehir ve Akıl Hastalıkları", Habitat-II, Kent Zirvesi İstanbul'96 (içinde), İ.B.B.K.İ.D.B. Yayınları, No:44, İstanbul-1997, C.II, sh. 75-78

246 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 704-705

247 Bkz. STORA, Jean, Benjamin, Stres, (Çev. Ayşen KALIN), Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1992, sh. 46-55; SABUNCUOĞLU, Zeyyat; TÜZ, Melek, Örgütsel Psikoloji, Alfa Yayınları, No:464, 3. Baskı, İstanbul-1998, sh. 191

248 Bkz. ERKUŞ, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, sh. 188

249 Bkz. HAMBLBY, Özgüven, sh. 23-30

250 Bkz. GRAHAM, Stresi Kullanma, sh. 70

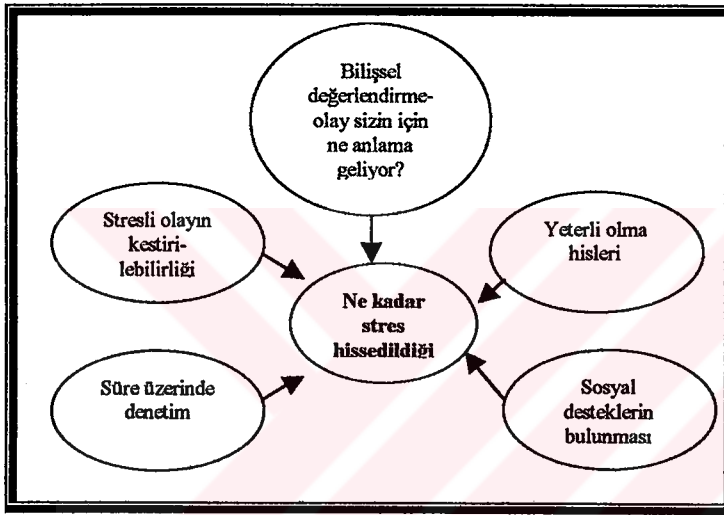
251 Bkz. SONGAR, Ayhan, Temel Psikiyatri, Minnetoğlu Yayınları, İstanbul-1981, sh. 113-117; Ayrıca stresin psikosomatik reaksiyonları hakkında geniş bilgi için bkz. DİNÇMEN, Kriton, Psikiyatri, Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1991, sh. 87-88

252 Bkz. ERKUŞ, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, sh. 189

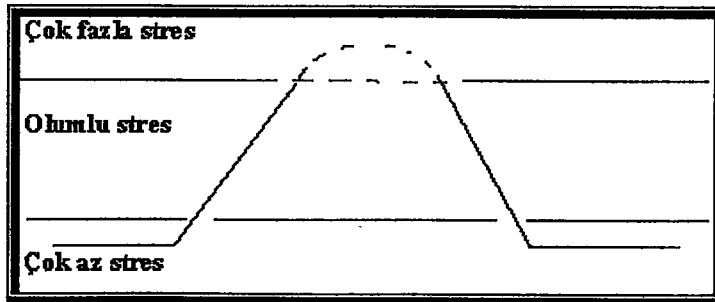
253 Bkz. BALTAŞ, Zuhale, Sağlık Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul-2000, sh. 148

aşırı stres, farkında olmadan artış gösterme gibi bir özelliğe sahip olduğu için birey, stresten zarar görmeye başladığının farkında olmayabilir.²⁵⁴ Yukarıda da kısmen ifade edildiği gibi stres, olumlu dozda olduğunda bireyin psikolojik gelişimine katkı sağlayabilir. Ancak genelde çağdaş yaşamın getirdiği problemler karşısındaki bir tepki durumuna gelen stres, aşırı dozda olduğunda psikosomatik hastalıkların ortaya çıkmasına sebep olduğu gibi²⁵⁵ vücudun normal fizyolojik işleyiş mekanizmasını da bozar. Dolayısıyla psikolojik bir durum olan stres, bireyde fizyolojik anormallikler de meydana getirebilir.²⁵⁶ Aşırı stres ve kaygı oluşumu A tipi davranış sergileyen bireylerde, diğer bireylere oranla daha fazladır.²⁵⁷

Şekil-10 Stresli olayların ciddiyetini belirleyen faktörler²⁵⁸



Şekil-11 Bireyin kendisi için olumlu stres düzeyi²⁵⁹



254 Bkz. MARKHAM, Ursula, Kadınlar İçin Stres El Kitabı, (The Ultimate Stress Handbook For Women), (Çev. Türkan TEZCAN), Alfa Yayınları, No:482, İstanbul-1998, sh. 11-13

255 Bkz. ERKUŞ, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, sh. 188

256 Bkz. ALAN, Moral ve Stres, sh. 274-277; MELİH, Ömer, "Stresin Beyin Üzerindeki Tesirleri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1989, S.125, sh. 187

257 A tipi davranış hakkında ayrıntılı bilgi için bkz. ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş, sh. 507-509

258 Bkz. ATKINSON, Rita, L. ve ark., Psikolojiye Giriş-II, Sosyal Yayınlar, İstanbul-1995, sh. 599

259 Bkz. ŞAHİN, Nesrin, H., Stresle Başa Çıkma, TPD Yayınları, No:2, 3. Baskı, Ankara-1998, sh. 21

Bireylerin bünyesinde psikolojik, fizyolojik, ailesel ve sosyal boyutlarıyla evrensel bir olgu olan stres ile başa çıkma yolları genel hatlarıyla psikolojik, sosyolojik ve biyolojik biçimlerde olabilir.²⁶⁰ Bu bağlamda strese karşı mücadele yöntemleri arasında bedensel gevşeme hareketleri, zihinsel gevşeme yöntemleri, teknolojik imkanların kullanıldığı yöntemler ve psikoterapik yöntemler sayılabileceği gibi modern ve geleneksel çözümlerden de bahsetmek mümkündür. Alkol ve benzeri içeceklere sığınma, kahve, çay ve bitkisel çayları kullanma geleneksel; genellikle modern toplumların kullandığı ve stres giderici diye adlandırılan vitaminler ve yatıştırıcı haplar kullanma ise modern çözümler olarak değerlendirilebilir.²⁶¹ Öte yandan stresle ilgili yapılan çalışmalarda bireydeki stresin yoğunluğunu ölçmek için; Stres Tanı Anketi (Stress Diagnostic Survey/SDS), Stres Analiz Sistemi, LES, U ve H Ölçekleri, MBI, BAP gibi geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış ölçekler kullanılır.²⁶²

Bugün gelinen noktada aşırı stres, dinî, ailevî ve sosyal yapılardan yoksun kaldığı, psikolojik ve fiziksel dayanaklarının azaldığı, dolayısıyla değişimlere ve günlük hayatta kendini kuşatan çevrenin zorlayıcı taleplerine gereği gibi karşı koyamayan gelişmiş endüstri toplumlarında yaşayan ergenlerde, bir psikolojik rahatsızlık göstergesidir.²⁶³ Konuyla ilgili son olarak tıbbî yeniliklerin yapıldığı 21. yüzyıl dünyasında, karmaşık ruh-beden ilişkisi göz önüne alındığında, strese karşı dinî eksenli bir bakış açısı geliştirilebilirse yeni bir perspektif sağlanabilir.

d.a.b. Kaygının Tanımı

Kaygının kavramsal olarak net bir tanımının yapılamaması, araştırmacıları, kavramın içeriğini doldurma noktasında zorlamıştır. Nitekim konuyla ilgili yapılan çalışmalarda, klinikçilerin kaygıya ilişkin yargılarının çok boyutlu olduğu belirlenmiştir. Bu anlamda farklı klinikçiler, değişik bakış açılarına göre farklı noktalara ağırlık verdikleri için kaygıyla ilgili yargıları genellikle birbiriyle uyumsuz. Dolayısıyla tıp dünyasında, hastaların durumları üzerinde güvenilirliği sağlayıcı bir kaygı tanımına şu ana kadar ulaşılamamıştır.²⁶⁴ Kaygı kavramı, çeşitli psikoloji ekolleri tarafından da farklı yaklaşımlarla ele alınıp değerlendirilmiştir.²⁶⁵ Farklı psikoloji ekollerinin temsilcileri, bireysel, toplumsal ve kültürel

260 Bkz. ERKUŞ, Psikoloji Terimleri Sözlüğü, sh. 189

261 Bkz. STORA, Stres, sh. 119-124; ŞAHİN, Stresle Başa Çıkma, sh. 99-104

262 Bkz. STORA, a.g.e., sh. 125-129

263 Bkz. STORA, a.g.e., sh. 135

264 Bkz. COHEN, Rudolf, "Kaygıyı Nicelendirme Denemeleri", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar von Ditfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 100

265 Bkz. ÖKTEM, Öget, Anksiyetenin Öğrenme ve Hafızaya Etkisi, İstanbul Üniversitesi Basımevi, İstanbul-1981, sh. 8-22; GÜLEÇ, Cengiz, "Hümanistik Psikoloji Açısından Kaygı Sorunsalı ve Kendini Gerçekleştirme Kavramı", Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 164-165

açıdan kaygıyı; kişiliği geliştiren ve etkileyen ilk veya ikincil bir güç olarak ele almışlardır. Örneğin; Karen Horney ve Erich Fromm'da kaygı, kişiliğin özünde bulunan temel bir güç, Freud, Adler ve Sullivan'da ise, çevreyle veya iç çatışmalar sonucu oluşan ikincil bir güç olup kişiliğin gelişmesinde, yapılanmasında ve davranışın meydana gelmesinde önemli bir role sahiptir.²⁶⁶ Bugünün psikanaliz ekolü ise kaygı durumlarının bireysel ve psikolojik dinamiği ile birlikte kaygının bireye bağlı oluşum nedenleri üzerinde durur.²⁶⁷

Kaygı (anxiety); sebebi kesin olmayan korku veya temel bir ihtiyacın karşılanmaması durumunda bireyde meydana gelen rahatsız edici ve gerginlik yaratan duygulanım durumudur. Bu ruhsal süreci yaşayan bireylerde, kötü bir şey olacağına dair bir his sürekli baskın durumdadır. Kısaca kaygı, bireylerin yaklaşmakta olduğuna inandıkları bir tehlikeden tedirginlik duyma durumudur,²⁶⁸ denebilir. Kaygı, ölümlülüğün canlı bir habercisi olarak tüm nesnel alanlarda, tavır ve yaşanmış unsurlarda, psikolojik durumlarda, doğumdan itibaren var olan ve sonradan kazanılan davranışlarda ve uyanmış olan bilinçte görülür.²⁶⁹ Birey olma kavramının içinde yatan ölümlülük ile kaygı arasındaki ilişki,²⁷⁰ ölüme karşı gösterilen sakınma, kaçma, kendini savunma saldırganlığı gibi bazı kaygı tepkilerini anlaşılır hale getirir.²⁷¹ Bu bağlamda bireylerdeki ölüm kaygısı (death anxiety), onların varlıksal ve durumsal nedenlerinden değil, insan psikolojisine sahip olmalarından kaynaklanır.²⁷² Bir başka tanıma göre ise kaygı, nesnesiz olması sebebiyle korkudan farklılık gösterir.²⁷³

Kaygı, ergende, hafif tedirginlikten paniğe kadar geniş bir yelpazede görülebilir. Aşırı kaygı, onda öğrenmeyi ve normal davranışları ketleyerek gittikçe patolojik bir duruma neden olur, dolayısıyla ergenin günlük yaşamında aksamalar meydana gelebilir.²⁷⁴ Yapılan araştırmalara göre; yüksek düzeydeki kaygı; ergenin yeni ve göreceli olarak az işlenmiş tepkilerdeki öğrenim başarısıyla (örnek durumu gösteren şekil için bkz. Şekil-12) zor ve baskı

266 Bkz. KÖKNEL, *Kişilik*, sh. 134

267 Bkz. RICHTER, Horst-E., "Kaygının Psikanalizi Üstüne", (Çev. Nasuh BARIN); *Korku ve Kaygı* (içinde), Düz. Hoimar von Dittfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 81

268 Bkz. GÜNEY, *Davranış Bilimleri Sözlüğü*, sh. 164; Ayrıca krş. GEÇTAN, Engin, *İnsan Olmak*, Remzi Kitabevi, 17. Baskı, İstanbul-1996, sh. 85-96

269 Bkz. KUNZ, Hans, "Kaygının Antropolojisi Üstüne", (Çev. Nasuh BARIN), *Korku ve Kaygı* (içinde), Düz. Hoimar von Dittfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 61

270 Bkz. YALOM, Irvin, *Varoluşçu Psikoterapi*, (Existential Psychotherapy), (Çev. Zeliha, İ. BABAYİĞİT), Kabalca Yayınevi, 2. Baskı, İstanbul-2000, sh. 173-179

271 Bkz. KUNZ, *Kaygının Antropolojisi*, sh. 61

272 Bkz. KUNZ, a.g.e., sh. 59; Ayrıca bkz. KILIÇBAY, Mehmet Ali, "Uygarlığın Ödülü Olarak Kaygı", *Doğu-Batı Düşünce Dergisi*, Ankara-1999, S.6, sh. 125-126

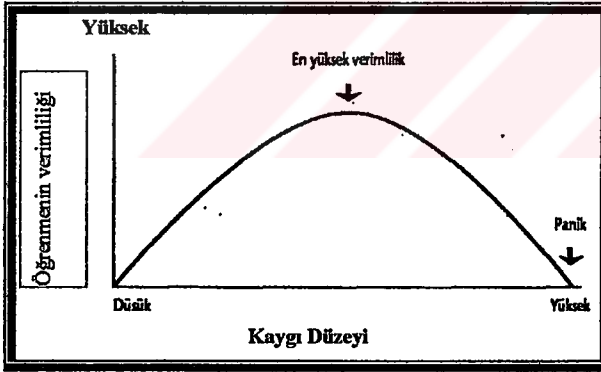
273 Bkz. BUDAK, *Psikoloji Sözlüğü*, sh. 437

274 Bkz. ERKUŞ, *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*, sh. 17; Ayrıca kaygının felsefi değerlendirilmesi için bkz. SCHULZ, Walter, "Çağdaş Felsefede Kaygı Sorunu", (Çev. Nasuh BARIN), *Korku ve Kaygı* (içinde), Düz. Hoimar von Dittfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 18-19

altına alıcı ortamdaki algılama başarısını olumsuz yönde etkilerken; doğru tepkide bulunma olasılığının başlangıçta yüksek olduğu durumlardaki tepki başarısını ve uygun olmayan uyarıcılara gösterilen antipatik tepkilerin şartlandırılmasını olumlu yönde etkilediği saptanmıştır.²⁷⁵ Ergene, kaygıyla ilgili konulacak tanıda, durumluk kaygı düzeyinin yükselmesi, onda genel anlamda huzursuzluk, rahatsızlık, tedirginlik, sıkıntı ve sıkışma meydana getirir. Genel olarak ergendeki kaygı belirtileri, stres belirtilerinde olduğu gibi, çabuk kızma, öfkelenme, sabırsızlık, yerinde duramama, gerginlik, yüksek ses tonuyla titrek ve zor konuşma, dikkat, bellek ve düşünce dağılması gibi psikolojik belirtilerle, kan basıncının yükselmesi, kalp bölgelerinde sıkışma, solunum güçlüğü, ağız kuruluğu, iştahsızlık, uykusuzluk ve yorgunluk gibi fizyolojik belirtilerdir.²⁷⁶

Kaygının özne-merkezci bir yapıda ele alınması birey için tehlikelidir. Çünkü bu durumdaki bireyin psikolojik yapısında kendine karşı yapılan her türlü girişim kuşkuyla karşılanır ve onu kaygılandırır.²⁷⁷ Öte yandan bugüne kadar bilinen patolojik anlamdaki kaygının, savunma mekanizmalarının harekete geçiricisi olarak düşünülen kaygı ile ne derecede örtüşebileceği netleşmemiş bir sorundur.²⁷⁸ Konunun netleşmesi için daha fazla çalışma yapılmalıdır.

Şekil-12 Kaygı düzeyiyle öğrenme arasındaki ilişki.²⁷⁹



275 Bkz. COHEN, Kaygıyı Nicelendirme Denemeleri, sh. 99; Ayrıca krş. ÖKTEM, Öget, "Anksiyetenin Öğrenme ve Hafızaya Etkisi", Psikoloji Dergisi, Ankara-1982, S.4(16), sh. 33-35; Ayrıca kaygı ile ilgili yapılan ampirik çalışmalar hakkında ayrıntılı bilgi için bkz. COHEN, Kaygıyı Nicelendirme Denemeleri, sh. 92-99

276 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 334-335

277 Bkz. BILZ, Rudolf, "Kaygı Yaşantısındaki Özne-Merkezcilik", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar von Dittfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 108-109; Ayrıca kaygının "umut ve umutsuzluk" ile ilişkisi için bkz. FROMM, Erich, Umut Devrimi, (The Revolution of Hope), (Çev. Şemsa YEĞİN), Payel Yayınları, 2. Baskı, İstanbul-1995, sh. 20-27

278 Bkz. COHEN, Kaygıyı Nicelendirme Denemeleri, sh. 100; Ayrıca krş. EISENBERG, Sheldon; DELANEY, Daniel, J., Psikolojik Danışma Süreci, (Çev. N. ÖREN, M. TAKKAÇ), MEB Yayınları, No:2338, İstanbul-1993, sh. 57-59

279 Bkz. CÜCELOĞLU, İnsan ve Davranışı, sh.440; Kaygının çok düşük olduğu hallerde öğrenme verimli olmaz. Orta derecedeki kaygı en iyi öğrenme koşulunu oluşturur. Kaygı orta derecenin üstüne çıkarak yükseldikçe, öğrenmenin verimi tekrar düşmeye başlar.

Kaygı bozukluğu (anxiety disorder); belirlenebilir bir olayla, nesneyle vb. orantılı olmayan tedirginlik, kaygı, korku vb. gibi olumsuz duygularla ifadelendirilen ve bu duygulardan dolayı bireyin psikolojik mekanizmasındaki genel işleyişte olumsuzluklara neden olan çeşitli uyumsuzluk rahatsızlıkları için kullanılan bir DSM-IV kategorisidir. Bunlar arasında; agorafobi, basit fobiler, sosyal fobi, akut stres rahatsızlığı, genelleştirilmiş kaygı bozukluğu, panik, travma sonrası, stres rahatsızlıkları vb. sayılabilir.²⁸⁰ Bunlardan genel kaygı bozukluğu, akut ya da kronik olarak görülebilir. Ergenin rahatsızlık öncesindeki kişilik yapısı dengeli ve uyumluysa, benlik savunma düzenlerini iyi kullanabiliyorsa ve karşılaşılan zorlanmalar şiddetli ve yineleyici değilse hastalığın gelişmesi ve ergenin tedaviye cevabı daha olumlu olabilir.²⁸¹ Ancak burada önemli bir nokta da genel kaygı bozukluğunun ruhsal bulgu ve belirtilerinin depresyonlarda bir yan belirti olarak görülen aşırı kaygıdan ayrılmasıdır.²⁸² Bu bağlamda kaygı ile nevrotik kaygı arasındaki farkın da belirlenmesi gerekir. Nevrotik kaygı şikayetleriyle psikiyatra giden ergenlerin duydukları kaygı, yabancı ve anlamsız bir özellik taşır. Bu tür kaygılarda, hastalık niteliği çok açıktır ve sık sık görülen bu kaygılar sürekli ve düzenli krizler olarak ortaya çıkar. Ayrıca kalp atışları ve soluk alıp vermedeki değişimler gibi güçlü fizyolojik septomlarla birlikte görülür.²⁸³

Kaygının edebî ürünlerde ortaya çıkışı, daha çok hayatın içinden çekildiğinin bir göstergesi olabilir.²⁸⁴ Bugün gelinen noktada bireyler özellikle Batı'da, modern bir yaşam sürerlerken bizatihî yaşamlarının kaygısını duyar ancak bunu dillendiremedikleri için neticede hayata dair bu kaygılarını edebî eserlerde dile getirirler. Sonuçta yazınsal ürünlerdeki kaygı ile yaşamın içindeki kaygı, aynı ve eş zamanlı bir kaygı olmaktan çıkar. Durum böyle olunca modern şehirlerin kaygıyla dolu açmazlarına karşın bireylerin sığındığı yollar tranquilizan (sakinleştirici) haplar, alkol ve uyuşturucular olur.²⁸⁵ Ayrıca günümüzde kaygı bozuklukları sınıflaması içinde bulunan bütün rahatsızlıkların tedavisinde, sık ve yaygın olarak davranışçı (behavioral) ve bilişsel (cognitive) tedavi yöntemleri kullanılır.²⁸⁶

280 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 437; Kaygı bozuklukları ile ilgili daha geniş bilgi için bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 333-376

281 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 335

282 Bkz. KÖKNEL, a.g.e., sh. 334

283 Bkz. RICHTER, Kaygının Psikanalizi Üstüne, sh. 74,78; DAĞ, İhsan, "Psikolojinin Işığında Kaygı", Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 168; Ayrıca kaygı ve nevroz ilişkisi için bkz. HORNEY, Karen, Çağımızın Nevrotik Kişiliği, (The Neurotic Personality of Our Time), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, 4. Baskı, Ankara-1999,, sh. 32-46

284 Bkz. ALEWYN, Richard, "Edebî Kaygı", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar von Ditfurth, Metis Yayınları, İstanbul-1991, sh. 30

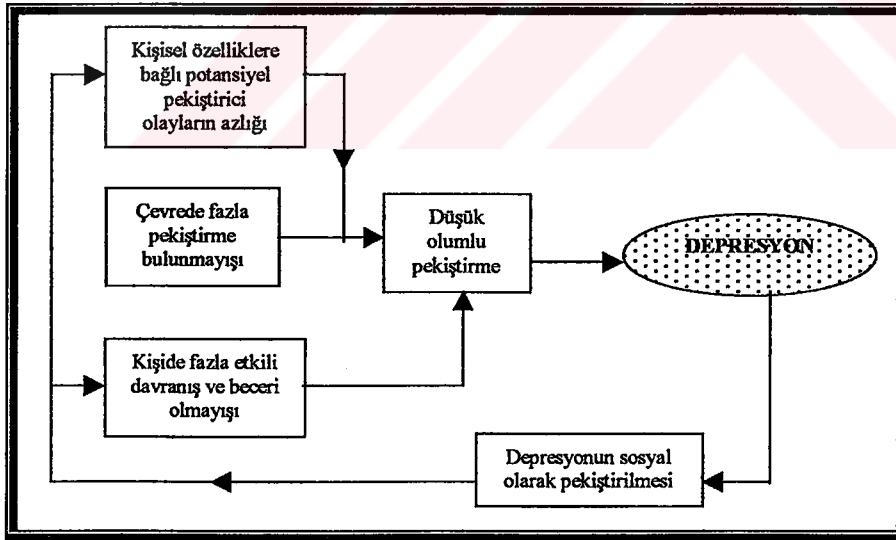
285 Bkz. SAYGILI, Şehir ve Akıl Hastalıkları, sh. 80-81; Ayrıca krş. GÖRMEZ, Kemal, Şehir ve İnsan, MEB Yayınları, No:2319, İstanbul-1991, sh. 94-99

286 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 419

d.a.c. Depresyonun Tanımı

Depresyon (depression); bireyde meydana gelen bir ümitsizlik, karamsarlık, yetersizlik, kendine güvensizlik, çaresizlik ve değersizlik duygusudur. Bireyin normalde hoşlandığı etkinliklere veya daha genel anlamıyla yaşama karşı ilgisiz olması sebebiyle hiçbir şeyden zevk alamaması, aşırı durumlarda ölümü ve intiharı düşünmesiyle tanımlanabilen ve belirlenebilir bir olaya (bir sınavı, işi veya yakını kaybetme vb.) bağlı olarak ortaya çıkan ruhsal bir çökkünlük durumudur.²⁸⁷ Ayrıca depresyon, bireyin hayattan zevk almasının azalması ve motivasyonunun düşmesi; çaresizlik ve yetersizlik hisleri ile uykusuzluk ve iştahsızlık gibi septomlarla ortaya çıkan duygulanım bozukluğu durumu olarak da tanımlanabilir.²⁸⁸ Belirtileri ise hemen hemen stres ve kaygı belirtileri ile aynıdır. Bu bağlamda patolojik olmayan depresyon normal olup sıkça rastlanan ve geçici bir ruh halidir. Genellikle herhangi bir müdahaleye gerek kalmaksızın kendiliğinden geçer. Bu ruh halinin dışı vurumları ise son derece değişken ve kültüre özgü olabilir.²⁸⁹ Depresyon ve kaygının zaman içinde birbirine dönüşebilen hem ortak hem de ayrışan yönlerinin olduğunu savunan yaklaşımlar olduğu gibi²⁹⁰ depresyonun psikodinamiğine ilişkin çeşitli psikoloji ekolleri tarafından farklı açıklama modelleri de geliştirilmiştir²⁹¹ (geliştirilen örnek bir modelin şematik gösterimi için bkz. Şekil-13).

Şekil-13 Depresyonun azalmış pekiştirme modeli²⁹²



287 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 204; ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş-II, sh. 622

288 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 71

289 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 204

290 Bkz. DÜRÜ, Çağay, "Kaygı ve Depresyon: Psikopatolojik Bir Bakış", Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 178-180

291 Konuyla ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. ALPER, Yusuf, Bütün Yönleriyle Depresyon, Gendaş Yayınları, No:154, İstanbul-1999, sh. 43-58

292 Bkz. ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş-II, sh. 627

Depresyon, DSM-IV'te şiddetine, tekrarlanma sıklığına ve mani veya hipomani ile birlikte nüksedip etmemesine bağlı olarak farklı kategorilerde değerlendirilir.²⁹³ Zaten depresyonların sınıflandırılmasına ilişkin tek bir kategori yoktur. Kaldı ki DSM-III ve DSM-III R'nin tanı ve sınıflandırma açısından önemli eksiklikleri vardır. Daha önce kısmen temas edildiği gibi bütün DSM'ler, ABD'de geliştirilip düzenlendiği için söz konusu kategoriler bu kültürün uzantısı olarak ele alınmıştır. Bu sebeple başka kültürlerle ve toplumsal yapılarla uygulamada ciddi problemler ortaya çıkmıştır.²⁹⁴ Ayrıca sınıflamalarda, farklı unsurları eksen almayla ilgili de çeşitli tartışmalar vardır. Bu çeşitlilik sadece depresyon için değil, daha önce ifade edildiği gibi stres ve kaygı için de geçerlidir.²⁹⁵ Bunların yanında depresyonun tanısı ve yoğunluğunu tespit etmek amacıyla gerek Türkiye'de gerekse dış ülkelerde geçerliliği kanıtlanmış; Süreksiz Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği (State-Trait Anxiety Inventory/STAI), Ruhsal Belirti Tarama Çizelgesi (Symptom Check List-90/SCL-90), Homilton Depresyon Ölçeği (Homilton Depression Rating Scale/HDÖ), Zung Depresyon Ölçeği (Zung Self-Rating Depression Scale/ZDS), Beck Depresyon Ölçeği (Beck Depression Inventory/BDÖ) gibi ölçekler kullanılır.²⁹⁶

Depresyona neden olan faktörler başlıca iki kategoride değerlendirilebilir. Birincisi, biyo-kimyasal faktörlerdir ki, biyojenik aminler denilen noradrenalin ve serotoninin azalması veya artması durumunda depresyon ortaya çıkabilir. İkinci faktör ise asıl konumuzla ilgili olan psikolojik ve psikodinamik faktörlerdir. Ergenin hayatında önemli yer tutan ve onda kalıcı izler bırakan çeşitli yaşam olayları (yakınının ölümü, onurunu zedeleyen olaylar vb.), başlıca psikolojik faktörlerdendir.²⁹⁷ Ayrıca bunlara ilaveten, ergen benliğinin yapısı ve gelişmesi de depresyonla ilgili açıklama yapan bütün psikoloji ekolleri tarafından psikolojik faktörler içerisinde değerlendirilir.²⁹⁸ Öte yandan depresyonlara yatkın kişilik ve beden yapısı özellikleri üzerinde de çalışmalar yapılmıştır.²⁹⁹

Psikiyatride depresyon, uzun sürmesi sebebiyle bireyin sosyal, bireysel yaşam üzerindeki olumsuz etkilerinin hissedilir derecede ağır olması durumunda, bir rahatsızlık olarak değerlendirilir.³⁰⁰ Bu durumda depresyonlu ergen, giderek diğerkâm hisler duyma kabiliyetini

293 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 204-205

294 Bkz. SAYAR, Kemal, Psikiyatri ve Kültür, İnsan Yayınları, No:295, İstanbul-2000, sh. 19-26

295 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 82-84

296 Depresyon ölçekleriyle ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. KÖKNEL, a.g.e., sh. 110-117

297 Bkz. ALPER, Depresyon, sh. 35-41

298 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 47

299 Bkz. KÖKNEL, a.g.e., sh. 43-45,53

300 Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 204

kaybeder ve acı veren güçsüzlüğü onu çevresinden nefret etmeye iter.³⁰¹ İşte bu psikolojik ortamda depresyonlu ergenlere intihar, dertlerinden kurtulma yolu olarak görülebilir.³⁰² Zaten yapılan araştırmalar sonucunda, gerçek intihar etme riskinin en yüksek olduğu ruhsal bozuklukların başında depresyonların geldiği görülmüştür. Ölümle sonuçlanan intihar girişimlerinin yaklaşık %65'i depresyon tanısı konmuş duygulanım bozukluğu olan bireylerdir.³⁰³ Konuyla ilgili yapılan çalışmalar, depresyonun son 25 yılda 10 ile 20 kat arasında bir artış gösterdiğini; dolayısıyla depresyonlu hastaların, hastanelerin psikiyatri servislerinde yatan hastaların yaklaşık %75'ini oluşturduğunu saptamıştır.³⁰⁴ Yine konu ile ilgili ABD, İngiltere ve İskandinav ülkelerinde yapılan araştırma sonuçlarına göre; tüm depresyon vakalarının bir yılda diğer rahatsızlıklar içindeki oranı %20 ile 30 kat artış göstermiştir. Konuyla ilgili Türkiye'de yapılan alan araştırmalarında da benzer sonuçlar elde edilmiştir.³⁰⁵ Konunun psikolojik olduğu kadar sosyolojik sebepleri de vardır. Bu bağlamda modern dünyanın modern şehirlerinde yaklaşık 150 milyon depresyonlu hasta yaşamasının en büyük sebebi sosyal şuurun kaybolmasıdır.³⁰⁶

Depresyonlarda genelde tedavi yöntemi olarak destekleyici, davranışçı ve bilişsel psikolojik tedavi yöntemleri uygulanır.³⁰⁷ Bu yöntemlerin başlıca amacı, depresif durumu düzeltmek olduğu için hastanın kişiliğine zarar vermez.³⁰⁸ Bu psikoterapik yöntemlerin yanı sıra depresyon tedavisinde antidepressan ilaçlar da kullanılır. Bu ilaçlar, depresyonlarda bedensel sinir sistemiyle ilgili duygulanım ve bilişsel alanlarda meydana gelen tahribatı tümüyle ortadan kaldırma veya azaltma amacına yönelik olduğu için ergendeki ruhsal çöküntüyü azaltarak yok eder ve onun yaşamına canlılık katar.³⁰⁹

301 Bkz. FOULQUIE, Pedagoji Sözlüğü, sh. 90; Ayrıca depresyonlu kadın hakkında bilgi için bkz. GRABER, Gustav, H., Kadın Psikolojisi, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Cem Yayınevi, 2. Baskı, İstanbul-1998, sh. 152-154

302 Bkz. ADLER, Alfred, Psikolojik Aktivite, (Süperiority and Social Interest), (Çev. Belkıs ÇORAKÇI), Say Yayınları, 2. Baskı, İstanbul-1993, sh. 268

303 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 123; Ayrıca krş. DURKHEIM, Emile, İntihar, (Le Suicide -Etude de Sociologie), (Çev. Özer OZANKAYA), İmge Kitabevi, No:47, Ankara-1992, sh. 44-48

304 Bkz. ALPER, Depresyon, sh. 20-21

305 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 304-310

306 Bkz. SAYGILI, Şehir ve Akıl Hastalıkları, sh. 80

307 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 212; Yöntemlerle ilgili ayrıntılı bilgi için ayrıca bkz. ALPER, Depresyon, sh. 73-147

308 Bkz. ALPER, a.g.e., sh. 73

309 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 260

d.b. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua ve İbadet

d.b.a. Başa Çıkma Metodu Nedir?

Baş a çıkma (coping); bireyin güdüsel çatışmalarının çözümlenemesinden kaynaklanan stres ve kaygıyı azaltmaya yönelik olarak yaptığı davranışlar³¹⁰ ve onun psikolojik yapısını zorlayan iç ve dış taleplerin yönetilmesi işlevidir.³¹¹ Bu bağlamda baş a çıkma metotlarını ise; bireylerin psikolojik yapılarını zorlayan bu stresli ve kaygılı durumlara karşı gösterdikleri reaksiyonların kontrollü ve yöntemsel stratejileri,³¹² şeklinde değerlendirmek mümkündür. Konuyla ilgili yapılan çalışmalarda; bireylerin stres ve kaygıyla baş a çıkmak için problem ve duygu odaklı olmak üzere iki temel baş a çıkma metodu geliştirdikleri tespit edilmiştir.³¹³ Bunlardan probleme dayalı baş a çıkma metodunda birey, öncelikle karşı karşıya kaldığı problemi tanımlar ve bu probleme alternatif çözümler üreterek, içlerinden probleminin çözümüne en uygun olanını uygulamaya çalışır. Duygusal baş a çıkma yönteminde ise, problemi, olayı veya durumu değiştiremeyen birey, söz konusu durumlarla ilgili duygularını ve tutumlarını değiştirmeye çalışır.³¹⁴ Genelde duygu odaklı baş a çıkma yöntemlerinde kullanılan savunma mekanizmaları, diğer metotlarla birlikte kullanıldığında işe yaramaz. Ancak problemin çözümüne yönelik bir şey yapılmadığında, bireyin problemlerini geçici olarak çözebilir³¹⁵ (ayrıca bkz. Şekil-14). Özetle, konuyla ilgili çalışma yapan araştırmacılar, bireyin strese ve kaygıya karşı tutumları üzerinde durmuşlar ve bu tutumların; bireyin sosyal yatkınlığı, özel stresli olayları genel değerlendirme biçimi ve kullandığı baş a çıkma metotları, olmak üzere üç ayrı faktörden etkilendiğini saptamışlardır. Neticede bu faktörlerden her birinin, başka alanlardaki sosyal destek türleriyle ilişkili olduğunu ve bu faktörlerden özellikle baş a çıkma metotlarının, bireyin edinmiş olduğu bilgisel desteğiyle yakından ilgili olduğunu ifade etmişlerdir.³¹⁶

Yaşamın zorluklarını yenme gücünü kazandırma işleminin, yani baş a çıkma metotlarının; tehdit edici bir dünyaya karşı bireyin kendini kabul ettirmeyi öğrenmesi, anlamlı bir yaşam sürmesi ve toplumsal yaşama uyum sağlayıp insanlarla ilişki kurması, gibi başlıca üç

310 Bkz. GÜNEY, Davranış Bilimleri Sözlüğü, sh. 30

311 Bkz. BANYARA, Philip; HAYES, Nicky, Psychology: Theory and Application, Chapman&Hall, University and Professional Division, 2-6 Boundary Row, London-1994, sh. 96

312 Bkz. CRIDER, A., B. ve ark., Psychology, H. C. College Publishers, 4.th Edition, New York-1993, sh. 555

313 Bkz. CRIDER ve ark., Psychology, sh. 555-556,561-562

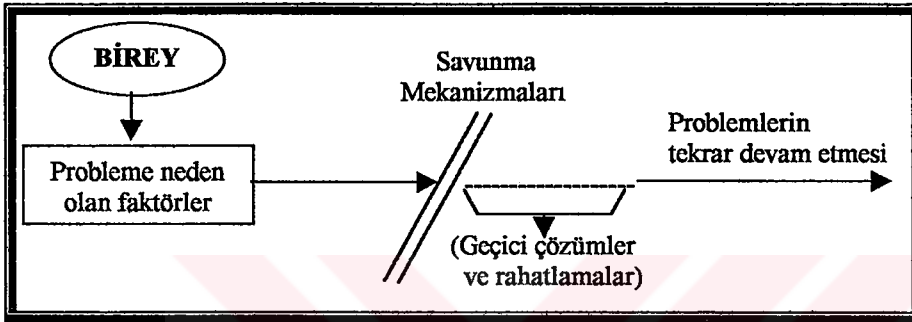
314 Bkz. ATKINSON ve ark., Psikolojiye Giriş, sh. 509-515

315 Bkz. CRIDER ve ark., Psychology, sh. 556

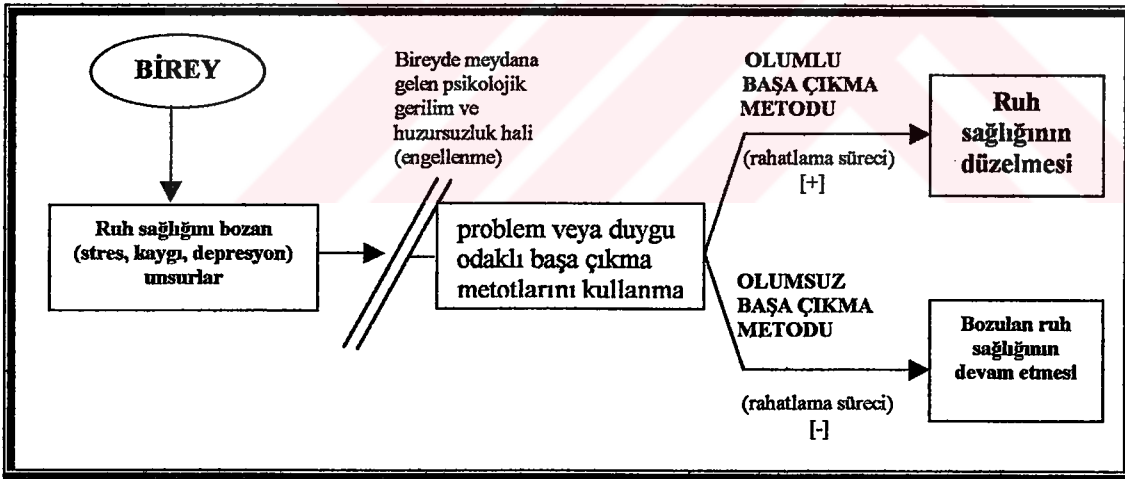
316 Bkz. BANYARA; HAYES, Psychology, sh. 102

yönünün olduğunu ifade etmek mümkündür.³¹⁷ Konuyla ilgili Batı'da yapılan araştırmalarda ise; davranışsal müdahalelerle bireyin başa çıkma yeteneklerinin artırılacağı ve bu durumun da uzun vadede bireye fayda sağlayabileceği tespit edilmiştir.³¹⁸ Öte yandan sağlık psikolojisinin gelişmesi sonucunda, başa çıkma metotlarının araştırılması için bir çerçeve ortaya konmuştur. Bu çerçeve; başa çıkma ile ilgili mekanizma (ayrıca bkz. Şekil-15), başa çıkma tecrübesi ve başa çıkma konusunda geliştirilen değişik stratejiler, olmak üzere üç açıdan ele alınmıştır.³¹⁹

Şekil-14 Savunma mekanizmalarının birey üzerindeki geçici olarak yaptığı yatıştırıcı fonksiyonun işleme mekanizması



Şekil-15 Başa çıkma metotlarının işleme mekanizması



Ergenin yaşadığı stres, kaygı ve depresyonun biçimi, şiddeti ve dışa yansıyan belirtileri ne şekilde olursa olsun, onun bu rahatsızlıkları meydana getiren çevreyi algılayışı, takınılacak tutumlar ve yapılacak davranışlar bakımından önemlidir. Bu bağlamda söz konusu rahatsızlıklar ister dışardan gelen bir nesneden isterse kendinden kaynaklansın, ergen değişik süreçler içerisinde bunlara farklı cevaplar verebilir. Burada öncelikle stres, kaygı ve depresyonu

317 Bkz. ALAN, Şerafeddin, "Tedavide Madde ve Mânâ", Sızıntı Dergisi, İzmir-1980, S.20, sh. 22

318 Bkz. BANYARA; HAYES, Psychology, sh. 99

319 Bkz. BANYARA; HAYES, a.g.e., sh. 96

meydana getiren durumların algılanması ve anlaşılması söz konusudur. Bu süreç, söz konusu rahatsızlıkları bilinçlendirir. İkinci aşamada ise, bu süreçlere karşı bilinçli veya bilinç dışı bir savunma düzenlenir. Bu savunmada, rahatsızlığın biçimine, şiddetine, süresine, kişiliği oluşturan katmanların gelişmesine ve özelliklerine göre çeşitli düzenlemeler oluşur. Bunlardan bir kısmı olumlu ve başarılı savunma düzenleri olup, ergenin kişiliğinin gelişmesinde ve ruh sağlığının düzelerek devam etmesinde önemli rol oynarlar. Başarısız savunma düzenleri ise, bu rahatsızlıklara karşı kişilik gelişimini olumsuz olarak etkileyen ya da ruh sağlığını bozucu nitelikteki savunma düzenleridir.³²⁰ Ergenin karşı karşıya kaldığı psikolojik çatışmalarla ve problemlerle başa çıkabilmesi, onun bu konulardaki donanımıyla yakından ilgilidir. Yukarıda da ifade edildiği gibi ergen, böyle problemlerle karşı karşıya kaldığında başa çıkma anlamında olumlu ya da olumsuz duygu odaklı savunma düzenlerini kullanır. Bunlardan olumlu savunma düzenleri, ya da bir diğer ifadeyle savunma mekanizmaları (yüceltme, öz geçicilik, sezinleme, şakaya vurma, dengeleme gibi) kullanıldığında, bir anlamda olumlu başa çıkma metodu; olumsuz savunma düzenleri (gerçekleri çarpıtma, gerçeklerden kaçma, denetleme, yadsıma, gerileme, utangaçlık, cinselleştirme, tepki oluşturma gibi) geliştirildiğinde ise, duygu odaklı olumsuz başa çıkma metotları kullanılır, denebilir.³²¹ Ancak olumsuz başa çıkmada kullanılan bu tepkiler, genellikle kontrolsüz olarak ortaya çıkan tepkilerdir.³²²

Bugün Batı, bireyin psikolojik yönünün, ciddiye alınması gerekli bir gerçeklik olduğunu keşfetmiş durumdadır. Bu çabaların sonucunda onun psikolojik benliğini araştırmak için çalışmalar yapılmıştır.³²³ Ancak dünya da psikiyatri biliminin bugün itibarıyla geldiği noktada, psikolojik tedavi yöntemlerinin adlandırılması ve sınıflandırılması konularında tartışmalar hâlâ devam etmesine rağmen temelde tedavi durumunun biçimine ve bu biçimde kullanılan ruhsal öğretilere göre tedavi yöntemleri bireysel ve grup tedavileri diye ikiye ayrılır.³²⁴ Bu bağlamda bugün psikiyatri kliniklerinde kullanılan başa çıkma metotları, asıl tedavi yöntemleri arasında değil de destekleyici tedavi metotları arasında değerlendirilebilir. Zaten psikolojik tedavilerde en sık kullanılan yöntemler, destekleyici psikoterapi yöntemleri (suggestive

320 Bkz. KÖKNEL, Kişilik, sh. 137

321 Bkz. KÖKNEL, a.g.e., sh. 138-153

322 Bkz. BALTAŞ, Sağlık Psikolojisi, sh. 149

323 Bkz. ALAN, Tedavide Madde ve Mânâ, sh. 22

324 Bkz. KÖKNEL, Depresyon, sh. 211; Ayrıca krş. MASSON, Jeffrey, Psikiyatrinin Zorbalığı, (Against Therapy: The Tyranny of Psychotherapy), (Çev. Reha PINAR), Doruk Yayınları, Ankara-1997, sh. 184-208; DEMİRSAR, Aydın, Psikoterapi Türleri, Bursa Hakimiyet Baskı Tesisleri, Bursa-1990, sh. 27; FREUD, Sigmund, Psikanaliz Üzerine, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Cem Yayınevi, İstanbul-1998, sh. 16-31; Ayrıca psikanalitik tedavi yöntemleri için bkz. HORNEY, Karen, Nevrozlar ve İnsan Gelişimi, (Nevrosis and Human Growth), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, No: 6/1, 3. Baskı, Ankara-1996, sh. 358-392

psychotherapy)dir.³²⁵ Bu tür tedavilerde hastanın benlik güçlerine dayanılarak, bozulan ruhî dengesinin yeniden düzeltilmesi hedeflenir. Terapi esnasında, psikolojik çatışma ve kaygılara yol açan durumların duygusal yükleriyle birlikte yeniden anlatılması sağlanarak, hasta baskı altında kalan ve çeşitli yakınmalara sebep olan olumsuz duygusal coşkulanım durumundan kurtarılmaya çalışılır.³²⁶ Yukarıda da ifade edildiği gibi bilimsel anlamdaki başa çıkma metotlarının en iyi uygulandığı ve öğretildiği yerler, kuşkusuz psikiyatri poliklinikleridir. Ancak son dönemlerde, bu metotların uygulanması ve öğretilmesi yerine hastalara antidepressan ilaçlar verilerek, sanki metotların uygulanmasını ve rahatsızlığın çözümünü tekeli bir zihniyetle ellerinde tutma çabasının olduğunu söylemek mümkündür. Bu anlamda Türkiye'deki nüfusa bakıldığında, psikolojik problemlerini çözmek için herhangi bir yetkili kuruma başvurma oranı da maalesef oldukça düşüktür. Konuyla ilgili Sağlık Bakanlığı tarafından yaptırılan geniş örneklemlen alan araştırmasında; deneklerin son bir yıl içinde psikolojik şikayetleri sebebiyle tedavi için başvuru oranının %4.7 olduğu ve cinsiyet faktörüne göre kadınların başvuru oranlarının erkeklere göre iki kat daha fazla olduğu saptanmıştır. Ayrıca aynı raporda, psikolojik sebeplerle tedavi amacına yönelik ilk baş vurulan şahısların, sıklık derecelerine göre %39 psikiyatr uzmanı, %33 psikiyatri dışı tıp uzmanı, %21 pratisyen hekim, %3.6 ise hoca (din adamı) olduğu ortaya çıkarılmıştır. Araştırma anında deneklerin psikotrop ilaç kullanma sıklığı %5 olarak saptanmış, genel anlamda psikolojik amaçlı ilaç kullanma oranının yine kadınlarda, erkeklere oranla iki kat daha fazla olduğu ve kullanılan bu ilaçların 2/3'ünü antidepressanlar, 1/4'ünü ise sedatif/hipnotiklerin oluşturduğu belirtilmiştir.³²⁷

Davranış terapi yaklaşımının köklerinin Pavlow ve Skinner'e ait çalışmalara kadar dayandıran biyolojik eksenli psikiyatri ekollerine göre; kompleks ruhsal faaliyetlerden basit reflekslere kadar bireyin psiko-fizik yapısındaki her şey fizikî ve kimyevî temelli yaklaşımlarla çözümlenip anlaşılabilir. Bugün psikiyatri alanında gelinen noktada ise yukarıda da kısaca ifade edildiği gibi hastalara fizikî ve kimyevî temel referanslı ilaç tedavileri uygulanır. Fakat bireyin faaliyetleri, kompleks yapı arz etmesi sebebiyle bir bütünlük içinde ele alınmalıdır. Zaten söz konusu durum da, psikoloji ve psikiyatri biliminin meşruiyet zeminini oluşturur. İşte bu noktada, dinî kaynaklı değer ölçüleriyle Batı'nın farmakolojik tecrübelerinin yoğrularak

325 Konuyla ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. TURA, Saffet, M., Günümüzde Psikoterapi, Metis Yayınları, İstanbul-2000, sh. 192-222

326 Bkz. KÖKNEL, Ruh Sağlığı, sh. 419-421; GEÇTAN, Engin, Psikanaliz ve Sonrası, Remzi Kitabevi, 7. Baskı, İstanbul-1996, sh. 70-71; Varoluş ve Psikiyatri, Remzi Kitabevi, 4. Baskı, İstanbul-1994, sh. 49-58

327 Bkz. EROL ve ark., Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu, sh. 96

oluşturulacağı yeni psikoterapi yöntemlerinin de göz ardı edilmemesi ve üzerinde çalışmalar yapılması gerektiğini söylemek mümkündür.³²⁸

d.b.b. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua

Konunun iyi anlaşılması bakımından faydalı olacağı düşünülerek dinî başa çıkma metodu olarak duadan bahsetmeden önce kısaca dinî başa çıkmanın ne olduğunun açıklanması gerekir. Buraya kadar başa çıkma ile ilgili açıklanan bilgiler, genel psikoloji literatürü çerçevesinde değerlendirilen bilgilerdi. Ancak din psikolojisi alanında da “dinî başa çıkma” ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Yapılan bu çalışmalarda, dinî inanç ve pratiklerin psikolojik etkilerinin, bireyin karşılaştığı psikolojik kökenli problemlerin çözümüne yardımcı olup olmadığı, şayet oluyorsa bunun nasıl olduğu araştırılmıştır. Haddi zatında yapılan bu araştırma da bu amaca matuf bir çalışmadır.

Dinî başa çıkma (religious coping); bireyin genelde stres ve kaygıdan kaynaklanan psikolojik çatışmalarını azaltmaya veya yok etmeye yönelik yaptığı dinî davranışlar, şeklinde tanımlanabilir. Görüleceği üzere normal başa çıkma ile dinî başa çıkmanın işleyiş mekanizması aynı olup (ayrıca krş. Şekil-16), sadece çözüme yönelik geliştirilen referans noktaları farklıdır. Bu anlamda normal başa çıkmada kullanılan referanslar, bireyin kendi yetenekleri ve donanımsal edinimleri iken, dinî başa çıkmadaki referanslar ise, dinî inanç ile dua ve ibadet gibi dinî pratiklerdir. Bu bağlamda strese karşı dinî başa çıkmayla ilgili ciddi anlamda ilk araştırma yapan kişi K.I. Pargament'tir. O'na göre dinî başa çıkma; stres ve kaygı gibi bireyin psikolojik yapısında gerilim meydana getiren unsurların dinî inanç ve pratikler yoluyla minimize veya nötrize edilmeye çalışılmasıdır.³²⁹ Din, sistemli bir bütünlük içerisinde bireyin hayatındaki bir çok amaca hizmet eder. Bu anlamda dindar birey, kontrol edemediği veya üstesinden gelemediği durumlarda dinî sistemin bütünlüğü içerisinde dinî duygu, düşünce ve davranışlarını kullanarak rahatlar ve huzura kavuşur.

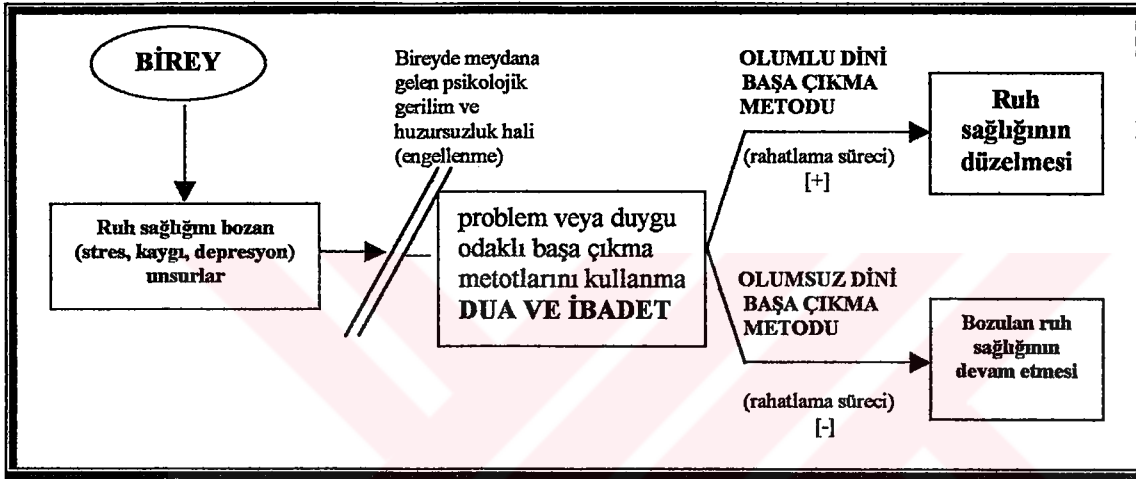
Dinî olmayan başa çıkmada olduğu gibi dinî başa çıkmada da, birey önce ön değerlendirme mahiyetinde, probleminin ne olduğunu ve bu problemin kendisi için bir tehlike arz edip arz etmediğini anlamaya çalışır. İkinci aşamadaki değerlendirmede ise, şayet problem kendisi için bir tehlike veya tehdit unsuru taşıyorsa dinî başa çıkma metotlarından birini veya bir kaçını kullanmaya başlar. Bu anlamda en çok kullanılan canlı ve anlamlı dinî başa çıkma metodu duadır. Dinin, bireylere duygularını kontrol etmeyi öğretmesi duygu odaklı başa çıkma

328 Bkz. ALAN, Yusuf, “İslamî Psikiyatri”, Sızıntı Dergisi, İzmir-1990, S.135, sh. 103

329 Bkz. TOPUZ, İlhan, “Dinî Başa Çıkma, (Religious Coping)”, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D., Din Psikolojisi Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Doktora Seminer Çalışması), Bursa-1999, sh. 4

metodunu kullanma oranını artırır. Bazen de bireyin öğrendiği dinî bilgiler, problemin çözümüne yardımcı olur, bu durum da probleme dayalı dinî başa çıkmayı artırır. Ancak başarılı bir dinî başa çıkmada her iki yöntem de aynı anda kullanılabilir. ³³⁰ Bu bağlamda dinî başa çıkmanın ruh sağlığı üzerindeki etkileriyle ilgili bir çok çalışma yapılmıştır. Konuyla ilgili Batı'da yapılan 130 çalışmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde; dinî başa çıkma yöntemlerinin stres, kaygı ve depresyon gibi olumsuz psikolojik olguların giderilmesinde önemli ölçüde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir. ³³¹

Şekil-16 Dinî başa çıkma metotlarının işleme mekanizması



Psikoloji’de bireyi davranışa iten nedenlere güdü denir. Güdüler, bireyin istek ve ihtiyaçları neticesinde ortaya çıkarlar. Bu bağlamda duayı da, bireyin tabii ihtiyaçları içerisinde değerlendirmek mümkündür. Dolayısıyla dua etme davranışının temelinde de bazı güdüler vardır. Ancak burada duaya, tek bir güdünün sebep olduğunu iddia etmek oldukça zordur. ³³² Vergote’ye göre dua; psikanalitik tedaviye benzer bir yol izler. Psikanalitik tedavinin temel prensibinin “hareket etmeden her şeyi olduğu gibi anlatmak” olduğu düşünüldüğünde, ilke olarak başkalarıyla konuşmayı engelleyen düşünceleri unutmaktan kurtaran sözler, tedavi edici bir özelliğe sahiptir. Bu bağlamda dua eden birey de, kendine yalan söylenmesinin mümkün olmadığına inandığı Tanrı’ya, başkalarından gizlediği her şeyi söyleyerek, kendisinin Tanrı ile olan ilişkisi konusundaki gerçeği gizlemeden olduğu gibi kabullenir. Bireyin psikolojik işleyişinden meydana gelen bazı bozuklukların dua ve dinî telkin yoluyla iyileştirildiği, psikolog

330 Bkz. TOPUZ, Dinî Başa Çıkma, sh. 7-8

331 Bkz. ARGYLE, Psychology and Religion, sh. 160,165

332 Bkz. DOĞAN, Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri, sh. 12

ve psikiyatrlar tarafından da bilinen bir durumdur.³³³ Konuyla ilgili yüksek öğrenim gençliği üzerinde yapılan bir alan araştırmasında; öğrencilerin %60.3'ü ara sıra, %32.3'ü de devamlı olarak dua esnasında Allah ile psikolojik yakınlık içinde olduklarını ifade etmişlerdir. Elbette ki duanın dinî başa çıkma metodu olarak kullanılıp gencin üzerindeki olumlu psikolojik etkilerinin olabilmesi, dua esnasındaki konsantrasyona yani içtenlik derecesine bağlıdır. Aynı araştırmada, duanın kabul olup olmamasının, dinî inançlarında ve tutumlarında bir değişiklik meydana getirmediğini söyleyenlerin oranı %56.6'dır. Ayrıca buna ilaveten, "dualar kabul olsa da olmasa da dua etmeye devam edilmelidir", diyenlerin oranı %29.4 olurken, gençlerin %91.5'inin duayı, tevekkül merkezli algıladıkları tespit edilmiştir.³³⁴ Aynı evren üzerinde yapılan bir başka ampirik çalışmada ise; duanın psikolojik faydasına inananların oranı %92 olarak saptanmıştır.³³⁵

Ergen, olumlu dinî başa çıkma metotları kullandığı gibi olumsuz dinî başa çıkma metotları da kullanabilir. Bunlardan olumlu dinî başa çıkma metotları, genelde ergenin beden ve ruh sağlığını geliştirirken olumsuz dinî başa çıkma metotları ise tam tersine zaten bozulmakta olan beden ve ruh sağlığını olumsuz olarak etkileyerek daha da kötüleştirir.³³⁶ Dua ile dinî başa çıkmada, ergen dua ettikten sonra istek ve taleplerinin yerine gelmemesi durumunda dualarının kabul edilmediğini hissederse hayal kırıklığına uğrayıp isyan edebilir.³³⁷ Konuyla ilgili olarak yapılan bir çalışmada, 15 yaşındaki ergen kızın duygu ve düşünceleri aynen şöyledir: "Annemin çehresi inceliyor ve gözleri kızarıyordu. Babamın kalp hastalığı daha da kötüleşiyordu. Ben erkek kardeşlerimle birlikte anne ve babamın iyileşmesi için dua ediyordum. Ancak yaptığım dualar hiçbir işe yaramıyordu. O zaman ben şöyle düşündüm; ya Tanrı bizi yüzüstü bıraktı ya da Tanrı diye bir şey yoktur."³³⁸ Bu olayda, dua olumsuz dinî başa çıkma yöntemi olarak kullanılmıştır. Elbette ki ergen, bunu yaparken bilinçli yapmadığı gibi istek ve dileklerinin yerine gelmemesi durumunda da psikolojik bir çatışma içerisine düşerek, ettiği duaların kabul olmadığını düşünmüştür. Bu sebeple duaya olan inancında azalma olmuş ve dinî şüphe içerisine düşme yönünde eğilimler göstermiştir.

Ergenin olumsuz dinî başa çıkma metodu geliştirmesi, genelde dinî inanç, özelde ise duaya olan inanç ve içtenlik derecesiyle yakından ilgilidir. Yüksek öğrenim gençliği üzerinde konuyla ilgili yapılan anket çalışmasında, olumsuz dinî başa çıkmayla ilgili önemli veriler elde

333 Bkz.. VERGOTE, Din, İnanç ve İnançsızlık, sh. 236-252; Örnek vak'a uygulamaları için bkz. BEDRİ, Malik, B., Müslüman Psikologların Çıkmazı, (The Dilemma of Muslim Psychologists), (Çev. Harun ŞENCAN), İnsan Yayınları, No:7, İstanbul-1984, sh. 69-80

334 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutum ve Davranışları, sh. 28-30

335 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 39

336 Bkz. TOPUZ, Dinî Başa Çıkma, sh. 10

337 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 222-223

338 Bkz. GRUBER, Ergenlikte Dinî Gelişme, sh. 17-18

edilmiştir. Şöyle ki; gençlerin %51.40'ı, dualarının hemen veya daha sonra kabul olacağına inandıklarını; %18.90'ı dualarının kabul edilmesinin veya reddedilmesinin önemli olmadığını; %15.50'si dualarının kabul olduğunu görünce dine olan ilgilerinin arttığını; %10'u dua sonrasında hayatında bir değişiklik olmadığını; %1.20'si de dualarının kabul olmadığını görünce dine olan ilgilerinin azaldığını; %0.50'si de Allah'a olan inançlarının sarsıldığını ifade etmişlerdir.³³⁹ Bu çalışmada elde edilen son iki yüzdeler, olumsuz dinî başa çıkmanın gençler arasında var olduğunu ancak oranının düşük olduğunu göstermiştir.

d.b.c. Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak İbadet

Duanın yanı sıra ibadetler de (namaz, oruç, tövbe vb.), dinî başa çıkma metodu olarak kullanılabilir.³⁴⁰ Bu bağlamda ibadet, bireyin kendini Tanrı'ya çok yakın hissettiği, onunla derunî ilişkiler ve heyecanlar içinde olduğu hissini veren özel bir tecrübe ve bu tecrübeye dayalı her türlü eylem ve işlemdir, bir anlamda dinî hayatın pratiğe dönük ifadesidir.³⁴¹ İbadetlerdeki beden duruşu yani sembolik davranışlar, bireyin zihinsel duygu ve düşüncelerinin yönünü tespit etmede oldukça etkilidir.³⁴² Geleneksel uzak doğu mistisizminde de, format olarak dua ve ibadet davranışlarına benzer pratikler, stresle başa çıkma yöntemi olarak kullanılır.³⁴³ Özetle konuyla ilgili yapılan araştırmalar, bazı ruhsal hastalıkların iyileştirilmesinde duanın yanı sıra ibadet terapisinin de iyi sonuçlar verdiğini ortaya koymuştur.³⁴⁴ Bir önceki dua ile ilgili bölümde verilen araştırma sonuçları dikkate alındığında bu araştırma sonucundan, ibadetin, duaya göre daha az dinî başa çıkma yöntemi olarak kullanıldığını söylemek mümkündür.

Duada olduğu gibi, ibadetler de olumsuz dinî başa çıkma metodu olarak kullanılabilir. İşleme mekanizması ise aynı duadaki gibidir (ayrıca krş. Şekil-16). Öte yandan ibadetlerini imkanları nispetinde yaptıkları halde, çeşitli alanlarda psikolojik engellemelerle karşılaşan ergenler, yaptıkları ibadetin kabul olmadığını düşünerek dinî suçluluk ve günahkârlık duygusu içerisine de girebilirler. Ancak bu durum, duada olduğu gibi oran itibarıyla oldukça azdır.

339 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 40

340 Bkz. TOPUZ, Dinî Başa Çıkma, sh. 8

341 Bkz. HÖKELEKLİ, Psiko-Sosyal Açıdan İbadet, sh. 248; PAZARLI, Din Psikolojisi, sh. 189-190

342 Bkz. İKBAL, Muhammed, İslâm'da Dinî Düşüncenin Yeniden Doğuşu, (Çev. N. Ahmet ASRAR), Birleşik Yayınları, 2. Baskı, İstanbul- (tarihsiz), sh. 126-131

343 Ayrıntılı bilgi için bkz. ORNSTEIN, Robert, E., Yeni Bir Psikoloji, (The Psychology of Consciousness), (Çev. E. GÖKA; F. IŞIK), İnsan Yayınları, No:59, İstanbul-1990, sh. 107-144; VERGOTE, Din, İnanç ve İnançsızlık, sh. 252

d.c. Dua ve İbadet Psikolojisinin Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri

Dua ve ibadet psikolojisinin ruh sağlığı üzerindeki etkilerine geçilmeden önce kısaca, bu dinî pratiklerin motivasyon kaynağı olan dinî inancın, ergenin ruh sağlığı üzerindeki etkilerinden bahsedilmesi, konu bütünlüğü açısından önemlidir. Haddi zatında, dua ve ibadetin ergenin ruh sağlığına yaptığı psikolojik etkiler, dolaylı olarak dinî inancın yaptığı etkilerdir. Bu bağlamda, genel olarak “dinî inancın, ergenin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkileri vardır”, diyenlerin yanı sıra, “yoktur, hatta zararları vardır”, diyenler de olmuştur. Psikoloji literatüründe başta Freud³⁴⁵ olmak üzere, dinî inanca karşı olan psikologlar, kendi görüşlerini haklı çıkarmak için dinî inançların, birey üzerindeki zararlarından bahsetmişlerdir. Örneğin A.Ellis, dinî inançların patolojik olduğunu ve bireyin kendini savunmacı bir davranışa yönelttiğini hatta onda nevroza yol açabileceğini iddia etmiştir. Buna karşın Jung başta olmak üzere Fromm³⁴⁶ ve Maslow gibi psikologlar da, dinî inanç ve ritüellerin, bireyin psikolojisi üzerinde olumlu etkiler yaptığını söylemişlerdir.³⁴⁷ Bu anlamda dinî bir hayat yaşamının ruh sağlığı yönünden önemini vurgulayanların başında Jung gelir. O’na göre; dinî inanç, dua ve törenler, birey için, bilinç dışının beklenmedik ve tehlikeli etkilerine karşı birer savunma araçlarıdır.³⁴⁸

Ergen, dinî duygudan yoksun olamadığı için, örneğin sabrederek strese karşı başa çıkma gibi³⁴⁹ dinin doğal olarak birey psikolojisine kazandırdığı olumlu etkilerini de yaşar.³⁵⁰ Glock’a göre de dinî inancın bireyin ruh sağlığı üzerinde kısa ve uzun vadede olumlu etkileri olabilir. Bu bağlamda o, dinî hayatın bireye kısa vadede sağladığı kazanımlarını; ruh dinginliği, kaygıdan kurtulma ve kendini iyi hissetme olarak belirtirken; uzun vadeli kazanımlarını ise, ilahî

344 Bkz. HÖKELEKLİ, Psiko-Sosyal Açından İbadet, sh. 249

345 Freud’un konu ile ilgili görüşleri için bkz. KÖSE, Ali, Freud ve Din, İz Yayıncılık, No:322, İstanbul-2000, sh. 65-82; ŞENTÜRK, Habil, “Freud’un Psikoloji ve Din Anlayışına Eleştirel Bir Yaklaşım”, S.D.Ü.İ.F.D., Isparta-1996, S.3, sh. 258; Ayrıca krş. HALL, Calvin, S., Freudyen Psikolojiye Giriş, (A Primer of Freudian Psychology), (Çev. Ersan DEVRİM), Kaknüs Yayınları, No:57, İstanbul-1999, sh. 81-83

346 Bkz. FROMM, Erich, Psikanaliz ve Din, (Pschoanalysis and Religion), (Çev. Aydın ARITAN), Arıtan Yayınları, 3. Baskı, İstanbul-1993, sh. 45-60

347 Bkz. HAQUE, Psychology and Religion, sh. 100-102

348 Bkz. JUNG, Carl, Gustav, Psikoloji ve Din, (Psychology and Religion), (Çev. Cengiz ŞİŞMAN), İnsan Yayınları, İstanbul- (tarihsiz), sh. 33; WULFF, The Psychology of Religion, sh. 53; Ayrıca bkz. YAVUZ, Kerim, Psikanalizde İlk Dinî Gelişmelerin Değeri, Atatürk Üniversitesi Basımevi, No:641, Erzurum-1987, sh. 35; Ayrıca krş. STEVENS, Anthony, Jung, (Çev. Ayda ÇAYIR), Kaknüs Yayınları, No:60, İstanbul-1999, sh. 129-140; FORDHAM, Frieda, Jung Psikolojisi, (Çev. Aslan YALÇINER), Say Yayınları, 5. Baskı, İstanbul-1999, sh. 87-106

349 Bkz. TARHAN, Nevzat, “Stres ve Sabır”, Kur’an Mesajı İlmî Araştırmalar Dergisi, İstanbul-1998, S.5, sh. 45-47

350 Bkz. ŞAHİN, Hasan, “İnsan-Din İlişkisi”, E.Ü.İ.F.D., Kayseri-1984, S.1, sh. 128-129; KARACA, Faruk, “İnsanın Bazı Gündü ve Duygularının İslâmî Açından Değerlendirilmesi”, EKEV Akademi Dergisi, Ankara-1997, C.1, S.1, sh. 169-170

mağfiret, ebedî hayat ve daha yüksek bir dinî muhtevalı sosyal kategoride yeniden dirilme gibi kazanımlar olarak değerlendirir.³⁵¹ Öte yandan dinsel inançları kuvvetle kabullenen bireylerin, özellikle trajik durumlarda “Tanrı merkezli” bir açıklama profili geliştirdikleri söylenebilir.³⁵² Batı’da konu ile ilgili yapılmış ampirik çalışmaları değerlendiren Batson ve arkadaşları (1993); iç güdümlü dindarların, dış güdümlü dindarlara oranla, ruh sağlığı açısından daha iyi olma yönünde bir eğilim gösterdiklerini tespit etmişlerdir.³⁵³ Yaparel tarafından, depresyon ve dinî inançlar ile tabiatüstü nedensel yüklemeler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Türkiye’de yapılan bir alan araştırmasında; bireylerin, yaşamlarını her yönüyle etkileyebilecek ve kendilerini umutsuz bırakabilecek olaylara karşı, -örneğin, kanser hastalığı karşısında-, dindarlık seviyeleri ölçüsünde “Allah ve kader” gibi etkenlere yükleme yaparak psikolojik rahatlama sağladıkları saptanmıştır.³⁵⁴

İslâm dini, bireyin kendinden, arzularını kontrol altına almasını istemiş ve ona, madde ile maneviyat arasında denge kurmasını öğreterek psikolojik açıdan mutlu olmasını hedeflemiştir.³⁵⁵ Dolayısıyla müslüman ergen, hayatta karşılaştığı güçlüklerle ve bunlardan dolayı meydana gelen stres ve kaygıyla, Kur’an ve hadis merkezli bir inanç geliştirdiği zaman başa çıkabilir.³⁵⁶ Ancak dinî inanç ve pratiklerin, ergenin ruh sağlığına olumlu katkıları olduğu gibi, yanlış dinî tutum ve davranış gelişimi sonucu olumsuz etkileri de olabilir.³⁵⁷

Bu çalışmanın ampirik bölümünde de görüldüğü üzere, dua ve ibadet gibi dinî pratiklerin ergenin ruh sağlığı üzerindeki daha çok olumlu etkileri (ayrıca bkz. Şekil-17)nin araştırılıp ortaya konması hedeflenmiştir. Elbette ki söz konusu pratiklerin ergen üzerindeki olumsuz etkileri, daha öncede ifade edildiği gibi ancak yanlış dinî inanç ve tutum yapılanması sonucunda olabilir. Sözü edilen durum da, neden ve sonuç eksenli daha detaylı ayrı bir araştırma konusudur.

351 Bkz. GLOCK, Charles, Y., “Dinî Teslimiyetin Tetkiki Üzerine -Dindarlığın Boyutları-, (Çev. Faruk KARACA), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.3, (www.dinbilimleri.com)

352 Bkz. YAPAREL, Recep, “Depresyon ve Dinî İnançlar İle Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler”, D.E.Ü.İ.F.D., İzmir-1994, S.VIII, sh. 289

353 Bkz. HALLAHMI, Benjamin-B.; ARGYLE, Michael, “Dindarlığın Etkileri-I”, (Çev. Adem ŞAHİN), S.Ü.İ.F.D., Konya-2000, S.10, sh. 460-462

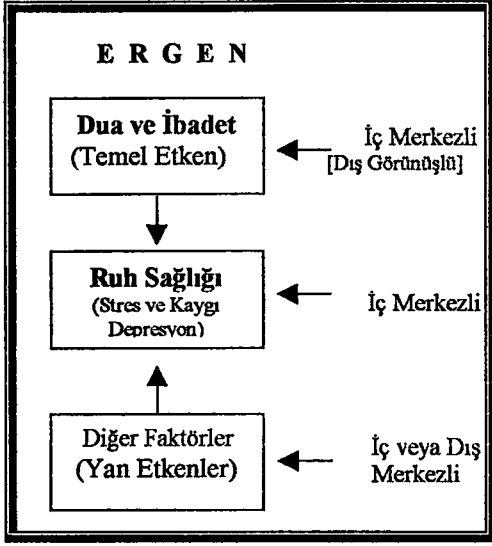
354 Bkz. YAPAREL, Depresyon ve Dinî İnançlar İle Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler, sh. 292

355 Bkz. NECATİ, M., Osman, “The Concept of Mental Health In The Holy Quran And The Hadeeth”, İslâmîc Psychology, (www.İslâmset.com/psyrelig)

356 Bkz. ATHAR, Shahid, “Modern Stress and It’s Cure From Quran”, İslâmîc Medicine, Edited by Shahid ATHAR, M., D., (www.İslâmset.com/psyrelig); ALTINTAŞ, Hayrani, “Ruh Sağlığı Açısından Sünnete Uymanın Önemi”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1992, S.18, sh. 12; Ayrıca krs. TEVFİK, Mehmed, Ruhî Bunalımlar ve İslâm Ruhîyatı, Güven Matbaası, 2. Baskı, Ankara-1985, sh. 117-123

357 Ayrıntılı bilgi için bkz. HALLAHMI; ARGYLE, Dindarlığın Etkileri-I, sh. 463-465

Şekil-17 Dua ve ibadet psikolojisinin ergenin ruh sağlığı üzerindeki etkileri



d.c.a. Duanın Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri

Ergenin, kendi benliğiyle bütünlük sağlayabilmesinin dinî inanç yoluyla temelde üç ayrı süreci vardır; bunlardan birincisi, Tanrı ile temas kurabilmesi, ikincisi, kendini Tanrı'ya odaklaması ve üçüncüsü ise, bu iletişimi hayatında sürekli uygulayabilmeyi öğrenmesidir. Bu süreçler uygulandıktan sonra ergen, Tanrı ile temas halindeyken benliğinde iki ayrı durum gelişir. İlki, dünyevî ihtiyaç ve isteklerden arınmış, tedaviyi bozucu nitelikteki kaygıdan kaynaklanan gerilimleri gideren mutlak bir güven duygusu, diğeri de bu duruma paralel olarak, biçimleyici bir gücü oluşturan ve depresif kimlikli kişisel bir rahatsızlık durumunun yerini alan iyimser bir tutumdur. Nasıl ki, psikolojik rahatsızlıkların temel sebebi bireyin Tanrı ile bağının koparılması ise aynı şekilde Tanrı ile ilişki kurması da ergenin ruh sağlığını korumasının temel faktörüdür.³⁵⁸ İşte söz konusu ilişki de, ergenin inandığı dinin dua ve ibadet gibi pratikleri aracılığıyla kurulur. Bunlardan dua tecrübesi, ergeni, bir anlam duygusuna ve mutluluk gibi bir amaca sahip kılmasının yanında ona yaşam memnuniyeti (life satisfaction) ve dinî memnuniyet (religious satisfaction) de kazandırır.³⁵⁹ Durum böyle olmakla birlikte bugün modernizmi yaşayan ergen, duayı faydasız ve boş bir inanç olarak algılayabilir ancak duanın psikolojik etkilerini, ilahî yardım talebini gerektiren en uç noktada yaşanan olaylarda bile olsa farkında olmadan yaşar.³⁶⁰

358 Bkz. ALAN, Tedavide Madde ve Mânâ, sh. 22

359 Bkz. ARGYLE, Psychology and Religion, sh. 123

360 Bkz. CARREL, Dua, sh. 27

Duanın, stres, kaygı, keder, üzüntü ve korku ile günahkârlık duygularını gidermede bir anlamda psikoterapik etkileri vardır.³⁶¹ Duanın psikolojik ve psikoterapik etkileri konusunda Türkiye’de yapılan bir alan araştırmasında; örneklem grubunun %47.6’sı stresli durumlarda sık sık duaya başvurduklarını, %65.3’ü strese karşı duanın faydasını gördüklerini; %72’si depresyondan kurtulmak için dua ettiklerini ve bunun faydasını gördüklerini, %22.1’de hayatlarında zaman zaman intiharı düşündüklerini ancak dinî inançlarının bunu yasaklaması sebebiyle bundan vazgeçtiklerini ifade etmişlerdir.³⁶² Yüksek öğrenim gençleri üzerinde yapılan diğer bir ampirik çalışmada; gençlerin %64.9’u duanın moral güçlerinin artmasına ve problemlerinin çözümüne yardımcı olduğunu, %20.8’i duanın, kendilerini kaygı, sıkıntı ve endişelerden kurtardığını, %8.6’sı başarılı bir birey olmada etkin bir fonksiyonu olduğunu, %3.2’si bireyler arası iletişimin kurulmasında kolaylık sağladığını, %1.1’i de bedensel sağlığa faydasının olduğunu belirtmişlerdir.³⁶³ Görüldüğü gibi duanın ergenin duygularını, algılarını, davranışlarını, fizyolojik ve psikolojik sağlığını iyileştirici etkileri söz konusudur. Ancak bu etki, daha önce de ifade edildiği gibi onun inanç derecesine bağlıdır. Yani duanın psikolojik etkisi, onun samimi/içten bir inanca sahip olup bunu devam ettirebilmesine bağlıdır.³⁶⁴

Dua eden ergen, psikolojik bir sükûnete kavuşur, sinirsel ve ruhsal faaliyetlerinde bir uyum meydana gelir. Bu bağlamda yoksulluğa, iftiraya kısaca kaderine büyük bir sabırla razı olarak ölüme, hastalığa, ıstıraba ve yakınlarının kaybına karşı güçlü bir direnç gösterebilir.³⁶⁵ Dua ile sıkıntı arasında da psikolojik bir ilişki vardır. Ergendeki stres ve kaygıdan kaynaklanan sıkıntı, bilinçli veya bilinç dışı olarak suçluluk duygusuyla birlikte bir dış tehlike tarafından uyandırılmış olabilir.³⁶⁶ Konuyla ilgili yapılan bir anket çalışmasında; gençlerin %41.59’unun yaşadığı sınav stresine dua yoluyla çözüm bulduğu, maddî veya manevî olarak çok sıkıntılı zamanlarda bunalıma düşenlerin %54’ünün dua etmeye ihtiyaç hissettiği, %43’ünün ise, hastalık, kaza ve doğal afet anlarında dua ettiği saptanmıştır.³⁶⁷ Öte yandan dua, derin bir varlığın, ergenin benliğinde gizli kalmış kısımlarının ortaya çıkarılmasını ve normal bilince yabancı gelen bazı durumların kavranmasını da sağlayabilir. Yapılan araştırmaların sonucunda;

361 Bkz. NECATİ, M., Osman, Hadis ve Psikoloji, (el-Hadisü’n-Nebeviyyetu ve İlmü’n-Nefs), (Çev. Mustafa IŞIK), Fecr Yayınları, No:68, Ankara-1998, sh. 343-353; HAS, Polat, “İnanç ve İnsanlar”, Sızıntı Dergisi, İzmir-1980, S.18, sh. 25-26

362 Bkz. DOĞAN, Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri, sh. 83-84,99

363 Bkz. CAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutum ve Davranışları, sh. 30

364 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 227-228

365 Bkz. ŞERİATİ, Ali, Dua, Birleşik Yayınları, No:7, 4. Baskı, İstanbul-1996, sh. 56; ULUSOY, İ., Turgut, Din Psikolojisi, Hisar Cilt ve Yayınevi, İstanbul-1970, sh. 40; Ayrıca krş. BEBEK, Adil, Din ve Düşünce Açısından Dua, Rağbet Yayınları, No:4, İstanbul-1998, sh. 95-96

366 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 222

367 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 39

alçak sesli ciddi anlatımların, her şeyden önce bireyin psikolojik yapısının alt bölümlerine, iç güdüsel ve bilinç dışı kalan geçmiş yaşantıların olduğu bölümlere etki ettiği ve bu üslupta yapılan bir duanın özellikle fiziksel ve ruhsal rahatsızlık durumlarında etkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu şekilde yapılan dua, bilincin karanlık bölgelerine etki ederek ergende bir sükûnet meydana getirir.³⁶⁸

Yukarıda da ifade edildiği gibi dua etmek, stresten kaynaklanan gerginliğin hafifletilmesinde yardımcı olur. Çünkü inanan ergen, problemlerinin çözümünde ve ihtiyaçlarının giderilmesinde Tanrı'nın kendine yardımcı olmak suretiyle kendinden üzüntü ve kaygıyı kaldıracakını ümit eder. Bu bağlamda ergenin, Tanrı tarafından duasının kabul edileceğine dair umudu, yani Tanrı'nın kendi duasını kabul edeceğine dair kendi kendine yaptığı telkin (auto-suggestion), stresin şiddetinin hafiflemesini sağlar.³⁶⁹ Onun, dua ederek psikolojik gücünün ve sevincinin artması anlamındaki bireysel olarak yaşadığı tecrübeler, sinir sisteminin dengesini yeniden düzenler ve kuvvetlendirir.³⁷⁰ Bu ve benzeri sebeplerden dolayı bugün bir çok din psikoloğu duanın, gerek fizyolojik gerekse psikolojik bir takım hastalıkları tedavi edici bir özelliğinin olduğunu ifade ederler.³⁷¹ Konuyla ilgili yapılan bir çok alan araştırmaları mevcuttur. Bunlardan birine göre; gençlerin %85.87'si duanın strese karşı olumlu etkilerinin olduğunu ifade etmişlerdir.³⁷² Yine konuyla ilgili olarak Yaparel tarafından yapılan doktora çalışmasında; 17-22 yaşları arasındaki ergenliğin son dönemini yaşayan bireylerde, dua ile durumluk kaygı arasında anlamlı bir korelasyonun varlığı tespit edilmiştir.³⁷³ Diğer bir ampirik çalışmada ise; gençlerin %48.50'si dua ederken Allah'a yakınlık duyduğunu, %42'si kendinde psikolojik anlamda bir rahatlama hissettiğini, %5.20'si de dua etmesi neticesinde kendinde herhangi bir değişiklik olmadığını ifade etmişlerdir. Aynı araştırmanın bir diğer önemli sonucu ise; duanın tabii bir psikolojik ihtiyaç olduğunu ve bireylerin beşerî özelliklerinin var oldukça duaya olan ihtiyaçlarının da devam edeceğini belirtenlerin oranının %88.59 olarak tespit edilmesidir.³⁷⁴

368 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 229-230

369 Bkz. NECATİ, M., Osman, Kur'an ve Psikoloji, (Çev. Hayati AYDIN), Fecr Yayınları, No:57, Ankara-1998, sh. 251

370 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 229

371 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 231

372 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 40

373 Bkz. YAPAREL, Recep, Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat İle Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara-1987, sh. 142

374 Bkz. ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 40

d.c.b. İbadetin Ergenin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri

Bu bölümde, araştırmanın ibadetle ilgili sınırlılıkları çerçevesinde değerlendirilen namaz kılma, oruç tutma, tövbe etme ve Kur'an-ı Kerim okumanın ruh sağlığı üzerindeki etkileri ayrı ayrı ele alınarak, bölümün sonunda ibadetlerin ergenin ruh sağlığı üzerinde yaptığı psikolojik etkileriyle ilgili genel bir değerlendirme yapılmıştır.

Ergenin günlük stresle başa çıkabilmesinin en etkili yolu, yaptığı ibadetlerdir. Bu anlamda ibadetlerin içinde de namaz ibadeti, en önde gelir. Namazın bu açıdan üç temel fonksiyonu vardır. Birincisi, ergenin yükselen psiko-fizik enerjisini düşürmek için yaptığı rahatlama tepkisi, ikincisi, olayları kader bağlamında değerlendirmesi, üçüncüsü ise, grupla kıldığı namazlarda bireyler arası iletişime bir olanak sağlamasıdır.³⁷⁵ Bu bağlamda cemaatle kılınan namaz, ergen üzerinde bir tür eğitsel grup psikoterapisi (educational group psychotherapy) etkisi de yapar.³⁷⁶ Ergenin namaz ibadetine, Allah'ın önünde itaat ve niyaz içinde bulunması ruhsal sadelik, kalbî dinginlik ve psikolojik açıdan güven bilincinin oluşması hususunda onda psikolojik bir aktivite meydana getirir. İçtenlik derecesi yüksek düzeyde eda edilen namaz ibadeti onu, ibadet esnasında hayatın bütün problemlerinden sıyrır ve tam bir psikolojik rahatlama sağlar. Bazı çağdaş psikoterapi uzmanları, rahatlama psikolojik tedavide bir araç olarak kullanırlar. Ergen, bu rahatlama alıştırmayı yaparak öğrenebilir. İşte bu alıştırmayı ergene, günde beş defa kılınan namaz ibadeti sağlayabilir. Bu bağlamda stresin tedavisi hususundaki namazın bu önemli etkisi, bazı çağdaş davranışçı psikoterapi uzmanlarının, stres ve kaygının tedavisinde kullandıkları psikoterapik metodun meydana getirdiği etkiye benzer. Joseph Wolpe gibi psikoterapi uzmanları, stres ve kaygının tedavisinde karşılıklı ketleme (reciprocal inhibition)³⁷⁷ olarak bilinen metodu uygularlar.³⁷⁸

Oruç ibadetinin de psikolojik açıdan ruh sağlığı üzerinde bir çok yararları vardır. Her şeyden önce ergenin benliğini terbiye eder ve zenginleştirir. Ramazan ayı boyunca, belirli zaman periyotları içerisinde yeme-içmeye ve cinsel arzulara karşı direnç gösterilerek onların kontrol altında tutulması, birer alıştırma olup, ergende takva ruhunun yaygınlaşmasını sağlar ve

375 Bkz. KHAN, Moin, U.; GAYLOR, Michael, S., "Stress Related Disorders and How The New Behavioral Medicine Concepts Reflect Teachings of İslâm With Emphasis On Cognitive Discipline and Self Regulatory Activities Including Daily Prayers", Islamic Psychology, (www.islamset.com/psyrelig)

376 Bkz. NECATİ, Kur'an ve Psikoloji, sh. 253

377 Karşılıklı Ketleme (Reciprocal Inhibition): Birbiriyle ilişkili iki kelimenin, ismin veya imajın birbirinin hatırlanmasını engellemesi. Davranış terapisinde, kaygı yaratan uyarıcılarla karşılaşıldığında kaygıyı engelleyen tepkilerin, örneğin, gevşeme terapisi yoluyla verilmesi halinde, bu uyarıcılarla kaygı arasındaki bağın zayıflaması durumu. (Bkz. BUDAK, Psikoloji Sözlüğü, sh. 431)

378 Bkz. NECATİ, Kur'an ve Psikoloji, sh. 247-249

mutlak olarak ona irade gücü ve dirençli bir kararlılık yetisi kazandırır. Ayrıca oruçta ergen için sabretme alıştırmaları da vardır. Bu bağlamda ergen, oruç tutmakla, rızık peşinde koşuşturmanın zahmetine, hastalıkların acılarına, hayatın sıkıntı ve zorluklarına tahammül etmeyi öğrenir.³⁷⁹ Oruç ibadetiyle ilgili Türkiye’de yapılan bir ampirik çalışmada; oruç ibadetinin gençlere itibar kazandırma, iletişim kurma, kolaylık gösterme ve yardımlaşma konularında olumlu psikolojik etkiler sağladığı tespit edilmiştir.³⁸⁰ Oruç ibadetinin yapıldığı Ramazan ayının sonunda gelen ve İslâm dinine göre kutsal günler içerisinde değerlendirilen bayram günlerinin de özellikle çocuklar ve ergenler üzerinde, dinî vecibeleri yapmalarının sonucunda verilen mükafat anlamında olumlu psikolojik etkilerinden söz edilebilir.³⁸¹

İbadetler, suçluluk ve günahkârlık duygusuyla başa çıkma açısından da önem arz eder. Bu bağlamda suçluluk duygusu, dinî ibadet ve uygulamaların yerine getirilmesini destekleyen Tanrı’ya karşı vazife ve borç duygusunu pekiştiren önemli bir motivasyon kaynağıdır.³⁸² Ergenin suçluluk duygusu hissetmesi, onda eksiklik duygusu ve stres meydana getirir, bu da ruhsal rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olur. Çağdaş psikoterapi yöntemleri, bu gibi durumlarda bireyin, yaptığı davranışlara yeni bir bakış açısıyla bakmasını sağlayarak hatalarını değerlendirmesini hedefler. Bunun sonucunda birey yaptığı davranışlardan dolayı kendini aşağılamaktan ve kınamaktan çekinir ve kendine karşı daha müsamahakâr olmaya çalışır. Dolayısıyla buna bağlı olarak oluşan stres ve kaygı düzeyi de azalır. Bu bağlamda tövbe ibadeti, ergende, günahlarının affedilmesi sebebiyle tekrar Tanrı’nın hoşnutluğunu kazanma ümidini besleyerek ondaki gerginliği hafifletir. Öte yandan tövbe ergenin kendine karşı takdir duygusunun artmasına ve öz güveninin tazelenmesine de yardımcı olur.³⁸³ Özetle, tövbe ve hidayetle sonuçlanan bir çok dinî değişim olayında, bu suçluluk ve günahkârlık duygusunun başlıca motivasyon faktörü olduğu tespit edilmiştir.³⁸⁴ Bu araştırmanın ibadet çerçevesi

379 Bkz. NECATİ, a.g.e., sh. 255-256; Ayrıca krş. ÇAĞRICI, Mustafa, “İslam’da Eğitim-Ahlâk Meseleleri ve Toplum Kalkınması”, İslâm Üzerine Düşünceler (içinde), TDV Yayınları, No:12, 5. Baskı, Ankara-1991, sh. 35-36

380 Bkz. UYSAL, Psiko-Sosyal Açıdan Oruç, sh. 116-122; Ayrıca bkz. ULUSOY, Din Psikolojisi, sh. 34; ALAN, İslâmî Psikiyatri, sh. 103

381 Bkz. DARYAL, A., Murat, Dinî Hayatın Psiko-Sosyal Temelleri, İFAV Yayınları, No:75, İstanbul-1994, sh. 164; Ayrıca dinî bayramların psikolojisi ve sosyolojisi için bkz. DARYAL, “Ramazan Sosyolojisi ve Psikolojisi Üzerine Bir Deneme-I”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1993, S.19, sh. 46-50; “Ramazan Sosyolojisi ve Psikolojisi Üzerine Bir Deneme-II”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1993, S.20, sh. 40-44; CERTEL, Hüseyin, “Kutsal Zamanlar ve Dinî Hayat”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1998, S.39, sh. 8-12

382 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 107

383 Bkz. NECATİ, Kur’an ve Psikoloji, sh. 264; Ayrıca bkz. NECATİ, Hadis ve Psikoloji, sh. 353-356; CERTEL, Hüseyin, “Dinî Suçluluk Duygusu ve Savunma Mekanizmaları”, Akademik Araştırmalar Dergisi, Erzurum-1996, S.1, sh. 29

384 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 105

içerisinde değerlendirilen Kur'an-ı Kerim okumak da; ergenlerde, günahlarının bağışlanacağı, sevaplarının artırılabileceği ve cennete girme umutlarının çoğalacağı inancıyla, günahkârlık duygusundan kaynaklanan stres ve kaygıyı minimize edebilir.³⁸⁵

İbadetlerin psikolojik faydaları üzerine genel bir değerlendirme yapılacak olursa, bireyin varoluşsal psiko-dinamikleri açısından bakıldığında ibadetler, ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık gibi onun psikolojik yapısında var olan kaygılarını ve derin yapılarını anlamlandırma ve çözüme kavuşturma noktasında, özetle varoluşun getirileriyle yüz yüze gelmesinden kaynaklanan çatışmaları çözmesinde önemli faydalar sağlar.³⁸⁶ İnanan ergen, Allah'a karşı ibadet görevlerini yerine getirmiş olmanın verdiği iç huzuru ve güvenliği içerisinde gelecekle ilgili korku ve kaygılarını minimize edebilir.³⁸⁷ Bu bağlamda ergenin stresten kurtulmasının temel şartı Allah'a tam olarak bağlanmasıdır. Ancak bu psikolojik durum her zaman kolaylıkla elde edilemez. Bu durumun gerçekleşebilmesi için ruhun açılmasını sağlayan dinî pratiklerin samimi/içten bir şekilde yapılması söz konusudur. Dolayısıyla yapılan dinî pratiklerdeki içtenlik düzeyi arttıkça stres düzeyi de düşebilir.³⁸⁸ Haddi zatında bir iman ve ibadet sistemi olarak İslâm dini, bireyin karşılaşılabileceği her türlü fizyolojik ve psikolojik hastalıklara karşı bir anlamda koruyucu hekimlik yapar.³⁸⁹ Konuyla ilgili meslekî din eğitimi alan ergenler üzerinde yapılan bir anket çalışmasında; yaptıkları ibadetler sayesinde psikolojik korku ve sıkıntılarının azalıp streslerinin ortadan kalktığını ve kendilerini daha huzurlu hissettiklerini ifade eden ergenlerin oranı %90 olarak tespit edilmiştir.³⁹⁰

Gençlerin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yapan önemli bir faktör de, dinî pratiklerin zayıflayarak yerine kişisel haz alma davranışlarının geçmiş olmasıdır.³⁹¹ Öte yandan Ünal tarafından yapılan bir ampirik çalışmada; gençlerin dinî pratiklerini yerine getirme durumlarının gelecekle ilgili ümitvar düşünceler beslemeleri üzerinde son derece etkili olduğu, buna bağlı olarak dindarlık seviyeleri yüksek olan gençlerde ümit seviyelerinin de yüksek

385 Bkz. NECATİ, Hadis ve Psikoloji, sh. 338-342

386 Bkz. HAYTA, Akif, "U.Ü. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme", U.Ü.İ.F.D., Bursa-2000, S.9, C.9, sh. 487-488; Ayrıca krş. HİDİR, Özcan, "İmanın Bekçisi İbadet ve Psikolojik İzahı", Altınoluk Dergisi, İstanbul-1998, S.153, sh. 33-34

387 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 249; Ayrıca bkz. EVİRGEN, Dinî İnanç ve İbadetlerin Stres Üzerindeki Etkisi, sh. 50-52

388 Bkz. ÖNER, Necati, Stres ve Dinî İnanç, TDV Yayınları, No:18, 4. Baskı, Ankara-1989, sh. 57-58

389 Bkz. BAYRAKDAR, Mehmet, İslâm İbadet Fenomenolojisi, Akçağ Yayınları, No:33, Ankara-1987, sh. 27

390 Bkz. KÖSE, İbadetin Ruh Sağlığına Etkileri, sh. 38

391 Bkz. ZİYALAR, Adnan, "Gençliğin Ruhî ve Sosyal Problemleri", Gençlerin Ruhî ve Manevî Problemleri (içinde), İSAV Yayınları, No:13, İstanbul-1987, sh. 21-22

olduğu tespit edilmiştir.³⁹² Williams ve arkadaşları, 750 denekten oluşan bir örneklem üzerinde yaptıkları araştırmada; ibadetlere devam etmenin bireylerin ruh sağlığı üzerinde etkili olan stresi engellediğini tespit etmişler, Maton (1989) ise, daha küçük bir örneklem grubu üzerinde yaptığı çalışma sonucunda; dinî inanç ve pratiklerin, çocuk ölümü, depresyon, stres, uyum sağlama ve kendilik değeri gibi genel sarsıntılara karşı tampon görevi yaptığını saptamıştır.³⁹³ Konuyla ilgili yapılan başka araştırmalarda da, dindarlar arasındaki intihar oranının, dindar olmayanlara göre %50 daha düşük olduğu,³⁹⁴ dindarlarda rastlanan ruhsal bozuklukların dindar olmayanlara göre daha az olduğu tespit edilmiştir.³⁹⁵

d.c.c. İbadetin Ergenin Beden Sağlığı Üzerindeki Etkileri

İbadetin beden sağlığı üzerindeki etkileriyle ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu sebeple bu bölümde konuyla ilgili daha çok Batı’da yapılan çalışmalardan bahsedilmiştir.

Dindarlıkla, bireyin kendini fiziksel anlamda sağlıklı kabul etmesi arasında pozitif bir ilişki söz konusudur. Bu bağlamda Levin ve Varderpool (1987), benzer konuları araştıran Batı’da yapılmış 28 araştırmayı analiz ederek bu iki değişken arasında tutarlı ilişkilerin olduğunu tespit etmişlerdir. Bunun tam tersi, din ile bedensel açıdan sağlıksız olma arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Levin (1994) tarafından yapılan araştırmada; dinî inanç ve pratiklerin, kalp rahatsızlığı, felç ve kanserin bir çok türü ile kalın bağırsak iltihaplanması gibi genel rahatsızlıklara etkisinin olduğu saptanmıştır. Konuyla ilgili bir diğer araştırma Dwyer ve arkadaşları (1990) tarafından yapılmıştır. Söz konusu çalışmada, 3060 Amerikan yerleşim bölgesinde, kiliseye devam edenlerin oranı karşılaştırılmış, devamın çok olduğu bölgelerde kanser oranlarının -özellikle de sindirim ve solunum yolu kanserlerinde- daha düşük olduğu tespit edilmiştir.³⁹⁶ Öte yandan Comstock ve Partridge (1972)’nin yine aynı örneklem üzerinde yaptıkları araştırmada; haftada bir veya daha fazla kiliseye gidenlerde, kalp krizi ve diğer bir çok sebepten ölüm oranlarının, gitmeyenlerden daha düşük olduğu görülmüştür. Konuyla ilgili duada olduğu gibi yapılan araştırmalardan, dinî pratiklerin özellikle diyet, alkol ve nikotinden sakınma, düzenli cinsel ilişki ve egzersiz gibi davranışların bireyin bedensel sağlığına faydası

392 Bkz. ÜNAL, İbadet ve Dua’nın Umutsuzlukla İlişkisi, sh. 134-139,159,161; “Dinî İnanç, İbadet ve Dua’nın Umutsuzlukla İlişkisi”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, sh. 207

393 Bkz. HALLAHMI; ARGYLE, Dindarlığın Etkileri-I, sh. 461-462

394 Ayrıca krş. CULLOUGH, Leslie, Mc., “İntiharın Sebepleri Nedir ve Ona Nasıl Engel Olunur?”, (Çev. Hüseyin PEKER), O.M.Ü.İ.F.D., Samsun-1987, S.2, sh.105-113

395 Bkz. HÖKELEKLİ, Psiko-Sosyal Açından İbadet, sh. 249

396 Bkz. HALLAHMI; ARGYLE, Dindarlığın Etkileri-I, sh. 457

olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamda Frankl ve Hewitt (1994), yaptıkları araştırmada; kiliseye içten bağlanan ve sıklıkla devam eden Kanadalı öğrencilerin, kiliseye devam etmeyen öğrencilere göre sağlık sorunları yüzünden doktora gitme oranlarının daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir.³⁹⁷

Konuya özelde İslâm dini açısından bakıldığında ise, genel olarak İslâmî ibadetler beden temizliği ön şartına bağlıdır. Bu bağlamda abdestin ve guslün beden sağlığına faydalarından bahsedilebilir. Öte yandan namaz ibadeti esnasında yapılan beden hareketleri bir tür kültür-fizik anlamında beden eğitimi; oruç ibadetine ise belirli zaman dilimindeki aç ve susuz kalma da sağlık açısından perhiz olarak değerlendirilebildiği gibi,³⁹⁸ bir sene boyunca sürekli çalışan sindirim organlarını dinlendirme olarak da yorumlanabilir.³⁹⁹ Ayrıca oruç ibadetiyle uyuşturucu, içki ve sigara gibi kötü alışkanlıklar da önenebilir.⁴⁰⁰



397 Bkz. HALLAHMI; ARGYLE, a.g.m., sh. 457-458

398 Bkz. HÖKELEKLİ, Psiko-Sosyal Açıdan İbadet, sh. 251

399 Bkz. ULUDAĞ, Süleyman, İslâm'da Emir ve Yasakların Hikmeti, TDV Yayınları, No:38, Ankara-1984, sh. 86

400 Bkz. ALAN, İslâmî Psikiyatri, sh. 103; krş. NECATİ, Kur'an ve Psikoloji, sh. 256; Ayrıca duanın konuyla ilgili etkileri için bkz. CARREL, Alexis, İnsan Denen Meçhul, (Haz. Yunus ENDER), Hayat Yayınları, No:5, İstanbul-1997, sh. 108-111; ŞERİATİ, Dua, sh. 58

[AMPİRİK KISIM]

II. BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ANKET SONUÇLARI
VE
DEĞERLENDİRİLMESİ

A. ANKET HAKKINDA GENEL BİLGİLER

a.a. Hipotezler

1. Dua ve ibadet psikolojisi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkileri vardır [Temel Hipotez]. (Ayrıca şematik gösterimi için bkz. EK-4: Araştırma Modeli / Şekil-2)

2. Dinî inanç düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadetlerin, ruh sağlığı (aşırı stres ve kaygı) üzerindeki olumlu etkileri, dinî inanç düzeyi düşük olanlara göre daha fazladır.

3. Dua etmenin sıklık düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha sık dua eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, seyrek dua edenlere göre daha yüksektir.

4. Dua etmenin içtenlik düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha fazla içten/samimi dua eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, daha az içten/samimi dua edenlere göre daha yüksektir.

5. İbadet etmenin sıklık düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha sık ibadet eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, seyrek ibadet edenlere göre daha yüksektir.

6. İbadet etmenin içtenlik düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha fazla içten/samimi ibadet eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, daha az içten/samimi ibadet edenlere göre daha yüksektir.

7. Dinî inanç düzeyi ile dua ve ibadetin dinî başa çıkma metodu olarak kullanılması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her inanç düzeyindeki ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, dinî başa çıkma metodu olarak kullanılır. Ancak dinî inanç düzeyi düşük ergenler tarafından dua, ibadete göre daha fazla dinî başa çıkma metodu olarak kullanılır.

8. Dinî inanç düzeyi ile dinî şüphe ve kararsızlık durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; inanç düzeyi düşük olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, istek ve dileklerin yerine gelmediği durumlarda dinî şüphe ve kararsızlıklara yol açabilir.

9. Cinsiyet faktörü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; kız ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, erkeklere göre daha düzenli ve devamlıdır.

10. Yaş faktörü ile ibadetlerin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; ergenlik döneminde genel olarak 14-19'lu yaşlar arası, dinî şüphe ve çatışmalar dönemi olduğundan dinî tutum ve davranışlar tam olarak netleşmediği için bu dönemde yapılan ibadetler düzenli ve devamlı değildir.

11. Sosyo-ekonomik düzey ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, yüksek olanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

12. Okul türü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; meslekî din eğitimi alan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, almayanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

13. Dinî inanç düzeyi ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, düşük olanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

14. Dinî inanç düzeyi ile ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmemesi sonucu oluşan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusunun hissedilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan ergenler tarafından yapılan ibadetlerin düzenli ve devamlı olmaması durumunda dinî suçluluk ve günahkarlık duygusunun hissedilme oranı, düşük olanlara göre daha fazladır.

15. Cinsiyet faktörü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her iki cinsiyet içinde de düzenli ve devamlı olarak dua eden ergenlerin oranı, ibadet eden ergenlerin oranından daha fazladır.

16. Cinsiyet faktörü ile oruç ibadetinin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her iki cinsiyet içinde de ibadetler düzeyinde oruç ibadetini yerine getiren ergenlerin oranı, diğer ibadetleri yerine getirenlerin oranından daha fazladır.

Araştırmada kullanılan bu 16 hipotezden ilk 8 tanesi, araştırmanın ana konusunu oluşturan “ruh sağlığı” bağımlı değişken yapılarak oluşturulmuş; son 8 tanesi de, alt konu olan “dua ve ibadet” bağımlı değişken yapılarak oluşturulmuştur.¹ Ayrıca hipotezler oluşturulurken araştırmada; cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, dinî inanç düzeyi, dua etmenin

1 Krş. EK-4: Araştırma Modeli / Şekil-2 ve 3; Ayrıca psikolojik karakterli araştırmalarda kullanılan değişkenler arasındaki ilişkiler hakkında ayrıntılı bilgileri için bkz. HYMAN, Psikolojik Araştırmanın Niteliği, sh. 75-77

sıklık düzeyi, dua etmenin içtenlik düzeyi, ibadet etmenin sıklık düzeyi² ve ibadet etmenin içtenlik düzeyi olmak üzere toplam 9 tane de bağımsız değişken kullanılmıştır.³

a.b. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçları

a.b.a. Araştırma Metodu

Çalışmanın deneysel (ampirik) kısmı, “tarama modeli (survey metodu)” içerisinde yer alan anket metodunda “örneklem surveyi metodu” ile araştırılmıştır. Örneklem seçiminde ise; cinsiyet, yaş gibi değişkenler kullanıldığı için “tabakalı basit tesadüfi örnekleme”⁴; örnek alınan birimler öğrenciler gibi şahıslar değil de okul gibi kurumlar olduğu için “küme örnekleme”⁵; cinsiyet ve yaşlara göre sınırlamalar getirilip belli bir gelişim dönemiyle sınırlandırıldığı için de “kota örnekleme” metodları kullanılmıştır.⁵ Analiz aşamasında ise, araştırmada parametrik olmayan “betimsel istatistik teknikleri”⁶ kullanılarak istatistiksel açıdan sınama yoluyla sonuca gidilmeye çalışılmıştır.⁷

a.b.b. Verilerin Toplanması

Araştırmanın ampirik bölümüne ilişkin veriler, yukarıda da belirtildiği gibi anket yöntemiyle elde edilmiştir. Bu aşamada ilk olarak anket soruları, konuyla ilgili alan araştırması şeklinde yapılan yüksek lisans ve doktora tezlerinde kullanılan anket sorularından yararlanılarak⁸, sıralayıcı ve sınıflayıcı ölçekler⁹ gibi likert tipi¹⁰ hazır ölçeklerin formatına

-
- 2 “İbadet etmenin sıklık düzeyi” bağımsız değişkeni, kendi içerisinde 4 alt bağımsız değişkenden oluşmaktadır.
 - 3 Bağımsız değişkenlerin istatistiksel analiz sonuçları için bkz. “a.c. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubu ve Özellikleri / a.c.b. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgiler” bölümü
 - 4 Bkz. GÜRSAKAL, Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, sh. 16; İŞCİL, Necati, İstatistik Metotları ve Uygulamaları, A.İ.T.İ.A. Yayınları, No:100, 7.Baskı, Ankara-1973, sh. 306-326
 - 5 Bkz. ARSLANTÜRK, Sosyal Bilimciler İçin Araştırma Metot ve Teknikleri, sh. 64-75, 85-92; Ayrıca krş. TÜRKDOĞAN, Orhan, Bilimsel Değerlendirme ve Araştırma Metodolojisi, MEB Yayınları, No:869, 2.Baskı, İstanbul-1995, sh. 167-172
 - 6 Bkz. GÜRSAKAL, Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, sh.18-20; TOPSEVER, Yurdal, Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz, Ege Üniversitesi Basımevi, E.Ü.E.F., No:60, İzmir-1991, sh. 70
 - 7 Araştırmada kullanılan istatistiksel teknik hakkında ayrıntılı bilgi için bkz. “a.b.c. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması” bölümü
 - 8 Anket soruları hazırlanırken şu çalışmalardan yararlanılmıştır: YAPAREL, Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma; HAYTA, Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler; ÜNAL, Dinî İnanç, İbadet ve Dua'nın Umutsuzlukla İlişkisi; DOĞAN, Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri
 - 9 Adı geçen ölçek türleriyle ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. YILMAZ, Ali, Psikolojik Değerlendirmenin Temelleri, Etüt Yayınları, No:12, Samsun-1999, sh. 39-46; Ayrıca krş. ÖNER, Necla, Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler, Boğaziçi Yayınları, 3.Baskı, İstanbul-1997, sh. 10-13
 - 10 Bkz. YILMAZ, Psikolojik Değerlendirmenin Temelleri, sh. 230-231; TURGUT, M. Fuat; BAYKUL, Yaşar, Ölçekleme Teknikleri, ÖSYM Yayınları, Ankara-1992, sh. 165-166

uygun bir şekilde, istatistik uzmanı yardımıyla iki bölüm halinde düzenlenmiştir. I. Bölümdeki sorular, tespit edilen bağımsız değişkenlerin ölçülmesi için; II. Bölümdeki sorular ise konuyla ilgili oluşturulan hipotezleri test etmek için hazırlanmıştır.

Soruların hazırlanmasından sonra anket, evren ve örneklem bölümünde adı geçen okullardan alt evren olarak alınan 20'şer kişilik deneme örneklem gruplarına uygulanmıştır. Örnek uygulama sonuçları, konuyla ilgili bilim ve istatistik uzmanı tarafından değerlendirildikten sonra, yöntem ve içerik konusunda gerekli görülebilecek düzeltmeler yapılarak anket sorularına son şekli verilmiştir. Anketin uygulanması, dönüş oranını artırmak amacıyla bizzat araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir.¹¹

a.b.c. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması

Yapılan araştırmanın ampirik bölümü için uygulanan ankette, hipotezler bölümünde de belirtildiği gibi; "cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey, okul türü, dinî inanç düzeyi, dua etmenin sıklık düzeyi, dua etmenin içtenlik düzeyi, ibadet etmenin sıklık düzeyi, ibadet etmenin içtenlik düzeyi" gibi nitel yapıda¹² tespit edilen bağımsız değişkenler kullanılmıştır. Anket uygulamasından sonra ankete katılan deneklerden alınan bilgiler doğrultusunda veriler, çetele tutularak bilgisayar girdisi haline getirilmiş, verilerin bilgisayara aktarılmasında ve değerlendirilmesinde; bu tip bir araştırmadaki değişkenler nitel yapıda olduğu için parametrik olmayan istatistik metotlarının uygulanabileceği programlardan biri olan STATISTICA/Win 4.5 programı kullanılmıştır. Ayrıca sözü edilen programda yapılan istatistiksel analizler sonucu elde edilen düz ve çapraz frekans dağılım tablolarının ve grafiklerinin oluşturulması noktasında ise yardımcı program olarak MICROSOFT/EXCEL-2000'den de faydalanılmış ve sözü edilen istatistiksel verilerin MICROSOFT/WORD-2000 ortamında sözel değerlendirmeleri yapılmıştır.

Araştırmada, betimsel (parametrik olmayan) istatistik teknikleri¹³ içerisinde değerlendirilen "ki-kare (chi-square) hipotez test etme tekniği"¹⁴ kullanılarak 0,05 (%5)

11 Araştırmaya ilişkin uygulanan anket, aynı anda birden çok deneklere uygulandığı için psikolojide uygulanan testlerin sınıflandırılmasında yönetim biçimlerine göre kolektif testler grubuna girmektedir. (Bkz. PICHOT, Pierre, Psikolojide Kullanılan Testler, (Çev. Ebru ERBAŞ), Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1993, sh. 13-14)

12 Bkz. GÜRSAKAL, Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, sh. 31-32

13 Chi-square gibi testler, örneklemelerin alındığı evrenler hakkında bağlayıcı varsayımlarda bulunmadığı için parametrik olmayan istatistiksel teknikler olarak adlandırılırlar. (Bkz. TOPSEVER, Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz, sh. 71-72)

14 Chi-square (X^2) testi: Nitel değişkenler arasındaki bağıntının ölçülmesinde sıkça başvurulan temel istatistik tekniklerinden biridir. Bu testle, uygulamadan elde edilen sonuçların [gözlenen frekans (GF)] teorik sonuçlarla [beklenen frekans (BF)] ne kadar uyum sağladığı test edilir. Başka bir ifadeyle bu test, değişkenlerin sınıflayıcı seçeneklerine göre yapılan bir ölçümde ortaya çıkan çapraz dağılıma bakarak söz konusu değişkenler arasında gözlenen bağlantıyı değerlendirme yöntemidir. (Bkz.

anlamlılık veya başka bir ifadeyle 0,95 (%95) güven düzeyine göre anlamlılık sınamaları yapılmış¹⁵, elde edilen veriler çapraz tablo ve grafikler halinde düzenlenmiştir. Ayrıca ki-kare tablolarının grafikleri, araştırmaya özgü bir takım kodlamalar yapılarak statistica programının ilgili bölümünde düzenlenerek değerlendirilmeye alınmıştır.

Bilgisayar ortamında sözü edilen programda değerlendirilen bu veriler, daha sonraki aşamada araştırmanın teorik çerçevesinde işlenen konular ve yararlanılan kaynaklar ışığında hipotezlerin yaklaşık doğrulanma düzeylerine göre sözel olarak yorumlanmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın ampirik kısmında değerlendirilen anket uygulamasındaki dindarlık boyutu, dindarlık boyutlarından dinî inanç boyutunun yanı sıra, daha ziyâde dinî uygulama (ritüalistik/ayinsel)¹⁶ boyutun ruh sağlığı üzerindeki etkilerini saptamak üzere düzenlenmiştir.

Yapılan anket uygulamasına ilişkin istatistiksel analizler sonucunda elde edilen veriler yorumlanırken şu hususlar göz önünde tutulmuştur: Elde edilen veriler sonucunda belli bir konuda öneride bulunabilmek için, görüş bildirilecek oranın diğer oranlardan fazla olması ve 0,05 anlamlılık düzeyinin üstünde olması ölçü alınmıştır. Ayrıca örneklem grubu arasında görüş birliği olan konular, belirlenen yönlerde değerlendirilmiş, diğerleri ise muhtemel sebepler doğrultusunda tartışılmakla yetinilmiştir. Var olan durumun yeterlik değerlendirmesinde, örneklem grubunun verdiği cevapların doyumu önemli bir kıstas kabul edilmiş konuya ilişkin tespitlerin ve önerilerin oluşumunda ağırlıklı bir şekilde göz önünde bulundurulmuştur.

a.c. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubu ve Özellikleri

a.c.a. Evren ve Örneklem

Yapılan araştırmanın evreni (ana kütesi),¹⁷ Türkiye’de orta öğrenim gören bütün ergenleri kapsamaktadır.¹⁸ Dolayısıyla orta öğrenim görmeyen ergenler bu araştırma evreninin dışındadır. Ancak bu kadar geniş bir ana küteyi tam sayımla ele alıp incelemenin güçlüğü

ARSLANTÜRK, Sosyal Bilimciler İçin Araştırma Metot ve Teknikleri, sh. 124-128; Ayrıca konuyla ilgili daha geniş bilgi için bkz. TOPSEVER, Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz, sh. 82-95; BRUNING, J., L.; KINTZ, B., L., İstatistik, (Çev. Ali SÖNMEZ), Gündoğan Yayınları, No:93/73, Ankara-1993, sh. 303-310

15 Araştırmadaki sözü edilen teknik kullanılarak yapılan anlamlılık sınaması, yüzde beş (0,05) anlamlılık düzeyi ölçü alınarak yapılmıştır. Ölçü alınan bu değer tersten değerlendirilişi ise 0,95 güven düzeyi şeklindedir. (Ayrıca “anlamlılık düzeyi: yüzde beş (0,05) sorunu” hakkında daha geniş bilgi için bkz. TOPSEVER, Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz, sh. 67-69)

16 Bkz. GLOCK, Dindarlığın Boyutları, (www.dinbilimleri.com)

17 Evren (population): Araştırma sonuçlarının genellenmek istendiği elemanlar bütünüdür; örneklem (sample) ise, belli bir evrenden, belli kurallara göre seçilmiş ve seçildiği evreni temsil yeterliği kabul edilen küçük bir kümedir. (Bkz. KARASAR, Niyazi, Bilimsel Araştırma Yöntemi, 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Yayınları, 7.Baskı, Ankara-1995, sh. 109-111)

ortadadır. Bu nedenle yapılan bu alan araştırması, Bursa ili sınırları içinde bulunan dört orta öğretim kurumu (Bursa İmam-Hatip Lisesi, Gazi Anadolu Lisesi, Atatürk Lisesi, Özel Rafet Kahraman Lisesi)nun bütün sınıflarında (1. 2. ve 3. sınıf) öğrenim gören toplam 400 (dört yüz) ergen üzerinde yapılmıştır. Söz konusu örneklem grubunun küme ve kota örnekleme dağılımları ise şöyledir:

<u>Küme örnekleme dağılımı:</u>	<u>Kota örnekleme dağılımı:</u>
- İmam-Hatip Lisesi	50 erkek + 50 kız
- Gazi Anadolu Lisesi	50 erkek + 50 kız
- Atatürk Lisesi	50 erkek + 50 kız
- Özel Rafet Kahraman Lisesi	+ 50 erkek + 50 kız

TOPLAM 200 erkek + 200 kız = 400 denek

Bu durumda araştırmada değerlendirilen kota örneklem sayısı genel toplam itibarıyla 400 (dört yüz) kişi olarak düşünülmüştür. Bu sebeple verilerin toplanması ve incelenmesi sonucunda elde edilen ve değerlendirmeye alınan bu sayı, araştırmanın esas örneklem sayısını oluşturmuştur.

Anketi uygulamak için yukarıda da adı geçen bu dört tür orta öğretim kurumunun seçilme sebebi ise genel özellikleri itibarıyla şöyledir:

- İmam-Hatip Lisesi (meslekî din eğitimi veren orta öğretim kurumu olduğu için).
- Anadolu Lisesi (sınavla girilen ve eğitim kalitesi yüksek olan bir lise olduğu için).
- Genel Lise (normal lise olup diğer liselerle aralarındaki farkı belirtmek için).
- Özel Lise (ücretli eğitim vermesinden dolayı sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanların öğrenim gördükleri lise olduğu için).

Özetle, yukarıda da görüldüğü gibi örnekleme, İmam-Hatip Lisesi, anadolu lisesi, normal lise ve özel lise olmak üzere dört tür lise dahil edilmiştir. Ayrıca araştırmada İmam-Hatip Lisesi'nin örneklem grubuna dahil edilmesinin en önemli sebebi ise, okul türlerine bağlı olarak oluşturulan hipotezlerin sınanabilmesidir. Dolayısıyla Türkiye'de orta öğretim düzeyinde meslekî din eğitimi veren tek lise oluşudur.¹⁹ Öte yandan özel lisenin dahil edilmesinin en önemli sebebi de, yukarıda belirtildiği gibi sosyo-ekonomik düzey değişkeninin sınanabilmesi içindir. Ayrıca bu sözü edilen lisede öğrenim gören ergenlerin çoğunluğunun, okul

18 Demografik ve tarihsel süreç açısından Türkiye'deki orta öğretim hakkında geniş bilgi için bkz. YÜCEL, Hasan, Ali, Türkiye'de Orta Öğretim, Kültür Bakanlığı Yayınları, No:1681, Ankara-1994, sh. 47-69

19 İmam-Hatip Liseleri hakkında kısaca bilgi almak için bkz. AKDENİZ, Sabri, Eğitim Sosyolojisi, İFAV Yayınları, 2.Baskı, İstanbul-1990, sh. 180-192; Ayrıca krş. CEBECİ, Suat, "İmam-Hatip

yönetiminden alınan bilgiye göre dindar veya muhâfazakâr ailelerin çocukları oldukları anlaşılmıştır. Dolayısıyla araştırmaya ilişkin istatistiksel analiz sonuçları değerlendirilirken bu durum göz önünde bulundurulmuştur.

Söz konusu yapı ön planda tutularak anket çalışması mezkur okullarda öğrenim gören ergenlerle ve belirlenen denek sayılarıyla sınırlı tutulmuştur. Ampirik çalışmayla ilgili biraz daha genel bir çerçeve çizilecek olursa; araştırmanın evreni sadece Türkiye’de orta öğrenim gören ergenleri kapsamaktadır.

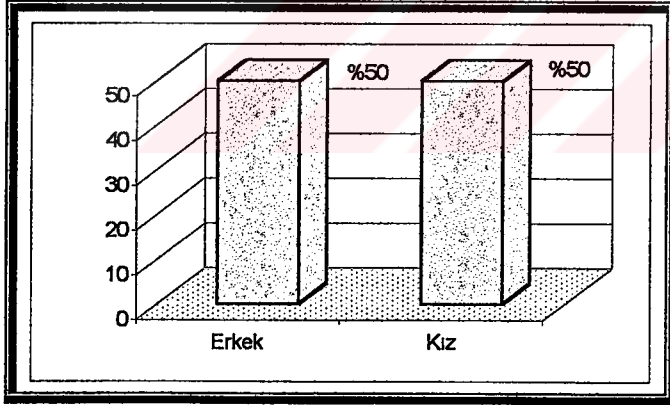
a.c.b. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgiler

Araştırmanın evrenini temsilen oluşturulan örneklem grubunun özellikleriyle ilgili istatistiksel dağılımların tablo ve grafikleri şöyledir.²⁰

Tablo-1 Örneklem grubunun cinsiyete göre dağılımları

Cinsiyet	Sayı	%
Erkek	200	50
Kız	200	50
Toplam	400	100

Grafik-1



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, araştırmaya katılan örneklem grubunun cinsiyet dağılımları şöyledir: Erkeklerin oranı %50 (200), kızların oranı

Liselerinin Öğrenci Yapısı ve Bunun Sosyal Gelişme Açısından Değerlendirilmesi”, H.Ü.İ.F.D., Şanlıurfa-1995, S.1, sh. 119-120

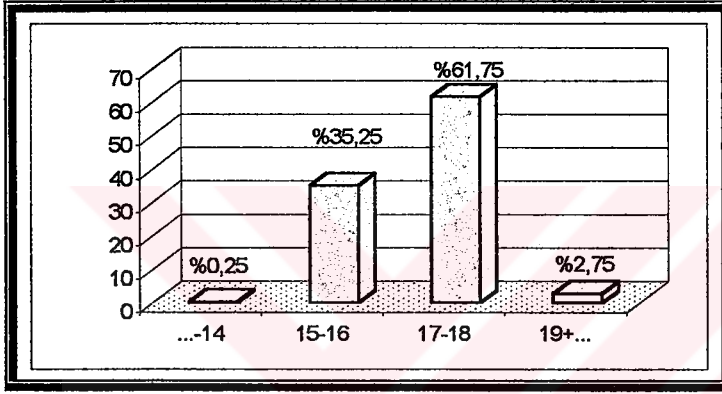
20 Bu bölümdeki tablo ve grafikler, araştırmada bağımsız değişken olarak kullanılan ve anket formunun I. bölümünde yer alan sorulardan elde edilen veriler esas alınarak hazırlanmıştır. (Bkz. EK-2: Anket Formu / BÖLÜM-I); Ayrıca grafik türü olarak ise, nitel verileri ifade etmek için kullanılan grafik türlerinden histogram (bar graph) grafik türü içerisinde değerlendirilebilen üç boyutlu sütun grafiği kullanılmıştır. (Bkz. GÜRSAKAL, Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, sh. 76-78; YILMAZ, Psikolojik Değerlendirmenin Temelleri, sh. 81-82)

%50 (200)'dir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, örneklem grubunun cinsiyet açısından birbirlerine eşit oranda oldukları görülmüştür.

Tablo-2 Örneklem grubunun yaşlara göre dağılımları

Yaş	Sayı	%
+ -14	1	0,25
15-16	141	35,25
17-18	247	61,75
19- +	11	2,75
Toplam	400	100

Grafik-2

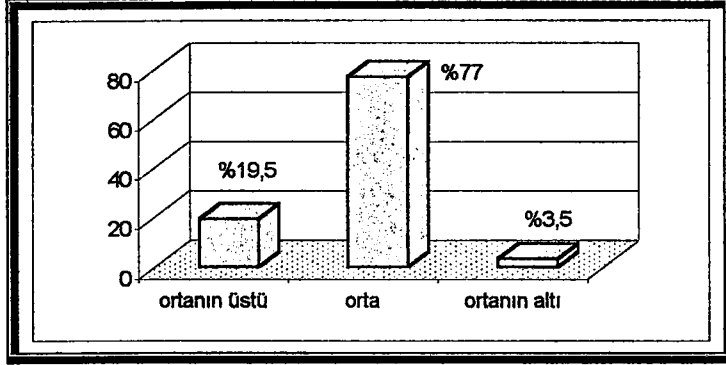


Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikte görüldüğü gibi, örnekleme dahil olan grubun yaşlara göre dağılımları şöyledir: +-14 yaş grubunun oranı %0,25 (1), 15-16 yaş grubunun oranı %35,25 (141), 17-18 yaş grubunun oranı %61,75 (247) ve 19-+ yaş grubunun oranı ise %2,75 (11)'dir. Elde edilen verilere genel olarak bakıldığında, en yüksek oranı 17-18 yaş grubunun, en düşük oranı ise +-14 yaş grubunun oluşturduğu tespit edilmiştir. Yani örneklem grubunun büyük çoğunluğu, ergenlik döneminin son çeyreğini yaşayanlardan oluşmaktadır.

Tablo-3 Örneklem grubunun sosyo-ekonomik düzeyine göre dağılımları

Sosyo-ekonomik düzey	Sayı	%
Ortanın üstü	78	19,5
Orta	308	77
Ortanın altı	14	3,5
Toplam	400	100

Grafik-3

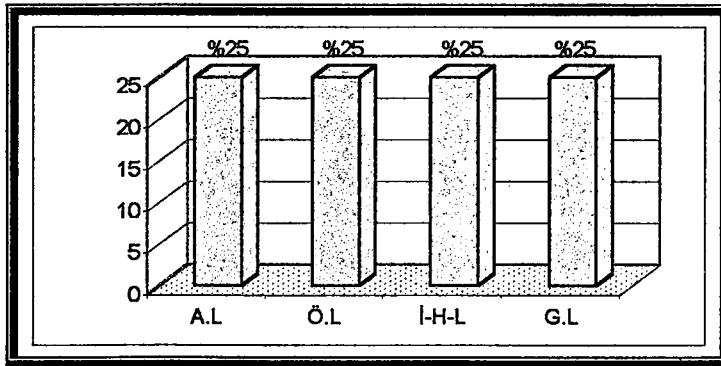


Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen veriler incelendiğinde, ankete katılanların sosyo-ekonomik düzeyine göre dağılımları şöyledir: Ortanın üstündeki grubun oranı %19,5 (78), orta düzeydeki grubun oranı %77 (308) ve ortanın altındaki grubun oranı ise %3,5 (14)'dir. Dolayısıyla, ankete katılan örneklem grubunun büyük çoğunluğunun orta derecede bir sosyo-ekonomik yapıya sahip olduğu saptanmıştır.

Tablo-4 Örneklem grubunun öğrenim gördükleri okul türlerine göre dağılımları

Okul türleri	Sayı	%
Anadolu Lisesi	100	25
Özel Lise	100	25
İmam-Hatip Lisesi	100	25
Genel Lise	100	25
Toplam	400	100

Grafik-4



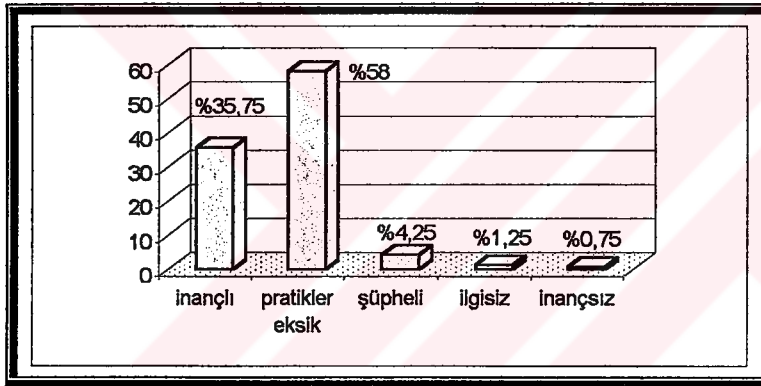
Araştırmada okul türü değişkeni olarak Türkiye'de halen eğitim veren çeşitli türdeki orta öğretim kurumları seçilmiştir. Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikteki verilere göre, örnekleme oluşturan grubun okul türlerine ilişkin dağılımları şöyledir: Anadolu lisesinin oranı %25 (100), özel lisenin oranı %25 (100), İmam-Hatip Lisesi'nin oranı %25 (100) ve genel lisenin oranı ise

%25 (100)'dir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, sözü edilen liselerden katılan örneklem grubunun kota örnekleme oranlarının eşit olduğu belirlenmiştir.

Tablo-5 Örneklem grubunun dinî inanç düzeyine göre dağılımları

Dinî inanç düzeyi	Sayı	%
Kesinlikle inanıyorum ve tüm dinî görevlerimi yerine getirmeye çalışıyorum [İnançlı]	143	35,75
İnancım var ama ibadetlerimi tam olarak yerine getiremiyorum [İnançlı fakat pratikleri eksik]	232	58
Dinî inançlarımla ilgili şüphe ve kararsızlıklarım var [Şüpheli]	17	4,25
Dine karşı bir ilgim yok [İlgisiz]	5	1,25
Dine karşıyım [İnançsız]	3	0,75
Toplam	400	100

Grafik-5



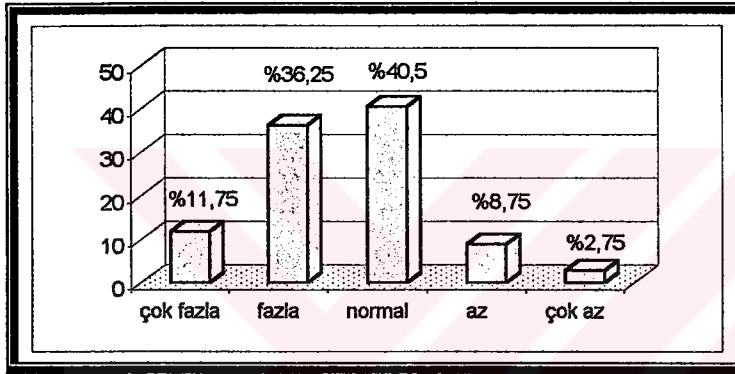
Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikte gözlenen verilere göre, araştırmaya katılan örneklem grubunun dinî inanç düzeyi bakımından dağılımları şöyledir: “Kesinlikle inanıyorum ve bütün dinî görevlerimi yerine getirmeye çalışıyorum” diyen yani “inancılı” olan ergenlerin oranı %35,75 (143), “inancım var ama ibadetlerimi tam olarak yerine getiremiyorum” diyen yani “inancılı fakat dinî pratikleri eksik” olanların oranı %58 (232), “dinî inançlarımla ilgili şüphe ve kararsızlıklarım var” diyen yani dinî inançlarına ilişkin bir takım şüpheleri olanların oranı %4,25 (17), “dine karşı bir ilgim yok” diyen yani “ilgisiz”lerin oranı %1,25 (5) ve “dine karşıyım” diyen “inancsız” ergenlerin oranı ise %0,75 (3)’dür. Elde edilen verilere genel olarak bakıldığında, inandığı halde dinî pratikleri eksik olanların en yüksek orana sahip oldukları görülmüştür. Çünkü ergenlik dönemi, temel karakteristiği itibarıyla düzenli ve devamlı ibadet etme seyrinin düşük olduğu bir gelişim dönemidir. Ayrıca bu dönem, dinî şüphe ve tereddütlerin yoğun olduğu bir dönem olarak bilinmesine karşın bu araştırmada şüpheli olanların oranı

oldukça düşük çıkmıştır. Öte yandan dinî inanç düzeyiyle ilgili en düşük oranım ise inançsız gruba ait olduğu saptanmıştır.

Tablo-6 Örnekleme grubunun dua etmenin sıklık düzeyine göre dağılımları

Dua etmenin sıklık düzeyi	Sayı	%
Çok fazla dua ediyorum	47	11,75
Fazla dua ediyorum	145	36,25
Normal dua ediyorum	162	40,5
Az dua ediyorum	35	8,75
Çok az dua ediyorum	11	2,75
Toplam	400	100

Grafik-6



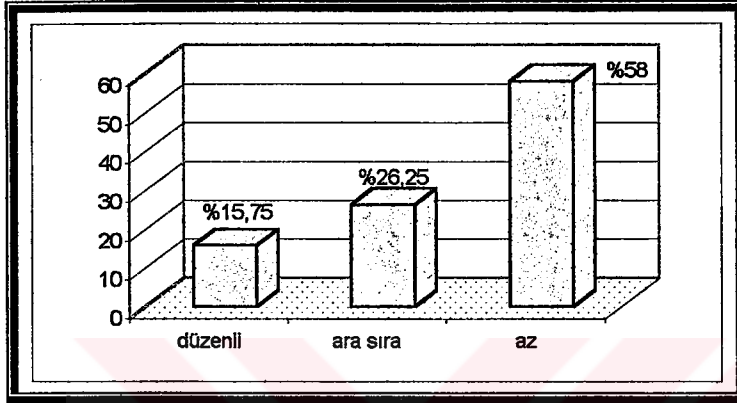
Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikte görüldüğü gibi, örnekleme dahil olan ergenlerin dua etmenin sıklık düzeyine göre dağılımları şöyledir: Çok fazla dua eden ergenlerin oranı %11,75 (47), fazla dua edenlerin oranı %36,25 (145), normal dua eden ergenlerin oranı %40,5 (162), az dua edenlerin oranı %8,75 (35) ve çok az dua eden ergenlerin oranı ise %2,75 (11)'dir. Elde edilen verilere genel olarak bakıldığında, ergenlerin en fazla "normal" derecede, en az ise "çok az" derecede dua ettikleri saptanmıştır. Yani, konuyla ilgili derecelendirme göz önüne alındığında genel oran itibarıyla normal ve üzerinde dua eden ergenlerin oranının normalin altında dua eden ergenlerin oranından daha fazla olduğu gözlenmiştir.

Tablo-7 Örnekleme grubunun ibadet etmenin sıklık düzeylerine göre dağılımları

Sıklık düzeyi	Namaz kılma		Oruç tutma		Kur'an okuma		Tövbe etme	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Düzenli	63	15,75	182	45,5	36	9	91	22,75
Ara sıra	105	26,25	162	40,5	99	24,75	138	34,5
Az	232	58	56	14	265	66,25	171	42,75
Toplam	400	100	400	100	400	100	400	100

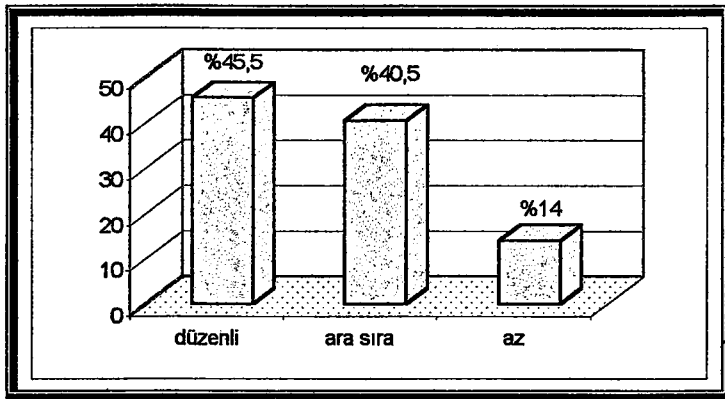
İbadet etmenin sıklık düzeyi ile ilgili olarak, araştırmanın teorik bölümünde yer alan ibadetlerdeki sınırlılıklarda da belirtildiği gibi dört ibadetin (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an okuma, tövbe etme) ayrı ayrı ne kadar sıklıkla yapıldığı ölçülmüştür. Dolayısıyla bu değişkenle ilgili elde edilen veriler de yukarıda dört grup şeklinde bir tablo içinde birleştirilerek verilmiştir.²¹

Grafik-7/1 Örneklem grubunun namaz kılma sıklık düzeyine göre dağılımları



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen veriler incelendiğinde, ankete katılanların namaz kılma sıklık düzeyine göre dağılımları şöyledir: Düzenli olarak namaz kılanların oranı %15,75 (63), ara sıra namaz kılan ergenlerin oranı %26,25 (105) ve az derecede namaz kılanların oranı ise %58 (232)'dir. Dolayısıyla, ankete katılan ergenlerde namaz kılma sıklık düzeyiyle ilgili en yüksek orana, "az" derecede namaz kılanların sahip olduğu gözlenmiştir. Elde edilen bu verinin, ergenlik döneminin düzenli ve devamlı ibadet etme konusundaki grafiğinin düşük olduğu tespiti desteklediği görülmüştür.

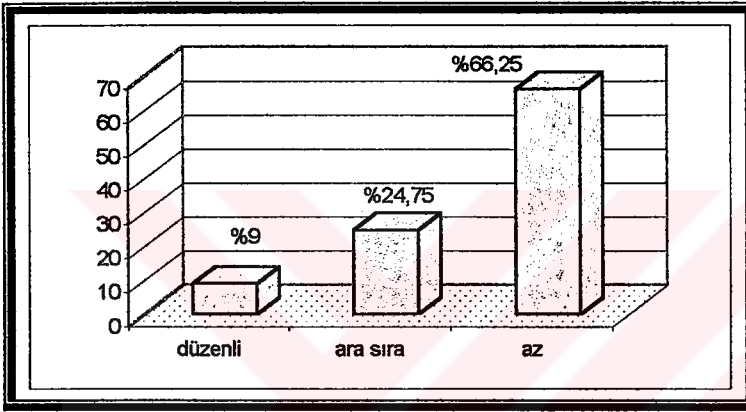
Grafik-7/2 Örneklem grubunun oruç tutma sıklık düzeyine göre dağılımları



21 Ayrıca ilgili bağımsız değişkeni ölçen soru için bkz. EK-2: Anket Formu / BÖLÜM-I / Soru -7

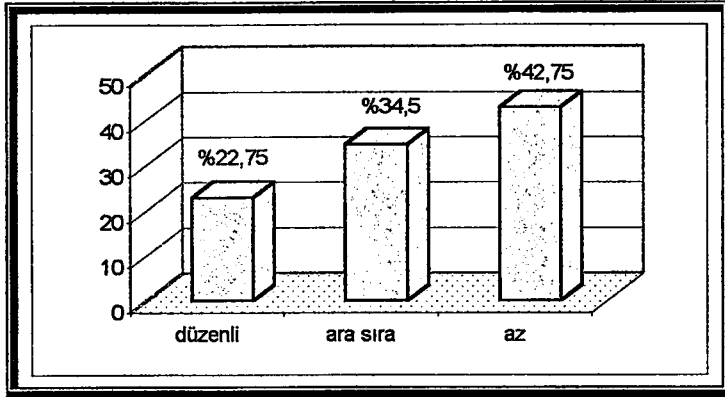
Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikte görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan grubun oruç tutma sıklık düzeyine göre dağılımları şöyledir: Düzenli olarak oruç tutanların oranı %45,5 (182), ara sıra oruç tutan ergenlerin oranı %40,5 (162) ve az derecede oruç tutan ergenlerin oranı ise %14 (56)'dır. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, oruç tutmanın sıklık düzeyiyle ilgili en yüksek orana, -namaz kılma oranının tersine- “düzenli ve ara sıra” oruç tutanların sahip olduğu gözlenmiştir. Buna göre ergenlik döneminde genel anlamda ibadetin düşük bir seyir izlediği, ancak namaz ibadeti gibi her gün sürekli olmayan oruç ibadetini yerine getirme oranının ise yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Grafik-7/3 Örnekleme grubunun Kur'an okuma sıklık düzeyine göre dağılımları



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, araştırmaya katılan örnekleme grubunun Kur'an okuma sıklık düzeyine göre dağılımları şöyledir: Düzenli olarak Kur'an okuyanların oranı %9 (36), ara sıra Kur'an okuyan ergenlerin oranı %24,75 (99) ve az derecede Kur'an okuyanların oranı ise %66,25 (265)'dir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, ergenlerin Kur'an okuma düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Bunda, örnekleme dahil olan İHL öğrencilerinin örnekleme grubu içerisinde 1/4 oranına sahip olmaları etkili olabilir. Çünkü bu lisenin dışındaki liselerin eğitim-öğretim müfredatında Kur'an dersleri yer almadığı için Kur'an okunması bilinmeyebilir veya gerçekten söz konusu ibadeti yapma karşısında genel anlamda diğer ibadetler gibi döneme özgü bir düşünüş de olabilir.

Grafik-7/4 Örneklem grubunun tövbe etme sıklık düzeyine göre dağılımları

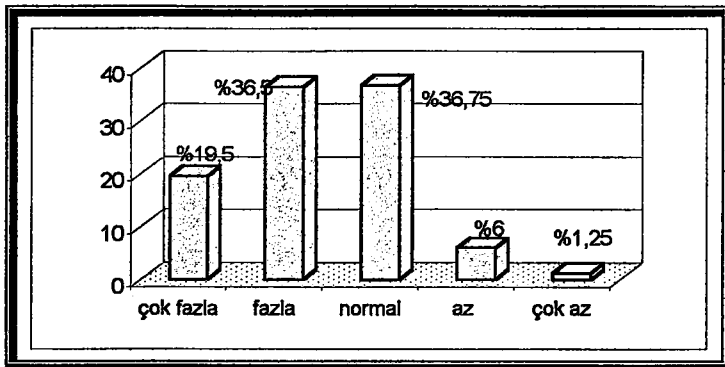


Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikte görüldüğü gibi, örnekleme dahil olan ergenlerin tövbe etme sıklık düzeyine göre dağılımları şöyledir. Düzenli tövbe eden ergenlerin oranı %22,75 (91), ara sıra tövbe eden ergenlerin oranı %34,5 (138) ve az derecede tövbe eden ergenlerin oranı ise %42,75 (171)'dir. Elde edilen verilere genel olarak bakıldığında, adı geçen ibadetle ilgili en yüksek orana "az" derecede tövbe eden ergenlerin sahip olduğu görülmüştür.

Tablo-8 Örneklem grubunun dua ve ibadet etmenin içtenlik düzeylerine göre dağılımları

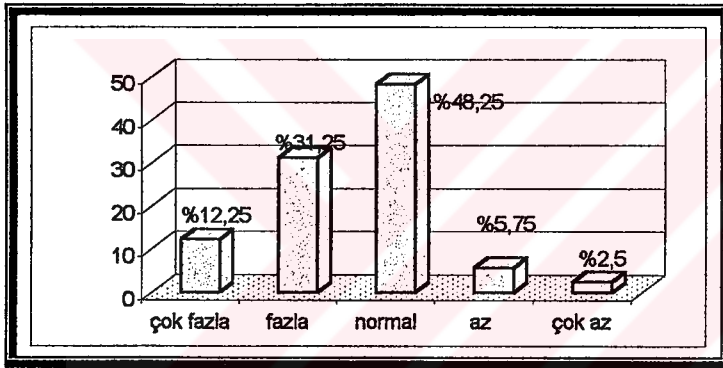
Yoğunlaşma derecesi	Dua etmenin içtenlik düzeyi		İbadet etmenin içtenlik düzeyi	
	Sayı	%	Sayı	%
Çok fazla	78	19,5	49	12,25
Fazla	146	36,5	125	31,25
Normal	147	36,75	193	48,25
Az	24	6	23	5,75
Çok az	5	1,25	10	2,5
Toplam	400	100	400	100

Grafik-8/1 Örneklem grubunun dua etmenin içtenlik düzeyine göre dağılımları



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen veriler incelendiğinde, ankete katılan örneklem grubunun dua etmenin içtenlik düzeyine göre dağılımları şöyledir: Dua ederken çok fazla derecede yoğunlaşabilenlerin oranı %19,5 (78), fazla derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı %36,5 (146), normal derecede yoğunlaşabilenlerin oranı %36,75 (147), az derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı %6 (24) ve çok az derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı ise %1,25 (5)'dir. Dolayısıyla, ankete katılan ergenlerin dua etmenin içtenlik düzeyine göre dağılımlarında en yüksek orana "normal ve fazla" derecelerde içtenlikle dua edenlerin sahip olduğu gözlenmiştir. Duanın psikolojik etkilerinin daha fazla yaşanabilmesi ile dua esnasındaki yoğunlaşabilme arasında pozitif bir ilişkinin var olduğu göz önüne alınırsa ergenlerin büyük çoğunluğunun sözü edilen bu yoğunlaşma içerisine girebildiği için duanın psikolojik etkilerini de daha fazla yaşadığı söylenebilir.

Grafik-8/2 Örneklem grubunun ibadet etmenin içtenlik düzeyine göre dağılımları



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikteki verilere göre, örnekleme oluşturan grubun ibadet etmenin içtenlik düzeyine göre dağılımları şöyledir: İbadet ederken çok fazla derecede yoğunlaşabilenlerin oranı %12,25 (49), fazla derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı %31,25 (125), normal derecede yoğunlaşabilenlerin oranı %48,25 (193), az derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı %5,75 (23) ve çok az derecede yoğunlaşabilen ergenlerin oranı ise %2,5 (10)'dir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, ergenlerin duaya göre ibadete ilişkin çok fazla yoğunlaşma derecesinde, nisbî bir düşüş olmakla birlikte fazla ve normal derecelerdeki yoğunlaşma oranları birbirine yakın olarak belirlenmiştir. Yani ergenlerin, duadaki yoğunlaşma kadar olmasa da ibadet ederken ona yakın bir oranda yoğunlaşma içerisine girdikleri saptanmıştır. Buna göre ergenlerin, yaptıkları ibadetin psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir.

B. ANKET SONUÇLARI ÇERÇEVESİNDE TABLOLAR, GRAFİKLER VE DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın bu bölümünde bağımsız değişkenlerle hipotezleri test etmeye yönelik oluşturulan anket sorularının istatistiksel analizler sonucu elde edilen çapraz tabloları ve grafikleri yer almaktadır. Çapraz tabloların chi-kare değerlerine ilişkin anlamlılık (significance) düzeyleri, daha öncede ifade edildiği gibi yüzde beş (0,05) olarak belirlenmiştir. Bu değere göre anlamlı bulunan ve sadece hipotezlerin test edilmesine ilişkin oluşturulan tablo ve grafikler bu bölümde incelenmiş, anlamlı bulunmayan bazı tablolar ise çalışmanın ekler kısmındaki EK-1’de verilmiştir.²² Bu şablondan hareketle anket sonucundan elde edilen bulgular, değerlendirilirken konunun daha iyi anlaşılması bakımından bağımsız değişkenlere göre başlıklandırılmıştır.²³

b.a. “Cinsiyet” Değişkenine Göre:

Tablo-b.a/1 Allah’a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Cinsiyet	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Erkek	104	55	33	4	4	200
%	52.00%	27.50%	16.50%	2.00%	2.00%	
Kız	122	56	14	4	4	200
%	61.00%	28.00%	7.00%	2.00%	2.00%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=9.123488$ ⁽²⁴⁾		$SD=4$ ⁽²⁵⁾		$P=0,05811$ ⁽²⁶⁾		

22 0,05 anlamlılık düzeyine göre anlamlı bulunmayan tablolar için bkz. “EK-1: Araştırmanın Ampirik Sonuçlarına İlişkin Ek Tablo ve Grafikler” bölümü. (Ayrıca anlamlı bulunmayan tabloların grafikleri çıkarılmamıştır.)

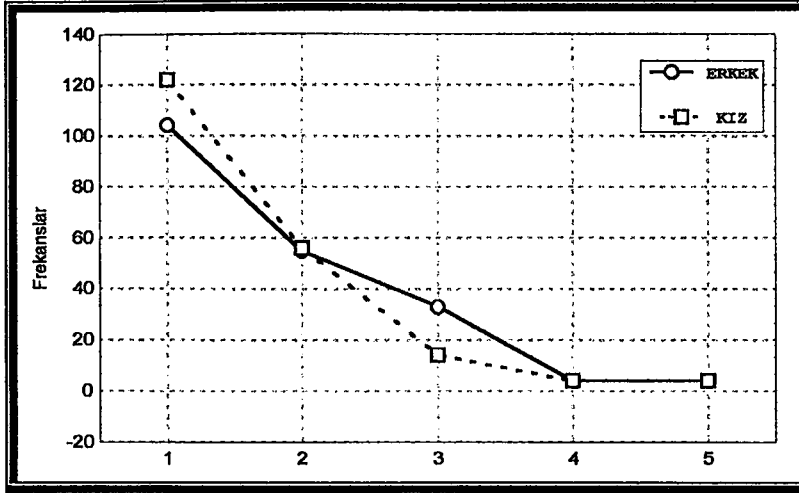
23 Bu bölümdeki tablo ve grafikler, araştırmada hipotezleri test etmek için kullanılan ve anket formunun II. bölümünde yer alan sorulardan elde edilen veriler esas alınarak hazırlanmıştır. (Bkz. EK-2: Anket Formu / BÖLÜM-II); Ayrıca grafik türü olarak ise, nitel verileri ifade etmek için kullanılan grafik türlerinden frekans poligonu içerisinde değerlendirilen çizgili grafik türü kullanılmıştır. (Bkz. YILMAZ, Psikolojik Değerlendirmenin Temelleri, sh. 82-83)

24 “ X^2 ” sembolü ki-kare (chi-square)yi, sembolün karşısındaki rakam da ki-kare değerini gösterir.

25 “SD” sembolü serbestlik derecesi (df)ni, sembolün karşısındaki rakam da serbestlik derecesinin değerini gösterir.

26 “P” sembolü olasılık (possibility), test edilen hipotezin veya konuyla ilgili verilen kararın yanlış olabilme ya da tersinden bakıldığında belirlenen güven düzeyine göre doğru olabilme olasılığını ifade eder. Elde edilen bu sonuç, seçilen anlamlılık düzeyine göre (0,05, 0,10 veya 0,20 gibi) değişebilir. Bu çalışmada seçilen anlamlılık düzeyi, bu bölümün başında da belirtildiği gibi 0,05’tir.

Grafik-b.a/1

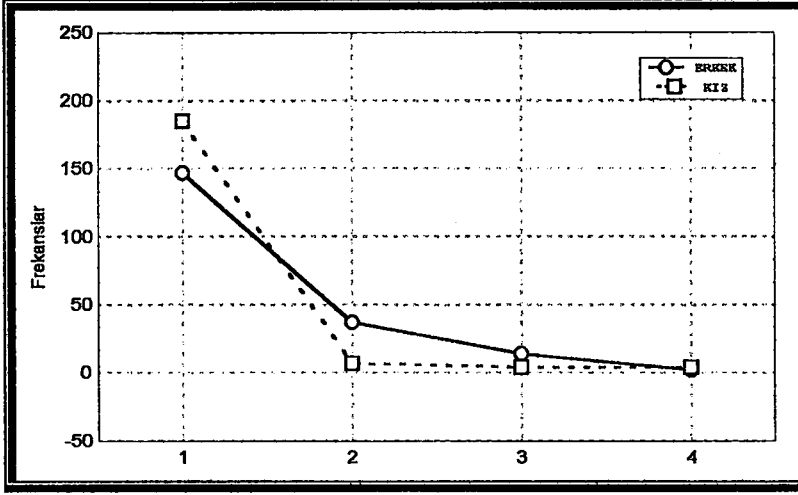


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, cinsiyet değişkeni ile Allah'a olan inançla yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, her iki cinsiyet düzeyinde de dinî inanç, dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada çok fazla etkili olduğu gözlenmiştir. Ancak her iki cinsiyet düzeyi karşılaştırıldığında ise inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, kızlar (%61) üzerindeki olumlu psikolojik etkilerinin erkeklere (%52) göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Hiç etkili olmama durumunun ise her iki cinsiyet düzeyinde eşit oranda ve oldukça az bir düzeyde olduğu görülmüştür.

Tablo-b.a/2 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Cinsiyet	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
Erkek	147	37	14	2	200
%	73.50%	18.50%	7.00%	1.00%	
Kız	185	7	4	4	200
%	92.50%	3.50%	2.00%	2.00%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2= 31.02617$		$SD=3$		$P=0, 00000$	

Grafik-b.a/2

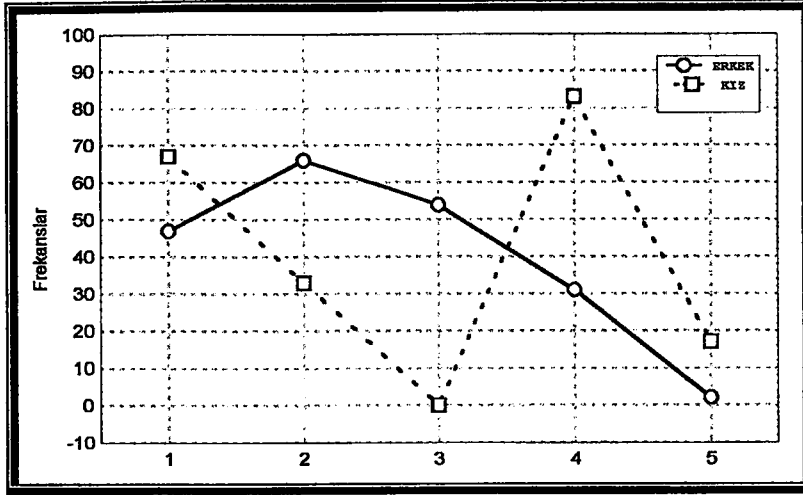


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, cinsiyet değişkeni ile dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla, genel olarak her iki cinsiyet düzeyinde en fazla dua etme ihtiyacının özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda olduğu saptanmıştır. Her iki cinsiyet düzeyi karşılaştırıldığında ise, kız ergenlerin (%92,50) erkeklere (%73,50) göre, aşırı stres ve kaygılı durumlarda daha fazla dua etme ihtiyacı hissettikleri belirlenmiştir. Ayrıca hiçbir durumda dua etme ihtiyacı hissetmeyen erkek ve kız ergen oranı da oldukça düşük olarak gözlenmiştir. Bu veriden hareketle, kız ergenlerin aşırı stres ve kaygılı durumlarına karşı duayı, erkeklere göre daha fazla dinî başa çıkma metodu olarak kullandıkları söylenebilir.

Tablo-b.a/3 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Cinsiyet	Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	Günlük namazlarımın bazılarını kılıyorum	Cuma ve bayram namazlarımı kılıyorum	Çok istememe rağmen namazlarımı kılmıyorum	Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Erkek	47	66	54	31	2	200
%	23.50%	33.00%	27.00%	15.50%	1.00%	
Kız	67	33	0	83	17	200
%	33.50%	16.50%	0.00%	41.50%	8.50%	
Toplam	114	99	54	114	19	400
$X^2=104.0702$		SD=4		P=0, 00000		

Grafik-b.a/3

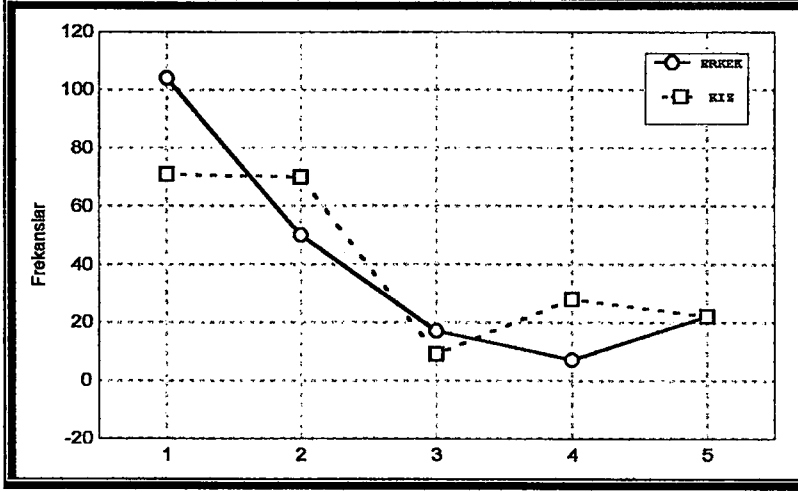


Yukarıdaki saptanan verilere göre, cinsiyet değişkeni ile namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak, namaz kılmayla ilgili erkek ve kız ergenler arasında dikkate değer bir farklılık saptanmıştır. Her gün beş vakit namazını kılan kız ergenlerin oranının (%33,50) erkeklerin (%23,50) oranından daha fazla olduğu gözlenmiştir. Öte yandan günlük namazlarının bazılarını kılabilen erkek ergenlerin oranının (%33) da kızların oranından (%16,50) daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet düzeyinde en açık farkın ise, çok istenmesine rağmen namazların kılınmaması durumunda ortaya çıktığı görülmüştür. Burada kız ergenlerin oranının erkek ergenlerden oldukça fazla olduğu saptanmıştır. Söz konusu farkın, kız ergenlerin namaz ibadetini yerine getirme isteklerinin erkek ergenlerden daha fazla olduğu ancak dönemin karakteristik özelliği sebebiyle bu düzen ve devamlılığı sağlayamamalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Tablo-b.a/4 Düzenli ve devamlı olarak daha çok yapılan ibadet türü

Cinsiyet	Oruç tutuyorum	Namaz kılıyorum	Kur'an okuyorum	Tövbe ediyorum	Hiç birini yapmıyorum	Toplam
Erkek	104	50	17	7	22	200
%	52.00%	25.00%	8.50%	3.50%	11.00%	
Kız	71	70	9	28	22	200
%	35.50%	35.00%	4.50%	14.00%	11.00%	
Toplam	175	120	26	35	44	400
$X^2=24.61773$		SD=4		P=0, 00006		

Grafik-b.a/4

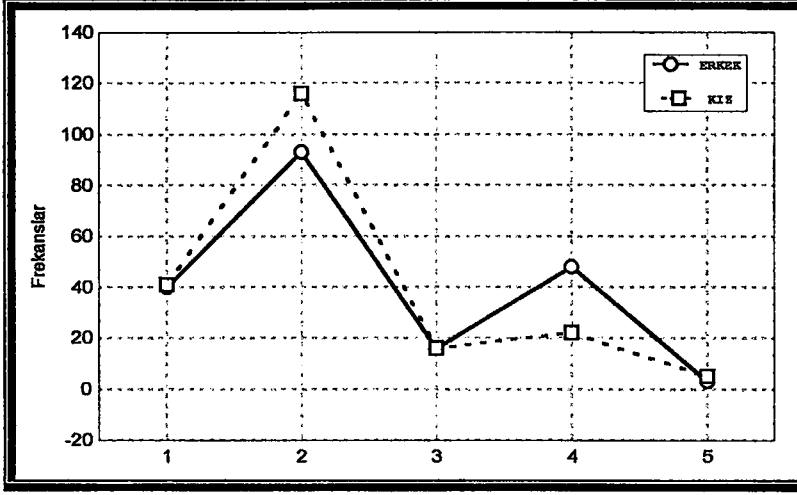


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, cinsiyet değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak daha çok yapılan ibadet türü arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, ergenlik döneminde her iki cinsiyet düzeyinde düzenli ve devamlı olarak daha çok yapılan ibadet türünün oruç tutma olduğu gözlenmiştir. Cinsler arası fark karşılaştırıldığında ise, erkek ergenlerin (%52) kızlardan (%35,50) daha düzenli ve devamlı oruç tuttıkları saptanmıştır. Her iki cinsiyet düzeyinde de en düşük düzenli ve devamlı olarak yapılan ibadet türünün Kur'an-ı Kerim okuma olduğu ve hiçbir ibadeti yapmayanların oranının da birbirine eşit olduğu belirlenmiştir.

Tablo-b.a/5 Dua etme ile ibadet yapma oranlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	Çok dua çok ibadet	Çok dua az ibadet	Az dua çok ibadet	Az dua az ibadet	Hiçbirini yapmıyorum	Toplam
Erkek	40	93	16	48	3	200
%	20.00%	46.50%	8.00%	24.00%	1.50%	
Kız	41	116	16	22	5	200
%	20.50%	58.00%	8.00%	11.00%	2.50%	
Toplam	81	209	32	70	8	400
$X^2=12.70059$		SD= 4		P=0, 01285		

Grafik-b.a/5

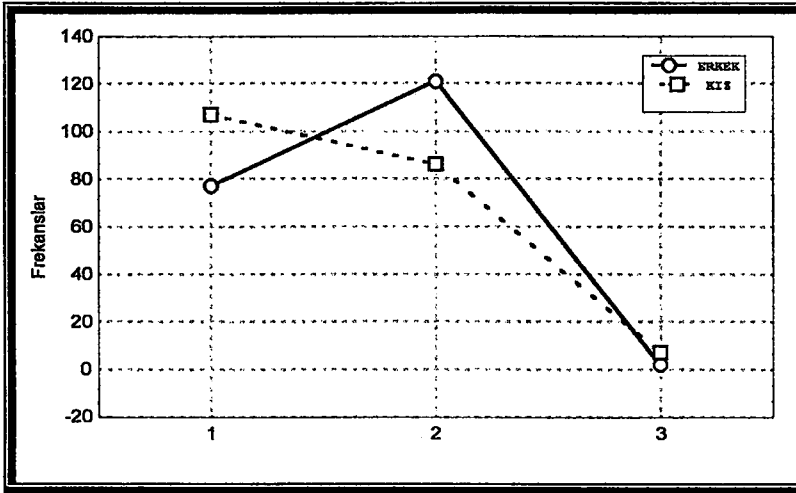


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, cinsiyet değişkeni ile dua etme ve ibadet yapma oranının karşılaştırılma durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre, genel olarak erkek ve kız ergenlerin birbirine paralel bir eğri çizdikleri saptanmıştır. Dua ve ibadet etmenin derecelendirilmesinde ergenlerin en fazla “çok dua, az ibadet” yaptıkları belirlenmiştir. Söz konusu derecelendirmenin cinsiyet düzeyindeki karşılaştırılmasında ise kız ergenlerin (%58) erkeklere (%46,50) göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Tablo-b.a/6 Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması

Cinsiyet	Devamlı dua ve ibadet ediyorum	Ara sıra dua ve ibadet ediyorum	Hiç dua ve ibadet etmiyorum	Toplam
Erkek	77	121	2	200
%	38.50%	60.50%	1.00%	
Kız	107	86	7	200
%	53.50%	43.00%	3.50%	
Toplam	184	207	9	400
$X^2=13.58696$		$SD=2$	$P=0,00112$	

Grafik-b.a/6



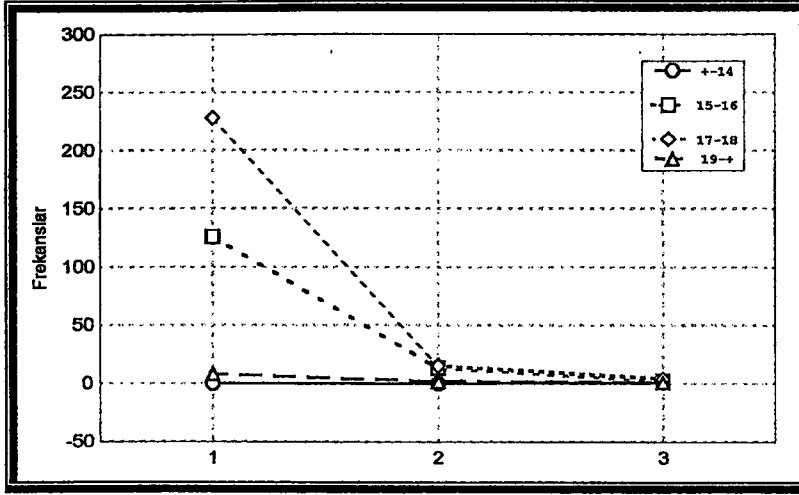
Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, cinsiyet değişkeni ile genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durumda, cinsiyet farkı göz önüne alındığında erkek ve kız ergenlerin ayrı ayrı profil çizdikleri görülmüştür. Kız ergenlerin (%53,50) erkeklere (%38,50) göre genel olarak daha fazla düzenli ve devamlı dua ve ibadet ettikleri, buna karşın erkek ergenlerin (%60,50) de kızlara (%43) göre genel olarak daha fazla ara sıra dua ve ibadet ettikleri saptanmıştır.

b.b. “Yaş” Değişkenine Göre:

Tablo-b.b/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

Yaş	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
+ -14	0	0	1	1
%	0.00%	0.00%	100.00%	
15-16	126	13	2	141
%	89.36%	9.22%	1.42%	
17-18	228	15	4	247
%	92.31%	6.07%	1.62%	
19- +	8	2	1	11
%	72.73%	18.18%	9.09%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=55.57639$		$SD=6$	$P=0, 00000$	

Grafik-b.b/1

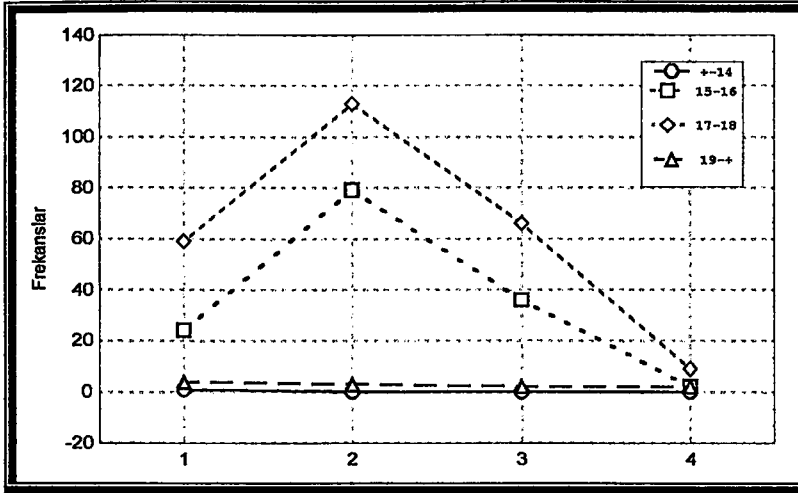


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, yaş değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, tüm yaş gruplarının, düzenli ve devamlı olarak yaptıkları dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inandıkları gözlenmiştir. Yaş grupları dağılımlarına göre ise, en fazla olumlu psikolojik etki yaptığını inanan grubun 17-18 (%92,31), daha sonra da 15-16 (%89,36) yaş grubu olduğu saptanmıştır. Ergenlik döneminin alt ve üst sınırını ifade eden yaş gruplarının oranları ise oldukça azdır. Bu duruma, psikolojik karmaşıklığın en fazla söz konusu dönemin ortalarında görülmesi sebep olarak gösterilebilir.

Tablo-b.b/2 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Yaş	Düzenli olarak her gün okuyorum	Mübarek gün ve gecelerde okuyorum	Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	Kur'an okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
+ -14	1	0	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	24	79	36	2	141
%	17.02%	56.03%	25.53%	1.42%	
17-18	59	113	66	9	247
%	23.89%	45.75%	26.72%	3.64%	
19- +	4	3	2	2	11
%	36.36%	27.27%	18.18%	18.18%	
Toplam	88	195	104	13	400
$X^2=19.03397$		$SD=9$	$P=0, 02494$		

Grafik-b.b/2



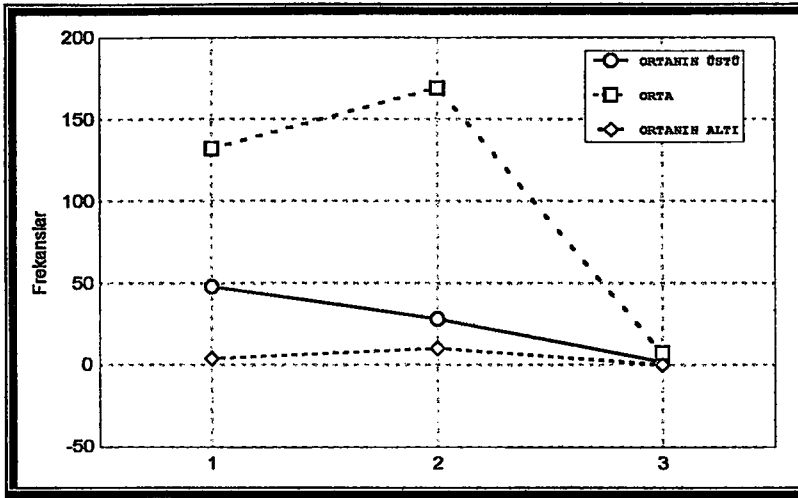
Yukarıdaki saptanan verilere göre, yaş değişkeni ile Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak, diğer tablo ve grafiklerde olduğu gibi yine burada da iki yaş grubunun (15-16 ile 17-18) birbirine yakın bir profil çizdiği görülmüştür. Ergenlik döneminin ortalarına denk gelen bu iki yaş grubunun (15-16 yaş grubu %56,03; 17-18 yaş grubu %45,75), özellikle mübarek gün ve gecelerde Kur'an okuduğu saptanmıştır. Bu veriye göre ergenlik döneminin ortalarında Kur'an okuma ibadetinin düşük bir profilde seyrettiği söylenebilir. Ancak bunun yanı sıra yine aynı yaş gruplarında okumak isteyip de Arapça bilmedikleri için okuyamayan ergenlerin de küçümsenmeyecek oranda oldukları tespit edilmiştir.

b.c. "Sosyo-Ekonomik Düzey" Değişkenine Göre:

Tablo-b.c/1 Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması

Sosyo-ekonomik düzey	Devamlı dua ve ibadet ediyorum	Ara sıra dua ve ibadet ediyorum	Hiç dua ve ibadet etmiyorum	Toplam
Ortanın üstü	48	28	2	78
%	61.54%	35.90%	2.56%	
Orta	132	169	7	308
%	42.86%	54.87%	2.27%	
Ortanın altı	4	10	0	14
%	28.57%	71.43%	0.00%	
Toplam	184	207	9	400
$X^2=11.44459$ $SD=4$ $P=0,02201$				

Grafik-b.c/1



Yukarıdaki elde edilen verilere göre, sosyo-ekonomik düzey değişkeni ile genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların değerlendirilme durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, her üç sosyo-ekonomik gruba ait ergenlerin (ortanın üstü %35,90, orta %54,87 ve ortanın altı %71,43) genelde ara sıra dua ve ibadet ettikleri gözlenmiştir. Bu gruplar arasında da orta gruba ait ergenlerde, diğer iki gruba göre oldukça fazla oran farkının olduğu saptanmıştır. Öte yandan düzenli ve devamlı dua ve ibadet eden gruplarda ise, yine en yüksek oranın orta grupta olduğu, bunu sırasıyla ortanın üstü ve altının takip ettiği görülmüştür.²⁷

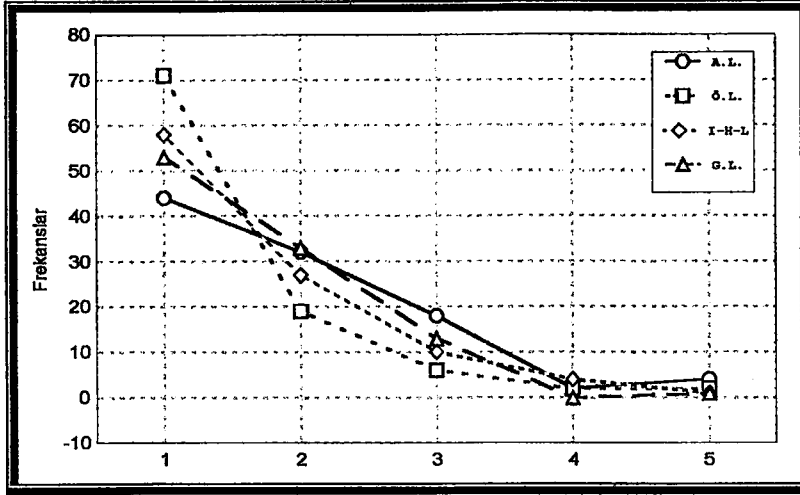
b.d. "Okul Türü" Değişkenine Göre:

Tablo-b.d/1 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Okul türleri	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Anadolu Lisesi	44	32	18	2	4	100
%	44.00%	32.00%	18.00%	2.00%	4.00%	
Özel Lise	71	19	6	2	2	100
%	71.00%	19.00%	6.00%	2.00%	2.00%	
İmam-Hatip Lisesi	58	27	10	4	1	100
%	58.00%	27.00%	10.00%	4.00%	1.00%	
Genel Lise	53	33	13	0	1	100
%	53.00%	33.00%	13.00%	0.00%	1.00%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=24.69870$		SD=12		P=0, 01635		

27 Buradaki grafikte tablonun görünürde uyuşmamasının sebebi, tabloda sayı ve yüzdeler verilmiş, verilere ilişkin yapılan yorumlar tablodaki %'ler baz alınarak yapılmıştır. Oysa grafikteki frekans yığılmaları, denek sayılarını göstermektedir. Bundan sonraki tablo ve grafiklerde de, bu anlamdaki uyuşmazlık gibi görünen nokta göz önünde bulundurulmalıdır.

Grafik-b.d/1

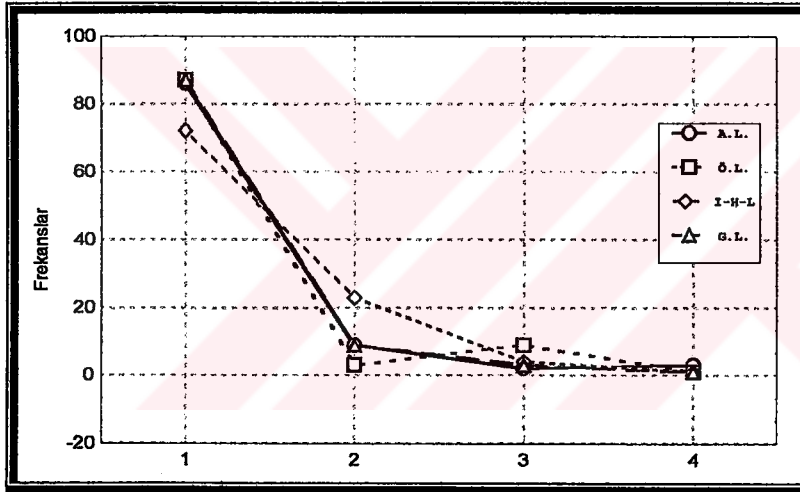


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile Allah'a olan inançla yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, tüm okul türlerinde eğitim alan ergenlerin dinî inanç, dua ve ibadetlerinin hayatın zorluklarını aşmada ve onlarla başa çıkmada çok fazla derecede (anadolu lisesi %44, özel lise %71, İmam-Hatip Lisesi %58, genel lise %53) etkili olduğu görülmüştür. Derecelendirme açısından bakıldığında büyük çoğunluğun normalin üzerinde olduğu saptanmıştır. Okul türlerine göre bakıldığında ise özel lisenin (%71) diğer liselere göre daha fazla orana sahip olduğu görülmüştür. Bu durumun, örnekleme dahil olan özel lise öğrencilerinin, daha ziyade dindar veya muhafazakâr ailelerin çocukları olmasından kaynaklandığını söylemek mümkündür. Bundan sonraki değerlendirmelerde de bu durum göz önünde bulundurulmalıdır. Özel liseden sonra en yüksek orana (%58) sahip olan ikinci grubun ise İmam-Hatip Lisesi olduğu gözlenmiştir. Öte yandan Allah'a olan inançları ile yaptıkları dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada hiç etkili olmadığını söyleyen ergenlerin ise örneklem grubu içerisinde oldukça az bir orana (anadolu lisesi %4, özel lise %2, İmam-Hatip Lisesi %1, genel lise %1) sahip olduğu saptanmıştır. Elde edilen bu tabloya bakıldığında tüm okul türlerinde eğitim gören örneklem grubunun, yaptıkları dua ve ibadetleri hayatın zorluklarına katlanmada dinî başa çıkma metodu olarak kullandıkları söylenebilir.

Tablo-b.d/2 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Okul türleri	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	86	9	2	3	100
%	86.00%	9.00%	2.00%	3.00%	
Özel Lise	87	3	9	1	100
%	87.00%	3.00%	9.00%	1.00%	
İmam-Hatip Lisesi	72	23	4	1	100
%	72.00%	23.00%	4.00%	1.00%	
Genel Lise	87	9	3	1	100
%	87.00%	9.00%	3.00%	1.00%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2=30.03262$ $SD=9$ $P=0,00043$					

Grafik-b.d/2

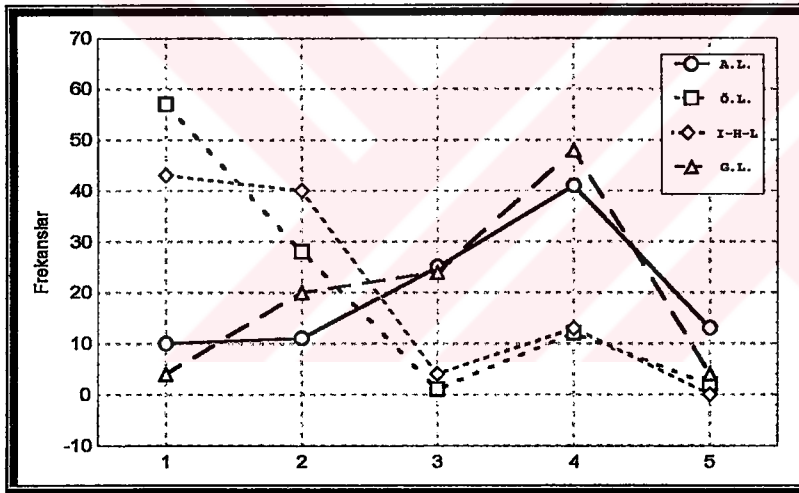


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla, dört okul türünde de öğrenim gören ergenlerin, özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda dua ettikleri görülmüştür. Bu okul türlerinin derecelendirilmesine bakıldığında ise, genel ve özel lisenin %87, anadolu lisesinin ise %86 oranla en yüksek grupları oluşturdukları saptanmıştır. Bu derecelendirmede en düşük grubun ise %72 ile İ-H-L olduğu gözlenmiştir. Bu duruma sebep olarak, meslekî din eğitimi aldıkları için dinî bilinçlenme düzeylerinin daha yüksek, dolayısıyla da aşırı stres ve kaygılarına ilişkin duanın ötesinde dinî bilinçlilik anlamında daha derin bir başa çıkma yöntemi kullanıyor oldukları düşünülebilir.

Tablo-b.d/3 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Okul türleri	Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	Günlük namazlarımın bazılarını kılıyorum	Cuma ve bayram namazlarımı kılıyorum	Çok istememe rağmen namazlarımı kılmıyorum	Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	10	11	25	41	13	100
%	10.00%	11.00%	25.00%	41.00%	13.00%	
Özel Lise	57	28	1	12	2	100
%	57.00%	28.00%	1.00%	12.00%	2.00%	
İmam-Hatip Lisesi	43	40	4	13	0	100
%	43.00%	40.00%	4.00%	13.00%	0.00%	
Genel Lise	4	20	24	48	4	100
%	4.00%	20.00%	24.00%	48.00%	4.00%	
Toplam	114	99	54	114	19	400
$X^2=181.1398$ $SD=12$ $P=0,0000$						

Grafik-b.d/3

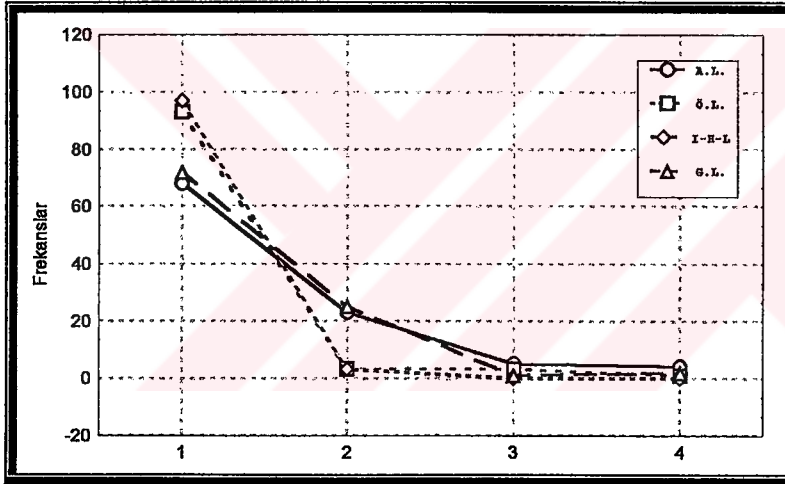


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, okul türü değişkeni ile namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Okul türü açısından İ-H-L (%43) ve özel lisenin (%57) her gün beş vakit namazlarını kılma oranları diğer iki liseye göre oldukça yüksek olarak tespit edilmiştir. Buna mukabil, anadolu lisesi (%41) ve genel lisenin (%48) ise çok istemelerine rağmen namaz kılamama oranlarının diğer liselere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu tablodan hareketle, ergenlerin öğrenim gördükleri okul türü ile dinî pratikleri düzenli ve devamlı olarak yerine getirme arasında doğrusal bir ilişkinin var olduğu söylenebilir.

Tablo-b.d/4 Oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Okul türleri	Her yıl ramazan ayında devamlı	Her yıl ramazan ayında ara sıra	Bazı yıllar tutuyorum bazı yıllar tutmuyorum	Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	68	23	5	4	100
%	68.00%	23.00%	5.00%	4.00%	
Özel Lise	93	3	3	1	100
%	93.00%	3.00%	3.00%	1.00%	
İmam-Hatip Lisesi	97	3	0	0	100
%	97.00%	3.00%	0.00%	0.00%	
Genel Lise	72	25	1	2	100
%	72.00%	25.00%	1.00%	2.00%	
Toplam	330	54	9	7	400
$X^2=52.14007$		$SD=9$	$P=0,00000$		

Grafik-b.d/4



Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki görülmüştür. Bu durumda, genel olarak tüm okul türlerinde öğrenim gören ergenlerin oruç ibadetini düzenli ve devamlı olarak her yıl yaptıkları tespit edilmiştir. Frekans farkları göz önüne alındığında ise, İ-H-L (%97) ve özel lisenin (%93) genel lise (%72) ve anadolu lisesine (%68) oranla daha düzenli ve devamlı olarak oruç ibadetini yerine getirdikleri saptanmıştır.

Tablo-b.d/5 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Okul türleri	Düzenli olarak her gün okuyorum	Mübarek gün ve gecelerde okuyorum	Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	Kur'an okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	3	48	42	7	100
%	3.00%	48.00%	42.00%	7.00%	
Özel Lise	27	57	14	2	100
%	27.00%	57.00%	14.00%	2.00%	
İmam-Hatip Lisesi	57	43	0	0	100
%	57.00%	43.00%	0.00%	0.00%	
Genel Lise	1	47	48	4	100
%	1.00%	47.00%	48.00%	4.00%	
Toplam	88	195	104	13	400
$X^2=163.6522$		$SD=9$	$P=0,00000$		

Grafik-b.d/5

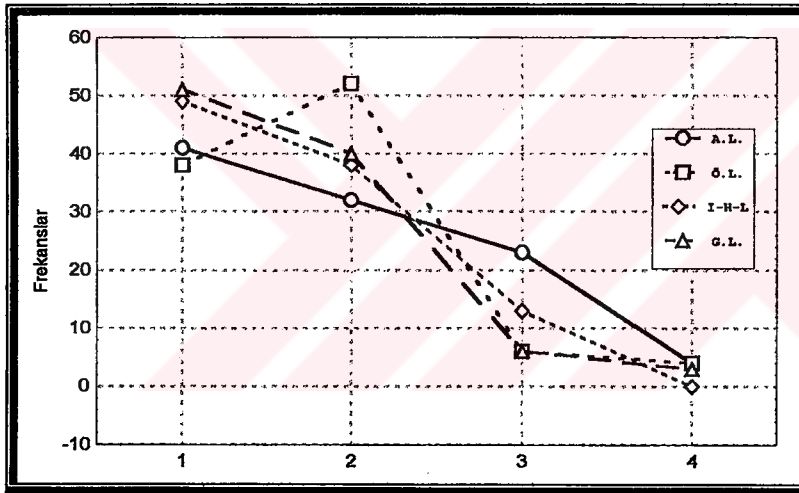


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, diğer ibadetlerde olduğu gibi İ-H-L (%57) ve özel lise (%27)de öğrenim gören ergenlerin Kur'an okuma ibadetini yapma konusunda da yüksek bir profile sahip oldukları gözlenmiştir. Özellikle İ-H-L öğrencilerinin bu orana sahip olmalarında Arapça dili ile ilgili meslekî bir eğitim almış olmaları etkili olabilir. Öte yandan Arapça eğitimi almayan genel lise (%48) ve anadolu lisesindeki (%42) ergenlerin, okumak istemelerine rağmen Arapça bilmedikleri için okuyamama oranlarının da diğer liselere kıyasla oldukça yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Bu derecelendirme de özel lisenin, Arapça eğitimi almamalarına rağmen profilinin düşük olması, kurum dışı yaygın eğitim yoluyla Kur'an okumasını öğrenmiş olmaları şeklinde yorumlanabilir.

Tablo-b.d/6 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Okul türleri	Günah olan her davranışım için	Duayla birlikte affedilmem için	Ara sıra tövbe ediyorum	Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	41	32	23	4	100
%	41.00%	32.00%	23.00%	4.00%	
Özel Lise	38	52	6	4	100
%	38.00%	52.00%	6.00%	4.00%	
İmam-Hatip Lisesi	49	38	13	0	100
%	49.00%	38.00%	13.00%	0.00%	
Genel Lise	51	40	6	3	100
%	51.00%	40.00%	6.00%	3.00%	
Toplam	179	162	48	11	400
$X^2=27.89457$		$SD=9$	$P=0,00100$		

Grafik-b.d/6

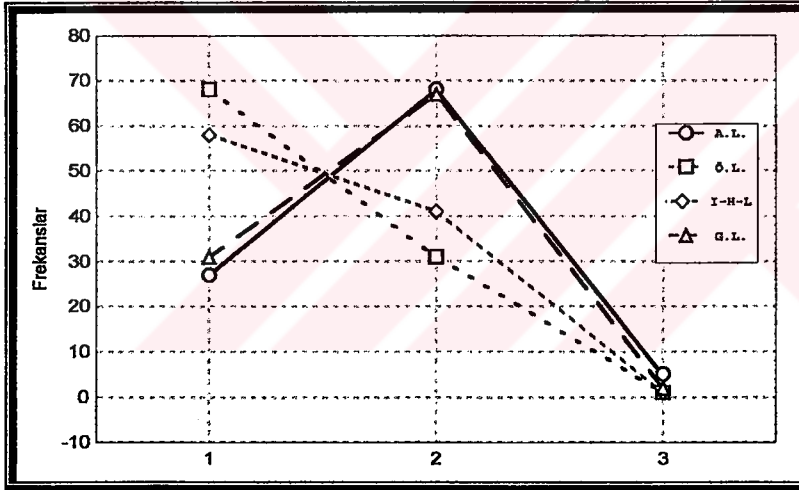


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla, günah olduğuna inanılan her davranış için tövbe edenlerin oranlarına bakıldığında, en yüksek oranın genel lise (%51) ve İ-H-L (%49) öğrencilerine ait olduğu gözlenmiştir. Bu bağlamda sözü edilen gruba ait olan ergenlerin bilinçlerinde dinî açıdan “günah” kavramının daha canlı olduğunu söylemek mümkündür. Öte yandan dua ile birlikte tövbe edenlerin oranına bakıldığında ise, bu derecelendirmedeki en yüksek oranın da özel liseye (%52) ait olduğu tespit edilmiştir.

Tablo-b.d/7 Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması

Okul türleri	Devamlı dua ve ibadet ediyorum	Ara sıra dua ve ibadet ediyorum	Hiç dua ve ibadet etmiyorum	Toplam
Anadolu Lisesi	27	68	5	100
%	27.00%	68.00%	5.00%	
Özel Lise	68	31	1	100
%	68.00%	31.00%	1.00%	
İmam-Hatip Lisesi	58	41	1	100
%	58.00%	41.00%	1.00%	
Genel Lise	31	67	2	100
%	31.00%	67.00%	2.00%	
Toplam	184	207	9	400
$X^2=51.31884$ $SD=6$ $P=0,00000$				

Grafik-b.d/7



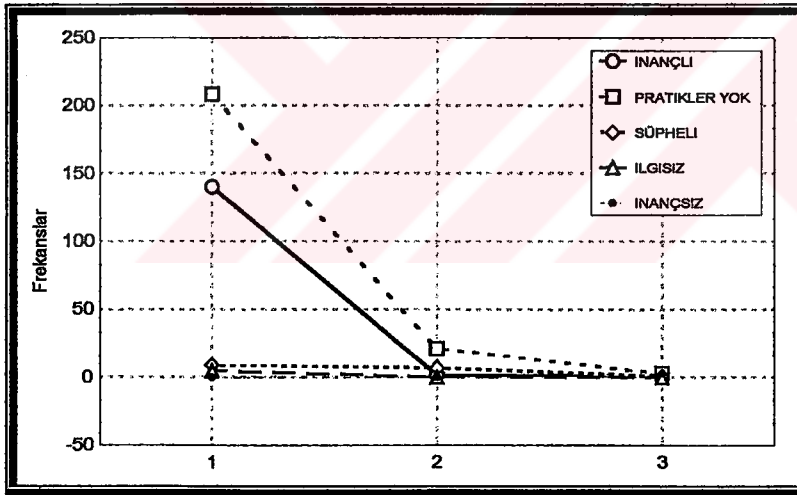
Yukarıdaki elde edilen verilere göre, okul türü değişkeni ile genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların değerlendirilme durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, İ-H-L (%58) ve özel lise (%68) öğrencilerinin diğer liselere oranla, genel olarak daha çok düzenli ve devamlı ibadet ettiği, öte yandan anadolu lisesi (%68) ve genel lisenin (%67) ise diğer liselere göre daha fazla, ara sıra dua ve ibadet ettikleri görülmüştür. Yine bu verilerden hareketle alınan dinî eğitim ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etme arasında doğrusal bir ilişkinin olduğunu söylemek mümkündür.

b.e. “Dinî İnanç Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.e/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

Dinî inanç düzeyi	Evet, inaniyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
İnançlı	140	2	1	143
%	97.90%	1.40%	.70%	
İnançlı/pratikleri eksik	208	21	3	232
%	89.66%	9.05%	1.29%	
Şüpheli	9	7	1	17
%	52.94%	41.18%	5.88%	
İlgisiz	5	0	0	5
%	100.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=187.6784$		$SD=8$	$P=0,0000$	

Grafik-b.e/1



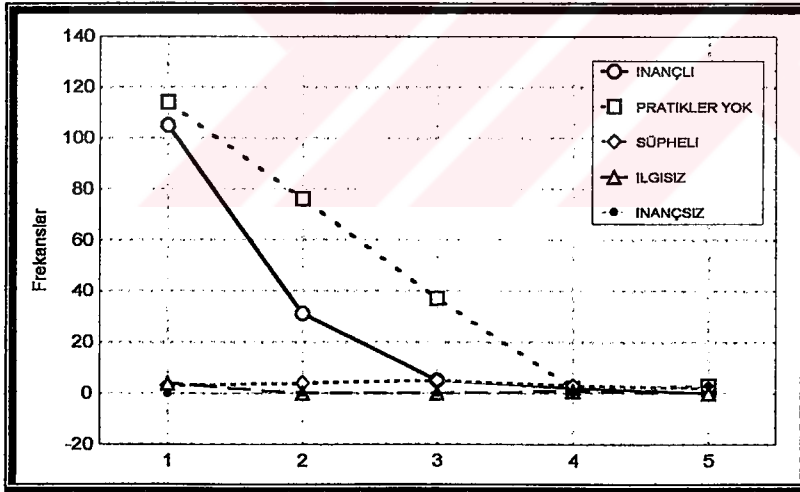
Yukarıdaki elde edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, düzenli ve devamlı olarak yapılan dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inananların dinî inanç düzeyi açısından iki grupta yoğunlaştığı gözlenmiştir. Bu gruplardan inançlı ve dinî pratiklerini yerine getiren ergenlerin (%97,90), inandığı halde dinî pratiklerinde eksikleri olan ergenlerden (%89,66) daha fazla olduğu saptanmıştır. Pratikleri eksik olan ergenler için düzenli ve devamlı olarak ibadetlerini yerine

getiremeler de inanmalarının sağladığı psikolojik faydadan söz edilebilir. Öte yandan kararsız olan grupta ise doğal olarak şüpheli olan ergenlerin en yüksek orana (%41,18) sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo-b.c/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Dinî inanç düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
İnançlı	105	31	5	2	0	143
%	73.43%	21.68%	3.50%	1.40%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	114	76	37	2	3	232
%	49.14%	32.76%	15.95%	.86%	1.29%	
Şüpheli	3	4	5	3	2	17
%	17.65%	23.53%	29.41%	17.65%	11.76%	
İlgisiz	4	0	0	1	0	5
%	80.00%	0.00%	0.00%	20.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=226.1881$ $SD=16$ $P=0,0000$						

Grafik-b.e/2



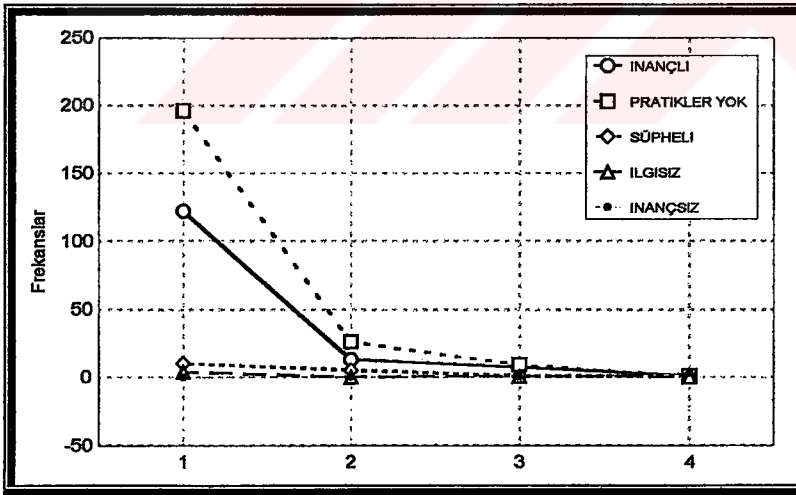
Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Buradaki oranlara bakıldığında da yine inançlı ve pratiklerini yerine getiren ergenler (%73,43) ile inandığı halde pratikleri eksik olan ergenlerin (%49,14), diğer gruplara oranla daha yüksek oranlara sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca bu gruplara ilaveten sayıları oldukça az olan ilgisiz ergenlerin de oranının (%80) fazla olduğu saptanmıştır. Yukarıdaki sözü edilen iki grubun dua ve ibadeti dinî

başa çıkma yöntemi olarak daha çok kullandıkları söylenebilir. Buradaki önemli bir tespit de, bu iki grup arasındaki farklılaşmadır. Derecelendirme açısından karşılaştırıldığında pratikleri eksik olan ergenlerin, inançlı ve pratikleri tam olan ergenlere göre dua ve ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak daha az kullandıkları görülmüştür.

Tablo-b.e/3 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Dinî inanç düzeyi	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
İnançlı	122	13	7	1	143
%	85.31%	9.09%	4.90%	.70%	
İnançlı/pratikleri eksik	196	26	9	1	232
%	84.48%	11.21%	3.88%	.43%	
Şüpheli	10	5	1	1	17
%	58.82%	29.41%	5.88%	5.88%	
İlgisiz	4	0	1	0	5
%	80.00%	0.00%	20.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2=212.2482$		$SD= 12$		$P=0,0000$	

Grafik-b.e/3



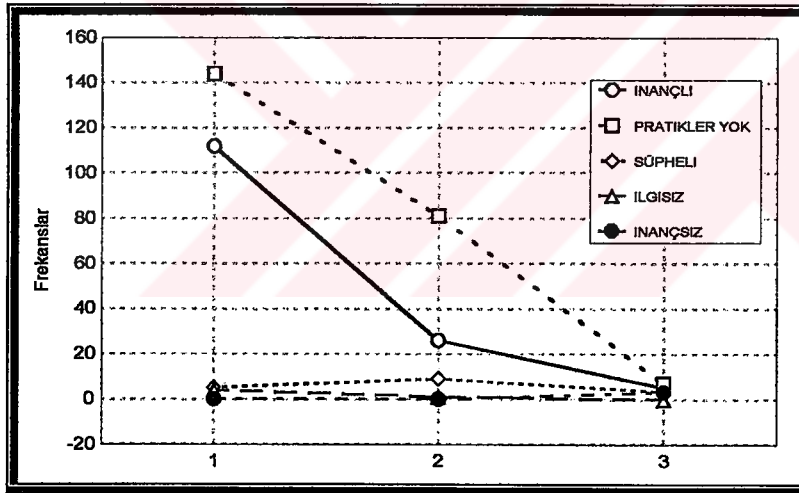
Yukarıdaki saptanan verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç olarak, pratikleri tam (%85,31) ve eksik olan (%84,48) ergenler ile ilgisiz olan (%80) ergenlerin, aşırı stres ve kaygılı durumlarda diğer gruplara oranla daha fazla dua etme ihtiyacı duydukları, dolayısıyla duayı aşırı stres ve kaygıya karşı dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir.

Tablo-b.e/4 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Dinî inanç düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	112	26	5	143
%	78.32%	18.18%	3.50%	
İnançlı/pratikleri eksik	144	81	7	232
%	62.07%	34.91%	3.02%	
Şüpheli	5	9	3	17
%	29.41%	52.94%	17.65%	
İlgisiz	4	1	0	5
%	80.00%	20.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	265	117	18	400

$X^2=91.19926$ $SD=8$ $P=0,00000$

Grafik-b.e/4

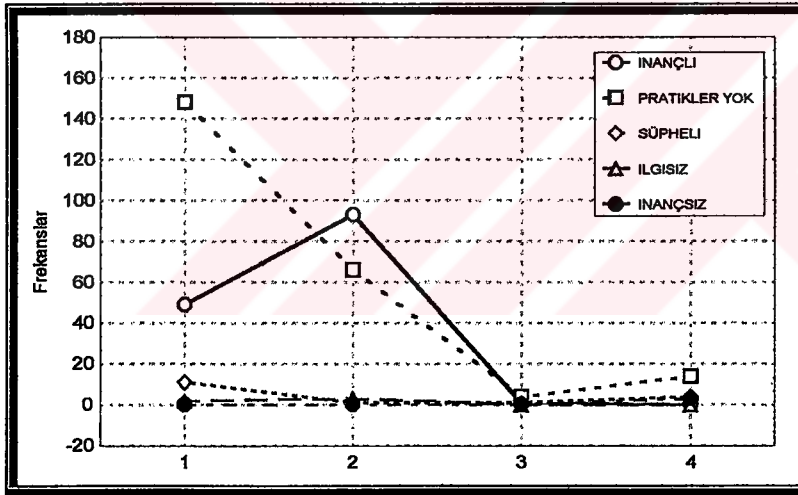


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, yaptıkları ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygılardan uzaklaşıp psikolojik bir rahatlama hissedenlerde, inançlı olup pratikleri tam (%78,32) ve eksik olan (%62,07) grubun diğer gruplara göre oldukça yüksek bir orana sahip oldukları gözlenmiştir. Sözü edilen iki gruptaki ergenlerin, ibadeti de dua da olduğu gibi dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları, ancak kullanılan yöntemin psikolojik sonuçları bakımından, pratikleri eksik olan ergenlerin söz konusu yöntemin psikolojik faydalarını daha az hissettikleri söylenebilir.

Tablo-b.e/5 Herhangi bir problemden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşandığında, bu durumdan kurtulmak için yapılan dinî davranış türleri

Dinî inanç düzeyi	Sadece dua ediyorum	Hem dua hem ibadet ediyorum	Sadece ibadet ediyorum	Hiç birini yapmıyorum	Toplam
İnançlı	49	93	1	0	143
%	34.27%	65.03%	0.70%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	148	66	4	14	232
%	63.79%	28.45%	1.72%	6.03%	
Şüpheli	11	1	1	4	17
%	64.71%	5.88%	5.88%	23.53%	
İlgisiz	2	3	0	0	5
%	40.00%	60.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	210	163	6	21	400
$X^2=126.1065$		$SD=12$	$P=0,00000$		

Grafik-b.e/5

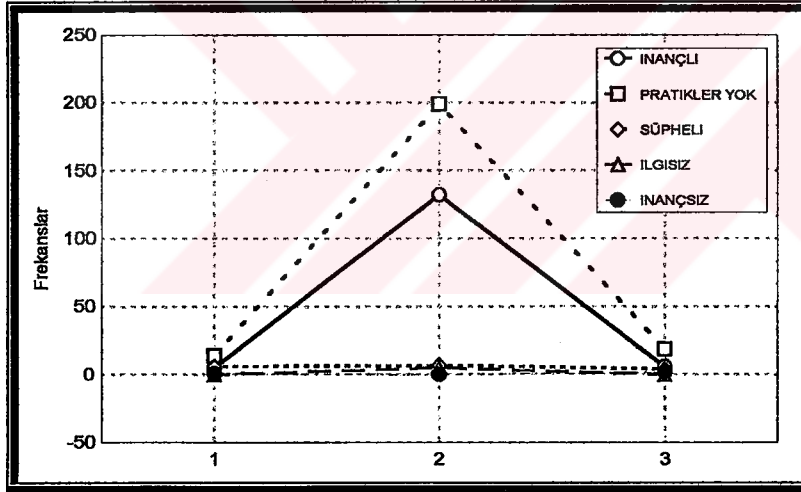


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile herhangi bir problemden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşandığında, bu durumdan kurtulmak için yapılan dinî davranış türleri arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Yukarıdaki profile bakıldığında dinî inanç düzeyine göre, ergenlerin aşırı stres ve kaygıya karşı kullandıkları dinî başa çıkma metotlarında bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre, inançlı ve dinî pratiklerini yerine getiren ergenlerin (%65,03) daha çok hem duayı hem de ibadeti; dinî pratikleri eksik olan (%63,79) ve şüpheli olan (%64,71) ergenlerin ise daha çok, sadece duayı dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları saptanmıştır.

Tablo-b.e/6 Dua ve ibadet yapıldığı halde isteklerin yerine gelmemesi durumunda gösterilen tepkisel dinî tutum ve davranışlar (Dua ve ibadetin ergeni, dinî şüphe ve kararsızlıklara sevk etmesi durumu)

Dinî inanç düzeyi	Dua ve ibadet etmeyi bırakıyorum	Dua ve ibadet etmeye devam ediyorum	Hiç biri benim için önemli değildir	Toplam
İnançlı	5	132	6	143
%	3.50%	92.31%	4.20%	
İnançlı/pratikleri eksik	14	199	19	232
%	6.03%	85.78%	8.19%	
Şüpheli	6	7	4	17
%	35.29%	41.18%	23.53%	
İlgisiz	0	5	0	5
%	0.00%	100.00%	0.00%	
İnançsız	1	0	2	3
%	33.33%	0.00%	66.67%	
Toplam	26	343	31	400
$X^2=56.41600$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.e/6

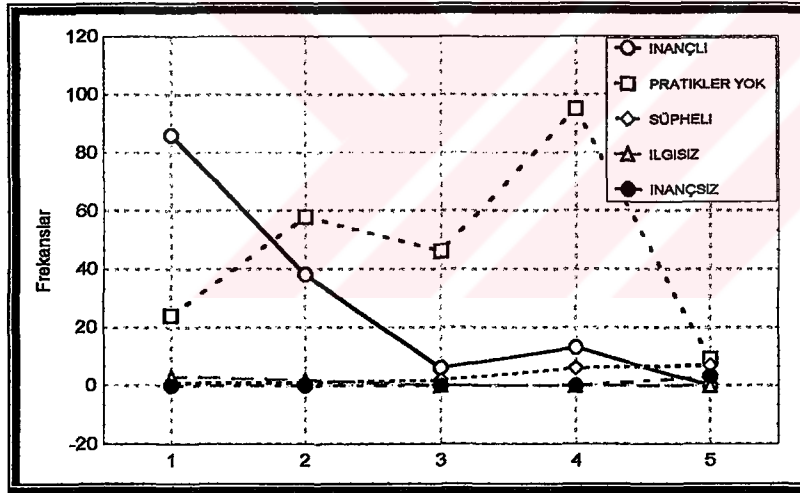


Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile dua ve ibadetin ergeni, dinî şüphe ve kararsızlıklara sevk etmesi durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki görülmüştür. Bu durumda, pratikleri tam (%92,31) ve eksik olan (%85,78) iki grubun istekleri yerine gelmese de dinî şüphe ve kararsızlık içerisine düşmeyip dua ve ibadet etmeye devam ettikleri gözlenmiştir. Öte yandan dinî inançlarıyla ilgili şüphe ve kararsızlıkları olan ergenler (%41,18) ile dine karşı ilgisiz olan ergenlerin (%100) de, isteklerinin yerine getirilmediği durumlarda dua ve ibadeti bırakma anlamında olumsuz tepki göstermeyip dua ve ibadet etmeye devam ettikleri saptanmıştır.

Tablo-b.e/7 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Dinî inanç düzeyi	Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	Günlük namazlarımın bazılarını kılıyorum	Cuma ve bayram namazlarımı kılıyorum	Çok istememe rağmen namazlarımı kılmıyorum	Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	86	38	6	13	0	143
%	60.14%	26.57%	4.20%	9.09%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	24	58	46	95	9	232
%	10.34%	25.00%	19.83%	40.95%	3.88%	
Şüpheli	1	1	2	6	7	17
%	5.88%	5.88%	11.76%	35.29%	41.18%	
İlgisiz	3	2	0	0	0	5
%	60.00%	40.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	114	99	54	114	19	400
$X^2=249.9927$		$SD=16$		$P=0,0000$		

Grafik-b.e/7

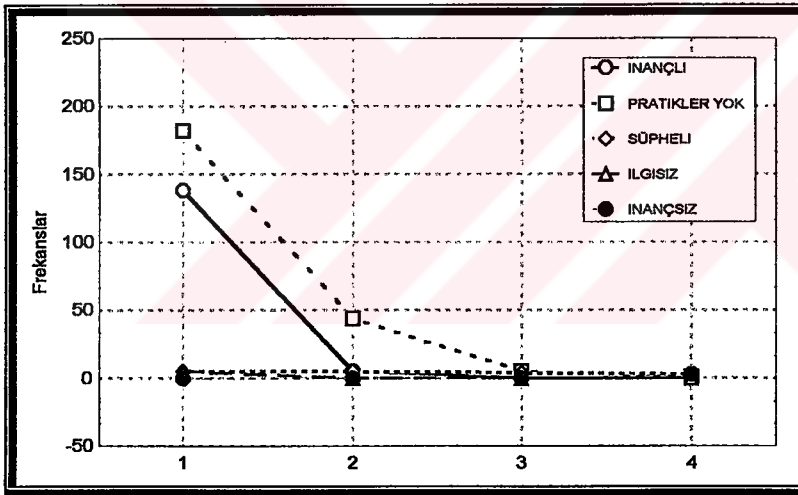


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, dinî inanç düzeyi açısından inançlı ve pratiklerini yerine getiren ergenlerin (%60,14) her gün beş vakit namazlarını diğer gruplara göre daha fazla kıldığı gözlenmiştir. Öte yandan pratikleri eksik olan ergenlerle ilgili ilginç bir tespit olarak bu ergenlerin (%40,95) çok istemelerine rağmen namazlarını kılamadıkları saptanmıştır. Buna sebep olarak, cinsellik, bağımsızlık ve benlik güdüleri ile dinî görev ve kurallar arasında yaşadıkları psikolojik çatışma durumu gösterilebilir.

Tablo-b.e/8 Oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Dinî inanç düzeyi	Her yıl ramazan ayında devamlı	Her yıl ramazan ayında ara sıra	Bazı yıllar tutuyorum bazı yıllar tutmuyorum	Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	138	5	0	0	143
%	96.50%	3.50%	0.00%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	182	44	5	1	232
%	78.45%	18.97%	2.16%	.43%	
Şüpheli	5	5	4	3	17
%	29.41%	29.41%	23.53%	17.65%	
İlgisiz	5	0	0	0	5
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	330	54	9	7	400
$X^2=264.8769$		SD=12		P=0,0000	

Grafik-b.e/8

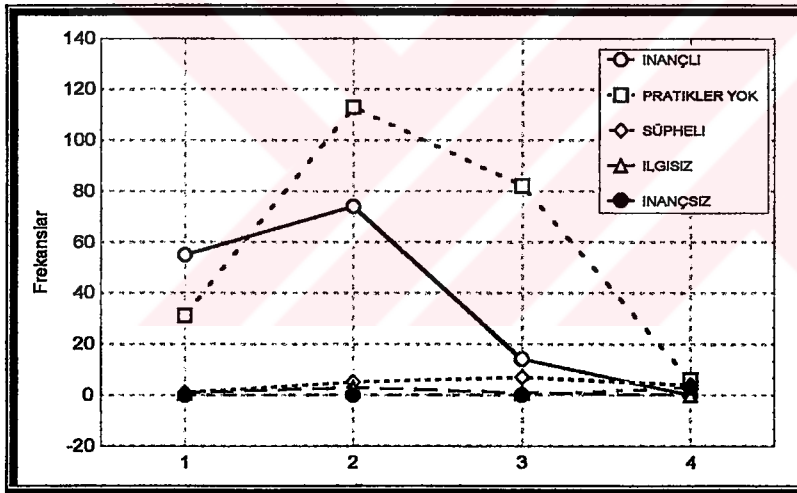


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla oruç ibadetiyle ilgili profile bakıldığında dinî inanç düzeyi açısından pratikleri eksik olan ergenlerin (%78,45), tam olanlara (%96,50) göre daha az oruç tuttukları gözlenmiştir. Öte yandan pratikleri eksik olanların (%18,97) ve dinî inançlar konusunda şüphesi olanların (%29,41) diğer gruplara göre her yıl ara sıra oruç tutma oranlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo-b.e/9 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Dinî inanç düzeyi	Düzenli olarak her gün okuyorum	Mübarek gün ve gecelerde okuyorum	Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	Kur'an okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	55	74	14	0	143
%	38.46%	51.75%	9.79%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	31	113	82	6	232
%	13.36%	48.71%	35.34%	2.59%	
Şüpheli	1	5	7	4	17
%	5.88%	29.41%	41.18%	23.53%	
İlgisiz	1	3	1	0	5
%	20.00%	60.00%	20.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	88	195	104	13	400
$X^2=168.9594$		$SD= 12$	$P=0,00000$		

Grafik-b.e/9

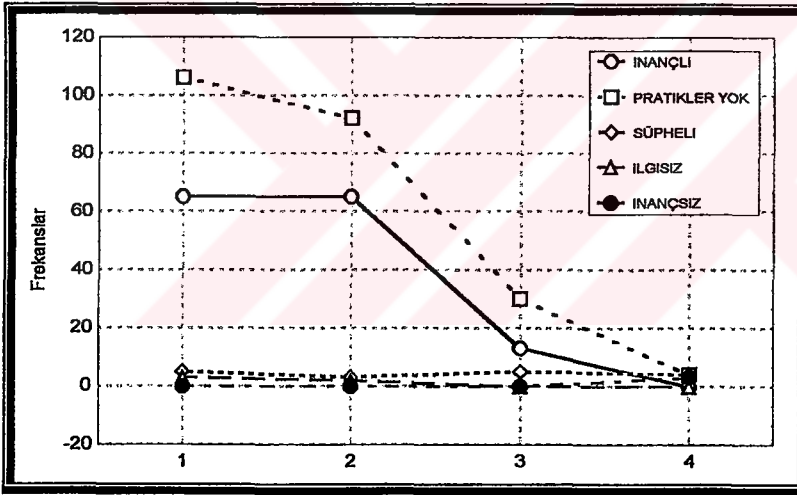


Yukarıdaki saptanan verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç olarak, dinî inanç düzeyi açısından karşılaştırıldığında inançlı ve pratikleri tam olan ergenlerin (%38,46) her gün az da olsa diğer gruplara göre daha fazla Kur'an okudukları saptanmıştır. Öte yandan pratikleri tam (%51,75) ve eksik olan ergenlerin (%48,71) ise daha çok, mübarek gün ve gecelerde Kur'an okudukları gözlenmiştir.

Tablo-b.e/10 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Dinî inanç düzeyi	Günah olan her davranış için	Duayla birlikte affedilmem için	Ara sıra tövbe ediyorum	Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	65	65	13	0	143
%	45.45%	45.45%	9.09%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	106	92	30	4	232
%	45.69%	39.66%	12.93%	1.72%	
Şüpheli	5	3	5	4	17
%	29.41%	17.65%	29.41%	23.53%	
İlgisiz	3	2	0	0	5
%	60.00%	40.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	179	162	48	11	400
$X^2=148.1272$		$SD=12$	$P=0,00000$		

Grafik-b.e/10



Yukarıdaki gözlenen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, günah olan her davranışın sonunda tövbe eden grupların başında pratikleri eksik olan ergenlerin (%45,69) geldiği, inancılı ve pratikleri tam olan ergenlerin (%45,45) ise az bir farkla bu grubu takip ettikleri saptanmıştır. Bunun yanı sıra tövbe etmeye ihtiyaç duymayan grupların tüm dinî inanç düzeylerinde oldukça az olduğu gözlenmiştir.

Tablo-b.e/11 İbadetlerin düzenli ve devamlı olarak yapılmaması durumunda duyulan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu

Dinî inanç düzeyi	Evet, hissediyorum	Ara sıra hissediyorum	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
İnançlı	130	13	0	143
%	90.91%	9.09%	0.00%	
İnançlı/pratikleri eksik	148	73	11	232
%	63.79%	31.47%	4.74%	
Şüpheli	4	10	3	17
%	23.53%	58.82%	17.65%	
İlgisiz	5	0	0	5
%	100.00%	0.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	287	96	17	400
$X^2=125.0393$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik- b.e/11

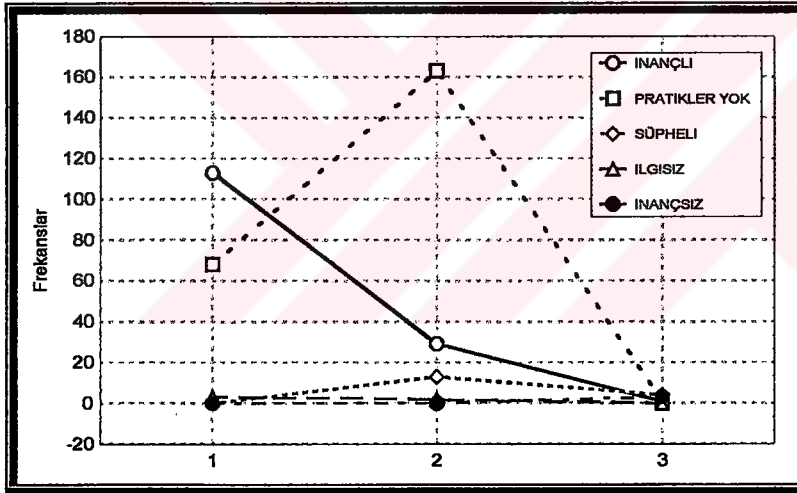


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile ibadetlerin düzenli ve devamlı olarak yapılmaması durumunda duyulan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde ibadetlerini düzenli ve devamlı olarak yapamadıkları için dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu hisseden ergenlerin başında dinî pratiklerini tam olarak yapmaya çalışan ergenlerin oluşturduğu grubun (%90,91) geldiği ve bu grubu, dinî pratikleri eksik olan ergenlerin (%63,79) izlediği saptanmıştır. Elde edilen bu veri, genel anlamda ergenlerde her ne kadar dinî pratikler eksik olsa da, ibadet yapma ve yapamadıkları ibadetler için eksiklik duyma bilinçlerinin yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo-b.e/12 Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması

Dinî inanç düzeyi	Devamlı dua ve ibadet ediyorum	Ara sıra dua ve ibadet ediyorum	Hiç dua ve ibadet etmiyorum	Toplam
İnançlı	113	29	1	143
%	79.02%	20.28%	.70%	
İnançlı/pratikleri eksik	68	163	1	232
%	29.31%	70.26%	.43%	
Şüpheli	0	13	4	17
%	0.00%	76.47%	23.53%	
İlgisiz	3	2	0	5
%	60.00%	40.00%	0.00%	
İnançsız	0	0	3	3
%	0.00%	0.00%	100.00%	
Toplam	184	207	9	400
$X^2=270.4420$		SD=8	P=0,0000	

Grafik-b.e/12



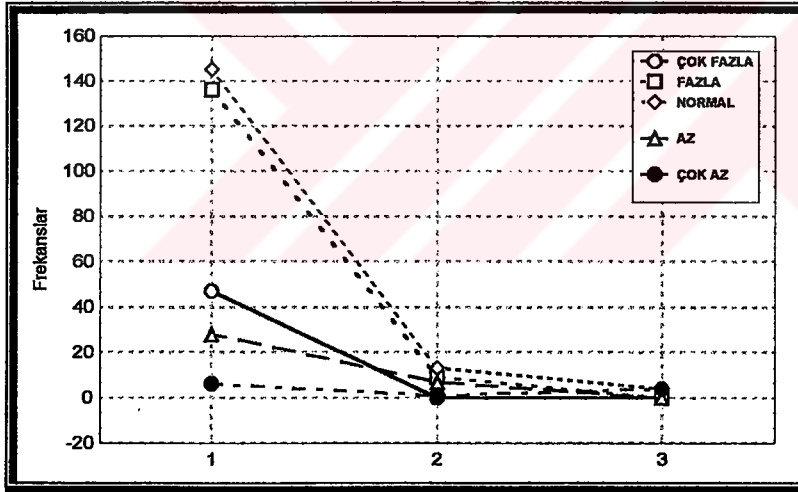
Yukarıdaki saptanan verilere göre, dinî inanç düzeyi değişkeni ile genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç itibariyle, dinî pratikleri eksik olan ergenler (%70,26) ile dinî konularda şüpheleri olan ergenlerin (%76,47) doğal olarak ara sıra dua ve ibadet ettikleri, inançlı ve ibadetlerini tam olarak yerine getirmeye çalışan ergenlerin (%79,02) de düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet ettikleri saptanmıştır.

b.f. “Dua Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.f/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu

Dua etmenin sıklık düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Çok fazla	47	0	0	47
%	100.00%	0.00%	0.00%	
Fazla	136	9	0	145
%	93.79%	6.21%	0.00%	
Normal	145	13	4	162
%	89.51%	8.02%	2.47%	
Az	28	7	0	35
%	80.00%	20.00%	0.00%	
Çok az	6	1	4	11
%	54.55%	9.09%	36.36%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=83.55986$		SD=8	P=0,00000	

Grafik-b.f/1



Yukarıdaki elde edilen verilere göre, dua etmenin sıklık düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, dua etmenin sıklık düzeyi bakımından tüm grupların dua ve ibadet etmenin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inandıkları saptanmıştır. Derecelendirilmeye bakıldığında ise, çok fazla (%100) ve fazla (%93,79) derecede dua eden ergenlerin, diğer gruplara oranla sözü edilen psikolojik etkiye daha fazla inandıkları gözlenmiştir. Öte yandan dua ve ibadetin olumlu psikolojik etkiler yaptığına inanan en düşük

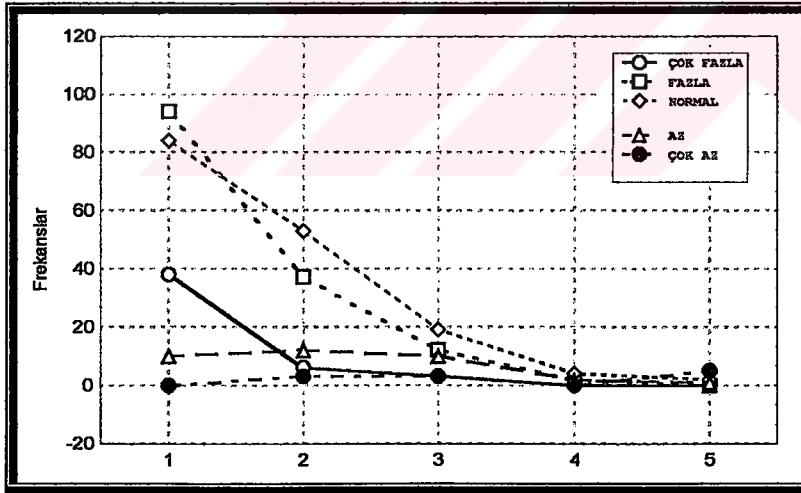
grubu, çok az dua eden ergenlerin (%54,55) oluşturduğu görülmüştür. Söz konusu tablo, dua etmenin sıklık düzeyi arttıkça olumlu psikolojik etkilerinin görülme düzeyinin de arttığı, şeklinde yorumlanabilir.

Tablo-b.f/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Dua etmenin sıklık düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Çok fazla	38	6	3	0	0	47
%	80.85%	12.77%	6.38%	0.00%	0.00%	
Fazla	94	37	12	2	0	145
%	64.83%	25.52%	8.28%	1.38%	0.00%	
Normal	84	53	19	4	2	162
%	51.85%	32.72%	11.73%	2.47%	1.23%	
Az	10	12	10	2	1	35
%	28.57%	34.29%	28.57%	5.71%	2.86%	
Çok az	0	3	3	0	5	11
%	0.00%	27.27%	27.27%	0.00%	45.45%	
Toplam	226	111	47	8	8	400

$X^2=150.0788$ $SD=16$ $P=0,00000$

Grafik-b.f/2



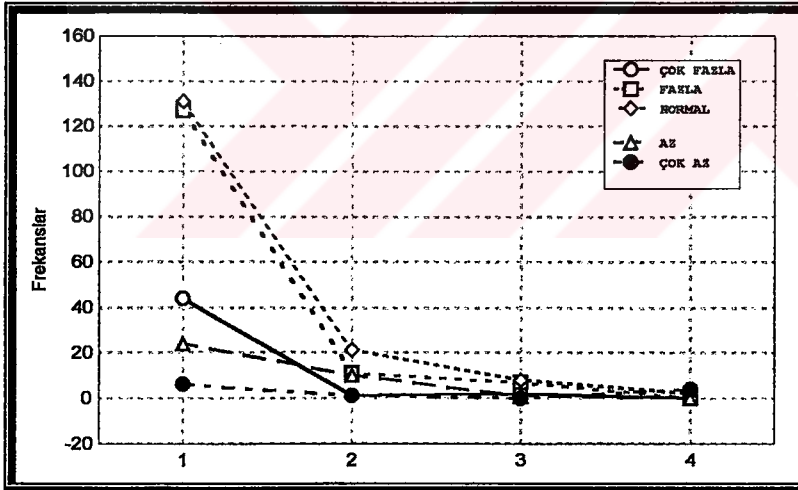
Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, dua etmenin sıklık düzeyi değişkeni ile Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla, dua etmenin sıklık düzeyine göre yaptıkları dua ve ibadetleri dinî başa çıkma yöntemi olarak kullanan gruplara bakıldığında, tüm grupların dua ve ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları gözlenmiştir. Ancak söz konusu yöntemi en çok kullanan grupları

ise çok fazla (%80,85), fazla (%64,83) ve normal (%51,85) derecede dua eden ergenlerin oluşturduğu tespit edilmiştir.

Tablo-b.f/3 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Dua etmenin sıklık düzeyi	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
Çok fazla	44	1	2	0	47
%	93.62%	2.13%	4.26%	0.00%	
Fazla	127	11	7	0	145
%	87.59%	7.59%	4.83%	0.00%	
Normal	131	21	8	2	162
%	80.86%	12.96%	4.94%	1.23%	
Az	24	10	1	0	35
%	68.57%	28.57%	2.86%	0.00%	
Çok az	6	1	0	4	11
%	54.55%	9.09%	0.00%	36.36%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2=111.8040$		$SD=12$	$P=0,00000$		

Grafik-b.f/3

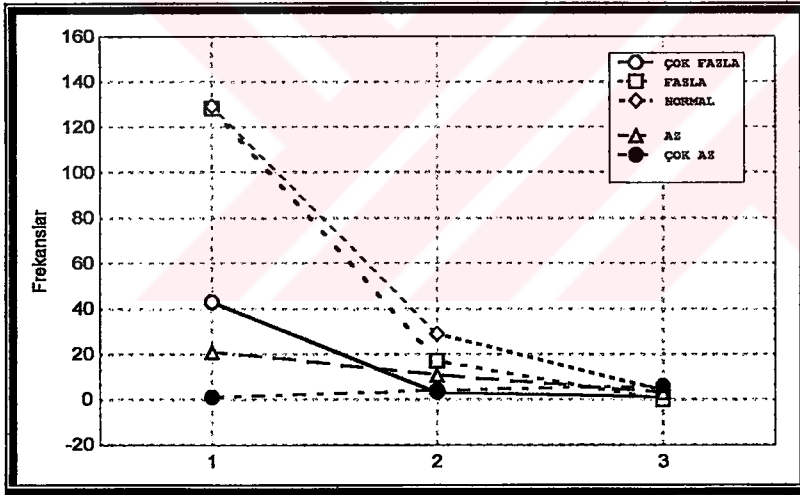


Yukarıdaki saptanan verilere göre, dua etmenin sıklık düzeyi değişkeni ile dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç olarak, çok fazla (%93,62), fazla (%87,59) ve normal (%80,86) derecede dua eden ergenlerin diğer gruplara göre aşırı stres ve kaygılı durumlarda daha fazla dua etme ihtiyacı duydukları, dolayısıyla duayı aşırı stres ve kaygıya karşı dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir.

Tablo-b.f/4 Düzenli ve devamlı olarak dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

Dua etmenin sıklık düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	43	3	1	47
%	91.49%	6.38%	2.13%	
Fazla	128	17	0	145
%	88.28%	11.72%	0.00%	
Normal	129	29	4	162
%	79.63%	17.90%	2.47%	
Az	21	11	3	35
%	60.00%	31.43%	8.57%	
Çok az	1	4	6	11
%	9.09%	36.36%	54.55%	
Toplam	322	64	14	400
$X^2=113.6855$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.f/4



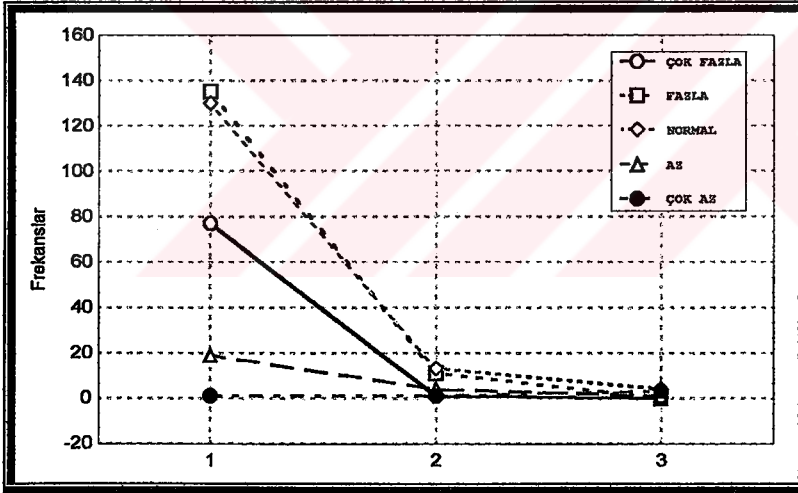
Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, dua etmenin sıklık düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki görülmüştür. Bu durumda, çok fazla (%91,49) ve fazla (%88,28) derecede dua edenle normal (%79,63) derecede dua eden ergenlerin, diğer gruplara göre duayı, daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları, dolayısıyla sonuçları itibariyle bu grupların diğer gruplara oranla söz konusu metodun daha fazla psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir.

b.g. “Dua Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.g/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

Dua etmenin içtenlik düzeyi	Evet, inandıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Çok fazla	77	1	0	78
%	98.72%	1.28%	0.00%	
Fazla	135	11	0	146
%	92.47%	7.53%	0.00%	
Normal	130	13	4	147
%	88.44%	8.84%	2.72%	
Az	19	4	1	24
%	79.17%	16.67%	4.17%	
Çok az	1	1	3	5
%	20.00%	20.00%	60.00%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=101.4313$ $SD=8$ $P=0,00000$				

Grafik-b.g/1

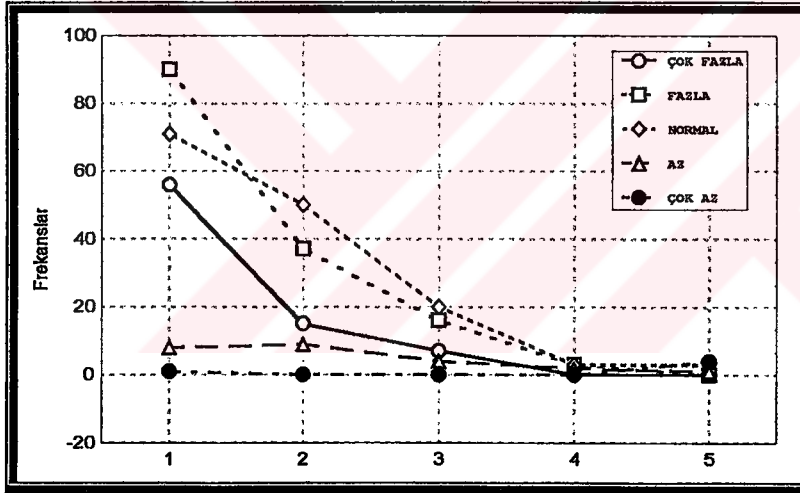


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, dua etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, çok fazla (%98,72), fazla (%92,47), normal (%88,44) ve az (%79,14) derecede içtenlikle dua eden ergenlerin çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre düzenli ve devamlı olarak yapılan dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanma oranlarının daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Burada, genel olarak ergenlerin büyük çoğunluğunun dua esnasında yoğunlaşabildiği ve dolayısıyla da duanın sağladığı psikolojik faydalardan istifade ettikleri söylenebilir.

Tablo-b.g/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Dua etmenin İçtenlik düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Çok fazla	56	15	7	0	0	78
%	71.79%	19.23%	8.97%	0.00%	0.00%	
Fazla	90	37	16	3	0	146
%	61.64%	25.34%	10.96%	2.05%	0.00%	
Normal	71	50	20	3	3	147
%	48.30%	34.01%	13.61%	2.04%	2.04%	
Az	8	9	4	2	1	24
%	33.33%	37.50%	16.67%	8.33%	4.17%	
Çok az	1	0	0	0	4	5
%	20.00%	0.00%	0.00%	0.00%	80.00%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=181.4771$		$SD=16$		$P=0,00000$		

Grafik-b.g/2

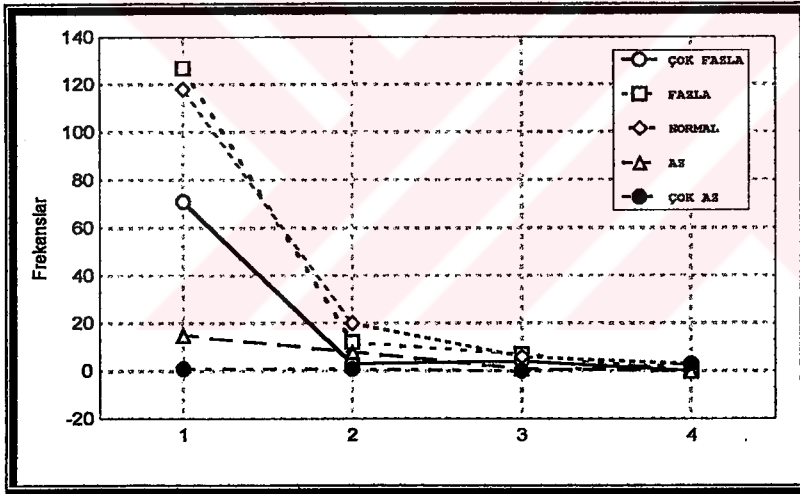


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, dua etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla, buradaki profile bakıldığında da yine dua ederken çok fazla (%71,79) ve fazla (%61,64) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, normal (%48,30), az (%33,33) ve çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre dua ve ibadeti daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları söylenebilir.

Tablo-b.g/3 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Dua etmenin içtenlik düzeyi	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
Çok fazla	71	3	4	0	78
%	91.03%	3.85%	5.13%	0.00%	
Fazla	127	12	7	0	146
%	86.99%	8.22%	4.79%	0.00%	
Normal	118	20	6	3	147
%	80.27%	13.61%	4.08%	2.04%	
Az	15	8	1	0	24
%	62.50%	33.33%	4.17%	0.00%	
Çok az	1	1	0	3	5
%	20.00%	20.00%	0.00%	60.00%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2=139.9021$		$SD=12$	$P=0,00000$		

Grafik-b.g/3

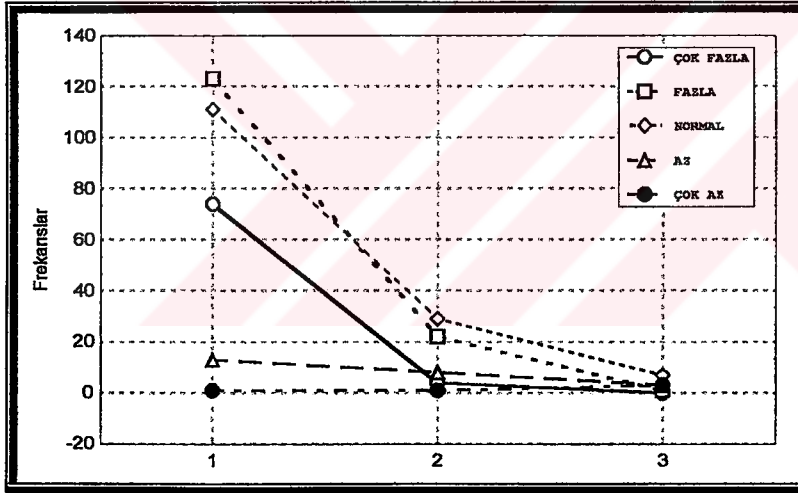


Yukarıdaki saptanan verilere göre, dua etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç olarak, dua ederken çok fazla (%91,03), fazla (%86,99), normal (%80,27) ve az (%62,50) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin daha çok, aşırı stres ve kaygılı durumlarda dua etme ihtiyacı duydukları, dolayısıyla duayı aşırı stres ve kaygıya karşı daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir.

Tablo-b.g/4 Düzenli ve devamlı olarak dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

Dua etmenin içtenlik düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	74	4	0	78
%	94.87%	5.13%	0.00%	
Fazla	123	22	1	146
%	84.25%	15.07%	.68%	
Normal	111	29	7	147
%	75.51%	19.73%	4.76%	
Az	13	8	3	24
%	54.17%	33.33%	12.50%	
Çok az	1	1	3	5
%	20.00%	20.00%	60.00%	
Toplam	322	64	14	400
$X^2=76.58850$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.g/4

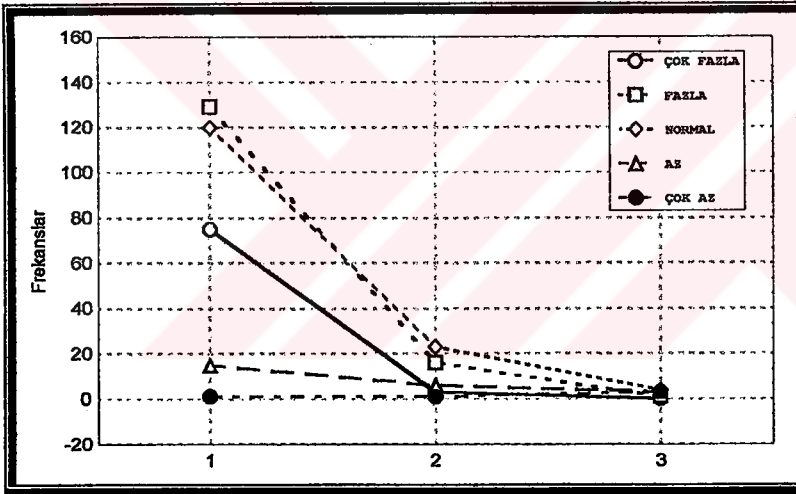


Yukarıdaki ilgili tablo ve grafikten elde edilen verilere göre, dua etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki görülmüştür. Bu durumda, dua ederken çok fazla (%94,87), fazla (%84,75) ve normal (%75,51) derecede yoğunlaşabilenlerin, az (%54,17) ve çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre duayı daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve sonuçları itibariyle de söz konusu metodun diğer iki gruba göre daha fazla psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir.

Tablo-b.g/5 İçtenlikle dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

Dua etmenin içtenlik düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	75	3	0	78
%	96.15%	3.85%	0.00%	
Fazla	129	16	1	146
%	88.36%	10.96%	.68%	
Normal	120	23	4	147
%	81.63%	15.65%	2.72%	
Az	15	6	3	24
%	62.50%	25.00%	12.50%	
Çok az	1	1	3	5
%	20.00%	20.00%	60.00%	
Toplam	340	49	11	400
$\chi^2=87.25362$		SD=8	P=0,00000	

Grafik-b.g/5



Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, dua etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile içtenlikle dua etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla bu durumda, dua ederken çok fazla (%96,15), fazla (%88,36) ve normal (%81,63) derecede yoğunlaşabilenlerin az (%62,50) ve çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre duayı, daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve sonuçları itibarıyla de söz konusu metodun diğer iki gruba göre daha fazla psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir.

b.h. “İbadet Etmenin Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre:

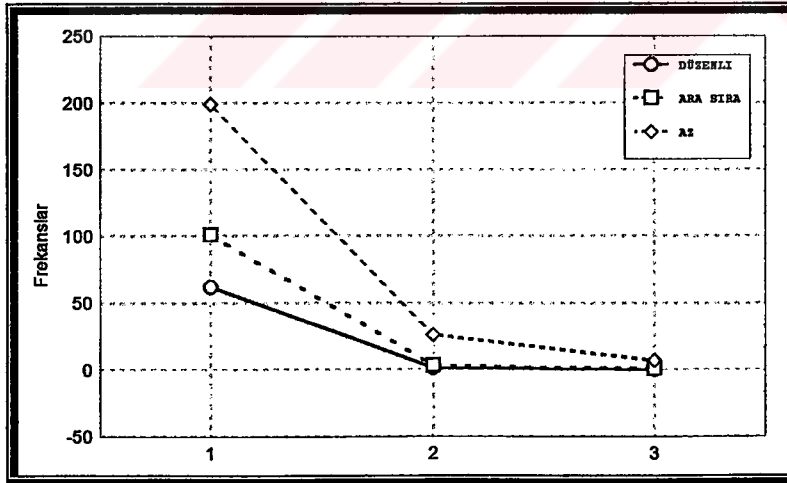
Araştırmada kullanılan bu değişken, ibadet türlerine göre ölçülmüştür. Dolayısıyla sözü edilen değişken adıyla dört alt başlık altında tablo ve grafikler düzenlenmiştir. Bunlardan “namaz kılma sıklık düzeyi” değişkeni, -namaz kılma, devamlı ve düzenli dinî pratiklerin en tipik karakterini yansıttığı için- ana metne alınmış, bunun dışındaki diğer üç alt değişken (oruç tutma, Kur’an okuma, tövbe etme)in bazı tabloları, araştırmanın ekler bölümünde verilmiştir.²⁸

b.h.a. “Namaz Kılma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.h.a/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

Namaz kılma sıklık düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Düzenli	62	1	0	63
%	98.41%	1.59%	0.00%	
Ara sıra	101	3	1	105
%	96.19%	2.86%	.95%	
Az	199	26	7	232
%	85.78%	11.21%	3.02%	
Toplam	362	30	8	400
X ² =14.62528 SD=4 P=0, 00555				

Grafik-b.h.a/1



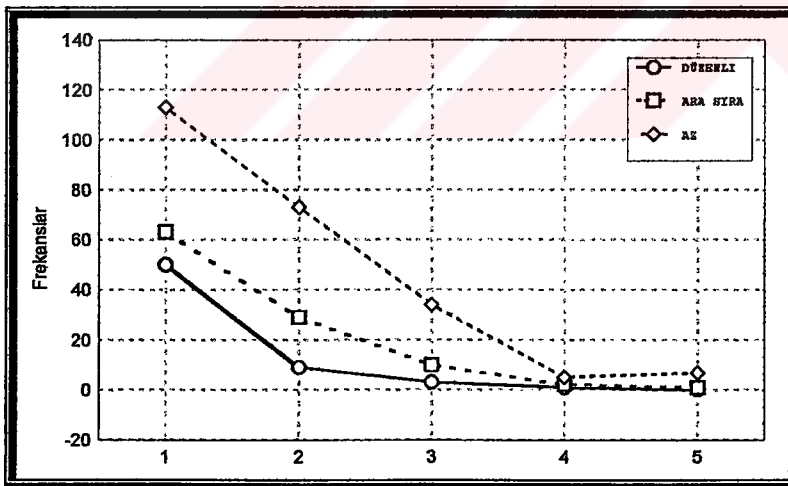
Yukarıdaki elde edilen verilere göre, namaz kılma sıklık düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel

olarak değerlendirildiğinde, namaz kılmanın sıklık düzeyi açısından tüm gruplar için düzenli ve devamlı olarak yapılan dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inananlarda bir yoğunlaşma olduğu gözlenmiştir. Bu psikolojik etkiye inananlarda derecelendirme açısından düzenli (%98,41) ve ara sıra (%96,19) namaz kılan ergenlerin, az (%85,78) derecede namaz kılan ergenlerden daha fazla olduğu saptanmıştır. Öte yandan kararsız ve inananmayan grupta ise en yüksek oranın, az derecede namaz kılan ergenlere ait olduğu tespit edilmiştir.

Tablo-b.h.a/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Namaz kılma sıklık düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Düzenli	50	9	3	1	0	63
%	79.37%	14.29%	4.76%	1.59%	0.00%	
Ara sıra	63	29	10	2	1	105
%	60.00%	27.62%	9.52%	1.90%	.95%	
Az	113	73	34	5	7	232
%	48.71%	31.47%	14.66%	2.16%	3.02%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=21.67205$		SD=8		P=0,00557		

Grafik-b.h.a/2



Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, namaz kılma sıklık düzeyi değişkeni ile Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır.

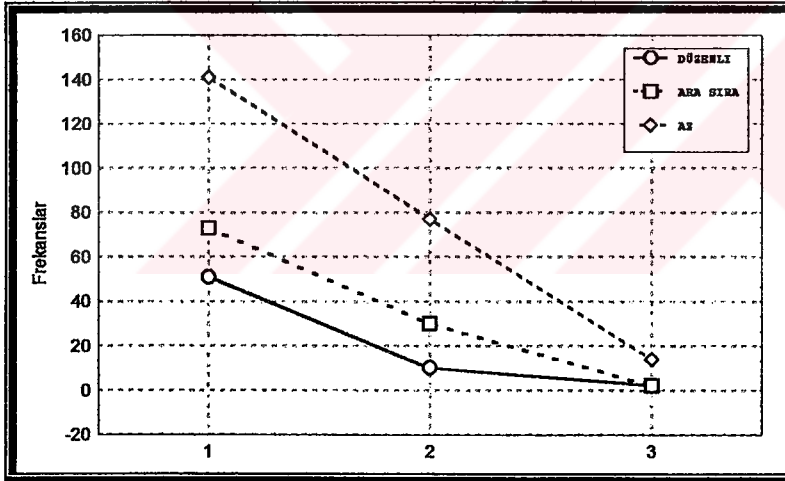
28 Sözü edilen değişkenlerin tabloları için bkz. "EK-1 / Araştırmada "İbadet Etmenin Sıklık Düzeyi" İle İlgili Kullanılan Oruç Tutma, Kur'an Okuma, Tövbe Etme (Üç Alt) Bağımsız Değişkenlerinin Yüzde Beş (0,05) Anlamlılık Düzeyine Göre Anlamlı Bulunan Bazı Tabloları" bölümü

Dolayısıyla, genel olarak tüm grupların dua ve ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları söylenebilir. Ancak düzenli (%79,37) ve ara sıra (%60) namaz kılan ergenlerin, az (%48,71) derecede namaz kılan ergenlere göre daha yüksek orana sahip oldukları görülmüştür.

Tablo-b.h.a/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Namaz kılma sıklık düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	51	10	2	63
%	80.95%	15.87%	3.17%	
Ara sıra	73	30	2	105
%	69.52%	28.57%	1.90%	
Az	141	77	14	232
%	60.78%	33.19%	6.03%	
Toplam	265	117	18	400
$X^2=11.40801$		$SD=4$	$P=0,02236$	

Grafik-b.h.a/3

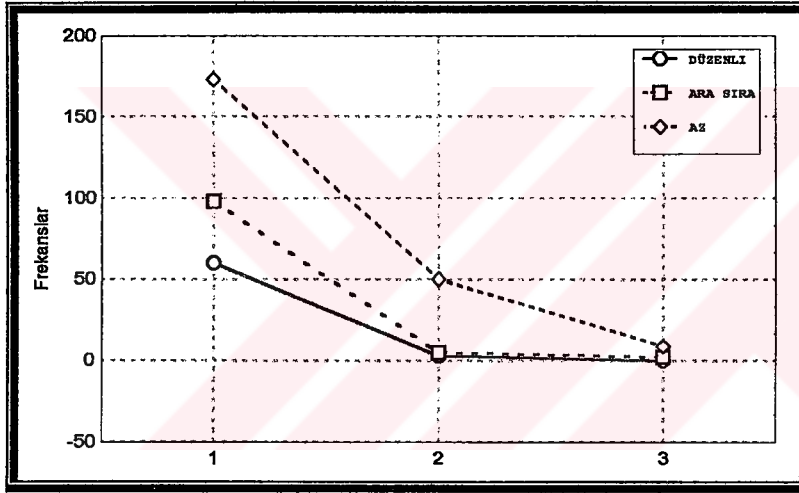


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, namaz kılma sıklık düzeyi değişkeni ile yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, düzenli (%80,95) namaz kılan grubun diğer gruplara göre yüksek bir orana sahip olduğu gözlenmiştir. Genel olarak bakıldığında tüm gruptaki ergenlerin, ibadeti de duada olduğu gibi dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları, ancak kullanılan yöntemin psikolojik sonuçları bakımından gruplar arasında farklılıkların olduğu söylenebilir. Değişkenle ilgili diğer profillerde olduğu gibi burada da az (%60,78) derecede ibadet eden ergenlerin, diğer gruplara göre ibadeti, daha az dinî başa çıkma metodu olarak kullandıkları görülmüştür.

Tablo-b.h.a/4 Düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

Namaz kılma sıklık düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	60	3	0	63
%	95.24%	4.76%	0.00%	
Ara sıra	98	5	2	105
%	93.33%	4.76%	1.90%	
Az	173	50	9	232
%	74.57%	21.55%	3.88%	
Toplam	331	58	11	400
$X^2=26.50975$		$SD=4$	$P=0,00003$	

Grafik-b.h.a/4



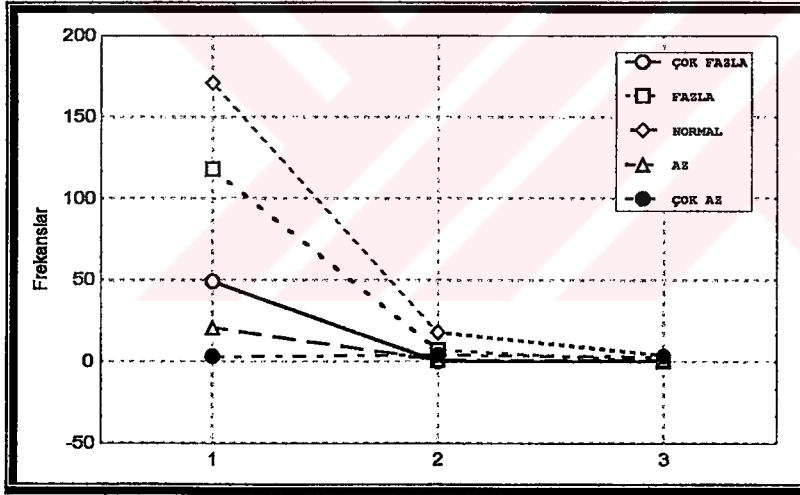
Yukarıdaki elde edilen verilere göre, namaz kılma sıklık düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, namazlarını düzenli (%95,24), ara sıra (%93,33) kılanlar ile az (%74,57) derecede kılan ergenlerin, ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları saptanmıştır. Ancak sonuçları itibarıyla az derecede namaz kılanların, düzenli ve ara sıra kılanlara göre söz konusu metodun daha az psikolojik faydalarını gördükleri söylenebilir.

b.1. “İbadet Etmenin İçtenlik Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.1/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

İbadet etmenin İçtenlik düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Çok fazla	49	0	0	49
%	100.00%	0.00%	0.00%	
Fazla	118	7	0	125
%	94.40%	5.60%	0.00%	
Normal	171	18	4	193
%	88.60%	9.33%	2.07%	
Az	21	1	1	23
%	91.30%	4.35%	4.35%	
Çok az	3	4	3	10
%	30.00%	40.00%	30.00%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=67.66387$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.1/1

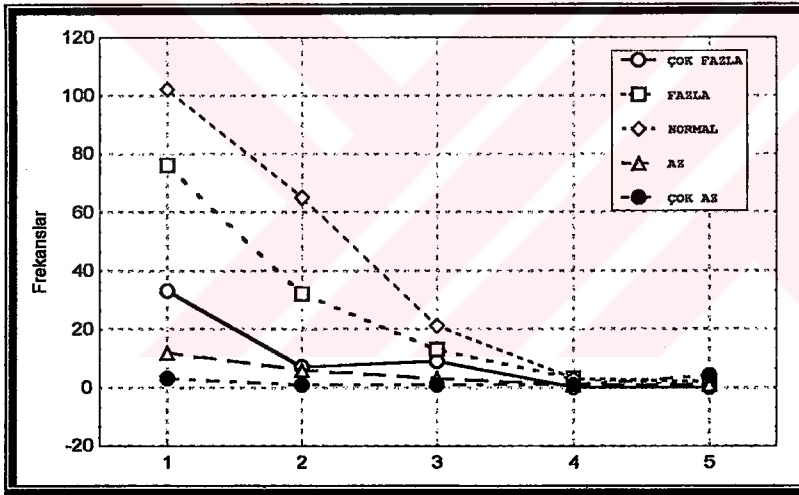


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, ibadet etmenin içtenlik düzeyi açısından tüm grupların düzenli ve devamlı olarak yapılan dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inandıkları gözlenmiştir. Bu gruplardan, ibadet ederken çok fazla (%100), fazla (%94,40), normal (%88,60) ve az (%91,30) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, çok az (%30) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre, bu yoğunlaşmanın sağladığı psikolojik faydalardan daha fazla istifade ettikleri söylenebilir.

Tablo-b.1/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

İbadet etmenin içtenlik düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Çok fazla	33	7	9	0	0	49
%	67.35%	14.29%	18.37%	0.00%	0.00%	
Fazla	76	32	13	3	1	125
%	60.80%	25.60%	10.40%	2.40%	.80%	
Normal	102	65	21	3	2	193
%	52.85%	33.68%	10.88%	1.55%	1.04%	
Az	12	6	3	1	1	23
%	52.17%	26.09%	13.04%	4.35%	4.35%	
Çok az	3	1	1	1	4	10
%	30.00%	10.00%	10.00%	10.00%	40.00%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=93.13458$		$SD=16$		$P=0,00000$		

Grafik-b.1/2

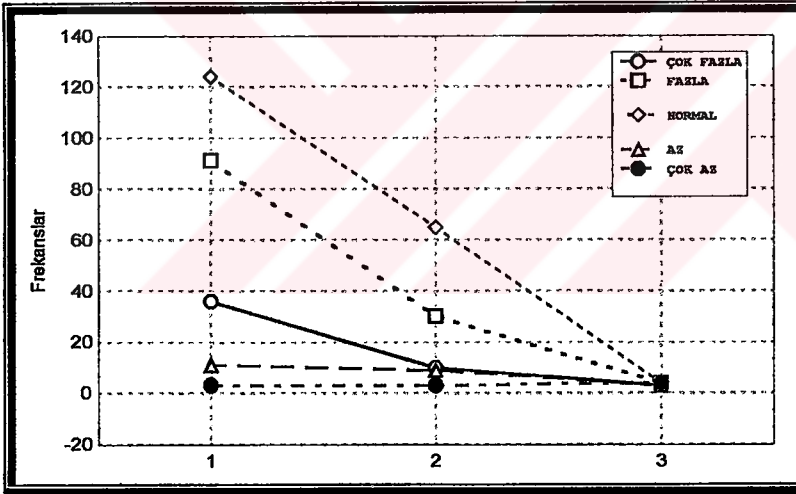


Yukarıdaki tespit edilen verilere göre, ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki saptanmıştır. Dolayısıyla, buradaki profile bakıldığında ibadet ederken çok fazla (%67,35), fazla (%60,80), normal (%52,85) ve az (%52,17) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, çok az (%30) derecede yoğunlaşabilenlere göre daha yüksek oranlara sahip oldukları görülmüştür. Bu dört grubun, çok az derecede yoğunlaşabilen gruba göre dua ve ibadeti daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları söylenebilir.

Tablo-b.1/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

İbadet etmenin içtenlik düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	36	10	3	49
%	73.47%	20.41%	6.12%	
Fazla	91	30	4	125
%	72.80%	24.00%	3.20%	
Normal	124	65	4	193
%	64.25%	33.68%	2.07%	
Az	11	9	3	23
%	47.83%	39.13%	13.04%	
Çok az	3	3	4	10
%	30.00%	30.00%	40.00%	
Toplam	265	117	18	400
$X^2=44.04439$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.1/3

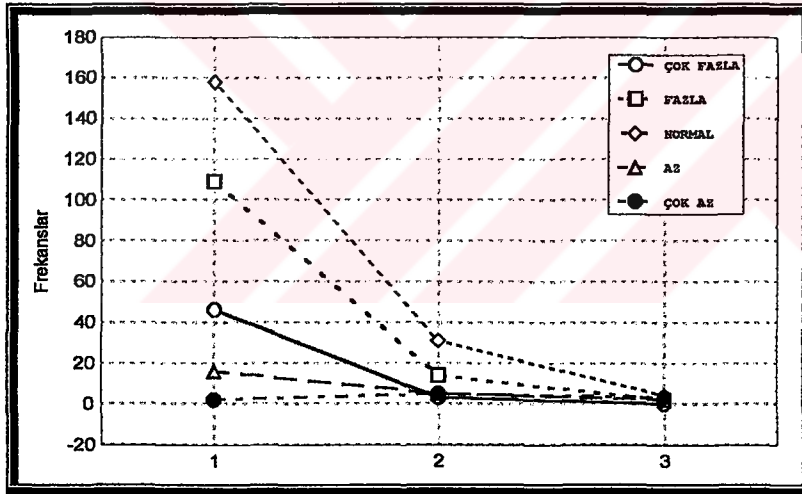


Yukarıdaki gözlenen verilere göre, ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki bulunmuştur. Buna göre, ibadet ederken çok fazla (%73,47), fazla (%72,80) ve normal (%64,25) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, az (%47,83) ve çok az (%30) derecede yoğunlaşabilenlere göre daha yüksek oranlara sahip oldukları gözlenmiştir. Dolayısıyla kullanılan yöntemin psikolojik sonuçları bakımından da çok az ve az derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, söz konusu yöntemin psikolojik faydalarını daha az hissettikleri söylenebilir. Burada dikkati çeken bir başka nokta da, yoğunluk bakımından ibadetin, duadan daha az oranlara sahip olmasıdır.

Tablo-b.1/4 Düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

İbadet etmenin içtenlik düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	46	3	0	49
%	93.88%	6.12%	0.00%	
Fazla	109	14	2	125
%	87.20%	11.20%	1.60%	
Normal	158	31	4	193
%	81.87%	16.06%	2.07%	
Az	16	5	2	23
%	69.57%	21.74%	8.70%	
Çok az	2	5	3	10
%	20.00%	50.00%	30.00%	
Toplam	331	58	11	400
$X^2=51.67974$		SD=8	P=0,00000	

Grafik-b.1/4

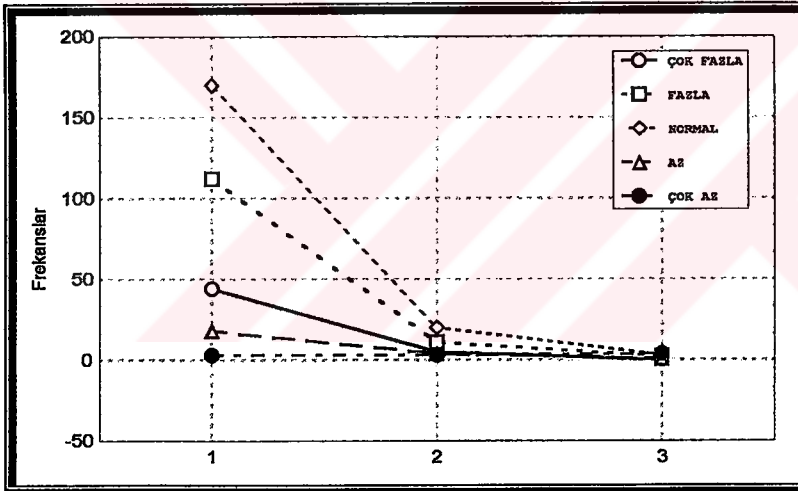


Yukarıdaki elde edilen verilere göre, ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen veriler genel olarak değerlendirildiğinde, ibadet ederken çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, çok fazla (%93,88), fazla (%87,20), normal (%81,87) ve az (%69,57) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre ibadeti, daha az dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve sonuçları itibarıyla de söz konusu metodun psikolojik faydalarını daha az gördükleri söylenebilir.

Tablo-b.1/5 İçtenlikle ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu

İbadet etmenin içtenlik düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Çok fazla	44	5	0	49
%	89.80%	10.20%	0.00%	
Fazla	112	11	2	125
%	89.60%	8.80%	1.60%	
Normal	170	20	3	193
%	88.08%	10.36%	1.55%	
Az	18	4	1	23
%	78.26%	17.39%	4.35%	
Çok az	3	3	4	10
%	30.00%	30.00%	40.00%	
Toplam	347	43	10	400
$X^2=67.87036$		$SD=8$	$P=0,00000$	

Grafik-b.1/5



Yukarıdaki saptanan verilere göre, ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkeni ile içtenlikle ibadet etmenin, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkabilmeye yaptığı etki durumu arasında oldukça anlamlı ve önemli bir ilişki gözlenmiştir. Sonuç olarak, ibadet ederken çok az (%30) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, çok fazla (%89,80), fazla (%89,60), normal (%88,08) ve az (%78,26) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre ibadeti daha az dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve sonuçları itibarıyla de söz konusu metodun daha az psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir.

C. YORUM VE TARTIŞMA

c.a. Hipotezlere İlişkin Elde Edilen Veriler

Bu bölümde, araştırmanın hipotezlerinin kabul veya reddedilme durumları konuyla ilgili açıklayıcı bilgiler verilerek muhtemel sebepler doğrultusunda yorumlanarak ortaya konulmaya çalışılmıştır.²⁹

1. Dua ve ibadet psikolojisi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkileri vardır. (Temel Hipotez)

Dinî hayatın ritüalistik boyutunun birey üzerinde -özellikle günlük yaşamdan kaynaklanan aşırı stres ve kaygıyla başa çıkma anlamında- oldukça önemli psikolojik faydalarından söz etmek mümkündür. Glock'a göre de dinî hayatın, ruh dinginliği, kaygıdan kurtulma ve kendini iyi hissetme gibi bireyin ruh sağlığı üzerinde önemli psikolojik etkileri vardır.³⁰ Nasıl ki, psikolojik rahatsızlıkların temel sebebi dinî açıdan bireyin Kutsal Varlık ile bağının koparılması ise aynı şekilde Kutsal ile ilişki kurması da, ergenin ruh sağlığını korumasının temel faktörüdür.³¹ İşte ergen söz konusu ilişkiyi, inandığı dinin dua ve ibadet gibi pratikleri aracılığıyla kurar.

Bu araştırmada ergenlerin, Allah'a olan inançları ile yaptıkları dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkabilmede oldukça etkili olduğuna inandıkları gözlenmiştir. Cinsiyet düzeyinde bakıldığında, söz konusu olumlu psikolojik etkinin derecelendirme açısından çok fazla ve fazla olduğunu ifade eden erkek ergenlerin toplam oranının %79,5, kız ergenlerin toplam oranının ise %89 olduğu belirlenmiştir (bkz. Tablo-b.a/1; Grafik-b.a/1). Öte yandan, özellikle aşırı stres ve kaygılı durumlarda dua ederek duayı, stres ve kaygıya karşı dinî başa çıkma metodu olarak kullanan kız ergenlerin oranının %92,50, erkek ergenlerin oranının ise %73,50 olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.a/2; Grafik-b.a/2). Bunun yanı sıra, düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmelerinin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanan kız ergenlerin oranının %89, erkek ergenlerin oranının ise %92 olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.a/1).³² Ayrıca ergenlerin, yaptıkları ibadetlerden sonra özellikle

29 Bu bölümde hipotezlerin test edilmesine ilişkin tablo ve grafiklerle ilgili yapılan atıflar için bkz. "B. Anket Sonuçları Çerçevesinde Tablolar, Grafikler ve Değerlendirilmesi" bölümü; Ayrıca 0,05 anlamlılık düzeyine ulaşmayıp da hipotezler için kullanılan tabloların "P" değerleri dipnot olarak verilmiştir. Bu tablolarla ilgili yapılan atıflar için de bkz. "EK-1 / Araştırmada Yüzde Beş (0,05) Anlamlılık Düzeyine Göre Anlamlı Bulunmayan Bazı Tablolar" bölümü

30 Bkz. GLOCK, Dindarlığın Boyutları, (www.dinbilimleri.com)

31 Bkz. ALAN, Tedavide Madde ve Mânâ, sh. 22

32 P=0,56758

aşırı stres ve kaygılı durumlarından uzaklaşıp psikolojik rahatlama hissettiklerini ifade edenlerin oranının da erkeklerde %65,50, kızlarda ise %67 olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.a/2).³³ Elde edilen verilere bakıldığında ergenlerde her iki cinsiyet düzeyinde de hemen hemen birbirine yakın oranlar gözlenmiştir. Dolayısıyla buradan elde edilen tabloya bakarak ergen erkek ve kızların, dua ve ibadeti aşırı stres ve kaygıya karşı dinî başa çıkma metodu olarak kullandıklarını söylemek mümkündür.

Yapılan araştırmanın temel hipotezini test etmek amacıyla sorulan sorulara ilişkin verilen cevaplar incelendiğinde, genel olarak bu hipotezin doğrulandığı tespit edilmiştir. [Bundan sonraki 7 hipotez de (8. hipotez dahil) bu temel hipotezin detaylandırılmış açıklamalarını içermektedir.]³⁴

2. Dinî inanç düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadetlerin, ruh sağlığı (aşırı stres ve kaygı) üzerindeki olumlu etkileri, dinî inanç düzeyi düşük olanlara göre daha fazladır.

Son yıllarda din psikolojisi alanında yapılan araştırmalarda da; bireyin ahlakî değerlerle yüklü, ümitli, başkaları ile ilişki kurabilme yeteneğine ve belirli bir özerklik duygusuna sahip kişisel bir benlik inşa etmesinin, ancak dinî değerlerle mümkün olabileceğine dair sonuçlar elde edilmiştir. Söz konusu araştırmalarda her türlü dinî pratiklerin, bireyin hayatı üzerinde önemli psikolojik etkilerinin olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda dinî pratikleri yüksek düzeyde yerine getirenlerin diğerlerine göre yaşam memnuniyetlerinin daha yüksek olduğu ve kendi içlerinde önemli ölçüde iç huzuru sağladıkları tespit edilmiştir. Özetle, dinî inanç ve pratiklerle bireyin kendisini stresten uzak ve sağlıklı hissetmesi arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur.³⁵

Dinî inanç düzeyi açısından yapılan bu araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, inançlı ve tüm dinî pratiklerini yerine getiren ergenlerin %97,90'mın, inandığı halde dinî pratiklerinde eksikleri olan ergenlerin ise %89,66'sının düzenli ve devamlı olarak yaptıkları dua ve ibadetlerin, ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inandıkları saptanmıştır. Buna karşın yaptıkları dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yapması konusunda kararsız olan grupta ise doğal olarak dinî inançlarıyla ilgili şüpheleri olan ergenlerin (%41,18) en yüksek orana sahip oldukları tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.e/1; Grafik-b.e/1). Öte yandan

33 P=0,94607

34 Temel hipotezin doğrulanması ile ilgili olarak ayrıca krş. (Tablo-b.b/1, Grafik-b.b/1; Tablo-b.b/1; Tablo-b.b/2; Tablo-b.b/3; Tablo-b.d/1; Tablo-b.d/1, Grafik-b.d/1; Tablo-b.d/2, Grafik-b.d/2; Tablo-b.d/2)

35 Bkz. ARGYLE, Michael; HALLAHMI, Beit-B., Psychology of Religious Behaviour, Routledge, London and New York-1997, sh. 184-189

yine, inançlı ve dinî pratiklerini yerine getiren ergenlerin %73,43'ünün, inandığı halde pratikleri eksik olan ergenlerin ise %49,14'ünün Allah'a olan inançlarıyla yaptıkları dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olduğunu ifade ettikleri gözlenmiştir. Bu iki grup arasındaki farklılaşmaya bakıldığında, dinî pratikleri eksik olan ergenlerin, inançlı ve pratikleri tam olan ergenlere göre dua ve ibadeti, daha az dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları görülmüştür (bkz. Tablo-b.e/2; Grafik-b.e/2). Ayrıca, dinî inanç düzeyi açısından dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlara bakıldığında ise, inançlı olup dinî pratiklerini yerine getiren (%85,31) ve pratiklerinde eksikleri olan (%84,48) ergenlerin, aşırı stres ve kaygılı durumlarda, şüpheli, ilgisiz ve dine karşı olan ergenlere oranla daha fazla dua etme ihtiyacı duydukları, dolayısıyla duayı aşırı stres ve kaygıya karşı bir dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.e/3; Grafik-b.e/3). Bunun yanı sıra, ergenlerin yaptıkları ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissettikleri psikolojik rahatlama durumuyla ilgili olarak da, inançlı olup dinî pratikleri tam (%78,32) ve eksik olan (%62,07) ergenlerin diğer gruplara göre oldukça yüksek bir orana sahip oldukları gözlenmiştir. Sözü edilen bu iki gruptaki ergenlerin, ibadeti de duada olduğu gibi dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları, ancak kullanılan yöntemin psikolojik sonuçları bakımından pratikleri eksik olan ergenlerin tam olanlara göre, söz konusu yöntemin psikolojik faydalarını daha az hissettikleri söylenebilir (bkz. Tablo-b.e/4; Grafik-b.e/4). Bu araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında dinî inanç düzeyi ile ruh sağlığı arasında doğrusal bir ilişkinin olduğunu söylemek mümkündür.

Yukarıdaki zikredilen hipotezi test etmeye yönelik sorulan sorulara ilişkin örneklem grubunun verdiği cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak desteklendiği saptanmıştır.

3. Dua etmenin sıklık düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha sık dua eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, seyrek dua edenlere göre daha yüksektir.

Duanın, stres, kaygı, keder, üzüntü ve korku ile günahkarlık duygularını gidermede bir anlamda psikoterapik etkileri söz konusudur.³⁶ Bu bağlamda Tanrı'yla kurulan derin, samimi ve mahrem bir ilişki tarzı olarak duanın, bireyin güçlüklerle başa çıkabilme direncini artıran önemli bir psikoterapik teknik olduğunu söylemek mümkündür.

Yapılan bu çalışmada dua etmenin sıklık düzeyi bakımından konuyla ilgili olarak ergenlerin, yaptıkları dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkileri olduğuna inandıkları saptanmıştır. Sözü edilen derecelendirmeye bakıldığında ise, çok fazla (%100) ve

36 Bkz. NECATİ, Hadis ve Psikoloji, sh. 343-353

fazla (%93,79) derecede dua eden ergenlerin, normal, az ve çok az derecede dua edenlere göre, düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu psikolojik etkiler yaptığına daha fazla inandıkları gözlenmiştir. Öte yandan dua ve ibadetin olumlu psikolojik etkiler yaptığına inanan en düşük grubu, çok az derecede dua eden ergenlerin (%54,55) oluşturduğu görülmüştür (bkz. Tablo-b.f/1; Grafik-b.f/1). Söz konusu tablo, dua etmenin sıklık düzeyi arttıkça olumlu psikolojik etkilerinin görülme düzeyinin de arttığı şeklinde yorumlanabilir. Yine dua etmenin sıklık düzeyine göre, Allah'a olan inançla yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumuna bakıldığında ise, tüm grupların dua ve ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları gözlenmiştir. Ancak söz konusu yöntemi en çok kullanan grupların ise yukarıdan aşağıya doğru derecelendirme açısından, çok fazla (%80,85) fazla (%64,83) ve normal (%51,85) derecede dua eden ergenlerin olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.f/2; Grafik-b.f/2). Bunun yanı sıra, çok fazla (%93,62), fazla (%87,59) ve normal (%80,86) derecede dua eden ergenlerin, az ve çok az derecede dua eden ergenlere göre, aşırı stres ve kaygılı durumlarda daha fazla dua etme ihtiyacı duydukları, dolayısıyla duayı aşırı stres ve kaygıya karşı daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.f/3; Grafik-b.f/3). Konuyla ilgili son olarak, çok fazla (%91,49) ve fazla (%88,28) derecede dua eden ergenlerle, normal (%79,63) derecede dua eden ergenlerin, düzenli ve devamlı olarak dua etmeleri sonucunda günlük yaşamlarının getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarının azaldığı ve bunlarla başa çıkabildikleri, dolayısıyla az ve çok az derecede dua eden ergenlere göre duayı, daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve söz konusu metodun daha fazla psikolojik faydasını gördükleri söylenebilir (bkz. Tablo-b.f/4; Grafik-b.f/4). Konuyla ilgili Türkiye'de yapılan bir alan araştırmasında da, bu araştırma bulgularını destekleyen sonuçlar elde edilmiştir.³⁷

Yukarıdaki ifade edilen hipotezi test etmek için sorulan sorulara ergenlerin verdikleri cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı tespit edilmiştir.

4. Dua etmenin içtenlik düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha fazla içten/samimi dua eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, daha az içten/samimi dua edenlere göre daha yüksektir.

Duanın temelinde bir güven ve yüce bir inanış olduğu için birey, inandığı, güvendiği sonsuz merhamet ve şefkat sahibi Kutsal Varlık'ın kendisine yardım edeceğine inanır. Zaten bireyin zihninde dua etme isteği uyandığı andan itibaren içinde bir umut ışığı da belirir. Yani

37 Bkz. DOĞAN, Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri, sh. 83-84,99

dua etme isteği ile umutlanmanın eş zamanlı olduğunu söylemek mümkündür. Birey, dua ettiği anda ve sonrasında tam bir psikolojik güven kazanır. Kısacası dua sayesinde birey, zihnî, manevî, ahlakî güçlerini daha iyi bir şekilde kullanmakta, endişe, korku ve sıkıntıları yatışmakta, dolayısıyla kişiliği en üst derecede bütünleşme imkanı bulabilmektedir.³⁸ Bu bağlamda duanın, bireyin duygularını, algılarını, davranışlarını, fizyolojik ve psikolojik sağlığını iyileştirici bir fonksiyonu söz konusudur. Ancak bu psikolojik etki bireyin inanç derecesine bağlıdır. Yani duanın psikolojik etkisi, dua eden bireyin içtenlik düzeyiyle doğru orantılıdır, denebilir.³⁹

Yapılan bu araştırmada dua etmenin içtenlik düzeyine göre elde edilen sonuçlarda, dua ederken çok fazla (%96,15), fazla (%88,36) ve normal (%81,63) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, az (%62,50) ve çok az (%20) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarının daha çok azaldığı ve bunlarla daha fazla başa çıkabildikleri, dolayısıyla duayı daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları gözlenmiştir. Sonuçları itibariyle de dua ederken çok fazla, fazla ve normal derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, diğer gruplara göre söz konusu metodun daha fazla psikolojik faydasını gördükleri için kendilerini iyi hissetme düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir (bkz. Tablo-b.g/5; Grafik-b.g/5).⁴⁰

Yukarıdaki zikredilen hipotezi test etmeye yönelik sorulan sorulara ilişkin örneklem grubunun verdiği cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı saptanmıştır.

5. İbadet etmenin sıklık düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha sık ibadet eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, seyrek ibadet edenlere göre daha yüksektir.

Duygu ve düşünceleri ifade etmenin en kapsamlı ve derin manalar taşıyanı sembolik anlatımdır. Soyut gerçekliklerin en fazla dile getirildiği bir alan olan din alanında da, birey doğrudan görüp algılayamadığı Kutsal Varlık'la ancak dua ve ibadetler vasıtasıyla sembolik bir iletişim içerisine girerek yaklaşabilir. Kutsalla bu tür bir ilişki, aynı zamanda bireysel ve toplumsal dayanışma sağlayan ve birey için tedavi edici önemi olan pratiklerdir. Diğer dinlerde olduğu gibi İslâm dininde de namaz ve hac gibi ibadetler birey-Allah ilişkisini dile getiren sembolik jestler ve bunlara eşlik eden sözlü formüller halinde düzenlenmiştir.⁴¹ Bu bağlamda ergenin günlük stresle başa çıkabilmesinin en etkili yolu, yaptığı ibadetlerdir denebilir. Bu

38 Bkz. ÜNAL, Dinî İnanç, İbadet ve Dua'nın Umutsuzlukla İlişkisi, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), sh. 192

39 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 227-228

40 Test edilen hipotezin doğrulanmasına ilişkin ayrıca krş. Tablo-b.g/1,2,3,5; Grafik-b.g/1,2,3,5

41 Bkz. HAYTA, İbadetler ve Ruh Sağlığı, sh. 121

anlamda ibadetlerin içinde de namaz ibadeti, en önde gelir. Namazın bu açıdan üç temel fonksiyonu vardır. Birincisi, bireyin rahatlaması için yükselen psiko-fizik enerjinin düşmesini sağlamak, ikincisi, olayların kader bağlamında değerlendirilmesini sağlamak, üçüncüsü ise, grupla kılınan namazlarda bireyler arası iletişime olanak sağlamasıdır.⁴²

Yapılan bu çalışmada ibadet etmenin (namaz kılma) sıklık düzeyi açısından, düzenli (%98,41) ve ara sıra (%96,19) namaz kılan ergenlerin, az (%85,78) derecede namaz kılan ergenlere göre, düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmelerinin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkiler yaptığını daha fazla inandıkları saptanmıştır. Öte yandan böyle bir psikolojik etkiye inanmayan ve kararsız kalan grupta ise az derecede namaz kılan ergenlerin oranlarının daha fazla olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.h.a/1; Grafik-b.h.a/1). Bunun yanı sıra Allah'a olan inançla yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkma noktasında tüm gruplar üzerinde olumlu psikolojik etkilerinin olduğu saptanmıştır. Ancak derecelendirme açısından bakıldığında, düzenli (%79,37) ve ara sıra (%60) namaz kılan ergenlerin, az (%48,71) derecede namaz kılan ergenlere göre dua ve ibadeti, daha fazla dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları ve olumlu psikolojik etkilerini daha fazla gördükleri söylenebilir (bkz. Tablo-b.h.a/2; Grafik-b.h.a/2). Ayrıca, düzenli (%80,95) namaz kılan ergenlerin diğer ergenlere göre, yaptıkları ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı daha fazla psikolojik rahatlama hissettikleri gözlenmiştir. Genel olarak bakıldığında tüm gruptaki ergenlerin, ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları, ancak kullanılan yöntemin psikolojik sonuçları bakımından gruplar arasında farklılıkların olduğu söylenebilir. Burada, az (%60,78) derecede namaz kılan ergenlerin, diğer gruplara göre ibadeti, daha az dinî başa çıkma metodu olarak kullandıkları ve bunun daha az psikolojik faydasını gördükleri ifade edilebilir (bkz. Tablo-b.h.a/3; Grafik-b.h.a/3). Son olarak, namazlarını düzenli (%95,24) ve ara sıra (%93,33) kılan ergenlerle, az (%74,57) derecede kılan ergenlerin düzenli ve devamlı ibadet etmeleri durumunda, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarının azaldığı ve bunlarla başa çıkabildikleri, dolayısıyla ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları saptanmıştır. Ancak sonuçları itibarıyla az derecede namaz kılanların, düzenli ve ara sıra namaz kılanlara göre söz konusu metodun psikolojik faydalarını daha az gördükleri söylenebilir (bkz. Tablo-b.h.a/4; Grafik-b.h.a/4).⁴³ Ayrıca konuyla ilgili olarak yapılan başka ampirik araştırmalarda da bu sonuçları destekleyici veriler elde edilmiştir.⁴⁴

42 Bkz. KHAN; GAYLOR, "Stress Related Disorders and How The New Behavioral Medicine Concepts Reflect Teachings of Islam, (www.islamset.com/psyrelog)

43 Hipotezin test edilmesine ilişkin ibadet etmenin sıklık düzeyiyle ilgili olarak ayrıca oruç tutma, Kur'an okuma ve tövbe etme sıklık düzeylerinin ilgili tablolarıyla krş. "EK-1 / Araştırmada "İbadet Etmenin Sıklık Düzeyi" İle İlgili Kullanılan Oruç Tutma, Kur'an Okuma, Tövbe Etme (Üç Alt)

Yukarıdaki söz konusu hipotezi test etmeye ilişkin sorulara verilen cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak desteklendiği görülmüştür.

6. İbadet etmenin içtenlik düzeyi ile ruh sağlığının korunması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; daha fazla içten/samimi ibadet eden ergenlerin kendilerini ruhsal açıdan iyi hissetme düzeyi, daha az içten/samimi ibadet edenlere göre daha yüksektir.

İbadetler, genellikle kişilik ve karakteri düzenleyici ve dengeleyici sistemler olarak da değerlendirilebilir. Bu bağlamda ibadetler bilinçli bir şekilde yapıldığında, kişiliğin gerek iç ve gerekse dışa dönük yönünün gelişmesine yardımcı olurlar. Bireyin ruh yapısına tesir etmemiş, yani içinde psikolojik bir olay olarak yaşanmamış bir ibadet bu anlamda gerçek ibadet olmaktan uzaktır. Bilinçli olarak Allah'ın karşısında olduğunu hisseden birey, daima onun kontrolünde olduğunu düşünerek kendini değerlendirir ve denetler.⁴⁵ İşte bu anlamdaki ibadetler bireye, bedensel ve ruhsal birtakım güçlüklerle başa çıkmayı öğretir. Ancak bu psikolojik etki, duada olduğu gibi ibadette de, bireyin içtenlik düzeyiyle yakından ilgilidir. Bireyin içtenlikle yaptığı ibadetlerini devamlı olarak yerine getirmesi, aşırı stres ve kaygıyla başa çıkmada bir dinî başa çıkma metodu olduğu gibi, kişiliğini oluşturan sabır, cesaret, merhamet ve yardımseverlik gibi diğer duyguları ve davranışlarını da güçlendirir ve geliştirir.

Bu araştırmadan ibadet etmenin içtenlik düzeyi açısından elde edilen verilere bakıldığında, ibadet ederken çok fazla (%89,80), fazla (%89,60), normal (%88,08) ve az (%78,26) derecede yoğunlaşabilen ergenlerin, çok az (%30) derecede yoğunlaşabilen ergenlere göre, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarının azaldığı ve bunlarla daha fazla başa çıkabildikleri, dolayısıyla ibadeti daha çok dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları tespit edilmiştir. Sonuçları itibariyle de derecelendirme açısından yukarıdan aşağıya doğru kısmî bir azalmanın olduğu ve söz konusu metodun psikolojik faydalarının bu derecelendirmeye göre yukarıdan aşağıya doğru azalma gösterdiği söylenebilir (bkz. Tablo-b.1/5; Grafik-b.1/5).⁴⁶

Yukarıdaki ifade edilen hipotezi test etmek için sorulara ilişkin ergenlerin verdikleri cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı tespit edilmiştir.

7. Dinî inanç düzeyi ile dua ve ibadetin dinî başa çıkma metodu olarak kullanılması arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her inanç düzeyindeki ergenler

Bağımsız Değişkenlerinin Yüzde Beş (0,05) Anlamlılık Düzeyine Göre Anlamlı Bulunan Bazı Tabloları” bölümü

44 Bkz. ÜNAL, Dinî İnanç, İbadet ve Dua'nın Umutsuzlukla İlişkisi, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), sh. 206-207; UYSAL, Psiko-Sosyal Açıdan Oruç, sh. 116-122

45 Bkz. HAYTA, İbadetler ve Ruh Sağlığı, sh. 122

46 Test edilen hipotezin doğrulanmasına ilişkin ayrıca krş. Tablo-b.1/1,2,4,6; Grafik-b.1/1,2,4,6

tarafından yapılan dua ve ibadet, dinî başa çıkma metodu olarak kullanılır. Ancak dinî inanç düzeyi düşük ergenler tarafından dua, ibadete göre daha fazla dinî başa çıkma metodu olarak kullanılır.

Dinî başa çıkma (religious coping); bireyin genelde stres ve kaygıdan kaynaklanan psikolojik çatışmalarını azaltmaya veya yok etmeye yönelik yaptığı dinî davranışlar, şeklinde tanımlanabilir. Dindar birey, kontrol edemediği veya üstesinden gelemediği durumlarda dinî sistemin bütünlüğü içerisinde dinî duygu, düşünce ve davranışlarını kullanarak rahatlar ve huzura kavuşur. Bu anlamda en çok kullanılan canlı ve anlamlı dinî başa çıkma metodu duadır.⁴⁷ Bu bağlamda dinî başa çıkmanın ruh sağlığı üzerindeki etkileriyle ilgili bir çok çalışma yapılmıştır. Konuyla ilgili Batı'da yapılan 130 çalışmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde; dinî başa çıkma yöntemlerinin stres, kaygı ve depresyon gibi olumsuz psikolojik olguların giderilmesinde önemli ölçüde olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.⁴⁸

Konuyla ilgili bu çalışmadan elde edilen veriler incelendiğinde ise herhangi bir problemden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşandığında, bu durumdan kurtulmak için kullanılan dinî başa çıkma metodu türlerine bakıldığında, ergenlerin aşırı stres ve kaygıya karşı kullandıkları dinî başa çıkma metotlarında bir farklılaşmanın olduğu tespit edilmiştir. Dinî inanç düzeyi açısından, kesinlikle inanan ve dinî görevlerini yerine getiren ergenlerin (%65,03) daha çok, hem duayı hem de ibadeti, buna karşın inandığı halde dinî pratikleri eksik olan (%63,79) ve dinî inançlarıyla ilgili şüphe ve kararsızlıkları olan (%64,71) ergenlerin ise daha çok, sadece duayı dinî başa çıkma yöntemi olarak kullandıkları saptanmıştır (bkz. Tablo-b.e/5; Grafik-b.e/5).

Yukarıdaki söz konusu hipotezi test etmeye ilişkin sorulan sorulara verilen cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı görülmüştür.

8. Dinî inanç düzeyi ile dinî şüphe ve kararsızlık durumu arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; inanç düzeyi düşük olan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, istek ve dileklerin yerine gelmediği durumlarda dinî şüphe ve kararsızlıklara yol açabilir.

Ergenlik döneminde yapılan duaların muhtevaları genel olarak gelecekleriyle ilgili maddî istek ve taleplerden oluşmaktadır. Çeşitli felaketler ve musibetlerin yol açtığı sıkıntılı durum içerisinde çoğu bireyde kendiliğinden ortaya çıkan ilahi yardım talebi, bazı bireylerde isyan uyandıran hayal kırıklıkları meydana getirebilir. Bu bağlamda çaresizlik durumundaki yardım talebinin çeşitli sebeplerle sonuçsuz kalmasının meydana getirebileceği hayal kırıklığı

47 Bkz. TOPUZ, Dinî Başa Çıkma, sh. 7-8

isyani, suçluluk duygusunun bastırılmasını tahrik eder. Dua eden ergenler büyük ihtimalle dualarının kabul olacağına inanırlar. Bu inanç zayıflamaya başladığı andan itibaren ergen için dua etmek anlamsızlaşmaya başlar. Dua ile dinî başa çıkmada, ergen dua ettikten sonra istek ve taleplerinin yerine gelmemesi durumunda dualarının kabul edilmediğini hissederse hayal kırıklığına uğrayıp isyan edebilir.⁴⁹ Ancak dua ve ibadet konusunda daha derin bir bakış açısına sahip olan ergenler sözü edilen olumsuz psikolojik durumu yaşamayabilirler.

Bu araştırmadan konuyla ilgili elde edilen verilere göre, istek ve dileklerin yerine gelmediği durumlarda dinî şüphe ve kararsızlıklara neden olan dua ve ibadet etme durumuna bakıldığında, dinî inanç düzeyi açısından kesinlikle inanan ve bütün dinî pratikleri tam olarak yerine getirmeye çalışan ergenler (%92,31) ile inandığı halde ibadetlerini tam olarak yerine getiremeyen ergenlerin (%85,78), diğer gruplara oranla isteklerinin yerine gelmediği durumlarda dua ve ibadeti bırakmayıp devam ettikleri yani, dua ve ibadete karşı olumsuz bir tepki göstermedikleri, dolayısıyla bu durumun onlarda dinî şüphe ve kararsızlığa neden olmadığı gözlenmiştir. Öte yandan dinî inançlarıyla ilgili şüphe ve kararsızlıkları olan ergenler (%41,18) ile dine karşı ilgisiz olan ergenlerin (%100) de, isteklerinin yerine getirilmediği durumlarda dua ve ibadeti bırakma anlamında olumsuz tepki göstermeyip dua ve ibadet etmeye devam ettikleri saptanmıştır. Dinî pratikleri eksik ve tam olan iki grup ile dinî konularda şüpheleri olan ergenler karşılaştırıldığında ise, pratikleri tam olan ergenler ile eksik olan ergenlerin şüpheli olan ergenlere göre dua ve ibadet etmeyi bırakma eğilimlerinin daha az olduğu söylenebilir (bkz. Tablo-b.e/6; Grafik-b.e/6).

Yukarıdaki zikredilen hipotezi test etmeye yönelik sorulan sorulara ilişkin örneklem grubunun verdiği cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak desteklenmediği saptanmıştır. Bu sonuçla ilgili olarak, ergenlerin dua ve ibadet konusunda daha derin bir bilinç geliştirdikleri, dolayısıyla istek ve taleplerinin yerine gelmemesi durumunda dua ve ibadete karşı olumsuz bir tepki göstermeyip dua ve ibadet etmeye devam ettikleri söylenebilir.

9. Cinsiyet faktörü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; kız ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, erkeklere göre daha düzenli ve devamlıdır.

Dua ve ibadetlerin düzenli ve devamlı olarak yapılmasında cinsiyet faktörünün önemli olduğu, konuyla ilgili yapılan araştırma sonuçlarında ortaya konmuştur. Örneğin, Ellison ve

48 Bkz. ARGYLE, *Psychology and Religion*, sh. 160,165

49 Bkz. HÖKELEKLİ, *Din Psikolojisi*, sh. 220-223

Taylor (1996), yaptıkları saha araştırmasında; kadınların erkeklerden üç kat daha fazla dua ettiklerini tespit etmişlerdir.⁵⁰

Bu çalışmadan konuyla ilgili elde edilen verilerde, ergenlerin genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeleriyle ilgili dinî tutum ve davranışları cinsiyet düzeyinde karşılaştırıldığında, kız ergenlerin (%53,50) erkek ergenlere (%38,50) göre daha fazla düzenli ve devamlı dua ve ibadet ettikleri, buna karşın erkeklerin (%60,50) ise kızlara (%43) göre daha ziyade, ara sıra dua ve ibadet ettikleri saptanmıştır (bkz. Tablo-b.a/6; Grafik-b.a/6). Öte yandan cinsiyet açısından ibadetleri yapma düzeylerine bakıldığında ise, öncelikle ergenlerin namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışlarıyla ilgili olarak, her gün beş vakit namazlarını kılan kız ergenlerin oranı (%33,50)nın erkek ergenlerin oranı (%23,50)ndan daha fazla olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.a/3; Grafik-b.a/3). Oruç ibadetinde ise, her yıl ramazan ayında düzenli ve devamlı olarak bir ay oruç tutan ergenlerin oranına bakıldığında erkeklerin (%85), kızlardan (%80) az bir farkla önde olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.a/4).⁵¹ Düzenli ve devamlı Kur'an-ı Kerim okuma ibadetinde ise, kızların (%24,50) erkeklerden (%19,50) daha fazla oldukları görülmüştür (bkz. Tablo-b.a/5).⁵² Konuyla ilgili son olarak cinsiyet düzeyinde tövbe etme ibadetine bakıldığında ise, duayla birlikte affedilmeleri için tövbe edenlerde, kızların oranı (%42,50) erkeklerin oranından (%38,50) daha fazla, günah olduğuna inanılan her davranış için tövbe edenlerde ise erkeklerin oranının (%46) kızların oranından (%43,50) az bir farkla daha fazla olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.a/6).⁵³

Yukarıdaki ifade edilen hipotezi test etmek için sorulan sorulara ilişkin ergenlerin verdikleri cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin genel anlamda yaklaşık olarak %80 düzeyinde doğrulandığı tespit edilmiştir. Ancak dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi konusunda cinsiyet faktörünün etkisiyle ilgili sebep bağlamında daha detaylı araştırmalar yapılmalıdır.

10. Yaş faktörü ile ibadetlerin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; ergenlik döneminde genel olarak 14-19'lu yaşlar arası, dinî şüphe ve çatışmalar dönemi olduğundan dinî tutum ve davranışlar tam olarak netleşmediği için bu dönemde yapılan ibadetler düzenli ve devamlı değildir.

Ergenlik, genel olarak 14-18 yaşları arası her yönden geçici bir "bunalım" dönemi olarak tanımlanabilir. Ergenin gelişiminde imanla ilgili şüphe, kararsızlık ve çatışmalar en çok bu dönemde ortaya çıkar. Ergende dinî bir bunalım doğmasına yol açan faktörler, onun

50 Bkz. ARGYLE, *Psychology and Religion*, sh. 123-124

51 P=0,62760

52 P=0,29354

fizyolojik ve psikolojik gelişimiyle doğrudan ilgilidir. Ergenliğin başlangıcında benliğin ve bilincin uyanması ve zihin gelişiminin doruğa ulaşması, bunalımı hazırlayan şartların başlangıcını oluşturur.⁵⁴ Bu bağlamda ergenlik dönemi, her zaman az ya da çok isyan halinde en üst seviyede bağımsızlığı pekiştirme dönemi olarak algılandığından Tanrı'ya karşı borç duygusunun şekilsel formları olan ibadetlere katılımında da bir düşme söz konusudur.⁵⁵

Yapılan bu araştırmadan elde edilen veriler incelendiğinde ergenlerin, düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışları karşılaştırıldığında, yaş gruplarına bakılarak genelde düzenli ve devamlı dua ve ibadet edenlerin oranlarıyla (+14 yaş grubu %0; 15-16 yaş grubu %51,06; 17-18 yaş grubu %43,32; 19-+ yaş grubu %45,45) ara sıra dua ve ibadet edenlerin oranlarının (+14 yaş grubu %100; 15-16 yaş grubu %48,94; 17-18 yaş grubu %53,44; 19-+ yaş grubu %45,45) birbirlerine yakın olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.b/7).⁵⁶ Özetle ibadetlerle ilgili namaz ibadetinin seyrine bakıldığında ise, özellikle 15-16 yaş grubu (%31,91) ile 17-18 yaş grubu (%27,13)nda olan ergenlerin, diğer yaş gruplarına oranla çok istemelerine rağmen namazlarını kılamadıkları, ancak aynı grupların her gün beş vakit namazlarını kılan ve günlük namazlarının bazılarını kılan gruplar içerisinde de en yüksek orana sahip oldukları gibi çelişkili bir sonucun ortaya çıktığı gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.b/4).⁵⁷ Öte yandan oruç tutma ve tövbe etme ibadetlerine bakıldığında da tüm yaş gruplarında düzenli ve devamlı olarak oruç tutma ve tövbe etme ibadetinin oldukça yüksek olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.b/5,6).⁵⁸ Son olarak Kur'an okuma ibadetlerine bakıldığında ise, özellikle ergenlik döneminin ortalarında sadece mübarek gün ve gecelerde Kur'an okuyan ergenlerin oranlarının (15-16 yaş grubu %56,03; 17-18 yaş grubu %45,75) düzenli ve devamlı olarak okuyanlara göre daha fazla olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.b/2; Grafik-b.b/2).⁵⁹

Yukarıdaki söz konusu hipotezi test etmeye ilişkin sorulan sorulara verilen cevaplar incelendiğinde bu hipotezin, yaklaşık olarak %90 düzeyinde doğrulanmadığı görülmüştür. Hipoteze ilişkin zikredilen bu tabloya, örnekleme dahil olan grubun yarısının (İ-H-L ve Ö.L.) dinî inanç ve eğitim seviyelerinin yüksek olmaları dolayısıyla ibadetlerinde düzen ve devamlı olması sebep olarak gösterilebilir.

11. Sosyo-ekonomik düzey ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan

53 P=0,87109

54 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 270-271

55 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 107-108

56 P=0,16943

57 P=0,09023

58 P=0,16351; 0,71121

ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, yüksek olanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

Ergenlerin, düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili durumlarına bakıldığında, sosyo-ekonomik düzey açısından orta (%42,86) ve ortanın üstü (%61,54) gruplara ait ergenlerin, ortanın altına (%28,57) göre daha fazla düzenli ve devamlı dua ve ibadet ettikleri tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.c/1;Grafik-b.c/1). Öte yandan ibadetler düzeyinde ilk olarak namaz kılma ibadetine bakıldığında, sosyo-ekonomik açıdan ortanın altındaki gruba ait ergenlerin her gün beş vakit namaz kılma oranının (%21,49) diğer gruplara oranla en düşük seviyede olduğu, ancak günlük namazların bazılarını kılan ergenler içinde ise bu grubun en yüksek orana (%50) sahip olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.c/1).⁶⁰ Oruç ibadetine bakıldığında ise, her yıl ramazan ayında devamlı oruç tutan ergenler içerisinde ortanın altına ait ergenlerin oranının (%92,86) diğer gruplara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.c/2).⁶¹ Kur'an okuma ibadetinde ise, ortanın altına ait grubun, diğer gruplara oranla en düşük seviyede olduğu (bkz. Tablo-b.c/3)⁶²; ancak tövbe etme ibadetinde ise, sadece dua ederken affedilmesi için tövbe de eden ergenlerin oluşturduğu grupta en yüksek orana (%71,43), diğer durumlarda da en düşük oranlara sahip olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.c/4).⁶³

Yukarıdaki zikredilen hipotezi test etmeye yönelik sorulan sorulara ilişkin örneklem grubunun verdiği cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin yaklaşık olarak %80 düzeyinde desteklenmediği saptanmıştır. Desteklenmemesinin sebebi, örnekleme dahil olan gruplarda, ortanın altındaki grubun genel örneklem içerisinde oldukça az bir oranda temsil edilmesi olabilir.⁶⁴ Ya da gerçekten sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan bireyler de Tanrı'nın verdiği imkan ve nimetlere şükür sadedinde dua ve ibadetlerinde düzenli ve devamlıdır. Nitekim Batı'daki araştırma sonuçlarının bir kısmı bu şekilde sonuçlanmıştır.⁶⁵ Sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan bireylerin, yüksek olanlara göre sosyal mahrumiyet çerçevesinde, dinî inanç ve ibadetlere daha fazla düşkün olması beklenir.⁶⁶ Bu konunun netleşmesi için daha çok alan araştırmasına ihtiyaç vardır.

59 Ayrıca krş. Tablo-b.d/7,11,12,13,14; Tablo-b.e/12,11,12,13,14

60 P=0,22424

61 P=0,25956

62 P=0,85266

63 P=0,23868

64 Krş. "a.c.b. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubuna İlişkin İstatistiksel Bilgiler" bölümü, Tablo-3; Grafik-3

65 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 94

66 Konunun "sosyal mahrumiyet" çerçevesinde değerlendirilmesi için bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 92-102

12. Okul türü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; meslekî din eğitimi alan ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, almayanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

Bu araştırmada konuyla ilgili yapılan değerlendirmeye göre ergenlerin, düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışlarına bakıldığında, okul türleri açısından İ-H-L (%58) ve özel lisenin (%68), diğer liselere göre genelde daha çok düzenli ve devamlı ibadet ettiği, öte yandan anadolu lisesi (%68) ve genel lisenin (%67) ise daha ziyade, ara sıra dua ve ibadet ettiği görülmüştür (bkz. Tablo-b.d/7; Grafik-b.d/7). İbadetler bazında namaz ibadetine bakıldığında, her gün beş vakit namaz kılanlarda İ-H-L (%43) ve özel lisenin (%57) oranlarının diğer liselere göre daha fazla olduğu; öte yandan çok istemelerine rağmen namazlarını kılamayanların ise anadolu lisesi (%41) ve genel lise (%48)'de daha fazla olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.d/3; Grafik-b.d/3). Oruç ibadetinde ise, İ-H-L (%87) ve özel lisenin (%93) düzenli ve devamlı olarak oruç ibadetini daha fazla yerine getirdiği, buna mukabil ara sıra oruç tutanlar grubunda ise, söz konusu liselerin oldukça düşük oranlara (İ-H-L %3 ve özel lise %3) sahip oldukları tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.d/4; Grafik-b.d/4). Kur'an okuyanlara bakıldığında, yine İ-H-L (%57) ve özel lisenin (%27) diğer liselere oranla daha yüksek düzeyde Kur'an okudukları, buna karşın genel lise (%48) ve anadolu lisesinin (%42) ise okumak istemelerine rağmen Arapça bilmedikleri için okuyamayan gruplar içerisinde en yüksek orana sahip oldukları gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.d/5; Grafik-b.d/5). Son olarak tövbe etme ibadetinde ise, en yüksek oranın genel lise (%51) ve İ-H-L (%49)'ye ait olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.d/6; Grafik-b.d/6).⁶⁷ Elde edilen bu veriler doğrultusunda, ergenlerin dinî inanç ve tutumlarının netleşmesinde aldıkları dinî eğitimin rolünün oldukça önemli olduğu söylenebilir.⁶⁸ Konuyla ilgili yapılan diğer alan araştırmalarında da meslekî din eğitimi alan ergenlerin almayanlara göre ibadetlerinde daha düzenli ve devamlı oldukları saptanmıştır.⁶⁹

Yukarıdaki ifade edilen hipotezi test etmek için sorulan sorulara ilişkin ergenlerin verdikleri cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin yaklaşık olarak %90 düzeyinde doğrulandığı tespit edilmiştir.

13. Dinî inanç düzeyi ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan

67 Ayrıca krş. SÖYLEV, Ergenleri Dine Yaklaştıran ve Dinden Uzaklaştıran Sosyal Sebepler, sh. 48-49,73; YILDIRIM, Din Eğitiminin Gençler Üzerindeki Etkisi, sh. 33-34; HAYTA, Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler, sh. 150

68 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi, sh. 50

69 Bkz. SÖYLEV, Ergenleri Dine Yaklaştıran ve Dinden Uzaklaştıran Sosyal Sebepler, sh. 48-49,73; HAYTA, Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler, sh. 150

ergenler tarafından yapılan dua ve ibadet, düşük olanlara göre daha düzenli ve devamlıdır.

Bireyin dinî pratiklerini yerine getirmesi onun sahip olduğu dinî inanç düzeyiyle yakından ilgilidir. Hangi gelişim döneminde olursa olsun iç güdümlü dindarların, dış güdümlü dindarlara oranla dinî inanç düzeyleri daha yüksek olduğu için dinî davranışlara yönelik motivasyonları da daha yüksektir.⁷⁰

Yapılan bu araştırmada konuyla ilgili elde edilen verilere göre ergenlerin, düzenli ve devamlı dua ve ibadet etme durumuna bakıldığında, dinî inanç düzeyi açısından, inançlı ve ibadetlerini tam olarak yerine getirmeye çalışan ergenlerin (%79,02), genelde düzenli ve devamlı dua ve ibadet ettikleri, dinî pratikleri eksik olan ergenler (%70,26) ile dinî konularda şüpheleri olan ergenlerin (%76,47) de doğal olarak daha ziyade, ara sıra dua ve ibadet ettikleri tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.e/12; Grafik-b.e/12). Bunun yanı sıra özelde ibadetlere bakıldığında, dinî inanç düzeyi açısından inançlı ve dinî pratiklerini yerine getiren ergenlerin (%60,14), diğer gruplara göre her gün beş vakit namazlarını daha fazla kıldıkları, pratikleri eksik olan ergenlerin (%40,95) ise, çok istemelerine rağmen namazlarını kılamadıkları saptanmıştır (bkz. Tablo-b.e/7; Grafik-b.e/7). Oruç ibadetiyle ilgili profile bakıldığında ise, dinî inanç düzeyi açısından pratikleri eksik olan ergenlerin (%78,45) tam olanlara (%96,50) göre daha az oruç tuttukları, pratikleri eksik olanların (%18,97) ve dinî inançlar konusunda şüpheli olanların (%29,41) ise diğer gruplara göre her yıl ara sıra oruç tutma oranlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.e/8; Grafik-b.e/8). Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili olarak da, inançlı ve pratikleri tam olan ergenlerin (%38,46), her gün az da olsa diğer gruplara göre daha fazla Kur'an okudukları, dinî pratikleri tam (%51,75) ve eksik olan ergenlerin (%48,71) ise daha ziyade, mübarek gün ve gecelerde Kur'an okudukları gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.e/9; Grafik-b.e/9). Son olarak tövbe etmeyle ilgili de, günah olan her davranışın sonunda tövbe eden grupların başında pratikleri eksik olan ergenlerin (%45,69) geldiği, inançlı ve pratikleri tam olan ergenlerin (%45,45) ise az bir farkla bu grubu takip ettikleri saptanmıştır (bkz. Tablo-b.e/10; Grafik-b.e/10).

Yukarıdaki söz konusu hipotezi test etmeye ilişkin sorulan sorulara verilen cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin yaklaşık olarak %90 düzeyinde desteklendiği görülmüştür.

14. Dinî inanç düzeyi ile ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmemesi sonucu oluşan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusunun hissedilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; dinî inanç düzeyi yüksek olan ergenler tarafından yapılan

70 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 76-78

ibadetlerin düzenli ve devamlı olmaması durumunda dinî suçluluk ve günahkarlık duygusunun hissedilme oranı, düşük olanlara göre daha fazladır.

Psikolojik bir gerçeklik olan suçluluk duygusu, bireylerin tecrübe ettiği evrensel bir olgudur. Bu sebeple o, dinden önce gelir ve onu güdüleyebilir. Fakat din, buna “günah” boyutunu ilave eder. Ergenlik psikolojisi ile ilgili yapılan bir araştırmada, suçluluk duygusu tecrübesini yaşayan ergenlerde Allah’a başvurma olgusunun, ergenin kendi benine ve topluma başvurmamasından net olarak daha az sıklıkta görüldüğü saptanmıştır. Bu bağlamda suçluluk duygusu içinde bulunan gençlerin ancak bir bölümü, bunun sıkıntısını teselli ve telafi etmek için dinî inanç ve değerlere yönelmektedir.⁷¹ Öte yandan ergenler üzerinde yapılan başka bir ampirik çalışmada, dindar ergenlerin daha güçlü suçluluk duygusu taşıdıkları tespit edilmiştir.⁷² Ergenlerdeki bu suçluluk duygusu, dinî pratiklerin yerine getirilmesini sağlayan otoriteye (Kutsal Varlık) karşı vazife ve borç duygusunu güdüleyebilir.⁷³

Bu çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, ibadetlerin düzenli ve devamlı olarak yapılmaması durumunda duyulan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusuna bakıldığında, ibadetlerini düzenli ve devamlı olarak yapamadıkları için dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu hissedenlerin başında, dinî inanç düzeyi açısından dinî pratiklerini tam olarak yapmaya çalışan ergenlerin (%90,91) geldiği ve bu grubu, dinî pratikleri eksik olan ergenlerin (%63,79) izlediği saptanmıştır. Ayrıca dinî inançları konusunda şüpheleri olan ergenlerin (%58,82) ise, daha ziyade ara sıra suçluluk ve günahkarlık duygusu hissettikleri tespit edilmiştir (bkz. Tablo-b.e/11; Grafik-b.e/11). Elde edilen bu veriler, ergenlerde genel anlamda her ne kadar dinî pratikler eksik olsa da ibadet yapma ve yapamadıkları ibadetler için eksiklik duyma bilinçlerinin yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir. Konuyla ilgili yapılan başka araştırma sonuçları da ulaşılan bu verileri desteklemektedir.⁷⁴

Yukarıdaki zikredilen hipotezi test etmeye yönelik sorulan sorulara ilişkin örneklem grubunun verdiği cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı saptanmıştır.

15. Cinsiyet faktörü ile dua ve ibadetin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her iki cinsiyet içinde de düzenli ve devamlı olarak dua eden ergenlerin oranı, ibadet eden ergenlerin oranından daha fazladır.

Yapılan bu çalışmada konuyla ilgili elde edilen sonuçlara göre, ergenlerin her iki cinsiyet düzeyinde dua etme ile ibadet yapma oranları karşılaştırıldığında, cinsiyet farkı

71 Bkz. HÖKELEKLİ, a.g.e., sh. 103-105

72 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi, sh. 43-44

73 Bkz. HÖKELEKLİ, Din Psikolojisi, sh. 107

74 Krş. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 70,72-73; ARGYLE; HALLAHMI, Yaş ve Din, sh. 321-322

olmaksızın erkek (%46,50) ve kız (%58) ergenlerin daha ziyade, “çok dua, az ibadet” yaptıkları gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.a/5; Grafik-b.a/5). Bu veriden hareketle, ergenlik döneminde dinî pratiklerin düzenli ve devamlı bir seyir izlemediğini söylemek mümkündür. Ayrıca ergenlerin, dua ve ibadeti dinî başa çıkma yöntemi olarak kullanma durumlarına bakıldığında ise, sadece duayı dinî başa çıkma metodu olarak kullanan ergenlerin oranının (erkekler %52, kızlar %53) her iki cinsiyet düzeyinde de, hem dua hem ibadet ile sadece ibadeti kullananlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.a/3).⁷⁵ Özetle, ergenlik döneminde devamlı ve düzenli olarak yapılan ibadetlerde bir düşünüş olduğu sonucundan hareketle ergenlerin, ibadetlere (namaz, oruç vb.) nazaran hiçbir zaman ve mekan sorunu olmadığı için dua karşısındaki dinî tutum ve davranışları daha istikrarlıdır denebilir.

Yukarıdaki ifade edilen hipotezi test etmek için sorulan sorulara ilişkin ergenlerin verdikleri cevaplar incelendiğinde bu hipotezin tam olarak desteklendiği tespit edilmiştir.

16. Cinsiyet faktörü ile oruç ibadetinin düzenli ve devamlı olarak yerine getirilmesi arasında anlamlı ve önemli bir ilişki vardır; her iki cinsiyet içinde de ibadetler düzeyinde oruç ibadetini yerine getiren ergenlerin oranı, diğer ibadetleri yerine getirenlerin oranından daha fazladır.

Konuyla ilgili yapılan değerlendirmelere göre ergenlerin, düzenli ve devamlı olarak daha çok yaptıkları ibadet türüne bakıldığında, oruç ibadetini yerine getiren ergenlerin oranının (erkekler %52, kızlar %35,5) diğer ibadetlere (namaz kılma, Kur'an okuma, tövbe etme) göre daha fazla olduğu saptanmıştır (bkz. Tablo-b.a/4; Grafik-b.a/4). Ayrıca her iki cinsiyet düzeyinde de ergenlerin, oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumları karşılaştırıldığında, her yıl düzenli ve devamlı olarak ramazan ayında mutlaka bir ay oruç tutan ergenlerin oranının (erkekler %85, kızlar %80) ara sıra veya bazı yıllar oruç tutan ergenlere göre daha fazla olduğu gözlenmiştir (bkz. Tablo-b.a/4).⁷⁶ Bu araştırma sonuçlarını destekleyen konuyla ilgili başka ampirik araştırma sonuçları da vardır.⁷⁷ Ergenlerin ibadetler içinde oruç ibadetini daha fazla yerine getirmelerinin önemli bir sebebi, temelde ibadetlerini yapamamalarından kaynaklanan dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu olabilir. Şöyle ki, ergenler, buluğ çağına girdikleri için dinî emir ve yasaklardan sorumlu olduklarının bilincindedir. Ancak cinsellik ve bağımsızlık güdüleri gibi ibadet yapmalarını engelleyen

75 P=0,13771

76 P=0,62750

77 Bkz. HÖKELEKLİ, Ergenlikte Dinî Gelişim, sh. 85; ÖZTÜRK, Kız Öğrencilerin Dinî Tutumları, sh. 244-251; DUMAN, Genç Kızlarda Dinî Uyum Sorunları, sh. 95; ASLAN, Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, sh. 38; KOŞTAŞ, Üniversite Öğrencilerinde Dine Bakış, sh. 110;

güdülerin etkisi altına girdikleri için dinî suçluluk ve günahkarlık duyguları oluşmaktadır. Bu duygudan kurtulmak ve dinî görevlerini yapma adına, yukarıda sözü edilen güdülerin etkisi altında, süreklilik gerektiren namaz gibi ibadetleri yerine getiremedikleri için hiç değilse senede bir ay olan oruç ibadetini yaparak bu duygudan kurtulmak istedikleri şeklinde bir yorum geliştirilebilir.

Yukarıdaki söz konusu hipotezi test etmeye ilişkin sorulan sorulara verilen cevaplar incelendiğinde, bu hipotezin tam olarak doğrulandığı görülmüştür.

c.b. Hipotezlerin Dışında Elde Edilen Veriler

Bu ampirik çalışmada, yapılan istatistiksel analizler sonucu en az anlamlı ilişki cinsiyet, yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerinde tespit edilmiştir. Buna karşın en çok anlamlı ilişki de okul türü, dinî inanç düzeyi, dua etmenin sıklık düzeyi, dua etmenin içtenlik düzeyi ile ibadet etmenin sıklık düzeyi ve ibadet etmenin içtenlik düzeyi değişkenlerinde gözlenmiştir.⁷⁸

Anket sorularına verilen cevaplara ilişkin düz frekans tablolarıyla ilgili istatistiksel analiz sonuçlarına bakıldığında, ankete katılan ergenlerde, düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmelerinin ruh sağlıkları üzerinde olumlu etkiler yaptığını inananların oranının %90,5 olduğu tespit edilmiştir.⁷⁹ Ayrıca, Allah'a olan inançlarıyla yaptıkları dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada çok fazla, fazla ve normal derecede etkili olduğunu ifade eden ergenlerin toplam oranının %96 olduğu gözlenmiştir.⁸⁰ Bunun yanı sıra ergenlerin %83'ünün, en çok aşırı stresli ve kaygılı durumlarında dua ettikleri saptanmıştır.⁸¹ Öte yandan ergenlerin %66,25'inin ibadetlerini yaptıktan sonra aşırı stres ve kaygılardan uzaklaşp psikolojik bir rahatlama hissettikleri, %29,25'inin ise bu psikolojik rahatlama bazen hissettikleri bazen de hissetmedikleri tespit edilmiştir.⁸²

Ankete katılan ergenlerin %80,5'inin düzenli ve devamlı olarak dua ettiklerinde, %82,75'inin de düzenli ve devamlı olarak ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiklerinde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azaldığı ve bunlarla başa çıkabildikleri saptanmıştır.⁸³ Öte yandan dua ve ibadete içtenlik açısından bakıldığında ise, ergenlerin %85'inin içtenlikle dua ettiklerinde,

ŞAHİN, Yetiştirme Yurdu Gençlerinde Dinî Hayat, sh. 62-66,68; UYSAL, Psiko-Sosyal Açıdan Oruç, sh. 205-206

78 Krş. EK-1'deki ilgili tablolar

79 Krş. "EK-1 / Anket Sorularına Verilen Cevaplara İlişkin İstatistiksel Analiz Sonuçları" bölümü, Tablo-II/1

80 Krş. a.g. ek, Tablo-II/2

81 Krş. a.g. ek, Tablo-II/3

82 Krş. a.g. ek, Tablo-II/4

%86,75'inin de içtenlikle ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiklerinde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarının azaldığı ve bunlarla başa çıkabildikleri gözlenmiştir.⁸⁴

Herhangi bir problemlerinden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşayan ergenlerin %52,5'inin, bu durumdan kurtulmak için sadece dua ettiği, %40,75'inin ise hem dua hem de ibadet ettikleri tespit edilmiştir.⁸⁵ Dolayısıyla araştırmaya katılan ergenlerin, yaşadıkları aşırı stres ve kaygıya karşı duayı, ibadete göre daha fazla dinî başa çıkma metodu olarak kullandıkları gözlenmiştir. Ayrıca ergenlerin %85,75'inin, istekleri yerine gelmese de, bu durumdan dolayı dinî şüphe ve kararsızlık içine girmeyip dua ve ibadet etmeye devam ettikleri saptanmıştır.⁸⁶ Elde edilen bu sonuç da, ankete katılan ergenlerin, daha derin bir şekilde dua ve ibadet bilincine sahip olduklarını gösteren bir gösterge olarak değerlendirilebilir.

Araştırmada, alt sistem olarak⁸⁷ ele alınan dua ve ibadetin genel seyrine bakıldığında ise, ergenlerin bu dönemde özellikle ibadete karşı geliştirdikleri dinî tutum ve davranışlarına ilişkin önemli veriler elde edilmiştir. Öncelikle namaz ibadetine bakıldığında, ergenlerin %28,5'inin beş vakit namazlarını kıldıkları, %24,75'inin de günlük namazların bazılarını kılabilirdikleri saptanmıştır.⁸⁸ Namaz ibadetindeki tabloya bakıldığında önemli bir istikrarın olmadığı söylenebilir. Buna karşın oruç ibadetinde ise, ankete katılan ergenlerin %82,5'inin her yıl ramazan ayında düzenli olarak oruçlarını tuttukları saptanmıştır.⁸⁹ Araştırmadan elde edilen oranlara göre oruç ibadetinde, namaz ibadetiyle kıyaslanamayacak derecede devam ve düzen anlamında bir istikrarın olduğunu söylemek mümkündür. Bunun yanı sıra Kur'an okuma ibadetinde ise, ergenlerin %48,75'inin özellikle mübarek gün ve gecelerde (cuma ve kandil akşamları gibi) Kur'an okudukları gözlenmiştir.⁹⁰ Yine bu ibadette de, namaz ibadetinde olduğu gibi tam bir istikrarın olmadığı ifade edilebilir. Son olarak, tövbe ibadetinde ergenlerin %44,75'inin günah olduğuna inandıkları her davranış için mutlaka tövbe ettikleri, %40,5'inin ise özel olarak değil de dua ederken affedilmeleri için tövbe de ettikleri tespit edilmiştir.⁹¹ Tövbe ibadetinde ise, Kur'an okuma ibadetine göre daha düzenli ve devamlı bir istikrardan söz

83 Krş. a.g. ek, Tablo-II/5,6

84 Krş. a.g. ek, Tablo-II/7,8

85 Krş. a.g. ek, Tablo-II/9

86 Krş. a.g. ek, Tablo-II/10

87 Bkz. EK-4 / Araştırma Modeli, Şekil-3

88 Krş. a.g. ek, Tablo-II/11

89 Krş. a.g. ek, Tablo-II/12

90 Krş. a.g. ek, Tablo-II/13

91 Krş. a.g. ek, Tablo-II/14

etmek mümkündür. İbadetler bazında araştırmaya katılan ergenlerin %43,75'inin genel anlamda düzenli ve devamlı olarak en çok yaptıkları ibadetin, oruç tutmak olduğu gözlenmiştir.⁹²

İbadetlerle ilgili olarak ayrıca, ergenlerin %71,75'inin düzenli ve devamlı olarak ibadet yapamadıkları durumlarda dinî suçluluk ve günahkarlık duygusu hissettikleri saptanmıştır.⁹³

Araştırmada son olarak dua ve ibadet etmeyle ilgili genel dinî tutum ve davranışlar göz önünde bulundurulduğunda, ergenlerin %52,25'inin daha ziyade "çok dua, az ibadet" yaptıkları, buna mukabil %20,25'inin de "çok dua, çok ibadet" yaptıkları saptanmıştır.⁹⁴ Ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadete genel olarak bakıldığında ise ergenlerin %51,57'inin ara sıra, %46'sının ise düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet yaptıkları tespit edilmiştir.⁹⁵



92 Krş. a.g. ek, Tablo-II/15

93 Krş. a.g. ek, Tablo-II/16

94 Krş. a.g. ek, Tablo-II/17

95 Krş. a.g. ek, Tablo-II/18



SONUÇ

Ruhsal rahatsızlıkları iyileştirmeye yönelik yapılan tedaviler ve uygulanan yöntemler, yapıları bakımından birbirlerinden farklılık gösterirler. Bu bağlamda bu tedaviler, dünyevî başarı arayan ya da kendini gerçekleştirmeye çalışan bireyde, ruhsal acının ve iyileşme isteğinin olmasına göre değişebilir. Bu iki türdeki acı ve iyileşme isteği için temelde, iki ayrı tedavi yönteminden bahsedilebilir. Bunlardan ilki, yakın zamana kadar rakipsiz olarak algılanan pragmatik tedavi yöntemleri, diğeri ise bilimsel anlamda yapılan yeni çalışmalarla yavaş yavaş gelişmeye ve yerleşmeye başlayan maneviyata (tinsel) dayalı tedavi yöntemleridir. Bu ikinci yöntem bir anlamda kapının surlara açılmasıdır. Bu sır ise, bireye ruhunun derinliklerinde kendini hissettiren kutsal bir varlıktır. Bu varlık, kendini bireye değişik vasıtalarla açık bir biçimde hissettirmektedir. İşte bireyin temel görevi, bunu öğrenip bulmaya çalışmasıdır. Bu bağlamda, bireyin gerçek mutluluğu ve dolayısıyla da ruhsal zindeliği, bunu ne kadar başarabildiğiyle yakından ilgilidir. İşte bu çalışma, ortalama 7-8 yıllık bir zaman dilimine serpiştirilmiş duygusal oluşumların, zihinsel değişimlerin ve fiziksel olgunluğun bileşiminin kesiştiği bir dönem olan ergenlik döneminde, sözü edilen gerçekliğin ne kadar kavrandığı ve dolayısıyla da psikolojik etkilerinin ne boyutta olduğu gerçeğini aydınlatma amacına matuf olarak yapılmıştır.

Dua ve ibadetler, bireyin dinî hayatını dışa yansıtan dinsel ifade formlarıdır. Bu anlamda söz konusu dinî pratikler, bireyin dinî yaşamıyla o kadar iç içedir ki, bu uygulamalar olmadan onun hayatındaki dinin, var olup olmadığı ayrı bir tartışma konusudur. Dinin pratikleri olan dua ve ibadetlerin psikolojisi, bireyin hangi gelişim dönemi içerisinde değerlendirilirse değerlendirilsin gerçekte salt psikolojik bir tavırla anlaşılabilir; ancak söz konusu dinî pratiklerin, bireyin üzerindeki psikolojik yansımaları tespit edilebilir. İşte bu nokta dikkate alınarak bu çalışmanın, gerek teorik çerçevesinde gerekse ampirik bölümünde, dua ve ibadet gibi dinî pratiklerdeki kutsal (aşkın) bir yönün varlığı kabul edilerek ergenler üzerindeki psikolojik etkileri incelenmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın amacının, dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkilerinin olup olmadığının betimsel perspektifte belirlenmesi olduğu çalışmanın başında da belirtilmiştir. Bir alan araştırması karakteri taşıyan ve evrenini, Türkiye’de orta öğrenim gören ergenlerin oluşturduğu bu çalışmanın, genel anlamda “ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkileri vardır” temel hipotezinin ve buna bağlı alt hipotezlerinin, ergenlere uygulanan anket ve yapılan istatistiksel analizler sonucunda büyük ölçüde desteklendiği görülmüştür.

Araştırmanın kavramsal çerçeve ve metodolojik problemleri doğrultusunda, din-ruh sağlığı ilişkisi üzerine yapılan bu çalışma, bireyin dinî hayatına ilişkin sadece uygulama

(ritualistik) boyutu ile sınırlı tutularak yapılmış ve tek yönlü boyutların din-ruh sağlığı ekseninde yetersiz kaldığı anlaşılmıştır. Çünkü her iki yön de, kompleks yapılara sahip olduğu için tek taraflı ele alınmaları, zaman zaman birbirleriyle çelişen sonuçların elde edilmesine neden olabilmektedir. Zira her iki tarafla ilgili yapılan araştırma sonuçlarının birbirlerinden farklı neticeler vermesi, bu noktadaki çekincenin önemini ortaya koymaktadır. Bu sebeple, birey eksenli hangi gelişim dönemi üzerinde olursa olsun, ruh sağlığı ile ilgili yapılacak olan çalışmalarda her ne kadar zor olsa da dinî hayatın, dinî inanç (ideolojik), duygu (tecrübî) ve bilgi (entelektüel) boyutu gibi diğer boyutlarının da göz önünde bulundurulması, söz konusu ilişkinin aydınlatılması açısından oldukça önemlidir. Aksi halde, din ve ruh sağlığı konusunda yapılacak araştırmalardan elde edilecek veriler, yukarıda da belirtildiği gibi söz konusu alanlardaki çizilecek çerçeveye bağlı olarak farklılıklar gösterebilecektir.

Bu araştırmaya ilişkin sonuç olarak denilebilir ki, ergenlerin ruh sağlığında dinî pratiklerin psikolojik açıdan önemli bir etkisi vardır. Dua-ibadet ve ruh sağlığı ilişkisi özellikle bazı değişkenler açısından oldukça anlamlı sonuçlar ortaya koymaktadır. Bütün bu sonuçları, araştırmanın evreni ve örneklemini oluşturan ergenlerin davranış özelliklerini de dikkate alarak yorumlamak gerekmektedir. Buradan hareketle gerek bireylere hitaben döneme özgü, gerekse dönemle ilgili yapılacak araştırmalar için şu öneriler getirilebilir:

- Dinî pratiklerinin devamlılık ve düzenlilik durumları henüz tam olarak oturmamış olan ergenlerin duygu, düşünce ve tutumlarının tam bir kararlılık gösteremediği göz önüne alındığında, bu konuyla ilgili daha net sonuçlara ulaşmak için -yukarıda belirtilen yönler de dikkate alınarak- gerek öğrenim gören gerekse bu kesimin dışında çalışan veya çalışmayan ergenler ve gençler üzerinde yeni alan araştırmalarının yapılması gerekmektedir. Zira bu karakterde yapılacak çalışmalar, öğrenim gören ve çalışan bu iki kesim arasındaki -şayet varsa- ne gibi farkların olduğunu göstermesi bakımından önem arz etmektedir.

- Ergen veya herhangi bir gelişim dönemini yaşayan bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkilerine, yapılan dinî uygulamaların “sorumluluk” merkezli mi, yoksa “ödül/mükafat” merkezli mi veya her iki merkezli mi etkilerinin olduğunu ortaya koymaya yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Zirâ, din- ruh sağlığı çerçevesinde konunun bu analitik yönünün de araştırılması, farklı bir perspektif getirmesi açısından önem arz edebilir.

- Ayrıca din-ruh sağlığı ilişkisine dayalı alan araştırmalarının, bütün gelişim dönemleri üzerinde ayrı ayrı yapılması gerekmektedir. Zirâ böyle çalışmalar, din-ruh sağlığı perspektifinde bireyin gelişim profilindeki genel seyrini göstermesi bakımından önemlidir.

- Türkiye’de özellikle din-ruh sağlığı merkezli çalışmalarda, psikiyatri ve psikoloji bilim dallarının akademik anlamda din psikolojisi bilim dalıyla, bilim dalı komplekslerini bir kenara bırakarak disiplinler arası bir çalışma içerisine girmesi gerekmektedir.

- Henüz belki de başlangıç aşamasında olan İslamî psikoloji ve psikiyatri çalışmalarının, gerek teorik bazda gerekse ampirik araştırmalarla hızlandırılması, dolayısıyla bu alandaki akademik çalışmalara ivedilik kazandırılması gerekmektedir. Bu bağlamda, özellikle Türkiye’deki din psikologlarının yaptıkları çalışmaları, literal açıdan bilinçli olarak İslamî psikolojiye doğru yönlendirme çabası içerisinde olmaları gerekmektedir.*

- Bu gün içinde yaşanan modern dünyada, pragmatik tedavi mantığıyla yetişen psikiyatr ve psikologların, tedavi ettikleri hastalarına, bireyin manevî (tinsel) bir yönünün olduğunu ve bu yönünün kendilerini gerçekleştirmeleri ve olgunlaştırmalarında oldukça önemli bir etken olduğunu fark etmeleri ve tedavi yöntemlerinde dikkate almaları gerekmektedir.

- Ayrıca anne-babaların ve öğretmenlerin, ergenlik döneminin gerçekten ergenler için problemlili ve zor bir dönem olduğunu bilmeleri ve onlarla iletişimlerinde bu durumlarını göz önünde bulundurmaları gerekmektedir.

* Bu konudaki teorik yaklaşım için bkz. FARUKI, İsmail, R., Bilginin İslâmileştirilmesi -Genel Çalışma Planı ve İlkeler-, (Islamisation of Knowledge -General Principles and Workplan), (Çev. Fehmi KORU), Risale Yayınları, No:1, 3.Baskı, İstanbul-1995, sh. 85-95



BİBLİYOGRAFYA

ACHOUI, Mustapha; "Human Nature From a Comparative Psychological Perspective", The American Journal of Islamic Social Sciences", Washington-1998, Volume 15, Winter 1998, Number 4, pp.71-95

ADAMS, James, F.; Ergenliği Anlamak, (Çev. Ali SÖNMEZ), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, 3.Baskı, Ankara-1995, [ISBN 975-533-115-8]

ADLER, Alfred; Genç Kız Psikolojisi ve Cinselliği, (Çev. Nesrin SİPAHİOğLU), Düşünen Adam Yayınları, 2.Baskı, İstanbul-1994

_____ ; İnsan Tanıma Sanatı, (Menschenkenntnis), (Çev. Kamuran ŞİPAL), Say Yayınları, 5.Baskı, İstanbul-1996, [ISBN 975-468-017-5]

_____ ; Yaşamın Anlam ve Amacı, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Say Yayınları, İstanbul-1993, [ISBN 975-468-051-5]

_____ ; Psikolojik Aktivite, (Superiority and Social Interest), (Çev. Belkıs ÇORAKÇI), Say Yayınları, 2.Baskı, İstanbul-1993, [ISBN 975-468-046-9]

_____ ; Sosyal Duygunun Gelişiminde Bireysel Psikoloji, (Çev. Halis ÖZGÜ), Hayat Yayınları, No:85, İstanbul-2000, [ISBN 975-8243-87-X]

AKDENİZ, Sabri; Eğitim Sosyolojisi, İFAV Yayınları, 2.Baskı, İstanbul-1990

AKGÜL, Muhittin; "Alkol-Uyuşturucu ve Korunma Yolları", Diyanet İlmî Dergi, Ankara-1999, C.35, S.2, sh.79-100

AKGÜNDÜZ, Ahmet; "Manevî Silahımız Dua ve Ecdadımızın Duaya Verdiği Ehemmiyet", Sızıntı Dergisi, İzmir-1999, S.136, sh.182-185

ALAN, Şerafeddin; "Tedavide Madde ve Mana", Sızıntı Dergisi, İzmir-1980, S.20, sh.21-24

_____ ; "Moral ve Stres", Sızıntı Dergisi, İzmir-1986, S.91, sh.274-277

ALAN, Yusuf; "İslâmî Psikiyatri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1990, S.135, sh.101-103

ALBAYRAK, Ahmet; Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1995, XIV+181 sh., [YÖK Tez No: 42923]

_____ ; "Ergenlerin Dinî Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]

ALEWYN, Richard; "Edebî Kaygı", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-76-50-61-7]

ALPER, Yusuf; Bütün Yönleriyle Depresyon, Gendaş Yayınları, No:154, İstanbul-1999, [ISBN 975-308-044-1]

ALTINKÖPRÜ, Tuncel; Genç Kız Psikolojisi ve Cinselliği, Hayat Yayınları, No:65, İstanbul-1999, [ISBN 975-8243-56-X]

ALTINTAŞ, Hayranî; "Ruh Sağlığı Açısından Sünete Uymanın Önemi", Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1992, S.18, sh.11-15

ARGYLE, Michael; Psychology and Religion -An Introduction- , Routledge, London and New York-2000

ARGYLE, Michael; HALLAHMI, Benjamin-B.; Psychology of Religious Behaviour, Routledge, London and New York-1997

_____ ; "Yaş ve Din", (Çev. Abdurrahman KURT), U.Ü.İ.F.D., Bursa 1992, C.4, S.4, sh.319-331

_____ ; "Dindarlığın Etkileri-I", (Çev. Adem ŞAHİN), S.Ü.İ.F.D., Konya-2000, S.10, sh.453-477

ARKONAÇ, Sibel; Psikoloji, Alfa Yayınları, No:148, İstanbul-1993, [ISBN 975-7368-24-5]

ARMANER, Neda; Din Psikolojisine Giriş-I, Ayyıldız Matbaası, Ankara-1980

- ARSLAN, Mayda;** "Yalnızın Psikolojisi", Sızıntı Dergisi, İzmir-1999, S.251, sh.493-496
- ARSLANTÜRK, Zeki;** Sosyal Bilimciler İçin Araştırma Metot ve Teknikleri, İFAV Yayınları, No:103, 2.Baskı, İstanbul-1995
- ASLAN, Zeynüddin;** Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusundaki Tutumları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1987, V+47 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-29)
- ATHAR, Shahid;** "Modern Stress and It's Cure From Quran", Islamic Medicine, Edited by Shahid ATHAR, M.D., (www.islamset.com/psyrelig)
- ATKINSON, Rita, L. ve ark.;** Psikolojiye Giriş, (Hilgard's Introduction to Psychology), (Çev. Yavuz ALOGAN), Arkadaş Yayınları, Ankara-1999, [ISBN 975-509-184-X]
- ATKINSON, Rita, L. ve ark.;** Psikolojiye Giriş-II, (Çev. K. M. ATAKAY, Aysun YAVUZ), Sosyal Yayınlar, İstanbul-1995
- AY, Mehmet, Emin;** "Aile Ortamında Yerine Getirilen İbadetlerin Çocuk Üzerindeki Etkileri", Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, İstanbul-1994, S.1, sh. 163-170
- BAHADIR, Abdülkerim;** Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1994, X+187+X sh., [YÖK Tez No: 32084]
- _____ ; "Ergenlik Döneminde Dinî Şüphe ve Tereddütler", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]
- _____ ; "Ergenlik Döneminde Din ve Ahlâk Gelişimi", Mehir Aile Dergisi, Konya-2001, S.1, sh. 45-54
- BALTAŞ, Zuhal;** Sağlık Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul-2000, [ISBN 975-14-0734-6]
- BANYARA, Philip; HAYES, Nicky;** Psychology: Theory and Application, Chapman&Hall, University and Professional Division, 2-6 Boundary Row, London-1994
- BAYHAN, Vehbi;** Anomi ve Yabancılaşma, Kültür Bakanlığı Yayınları, No:195, Ankara-1997, [ISBN 975-17-1826-0]
- BAYMUR, Feriha;** Genel Psikoloji, İnkılâp Kitabevi, 11.Baskı, İstanbul-1994, [ISBN 975-10-0097-1]
- BAYRAKDAR, Mehmet;** İslâm İbadet Fenomenolojisi, Akçağ Yayınları, No:33, Ankara-1987
- BEBEK, Adil;** Din ve Düşünce Açısından Dua, Rağbet Yayınları, No:4, İstanbul-1998
- BEDRI, Malik, B.;** Müslüman Psikologların Çıkması, (The Dilemma of Muslim Psychologists), (Çev. Harun ŞENCAN), İnsan Yayınları, No:7, İstanbul-1984
- BEKAROĞLU, Mehmet;** "Nevrotik Mekanlar Olarak Şehirler", Habitat-II, Kent Zirvesi İstanbul'96 (içinde), İ.B.B.K.İ.D.B. Yayınları, No:44, İstanbul-1997, C.II, sh. 82-86
- BENGÜ, Sarp;** Taklamakan -Uyuşturucu Madde Kullanma (!) Kılavuzu-, Gendaş Yayınları, No:217, İstanbul-2000, [ISBN 975-308-188-X]
- BILZ, Rudolf;** "Kaygı Yaşantısındaki Özne-Merkezcilik", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-7650-61-7]
- BİLGİN, Nuri;** Kimlik Sorunu, Ege Yayınları, No:1, İzmir-1994, [ISBN 975-7915-00-9]
- BİLGİSEVEN, Amiran, K.;** Sosyal İlimler Metodolojisi, Filiz Kitabevi, 4.Baskı, İstanbul-1994, [ISBN 975-368-083-X]
- BİNBAŞIOĞLU, Cavit;** Ruh Sağlığı Bilgisi, Binbaşioğlu Yayınevi, 3.Baskı, Ankara-1983

BOZAK, M., Mahir; "Anksiyete ve Okul Başarısı Arasındaki İlişkiye Ait Bir Araştırma", Psikoloji Dergisi, Ankara-1982, S.4(16), sh. 24-30

BUDAK, Selçuk; Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara-2000, [ISBN 975-7298-44-1]

BUSCAGLIA, Leo; Kişilik, (Personhood), (Çev. Nejat EBCİOĞLU), İnkılâp Yayınları, İstanbul-1987, [ISBN 975-10-0165-X]

BUTLER, Gillian; MCMANUS, Freda; Psikolojinin ABC'si, (Psychology -A Very Short Introduction), (Çev. Zeliha İ.BABAYİĞİT), Kabcacı Yayınevi, No:118, İstanbul-1998, [ISBN 975-7942-70-7]

BRUNING, J., L.; KINTZ, B., L.; İstatistik, (Çev. Ali SÖNMEZ), Gündoğan Yayınları, No:93/73, Ankara-1993, [ISBN 975-520-036-3]

BÜYÜKÇINAR, A., Muhtar; Mutluluk Yolları, Hikmet Yayınları, 2.Baskı, No:55, İstanbul-1990

CAN, Selim; Üniversite Öğrencilerinin Dua Konusunda Tutum ve Davranışları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1988, V+32+II sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-59)

CANAN, İbrahim; Kütüb-i Sitte, Tercüme ve Şerhi, Akçağ Yayınları, Ankara-1995, C.6, [ISBN 975-338-054-2]

CARREL, Alexis; Dua, (Çev. M. Alper YÜCETÜRK), Yağmur Yayınevi, No:5, İstanbul-1961

_____; İnsan Denen Meçhul, (Haz. Yunus ENDER), Hayat Yayınları, No:5, İstanbul-1997, [ISBN 975-8243-06-3]

CEBECİ, Suat; "İmam-Hatip Liselerinin Öğrenci Yapısı ve Bunun Sosyal Gelişme Açısından Değerlendirilmesi", H.Ü.İ.F.D., Şanlıurfa-1995, S.1, sh. 111-120

CERTEL, Hüseyin; "Dinî Suçluluk Duygusu ve Savunma Mekanizmaları", Akademik Araştırmalar Dergisi, Erzurum-1996, S.1, sh. 24-29

_____; "Kutsal Zamanlar ve Dinî Hayat", Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1998, S.39, sh. 8-12

COHEN, Rudolf; "Kaygıyı Nicelendirme Denemeleri", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-7650-61-7]

CULLOUGH, Leslie, Mc.; "İntiharın Sebepleri Nedir ve Ona Nasıl Engel Olunur?", (Çev. Hüseyin PEKER), O.M.Ü.İ.F.D., Samsun-1987, S.2, sh. 105-113

CÜCELOĞLU, Doğan; İnsan ve Davranışı, Remzi Kitabevi, 7.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-14-0250-6]

CLARK, W., H.; "Ergenlik ve Gençlikte Din-I", (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1976, S.256-257, sh. 11-20

_____; "Ergenlik ve Gençlikte Din-II", (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1976, S.258-259, sh. 3-9

_____; "Ergenlik ve Gençlikte Din-III", (Çev. Mehmet DAĞ), Eğitim Hareketleri Dergisi, Ankara-1977, S.260-261, sh. 16-22

_____; "İman Problemi", (Çev. A. Rıza AYDIN), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.3, (www.dinbilimleri.com)

CRIDER, A., B. ve ark.; Psychology, H. C. College Publishers, 4.th Edition, New York-1993

ÇAĞLAR, Kemal; Ergenlik Çağındaki Gençlerin Dinî Şüphe ve Tereddütleri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1986, III+56 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-26)

ÇAĞRICI, Mustafa; “İslâm’da Eğitim-Ahlâk Meseleleri ve Toplum Kalkınması”, İslâm Üzerine Düşünceler (içinde), TDV Yayınları, No:12, 5.Baskı, Ankara-1991, [ISBN 975-389-007-9]

CETİN, Kasım; Ergenlik Çağı Gençlerinde İbadet ve Dua Tecrübesi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1984, 26 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-13)

CETİNOĞLU, Nuran, P.; “Çocuk ve Gençte Depresyon”, Yaşadıkça Eğitim Dergisi, İstanbul-1995, S.38, sh. 18-19

DAĞ, İhsan; “Psikolojinin Işığında Kaygı”, Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 167-174

DARYAL, A., Murat; Dinî Hayatın Psiko-Sosyal Temelleri, İFAV Yayınları, No:75, İstanbul-1994, [ISBN 975-548-034-X]

_____ ; “Ramazan Sosyolojisi ve Psikolojisi Üzerine Bir Deneme-I”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1993, S.19, sh. 46-50

_____ ; “Ramazan Sosyolojisi ve Psikolojisi Üzerine Bir Deneme-II”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1993, S.20, sh. 40-44

DAVIS, Fred; Moda, Kültür ve Kimlik, (Fashion, Culture and Identity), (Çev. Özden ARIKAN), Yapı Kredi Yayınları, İstanbul-1997, [ISBN 975-363-660-1]

DEMİRSAR, Aydın; Psikoterapi Türleri, Bursa Hâkimiyet Baskı Tesisleri, Bursa-1990, [ISBN 975-95449-0-3]

DİNÇMEN, Kriton; Psikiyatri, Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-470-123-7]

DOĞAN, Mevrûre; Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1997, X+111 sh., [YÖK Tez No: 62711]

DUMAN, Fatma; Genç Kızlarda Dinî Uyum Sorunları, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, III+110 sh.

DURKHEIM, Emile; İntihar, (Le Suicide -Etude de Sociologie-), (Çev. Özer OZANKAYA), İmge Kitabevi, No:47, Ankara-1992, [ISBN 975-533-022-47]

DÜRÜ, Çağay; “Kaygı ve Depresyon: Psikopatolojik Bir Bakış”, Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 175-180

EISENBERG, Sheldon; DELANEY, Daniel, J.; Psikolojik Danışma Süreci, (Çev. N.ÖREN, M.TAKKAÇ), MEB Yayınları, No:2338, İstanbul-1993, [ISBN 975-11-0626-5]

EKER, Hasan; Dua Bilinci, Denge Yayınları, No:60, İstanbul-2000, [ISBN 975-550-054-5]

EKŞİ, Aysel; “Psikolog ve Antropologların Görüş Açısından Gençlik Dönemi”, Psikoloji Dergisi, Ankara-1979, S.1(8), sh. 10-14

EKŞİ, Halil; “Din Eğitimi, Gençlik ve Kişilik”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]

ELIAS, John, L.; “Ronald Goldman: Dinî Anlayış Psikoloğu”, (Çev. Ali Rıza AYDIN), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.4, (www.dinbilimleri.com)

ERDEM, Selman; Psikoloji, Fil Yayınevi, İstanbul-1994, [ISBN 975-496-017-8]

ERIKSON, E., H.; Identity, Youth and Crisis, W.W. Norton, New York-1968

ERKUŞ, Adnan; Psikoloji Terimleri Sözlüğü, Doruk Yayınları, No:50, 2.Baskı, Ankara-(tarihsiz), [ISBN 975-553-078-9]

EROL, Neşe ve ark.; Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu, S.B.T.S.H.G.M., Ankara-1998, (U.Ü.Tıp Fakültesi Kütüphanesi, No:9263)

EVİRGEN, Muharrem; Dinî İnanç ve İbadetlerin Stres Üzerindeki Etkisi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1999, V+57 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-67)

FARUKI, İsmail, R.; Bilginin İslâmleştirilmesi -Genel Çalışma Planı ve İlkeler-, (Islamisation of Knowledge -General Principles and Workplan), (Çev. Fehmi KORU), Risale Yayınları, No:1, 3.Baskı, İstanbul-1995

FICHTER, Joseph; Sosyoloji Nedir? (Çev. Nilgün ÇELEBİ), Atilla Kitabevi, 3.Baskı, Ankara-1996, [ISBN 975-7285-00-5]

FORDHAM, Frieda; Jung Psikolojisi, (Çev. Aslan YALÇINER), Say Yayınları, 5.Baskı, İstanbul-1999, [ISBN 975-468-070-1]

FOUCAULT, Michael; Psikoloji ve Ruhsal Hastalık, (Maladie Mentale et Psychologie), (Çev. Muhsin HESAPÇIOĞLU), Birey Yayınları, No:63, İstanbul-2000, [ISBN 975-8257-57-9]

FOULQUIE, Paul; Pedagoji Sözlüğü, (Dictionnaire de la Langue Pedagogique), (Çev. Cenap KARAKAYA), Sosyal Yayınlar, İstanbul-1994

FREUD, Sigmund; Psikanaliz Üzerine, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Cem Yayınevi, İstanbul-1998, [ISBN 975-406-596-9]

FROMM, Erich; Erdem ve Mutluluk, (Man For Himself: An Inquiry Into The Psychology of Ethics), (Çev. Ayda YÖRÜKAN), Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, No:325, İstanbul-1993, [ISBN 975-458-052-9]

_____ ; Umut Devrimi, (The Revolution of Hope), (Çev. Şemsa YEĞİN), Payel Yayınları, 2.Baskı, İstanbul-1995, [ISBN 975-388-020-0]

_____ ; Kendini Savunan İnsan, (Man For Himself), (Çev. Necla ARAT), Say Yayınları, 4.Baskı, İstanbul-1994, [ISBN 975-468-031-0]

_____ ; Psikanaliz ve Din, (Pschoanalysis and Religion), (Çev. Aydın ARITAN), Arıtan Yayınları, 3.Baskı, İstanbul-1993

FROSCH, John; "Ruhsal Sağlık, Ruhsal Hastalık", Bir Bilim Olarak Psikiyatri (içinde), (Der. E. GÖKA; K. SAYAR), Ağaç Yayınları, No:16, İstanbul-1992, [ISBN 975-346-019-8]

GANDER, Mary, J.; **GARDINER, Harry, W.;** Çocuk ve Ergen Gelişimi, (Child and Adolescent Development), (Der. Bekir ONUR), İmge Kitabevi, 2.Baskı, Ankara-1995, [ISBN 975-533-068-2]

GAZALİ; İhya-u Ulumu'd-Din, (Çev. A. SERDAROĞLU), Bedir Yayınları, İstanbul-1974, C.I-V

_____ ; Kalplerin Keşfi, (Mükâşefetü'l-Kulüb), (Çev. Hüseyin S. ERDOĞAN), Hisar Yayınevi, No:22, İstanbul-(tarihsiz)

GEÇTAN, Engin; Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar, Remzi Kitabevi, İstanbul-1988, [ISBN 975-14-0034-1]

_____ ; Varoluş ve Psikiyatri, Remzi Kitabevi, 4.Baskı, İstanbul-1994, [ISBN 975-14-0159-3]

_____ ; İnsan Olmak, Remzi Kitabevi, 17.Baskı, İstanbul-1996, [ISBN 975-14-0164-X]

_____ ; Psikanaliz ve Sonrası, Remzi Kitabevi, 7.Baskı, İstanbul-1996, [ISBN 975-14-0403-7]

_____ ; Kimbilir? Metis Yayınları, İstanbul-1998, [ISBN 975-342-173-7]

GÖRMEZ, Kemal; Şehir ve İnsan, MEB Yayınları, No:2319, İstanbul-1991, [ISBN 975-11-0625-7]

GÜLEÇ, Cengiz; "Hümanistik Psikoloji Açısından Kaygı Sorunsalı ve Kendini Gerçekleştirme Kavramı", Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 159-166

GÜNAY, Ünver; Din Sosyolojisi Dersleri, Erciyes Üniversitesi Yayınları, No:62, Kayseri-1993

_____ ; Din Sosyolojisi, İnsan Yayınları, No:257, 3.Baskı, İstanbul-2000, [ISBN 975-574-233-6]

GÜNEŞ, Sadık; Medya ve Kültür, Vadi Yayınları, No:39, Ankara-1996, [ISBN 975-7726-38-9]

GÜNEY, Salih; Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü, Ocak Yayınları, Ankara-1998, [ISBN 975-422-160-X]

GÜNGÖR, Erol; Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar, Ötüken Yayınları, No:404, İstanbul-1998, [ISBN 975-437-271-3]

_____ ; Ahlâk Psikolojisi ve Sosyal Ahlâk, Ötüken Yayınları, No:317, İstanbul-1995, [ISBN 975-437-172-5]

GÜRSAKAL, Necmi; Bilgisayar Uygulamalı İstatistik-I, Marmara Kitabevi, Bursa-1997

GÜRSES, İbrahim; "Dindarlık İle İlgili Tutumlar ve Otoriteryen Kişilik İlişkisi", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]

_____ ; Genç Psikolojisinde Din-Bilim Çatışmasının Motivleri ve Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1987, IV+51 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-30)

GÜRÜN, O., A.; Psikoloji Sözlüğü, İnkılap Kitabevi, İstanbul-1996, [ISBN 975-10-0393-8]

GLOCK, Charles, Y.; "Dinî Teslimiyetin Tetkiki Üzerine -Dindarlığın Boyutları-", (Çev. Faruk KARACA), Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, Samsun-2001, S.3, (www.dinbilimleri.com)

GRABER, Gustav, H.; Kadın Psikolojisi, (Çev. Kamuran ŞİPAL), Cem Yayınevi, 2.Baskı, İstanbul-1998, [ISBN 975-406-579-9]

GRAHAM, Helen; Stresi Kendi Yararınıza Kullanın, (Make Stress Work For You), (Çev. M. SAĞLAM, T. TEZCAN), Alfa Yayınları, No:577, İstanbul-1999, [ISBN 975-316-232-4]

GRANT, Wendy; 13-19 Yaşları Arasındaki Gençler, (13 to 19), (Çev. Şerife KÜÇÜKAL), HYB Yayıncılık, Ankara-1999, [ISBN 975-6972-89-0]

GROTEVENT, Harold, D.; "Kişilik Gelişimi", (Çev. Ö.Hakan ERSEVER), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, [ISBN 975-533-115-8]

GRUBER, A.; "Ergenlik Çağı Gençlerinde Dinî Gelişme", (Çev. Hayati HÖKELEKLİ), Fikir ve Sanatta Hareket Dergisi, (Hicret Özel Sayısı), İstanbul-1979, S.9-10, sh. 15-20

HALL, Calvin, S.; Freudyen Psikolojiye Giriş, (A Primer of Freudian Psychology), (Çev. Eran DEVRİM), Kaknüs Yayınları, No:57, İstanbul-1999, [ISBN 975-6963-51-4]

HAMACHEK, Don, E.; "Ergen Benliğinin Psikolojisi ve Gelişimi", (Çev. Ö. Hakan ERSEVER), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, [ISBN 975-533-115-8]

HAMBLY, Kenneth; Özgüven, (Çev. Barış BIÇAKÇI), Rota Yayınları, No:3, 2.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-7805-56-4]

HAQUE, Amber; "Psychology and Religion: Their Relationship and Integration From An Islamic Perspective", The American Journal of Islamic Social Sciences, Washington-1998, Volume 15, Winter 1998, Number 4, pp.97-116

HAS, Polat; "İnanç ve İnsanlar", Sızıntı Dergisi, İzmir-1980, S.18, sh. 25-26

_____ ; "İntiharlar ve Sosyolojik Sebepleri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1982, S.44, sh. 10-11

HAYTA, Akif; Psiko-Sosyal Uyum ve Dinî Pratikler, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1993, X+192 sh.

- _____ ; "İbadetler ve Ruh Sağlığı", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]
- _____ ; "U.Ü. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme", U.Ü.İ.F.D., Bursa-2000, S.9, C.9, sh. 487-505
- _____ ; "Gençlik Çağında Din ve Gençin Hayatına Etkileri", Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri A.B.D., Din Psikolojisi Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Programı Seminer Çalışması), Bursa-1991, II+26 sh.
- HIDIR, Özcan**; "İmanın Bekçisi İbadet ve Psikolojik İzahı", Altınoluk Dergisi, İstanbul-1998, S.153, sh. 33-34
- HORNEY, Karen**; Ruhsal Çatışmalarımız, (Our Inner Conflicts), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, 3.Baskı, Ankara-1995, [ISBN 975-7782-05-X]
- _____ ; Nevrozlar ve İnsan Gelişimi, (Nevrosis and Human Growth), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, No: 6/1, 3.Baskı, Ankara-1996, [ISBN 975-7782-08-4]
- _____ ; Çağımızın Nevrotik Kişiliği, (The Neurotic Personality of Our Time), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, 4.Baskı, Ankara-1999, [ISBN 975-7782-50-5]
- _____ ; Kadın Psikolojisi, (Feminine Psychology), (Çev. Selçuk BUDAK), Öteki Yayınları, No:7/3, 3.Baskı, Ankara-1993, [ISBN 975-7782-10-6]
- HORTAÇSU, Nuran**; İnsan İlişkileri, İmge Kitabevi, 2.Baskı, Ankara-1997, [ISBN 975-533-006-2]
- HÖKELEKLİ, Hayati**; Din Psikolojisi, TDV Yayınları, No:116, Ankara-1993, [ISBN 975-389-112-1]
- _____ ; "Gençlik ve Din", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]
- _____ ; Ergenlik Çağı Gençlerinin Dinî Gelişimi, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa- 1983, IV+146+IV sh.
- _____ ; "Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet", "İbadet" md. (içinde), TDV İslâm Ansiklopedisi, TDV Yayınları, İstanbul-1999, C.19, sh. 248-252
- _____ ; "Ergenlik Döneminde Dinî Şüpheler", MEB Din Öğretimi Dergisi, Ankara-1988, S.14, sh. 73-82
- _____ ; "Gençlik ve Din İhtiyacı", Millî Kültür Dergisi, Ankara-1985, S.50, sh. 87-89
- _____ ; "Ergenlik Çağı Davranışlarına Din Eğitiminin Etkisi", U.Ü.İ.F.D., Bursa-1986, S.1, C.1, sh. 35-51
- _____ ; "Dinî Kişiliğin Kuruluşunda İradenin Rolü", Diyanet İlmî Dergi, Ankara-1985, C.XXI, S.2, sh. 16-28
- _____ ; "Ergenlerin Sosyal İlişki ve İlgilerine Din Eğitiminin Etkisi", U.Ü.İ.F.D., Bursa-1987, S.2, C.2, sh. 43-58
- _____ ; "Gençlikte Kendi Kendini Eğitme", Millî Kültür Dergisi, (Gençlik Özel Sayısı), Ankara-1986, S.53, sh. 8-11
- HYMAN, Ray**; Psikolojik Araştırmanın Niteliği, (Çev. Yılmaz ÖZAKPINAR), Selçuk Üniversitesi Yayınları, No:85, Konya-1990, [ISBN 975-448-045-1]
- IBN TEYMİYYE**; Dua ve Tevhid, (Çev. Abdi KESKİNSOY), Pınar Yayınları, No:89, 2.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-352-081-6]
- ILDIRAR, Mehmet**; "Tövbe", Semerkand Dergisi, Ankara-2000, S.15, sh. 26
- IZUTSU, Toshihiko**; Kur'an'da Allah ve İnsan, (Çev. Süleyman ATEŞ), Yeni Ufuklar Neşriyat, İstanbul-(tarihsiz)
- İKBAL, Muhammed**; İslâm'da Dinî Düşüncenin Yeniden Doğuşu, (Çev. N. Ahmet ASRAR), Birleşik Yayınları, 2.Baskı, İstanbul- (tarihsiz)
- İŞCİL, Necati**; İstatistik Metotları ve Uygulamaları, A.İ.T.İ.A. Yayınları, No:100, 7.Baskı, Ankara-1973

- JEAMMET, Philippe**; "Ergenlik Sürecinde Hatanın Yeri", (Çev. Talat PARMAN), DeFTER Dergisi, İstanbul-2000, S.41, sh. 145-156
- JERSILD, Arthur, T.**; Gençlik Psikolojisi, (Çev. İbrahim N. ÖZGÜR), Gün Matbaası, 2.Baskı, İstanbul-1974
- JUNG, Carl, Gustav**; Psikoloji ve Din, (Psychology and Religion), (Çev. Cengiz ŞİŞMAN), İnsan Yayınları, İstanbul- (tarihsiz), [ISBN 975-7732-54-0]
- JHONSON, Paul, E.**; "Dinî Tecrübe, (Religion Experience), (Çev. Recep YAPAREL), D.E.Ü.İ.F.D., İzmir-1986, S.3, sh. 195-204
- KAĞITÇIBAŞI, Çiğdem**; İnsan ve İnsanlar -Sosyal Psikolojiye Giriş-, Evrim Yayınları, No:1, 8.Baskı, İstanbul-1988, [ISBN 975-503-002-6]
- _____ ; Kültürel Psikoloji, Evrim Yayınları, No:2, 2.Baskı, İstanbul-2000, [ISBN 975-503-102-2]
- KARABULUT, Suat**; "Stres ve Çareleri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1995, S.200, sh. 356-357
- KARACA, Faruk**; "İnsanın Bazı Günü ve Duygularının İslâmî Açından Değerlendirilmesi", EKEV Akademi Dergisi, Ankara-1997, C.1, S.1, sh. 159-172
- KARACOSKUN, M., Doğan**; "İmam-Hatip Lisesi Öğrencilerinin Dinî Tutum ve Davranışları", İ.Ü.D.İ.F.D., Malatya-1995, S.1, sh. 201-209
- KARAGÖZ, İsmail**; Kur'an'da İbadet Kavramı, Şule Yayınları, No:46, İstanbul-1997, [ISBN 975-7796-26-3]
- KARASAR, Niyazi**; Bilimsel Araştırma Yöntemi, 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Yayınları, 6.Baskı, Ankara-1994, [ISBN 975-95432-1-6]
- _____ ; Araştırmalarda Rapor Hazırlama, 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Yayınları, 7.Baskı, Ankara-1994, [ISBN 975-95432-0-6]
- KAYA, Mevlüt**; "Kişilik Özelliklerinin Ahlâkî Yargı Üzerindeki Etkisi", Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, İstanbul-1997, S.4, sh. 185-200
- KAYABAY, H., İbrahim**; Genç Psikolojisinde Din-Cinsiyet Çatışması ve Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1989, IV+53 sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-33)
- KERNBERG, Otto, F.**; Sapıklıklarda ve Kişilik Bozukluklarında Saldırganlık, (Aggression In Personality Disorders An Perversions), (Çev. M. Banu BÜYÜKAL), Öteki Yayınları, No:9, İstanbul-2000, [ISBN 975-342-273-3]
- KILAVUZ, M., Akif**; "Ergenlerde Özdeşleşme ve Din Eğitimi", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]
- KILIÇBAY, Mehmet, Ali**; "Uygarlığın Ödülü Olarak Kaygı", Doğu-Batı Düşünce Dergisi, Ankara-1999, S.6, sh. 124-128
- KOŞTAŞ, Münir**; Üniversite Öğrencilerinde Dine Bakış, TDV Yayınları, No:185, Ankara-1995, [ISBN 975-389-192-X]
- KOZACIOĞLU, G.**; "Çocukların Anksiyete Düzeyleri İle Annelerin Tutumları Arasındaki İlişki, (The Relationship Between Family Attitudes and The Anxiety Level of Children)", İstanbul Üniversitesi Tecrübî Psikoloji Çalışmaları Dergisi, İstanbul-1984, C.14, sh. 83-103
- KÖKNEL, Özcan; ÖZUĞURLU, Kurban**; Tıpta Ruhbilim, Taş Matbaası, 2.Baskı, İstanbul-1983
- KÖKNEL, Özcan**; Depresyon -Ruhsal Çöküntü-, Altın Kitaplar Yayınevi, 5.Baskı, İstanbul- (tarihsiz), [ISBN 975-405-093-7]
- _____ ; Günlük Hayatta Ruh Sağlığı, Alfa Yayınları, No:596, İstanbul-1999, [ISBN 975-316-250-2]

_____ ; Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Altın Kitaplar Yayınevi, 13.Baskı, İstanbul-1995, [ISBN 975-405-100-3]

_____ ; İnsanı Anlamak, Altın Kitaplar Yayınevi, 4.Baskı, İstanbul-1993, [ISBN 975-405-375-8]

KÖSE, Ali; Freud ve Din, İz Yayıncılık, No:322, İstanbul-2000, [ISBN 975-355-415-X]

_____ ; Neden İslâm'ı Seçiyorlar, İSAM Yayınları, İstanbul-1997, [ISBN 975-389-262-4]

KÖSE, Nurcan; İbadetin Ruh Sağlığına Etkileri, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, II+41+IV sh., (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-38)

KULA, M., Naci; Kimlik ve Din, -Ergenler Üzerine Bir Araştırma-, Ayışığı Kitapları, No:31, İstanbul-2001, [ISBN 975-7321-18-4]

_____ ; "Gençlik Döneminde Kimlik ve Din", Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]

KULAKSIZOĞLU, Adnan; Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 2.Baskı, İstanbul-1999, [ISBN 975-14-0682-X]

KUNZ, Hans; "Kaygının Antropolojisi Üstüne", (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-7650-61-7]

KUR'AN-I KERİM

KHAN, Moin, U.; GAYLOR, Michael, S.; "Stress Related Disorders and How The New Behavioral Medicine Concepts Reflect Teachings of Islam With Emphasis On Cognitive Discipline and Self Regulatory Activities Including Daily Prayers", Islamic Psychology, (www.islamset.com/psyrelig)

KLEIN, Melanie; "Ruhsal Sağlık Üstüne", (Çev. Alp TÜMERTEKİN), Cogito Dergisi, Yüzyılın Psikanalizi (içinde), 3.Baskı, İstanbul-1998, S.9, sh. 119-124

MALINOWSKI, Bronislaw; Bilimsel Bir Kültür Teorisi, (Eine Wissenschaftliche Theorie der Kultur), (Çev. Saadet ÖZKAL), Kabalıcı Yayınları, No:21, İstanbul-1992

MARKHAM, Ursula; Kadınlar İçin Stres El Kitabı, (The Ultimate Stress Handbook for Women), (Çev. Türkan TEZCAN), Alfa Yayınları, No:482, İstanbul-1998, [ISBN 975-316-133-6]

MARSHALL, Gordon; Sosyoloji Sözlüğü, (A Dictionary of Sociology), (Çev. O. AKINHAY; D. KÖMÜRCÜ), Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara-1999, [ISBN 975-7298-43-3]

MASLOW, Abraham; İnsan Olmanın Psikolojisi, (Toward A Psychology of Being), (Çev. Okhan GÜNDÜZ), Kuraldışı Yayınları, İstanbul-2001, [ISBN 975-6744-18-9]

MASSON, Jeffrey; Psikiyatrinin Zorbalığı, (Against Therapy: The Tyranny of Psychotherapy), (Çev. Reha PINAR), Doruk Yayınları, Ankara-1997, [ISBN 975-553-186-6]

MEADOW, Mary, J.; KAHOE, Richard, D.; Psychology of Religion, -Religion In Individual Lives-, Harper&Row Publishers, New York-1984

MELİH, Ömer; "Stresin Beyin Üzerindeki Tesirleri", Sızıntı Dergisi, İzmir-1989, S.125, sh. 186-188

MEYEROVITCH, Evade, Vitray; Duanın Ruhu, (La Priere en Islam), (Çev. Cemal AYDIN), Şule Yayınları, No:132, 2.Baskı, İstanbul-1999, [ISBN 975-6841-09-5]

NECATİ, M., Osman; Kur'an ve Psikoloji, (Çev. Hayati AYDIN), Fecr Yayınları, No:57, Ankara-1998, [ISBN 975-7138-34-7]

_____ ; Hadis ve Psikoloji, (el-Hadisü'n-Nebeviyyetu ve Ilmu'n-Nefs), (Çev. Mustafa IŞIK), Fecr Yayınları, No:68, Ankara-1998, [ISBN 975-7138-50-9]

_____ ; "The Concept of Mental Health In The Holy Quran and The Hadeeth", Islamic Psychology, (www.islamset.com/psyrelig)

ONUR, Bekir; Gelişim Psikolojisi, İmge Kitabevi, 3.Baskı, Ankara-1995, [ISBN 975-533-114-X]

ORNSTEIN, Robert, E.; Yeni Bir Psikoloji, (The Psychology of Consciousness), (Çev. E. GÖKA, F. IŞIK), İnsan Yayınları, No:59, İstanbul-1990

ORVIN, George, H.; Ergenlik Çağındaki Çocuğunuzu Anlamanın Yolları, (Understanding The Adolescent), (Çev. Ayşe GÜRAN), HYB Yayıncılık, Ankara-1997, [ISBN 975-6972-08-4]

ÖNER, Necati; Stres ve Dinî İnanç, TDV Yayınları, No:18, 4.Baskı, Ankara-1989, [ISBN 975-389-026-5]

ÖNER, Necla; Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler, Boğaziçi Yayınları, 3.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-518-044-3]

ÖKTEM, Öget; Anksiyetenin Öğrenme ve Hafızaya Etkisi, İstanbul Üniversitesi Basımevi, İstanbul-1981

_____ ; “Anksiyetenin Öğrenme ve Hafızaya Etkisi”, Psikoloji Dergisi, Ankara-1982, S.4(16), sh. 31-35

ÖZBAY, Haluk; ÖZTÜRK, Emine; Gençlik, Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1995

ÖZBAYDAR, Belma; Din ve Tanrı İnancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma, Baha Matbaası, İstanbul-1970

ÖZGÜ, Halis; Genç Kız Psikolojisi, Özgü Yayınevi, 3.Baskı, İstanbul-1969

ÖZÖNDER, M., Cihat; “Sosyal-Kültürel İlimlerde Saha Araştırmalarının Ehemmiyeti”, Erol Güngör İçin (içinde), Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü Yayınları, No:79, Ankara-1988, sh. 97-102

ÖZTÜRK, Nermin; Kız Öğrencilerin Dinî Tutumları (14-18 Yaş), (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri-1994, II+284+V sh., [YÖK Tez No: 36966]

PARLADIR, Selahattin; “Dua” md., TDV İslâm Ansiklopedisi, TDV Yayınları, İstanbul-1994, C.9, sh. 530-535

PAZARLI, Osman; Din Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 3.Baskı, İstanbul-1982

PEKER, Hüseyin; Din Psikolojisi, Sönmez Matbaası, Samsun-1993

_____ ; “Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din”, O.M.Ü.İ.F.D., Samsun-1986, S.1, sh. 100-105

PENOT, Bernard; “Freudçu Öznenin İcadı ve Ergenlik”, (Invention du Sujet Freudien et Adolescence), (Çev. Özgür UÇKAN), Cogito Dergisi, Yüzyılın Psikanalizi (içinde), 3.Baskı, İstanbul-1998, S.9, sh. 147-154

PICHOT, Pierre; Psikolojide Kullanılan Testler, (Çev. Ebru ERBAŞ), Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1993, [ISBN 975-470-238-1]

RICHTER, Horst, E.; “Kaygının Psikanalizi Üstüne”, (Çev. Nasuh BARIN); Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-7650-61-7]

SABUNCUOĞLU, Zeyyat; TÜZ, Melek; Örgütsel Psikoloji, Alfa Yayınları, No:464, 3.Baskı, İstanbul-1998, [ISBN 975-316-110-7]

SATILMIŞ, G.; SEBER, G.; “Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Ergenlerde Benlik Saygısı”, Psikoloji Dergisi, Ankara-1989, S.7(23), sh. 68-73

SAYAR, Kemal; TÜRKÇAPAR, M., H.; Antipsikiyatri, Mavi Yayınları, No:2, İstanbul-1997, [ISBN 975-8209-12-4]

SAYAR, Kemal; Psikiyatri ve Kültür, İnsan Yayınları, No:295, İstanbul-2000, [ISBN 975-574-266-2]

SAYGILI, Sefa; “Şehir ve Akıl Hastalıkları”, Habitat-II, Kent Zirvesi İstanbul’96 (içinde), İ.B.B.K.İ.D.B. Yayınları, No:44, İstanbul-1997, C.II, sh. 75-81

SONGAR, Ayhan; Temel Psikiyatri, Minnetoğlu Yayınları, İstanbul-1981

SÖYLEV, Ö., Faruk; Ergenlik Çağı Gençlerini Dine Yaklaştıran ve Dinden Uzaklaştıran Sosyal Sebepler, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1995, 81 sh.

SCHULZ, Walter; “Çağdaş Felsefede Kaygı Sorunu”, (Çev. Nasuh BARIN), Korku ve Kaygı (içinde), Düz. Hoimar VON DITFURTH, Metis Yayınları, İstanbul-1991, [ISBN 975-7650-61-7]

SHAPIRO, Patricia, G.; Çocukluk ve İlk Gençlik Depresyonu, (A Parent’s Guide To Childhood and Adolescent Depression), (Çev. Meral KESİM), Papirüs Yayınları, No:83, İstanbul-(tarihsiz), [ISBN 975-7432-93-8]

SHARPE, Eric, J.; Dinler Tarihinde 50 Anahtar Kavram, (Çev. Ahmet GÜÇ), Arasta Yayınları, No:2, Bursa-2000

STEVENS, Anthony; Jung, (Çev. Ayda ÇAYIR), Kaknüs Yayınları, No:60, İstanbul-1999, [ISBN 975-6963-58-1]

STORA, Jean, Benjamin; Stres, (Çev. Ayşen KALIN), Cep Üniversitesi, İletişim Yayınları, İstanbul-1992, [ISBN 975-470-229-2]

ŞAHİN, A., Altay; “Türkiye’de Sigara İçmenin Boyutu”, Sigara ve Gençlik (içinde), (Ed. İzzettin BARIŞ), Kültür Bakanlığı Yayınları, No:43, Ankara-1997, [ISBN 975-17-1805-8]

ŞAHİN, Adem; “Yetiştirme Yurdu Gençlerinde Dinî Hayat”, Mehir Aile Dergisi, Konya-2001, S.1, sh. 55-70

ŞAHİN, D.; GÜVENÇ, G., B.; “Ergenlerde Aile Algısı ve Benlik Algısı”, Türk Psikoloji Dergisi, Ankara-1996, S.11(38), sh. 22-34

ŞAHİN, Hasan; “İnsan-Din İlişkisi”, E.Ü.İ.F.D., Kayseri-1984, S.1, sh. 111-130

ŞAHİN, Nesrin, H.; Stresle Başa Çıkma, TPD Yayınları, No:2, 3.Baskı, Ankara-1998, [ISBN 975-9576-02-5]

ŞEMİN, Refia, U.; Gençlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 3.Baskı, İstanbul 1992, [ISBN 975-14-0365-0]

_____ ; Eğitimde Ruh Sağlığı, Üniversal Bilimsel Yayınları, No:5, İstanbul-1995, [ISBN 975-7391-05-0]

ŞENTÜRK, Habil; Din Psikolojisi, Esra Yayınları, No:177, İstanbul-1997

_____ ; Psikoloji Açısından Hz. Peygamberin İbadet Hayatı, Bahar Yayınları, İstanbul-1984

_____ ; İbadet Psikolojisi, İz Yayıncılık, No:323, İstanbul-2000, [ISBN 975-355-439-7]

_____ ; “İbadetin Mânâsı ve Fonksiyonları Üzerine Psikolojik Bir Bakış Denemesi”, S.D.Ü.İ.F.D., Isparta-1994, S.1, sh. 139-158

_____ ; “Kişilik ve Din”, Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1996, S.34, sh. 18-23

_____ ; “Freud’un Psikoloji ve Din Anlayışma Eleştirel Bir Yaklaşım”, S.D.Ü.İ.F.D., Isparta-1996, S.3, sh. 249-259

ŞERİATİ, Ali; Dua, Birleşik Yayınları, No:7, 4.Baskı, İstanbul-1996

TARHAN, Nevzat; “Stres ve Sabır”, Kur’an Mesajı İlmî Araştırmalar Dergisi, İstanbul-1998, S.5, sh. 44-47

TEVFİK, Mehmet; Rûhî Bunalımlar ve İslâm Rûhiyâtı, Güven Matbaası, 2.Baskı, Ankara-1985

TOPÇU, Nurettin; İslâm ve İnsan, Mevlana ve Tasavvuf, (Haz. E. ERVERDİ, İ. KARA), Dergah Yayınları, No:173, İstanbul-1998, [ISBN 975-7032-20-4]

_____ ; Var Olmak, Dergah Yayınları, No:172, 2.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-7032-19-0]

TOPSEVER, Yurdal; Psikolojide Araştırma, Deney ve Analiz, Ege Üniversitesi Basımevi, E.Ü.E.F., No:60, İzmir-1991, [ISBN 975-483-073-8]

- TOPUZ, İlhan;** “Dinî Başa Çıkma, (Religious Coping)”, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri ABD, Din Psikolojisi Bilim Dalı, (Yayımlanmamış Doktora Programı Seminer Çalışması), Bursa-1999, II+18 sh.
- TUNÇ, Cihat;** “İslâm Dininde Zikir ve Dua”, E.Ü.İ.F.D., Kayseri-1988, S.5, sh. 31-42
- TURA, Saffet, M.;** Günümüzde Psikoterapi, Metis Yayınları, İstanbul-2000, [ISBN 975-342-267-9]
- TURGUT, M., F.; BAYKUL, Yaşar;** Ölçekleme Teknikleri, ÖSYM Yayınları, Ankara-1992
- TÜRKDOĞAN, Orhan;** Bilimsel Değerlendirme ve Araştırma Metodolojisi, MEB Yayınları, No:869, İstanbul-1995, [ISBN 975-11-0295-2]
- ULUDAĞ, Süleyman;** İslâm’da Emir ve Yasakların Hikmeti, TDV Yayınları, No:38, Ankara-1984, [ISBN 975-389-027-3]
- ULUSOY, İ., Turgut;** Din Psikolojisi, Hisar Cilt ve Yayınevi, İstanbul-1970
- USAL, Alparslan; ASLAN, Zeynep;** Davranış Bilimleri -Sosyal Psikoloji-, Barış Yayınları, İzmir-1995
- UYGUR, Nermi;** Kültür Kuramı, Remzi Kitabevi, No:58, İstanbul-1984
- UYSAL, Veysel;** Psiko-Sosyal Açından Oruç, TDV Yayınları, No:128, Ankara-1994, [ISBN 975-389-125-3]
- _____; Din Psikolojisi Açısından Dinî Tutum, Davranış ve Şahsiyet Özellikleri, İFAV Yayınları, No:111, İstanbul-1996, [ISBN 975-548-061-7]
- UZUNÖZ, Ali;** “Kimlik Kavramı, Varolmanın İkilemleri, Psikolojik Sorunlar ve Psikoterapi”, Psikoloji Dergisi, Ankara-1988, S.6(22), sh. 52-58
- ÜNAL, Nurten;** Dinî İnanç, İbadet ve Dua’nın Umutsuzlukla İlişkisi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa-1998, X+177 sh.
- _____; “Dinî İnanç, İbadet ve Dua’nın Umutsuzlukla İlişkisi”, Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi (içinde), (Ed. Hayati HÖKELEKLİ), Ankara Okulu Yayınları, Ankara-2002, [ISBN 975-8190-47-4]
- ÜNLÜ, Sezen;** Psikoloji, A.Ü.A.Ö.F. Yayınları, No: 259, Eskişehir-1993, [ISBN 975-492-291-8]
- VERGOTE, Antoine;** Din, İnanç ve İnançsızlık, (Religion, Foi, Incroyance), (Çev. Veysel UYSAL), İFAV Yayınları, No:164, İstanbul-1999, [ISBN 975-548-129-X]
- _____; “Ergenlikte Din”, (Çev. Erdoğan FIRAT), A.Ü.İ.F.D., Ankara-1981, C.24, sh. 583-592
- WELLS, Calvin;** Sosyal Antropoloji Açısından İnsan ve Dünyası, (Çev. Bozkurt GÜVENÇ), Remzi Kitabevi, No:17, 2.Baskı, İstanbul-1984
- WINDMILLER, Myra;** Ahlâk Gelişimi ve Ahlâkî Davranış, (Çev. Demet ÖNGEN), Ergenliği Anlamak (içinde), Der. Bekir ONUR, İmge Kitabevi, Ankara-1995, [ISBN 975-533-115-8]
- WINNICOTT, D., W.;** Oyun ve Gerçeklik, (Playing and Reality), (Çev. Tuncay BİRKAN), Metis Yayınları, No:2, İstanbul-1998, [ISBN 975-342-185-0]
- WULFF, David, M.;** “The Psychology of Religion: An Overview”, Religion and The Clinical Practice of Psychology (içinde), (Ed. Edvard, P. SHAFRANSKE), Published by American Psychological Association, Washington-1996
- YALOM, Irvin;** Varoluşçu Psikoterapi, (Existential Psychotherapy), (Çev. Zeliha, İ. BABAYİĞİT), Kabalıcı Yayınevi, 2.Baskı, İstanbul-2000, [ISBN 975-8240-12-8]
- YAPAREL, Recep;** Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat İle Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara-1987, VI+162+15 sh.
- _____; “Depresyon ve Dinî İnançlar İle Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler”, D.E.Ü.İ.F.D., İzmir-1994, S.VIII, sh. 275-299

YAVUZ, Kerim; Psikanalizde İlk Dinî Gelişmelerin Değeri, Atatürk Üniversitesi Basımevi, No:641, Erzurum-1987

YAVUZER, Haluk; Çocuk ve Suç, Remzi Kitabevi, 9.Baskı, İstanbul-1998, [ISBN 975-14-0032-5]

YILDIRIM, Mehmet; Din Eğitiminin Gençlerin Heyecan Gelişimi ve Sosyal Çevre İle Olan İlişkilerine Etkisi, (Yayımlanmamış Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Bursa-1986, 35 sh. (U.Ü.İ.F. Kütüphanesi, No: PIS-25)

YILDIRIM, Suat; "İbadet ve Hayat Nizamı", Yeni Ümit Dergisi, İstanbul-1989, S.3, sh. 3-6

YILMAZ, Ali; Psikolojik Değerlendirmenin Temelleri, Etüt Yayınları, No:12, Samsun-1999, [ISBN 975-8217-10-0]

YÖRÜKAN, Turhan; Alfred Adler, Bireysel Psikolojisi, Sosyal Roller ve Kişilik, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, No:486, Ankara-2000, [ISBN 975-458-243-2]

YÖRÜKOĞLU, Atalay; Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar, Özgür Yayınları, 8.Baskı, İstanbul-1993, [ISBN 975-447-033-2]

_____ ; Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, No:48, 21.Baskı, İstanbul-1997, [ISBN 975-447-006-5]

YÜCEL, Hasan, Ali; Türkiye'de Orta Öğretim, Kültür Bakanlığı Yayınları, No:1681, Ankara-1994, [ISBN 975-17-1466-4]

ZANGWILL, O., L.; Modern Psikolojinin Gelişimi, (Çev. Yılmaz ÖZAKPINAR), Selçuk Üniversitesi Basımevi, Konya-1988, [ISBN 975-448-041-9]

ZİYALAR, Adnan; "Gençlerde Görülen Psikolojik ve Moral Problemler", Yaşadıkça Eğitim Dergisi, İstanbul-1990, S.13, sh. 5-6

_____ ; "Gençliğin Rûhî ve Sosyal Problemleri", Gençlerin Rûhî ve Mânevî Problemleri (içinde), İSAV Yayınları, No:13, İstanbul-1987



E K L E R

E K - 1

Araştırmanın Ampirik Sonuçlarına İlişkin Ek Tablo ve Grafikler

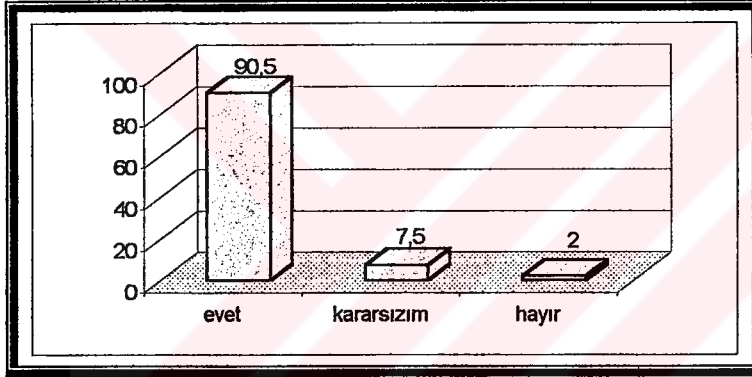
ANKET SORULARINA VERİLEN CEVAPLARA İLİŞKİN İSTATİSTİKSEL ANALİZ SONUÇLARI

Araştırmanın ampirik bölümünde kullanılan anket formunun II. Bölümünde hipotezlerin test edilmesi amacıyla yer alan sorulara, örneklem grubunun verdiği cevapların oranlarını gösteren tablo ve grafikler aşağıda verilmiştir.¹

Tablo-II/1⁽²⁾ Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmenizin, ruh sağlığınız üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanıyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, inanıyorum	362	90,5
Kararsızım	30	7,5
Hayır, inanmıyorum	8	2
Toplam	400	100

Grafik-II/1

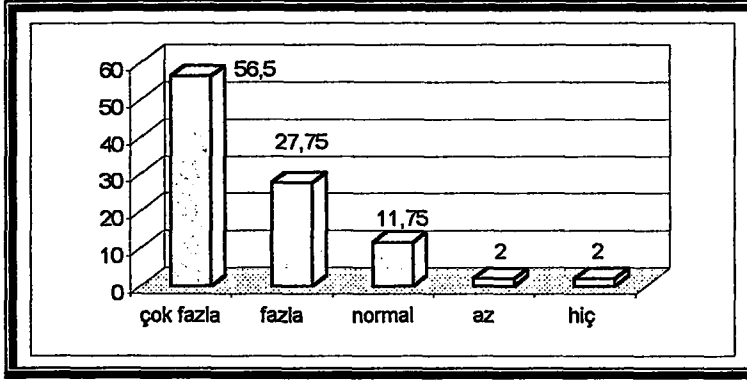


Tablo-II/2 Allah'a olan inancınız ile yaptığınız dua ve ibadetler, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarda başa çıkmada sizin için ne ölçüde etkilidir?

***	Sayı	%
Çok fazla etkilidir	226	56,5
Fazla etkilidir	111	27,75
Normal etkilidir	47	11,75
Az etkilidir	8	2
Hiç etkili değildir	8	2
Toplam	400	100

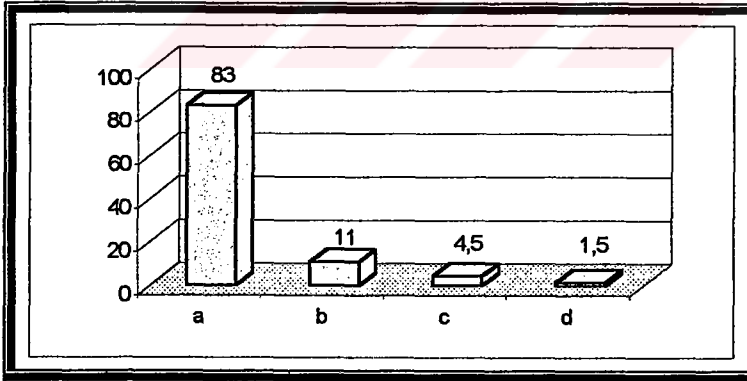
- 1 Yapılan istatistiksel analizler sonucu elde edilen bu oranlar verilirken anket formunun II. Bölümünde bulunan sorular aynen alınmış, bu formdaki soruların cevap şıkları ise tablo ve grafik olarak düzenlenmiştir. (Ayrıca krş. EK-2: Anket Formu / II. Bölüm)
- 2 Tablo ve grafik kodlamalarındaki "II" rakamı anket formundaki II. Bölüm; yanındaki rakamlar ise yine aynı bölümdeki soru sayılarını simgelemektedir. Yani bu tablo ve grafikler, anket formundaki II. Bölümün sorularının istatistiksel analizlerini göstermektedir. [Bu kodlamaya göre bu tablo ve grafiğin okunuşu şöyledir: II. Bölümdeki 1. sorunun tablo ve grafiğidir.]

Grafik-II/2



Tablo-II/3 En çok hangi durumlarda dua etme ihtiyacı hissediyorsunuz?

***	Sayı	%
a) Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarımda dua ediyorum	332	83
b) Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.) dua ediyorum	44	11
c) Doğal afetlerde ve kazalarda dua ediyorum	18	4,5
d) Hiçbir durumda dua etme ihtiyacı hissetmiyorum	6	1,5
Toplam	400	100

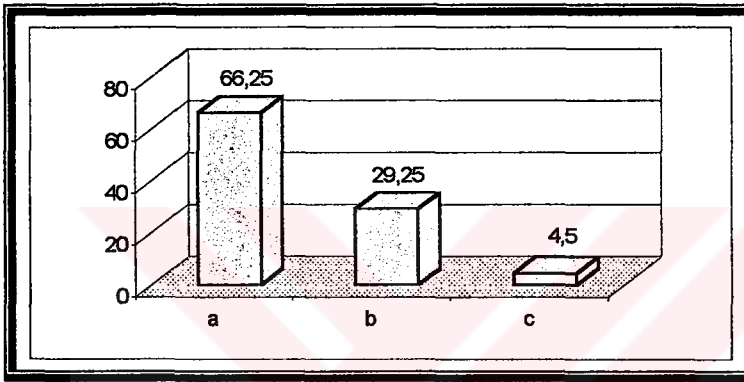
Grafik-II/3⁽³⁾

3 Grafiklerdeki dik çizgide bulunan rakamlar %'yi; yatay çizgideki harfler ise ait olduğu tabloda yer alan soru sıklıklarını belirtmektedir.

Tablo-II/4 İbadetlerinizi yaptıktan sonraki psikolojik durumunuz aşağıdaki ifadelerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Aşırı stres ve kaygılardan uzaklaşıp psikolojik bir rahatlama hissediyorum	265	66,25
b) Psikolojik rahatlamaı bazen hissediyor, bazen hissetmiyorum	117	29,25
c) Kendimde bir değişiklik hissetmiyorum	18	4,5
Toplam	400	100

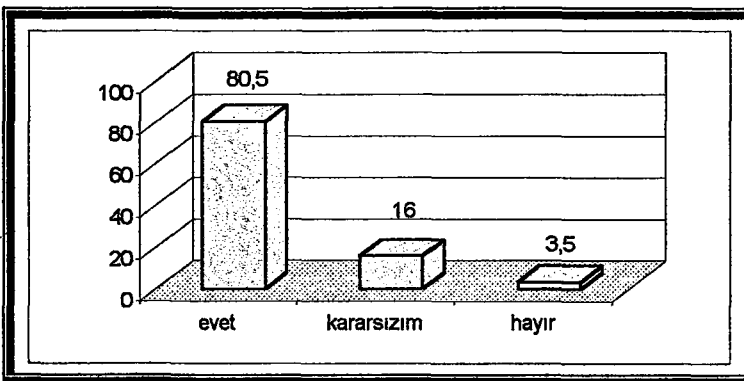
Grafik-II/4



Tablo-II/5 Düzenli ve devamlı olarak dua ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, hissediyorum	322	80,5
Kararsızım	64	16
Hayır, hissetmiyorum	14	3,5
Toplam	400	100

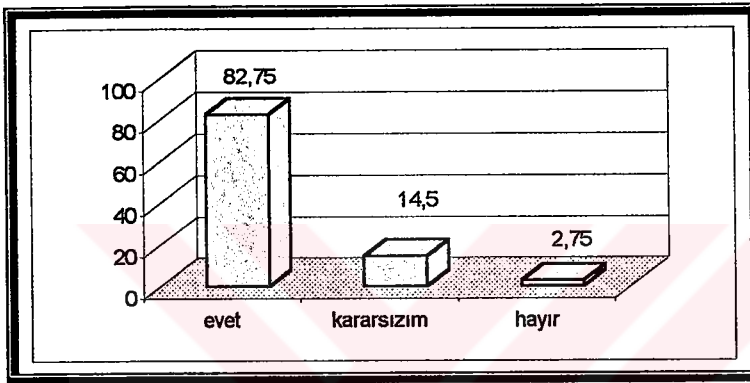
Grafik-II/5



Tablo-II/6 Düzenli ve devamlı olarak ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, hissediyorum	331	82,75
Kararsızım	58	14,5
Hayır, hissetmiyorum	11	2,75
Toplam	400	100

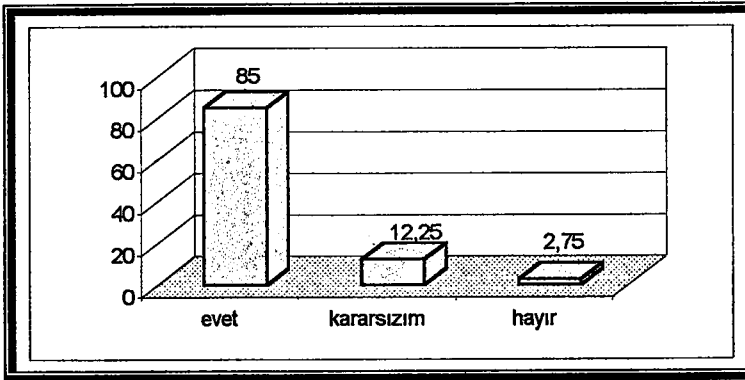
Grafik-II/6



Tablo-II/7 İçtenlikle dua ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, hissediyorum	340	85
Kararsızım	49	12,25
Hayır, hissetmiyorum	11	2,75
Toplam	400	100

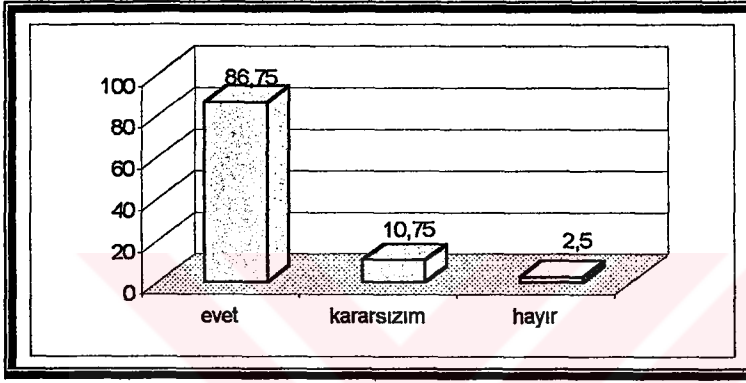
Grafik-II/7



Tablo-II/8 İçtenlikle ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, hissediyorum	347	86,75
Kararsızım	43	10,75
Hayır, hissetmiyorum	10	2,5
Toplam	400	100

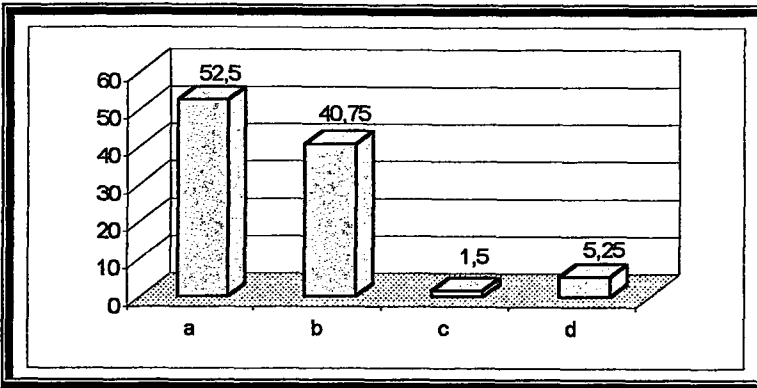
Grafik-II/8



Tablo-II/9 Herhangi bir probleminizden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşadığınızda bu durumdan kurtulmak için daha çok hangi dinî davranışa baş vuruyorsunuz?

***	Sayı	%
a) Sadece dua ediyorum	210	52,5
b) Hem dua hem de ibadet ediyorum	163	40,75
c) Sadece ibadet ediyorum	6	1,5
d) Hiç birini yapma ihtiyacı hissetmiyorum	21	5,25
Toplam	400	100

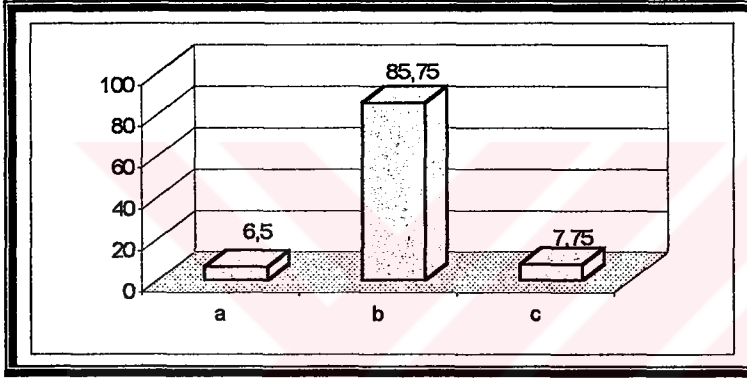
Grafik-II/9



Tablo-II/10 Dua ve ibadet yaptığınız halde istekleriniz yerine gelmeyip, işleriniz yolunda gitmediği zaman, dua ve ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) etme ile ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) İsteklerim yerine getirilip işlerim yoluna girene kadar dua ve ibadet etmeyi bırakıyorum	26	6,5
b) İsteklerim yerine getirilmeyip işlerim yoluna girmese de dua ve ibadet etmeye devam ediyorum	343	85,75
c) Dua ve ibadetlerimin kabul olup olmaması benim için önemli değildir	31	7,75
Toplam	400	100

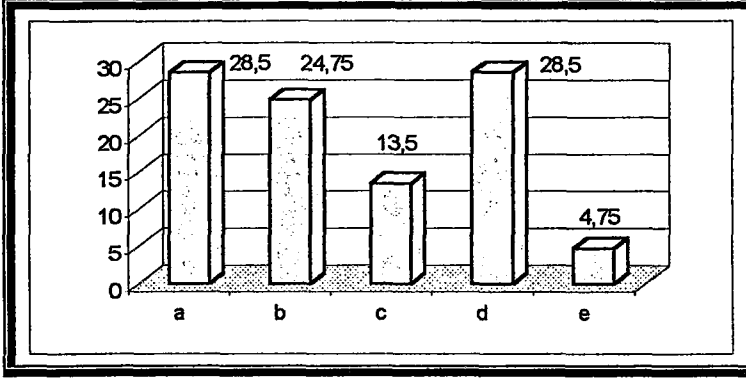
Grafik-II/10



Tablo-II/11 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	114	28,5
b) Günlük namazlarımın bazılarını kılabilirim	99	24,75
c) Sadece cuma ve bayram namazlarımı kılabilirim. (Erkekler için)	54	13,5
d) Çok istememe rağmen namazlarımı kılamıyorum	114	28,5
e) Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	19	4,75
Toplam	400	100

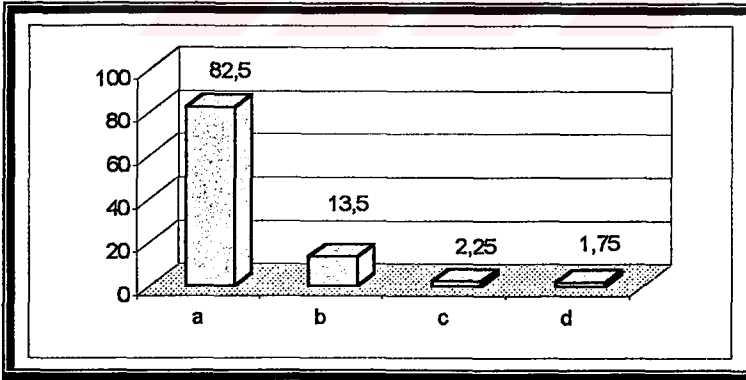
Grafik-II/11



Tablo-II/12 Oruç ibadetiyle ilgili dini tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Her yıl ramazan ayında mutlaka bir ay oruç tutuyorum	330	82,5
b) Her yıl ramazan ayında ara sıra oruç tutuyorum	54	13,5
c) Bazı yıllar oruç tutuyor, bazı yıllar tutmuyorum	9	2,25
d) Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	7	1,75
Toplam	400	100

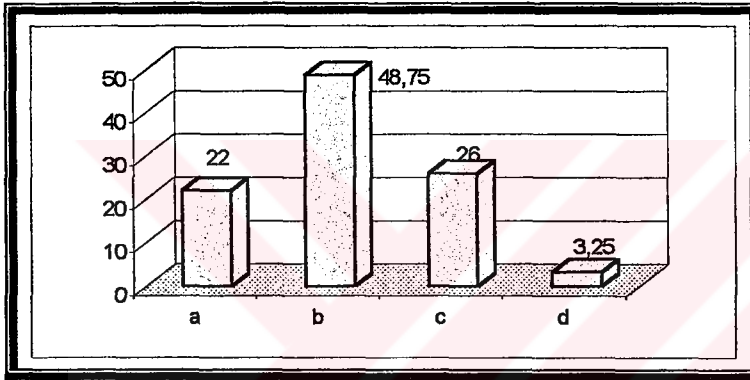
Grafik-II/12



Tablo-II/13 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Düzenli olarak her gün, az da olsa Kur'an okumaya çalışıyorum	88	22
b) Özellikle mübarek gün ve gecelerde (cuma ve kandil akşamları gibi) Kur'an okuyorum	195	48,75
c) Okumak istememe rağmen Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	104	26
d) Kur'an-ı Kerim okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	13	3,25
Toplam	400	100

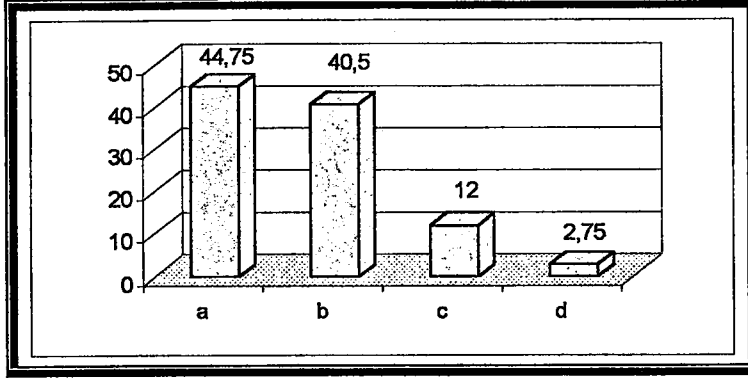
Grafik-II/13



Tablo-II/14 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Günah olduğuna inandığım her davranış yaptığımda mutlaka tövbe ediyorum	179	44,75
b) Özel olarak değil de, dua ederken affedilmem için tövbe de ediyorum	162	40,5
c) Ara sıra tövbe ediyorum	48	12
d) Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	11	2,75
Toplam	400	100

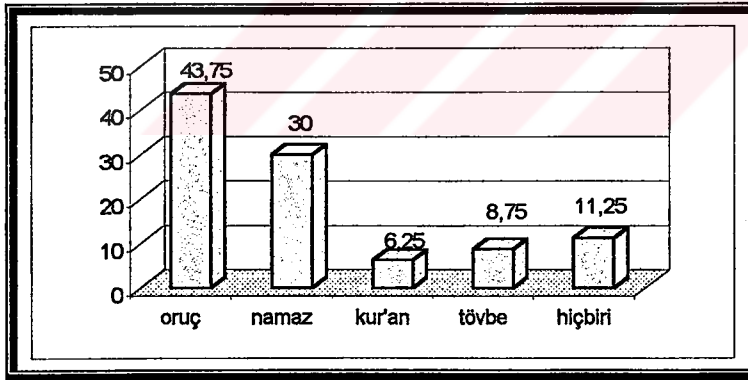
Grafik-II/14



Tablo-II/15 Düzenli ve devamlı olarak hangi ibadeti daha çok yapıyorsunuz?

***	Sayı	%
a) Düzenli ve devamlı olarak oruç tutuyorum	175	43,75
b) Düzenli ve devamlı olarak namaz kılıyorum	120	30
c) Düzenli ve devamlı olarak Kur'an-ı Kerim okuyorum	25	6,25
d) Düzenli ve devamlı olarak tövbe ediyorum	35	8,75
e) Düzenli ve devamlı olarak hiçbirini yapmıyorum	45	11,25
Toplam	400	100

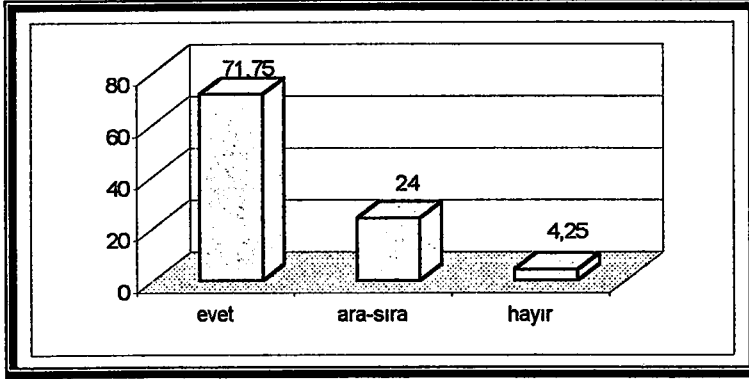
Grafik-II/15



Tablo-II/16 İbadetlerinizi düzenli ve devamlı olarak yapamadığınız zaman kendinizi dinî açıdan suçlu ve günahkar hissediyor musunuz?

***	Sayı	%
Evet, hissediyorum	287	71,75
Ara sıra hissediyorum	96	24
Hayır, hissetmiyorum	17	4,25
Toplam	400	100

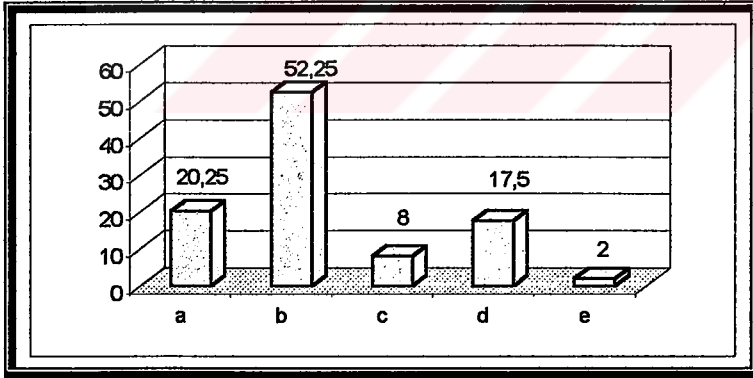
Grafik-II/16



Tablo-II/17 Dua etme ile ibadet yapmanız karşılaştırıldığında, ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Çok dua, çok ibadet ediyorum	81	20,25
b) Çok dua, az ibadet ediyorum	209	52,25
c) Az dua, çok ibadet ediyorum	32	8
d) Az dua, az ibadet ediyorum	70	17,5
e) Hiç birini yapmıyorum	8	2
Toplam	400	100

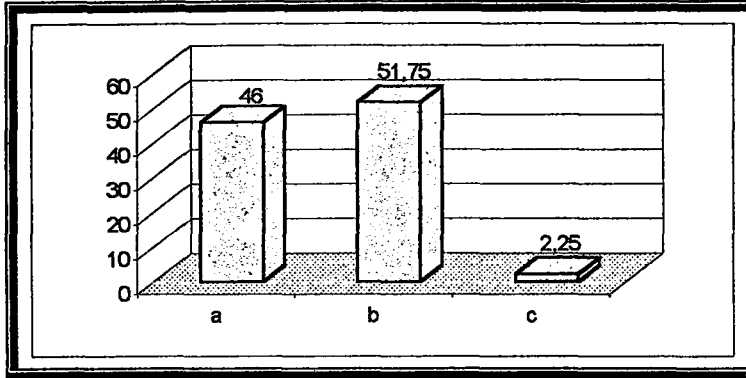
Grafik-II/17



Tablo-II/18 Düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışlarınız genel olarak değerlendirildiğinde aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

***	Sayı	%
a) Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet ediyorum	184	46
b) Genel olarak ara sıra dua ve ibadet ediyorum	207	51,75
c) Hiç dua ve ibadet etmiyorum	9	2,25
Toplam	400	100

Grafik-II/18



----- * * * * *

**ARAŞTIRMADA “İBADET ETMENİN SIKLIK DÜZEYİ” İLE İLGİLİ KULLANILAN
‘ORUÇ TUTMA, KUR’AN OKUMA, TÖVBE ETME’ (ÜÇ ALT) BAĞIMSIZ
DEĞİŞKENİN YÜZDE BEŞ (0,05) ANLAMLILIK DÜZEYİNE GÖRE ANLAMLI
BULUNAN BAZI TABLOLARI ⁴**

b.h.b. “Oruç Tutma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.h.b/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin, ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu

Oruç tutma sıklık düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Düzenli	172	9	1	182
%	94.51%	4.95%	.55%	
Ara sıra	152	8	2	162
%	93.83%	4.94%	1.23%	
Az	38	13	5	56
%	67.86%	23.21%	8.93%	
Toplam	362	30	8	400
X²=40.96369		SD=4	P=0,00000	

⁴ İbadet etmenin sıklık düzeyi değişkeninin ilk alt bağımsız değişkeni olan “namaz kılma sıklık düzeyi” ile ilgili bazı tablo ve grafikler araştırmanın ampirik bölümünde verilmiştir. (Bkz. “Ampirik Kısım / B. Anket Sonuçları Çerçevesinde Tablolar, Grafikler ve Değerlendirilmesi” bölümü)

Tablo-b.h.b/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Oruç tutma sıklık düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Düzenli	109	46	20	6	1	182
%	59.89%	25.27%	10.99%	3.30%	.55%	
Ara sıra	98	48	16	0	0	162
%	60.49%	29.63%	9.88%	0.00%	0.00%	
Az	19	17	11	2	7	56
%	33.93%	30.36%	19.64%	3.57%	12.50%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
X²=51.65136 SD=8 P=0.00000						

Tablo-b.h.b/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Oruç tutma sıklık düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	124	51	7	182
%	68.13%	28.02%	3.85%	
Ara sıra	118	41	3	162
%	72.84%	25.31%	1.85%	
Az	23	25	8	56
%	41.07%	44.64%	14.29%	
Toplam	265	117	18	400
X²=26.62261 SD=4 P=0,00002				

Tablo-b.h.b/4 Düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkılabilmeye yaptığı etki durumu

Oruç tutma sıklık düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	162	19	1	182
%	89.01%	10.44%	.55%	
Ara sıra	139	22	1	162
%	85.80%	13.58%	.62%	
Az	30	17	9	56
%	53.57%	30.36%	16.07%	
Toplam	331	58	11	400
X²=60.70298 SD=4 P=0,00000				

b.h.c. “Kur’an Okuma Sıklık Düzeyi” Değişkenine Göre:

Tablo-b.h.c/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu

Kur’an okuma sıklık düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Düzenli	35	1	0	36
%	97.22%	2.78%	0.00%	
Ara sıra	95	3	1	99
%	95.96%	3.03%	1.01%	
Az	232	26	7	265
%	87.55%	9.81%	2.64%	
Toplam	362	30	8	400
X²=8.106540 SD=4 P=0,08778				

Tablo-b.h.c/2 Allah’a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Kur’an okuma sıklık düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Düzenli	21	9	3	3	0	36
%	58.33%	25.00%	8.33%	8.33%	0.00%	
Ara sıra	68	22	9	0	0	99
%	68.69%	22.22%	9.09%	0.00%	0.00%	
Az	137	80	35	5	8	265
%	51.70%	30.19%	13.21%	1.89%	3.02%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
X²=20.18643 SD=8 P=0,00967						

Tablo-b.h.c/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Kur’an okuma sıklık düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	28	8	0	36
%	77.78%	22.22%	0.00%	
Ara sıra	74	21	4	99
%	74.75%	21.21%	4.04%	
Az	163	88	14	265
%	61.51%	33.21%	5.28%	
Toplam	265	117	18	400
X²=8.941138 SD=4 P=0,06261				

Tablo-b.h.c/4 Düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkılabilmeye yaptığı etki durumu

Kur'an okuma sıklık düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	32	4	0	36
%	88.89%	11.11%	0.00%	
Ara sıra	96	2	1	99
%	96.97%	2.02%	1.01%	
Az	203	52	10	265
%	76.60%	19.62%	3.77%	
Toplam	331	58	11	400
$X^2=22.59684$		SD=4	P=0,00015	

b.h.d. "Tövbe Etme Sıklık Düzeyi" Değişkenine Göre:

Tablo-b.h.d/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu

Tövbe etme sıklık düzeyi	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Düzenli	87	4	0	91
%	95.60%	4.40%	0.00%	
Ara sıra	131	5	2	138
%	94.93%	3.62%	1.45%	
Az	144	21	6	171
%	84.21%	12.28%	3.51%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=14.42968$		SD=4	P=000605,	

Tablo-b.h.d/2 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Tövbe etme sıklık düzeyi	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
Düzenli	62	18	8	3	0	91
%	68.13%	19.78%	8.79%	3.30%	0.00%	
Ara sıra	82	40	15	1	0	138
%	59.42%	28.99%	10.87%	.72%	0.00%	
Az	82	53	24	4	8	171
%	47.95%	30.99%	14.04%	2.34%	4.68%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2=21.63380$		SD=8	P=0,0565			

Tablo-b.h.d/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Tövbe etme sıklık düzeyi	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	71	19	1	91
%	78.02%	20.88%	1.10%	
Ara sıra	95	40	3	138
%	68.84%	28.99%	2.17%	
Az	99	58	14	171
%	57.89%	33.92%	8.19%	
Toplam	265	117	18	400
$X^2=16.46703$		$SD=4$	$P=0,00246$	

Tablo-b.h.d/4 Düzenli ve devamlı olarak ibadet etmenin günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygıların azalmasına ve bunlarla başa çıkılabilmeye yaptığı etki durumu

Tövbe etme sıklık düzeyi	Evet, hissediyorum	Kararsızım	Hayır, hissetmiyorum	Toplam
Düzenli	84	7	0	91
%	92.31%	7.69%	0.00%	
Ara sıra	119	19	0	138
%	86.23%	13.77%	0.00%	
Az	128	32	11	171
%	74.85%	18.71%	6.43%	
Toplam	331	58	11	400
$X^2=22.27934$		$SD=4$	$P=0,00018$	

----- * * * * * -----

**ARAŞTIRMADA YÜZDE BEŞ (0,05) ANLAMLILIK DÜZEYİNE GÖRE
ANLAMLI BULUNMAYAN BAZI TABLOLAR**

b.a. "Cinsiyet" Değişkenine Göre:

Tablo-b.a/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmenin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanılma durumu

Cinsiyet	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam
Erkek	184	13	3	200
%	92.00%	6.50%	1.50%	
Kız	178	17	5	200
%	89.00%	8.50%	2.50%	
Toplam	362	30	8	400
$X^2=1.132781$		$SD=2$	$P=0,56758$	

Tablo-b.a/2 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Cinsiyet	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
Erkek	131	60	9	200
%	65.50%	30.00%	4.50%	
Kız	134	57	9	200
%	67.00%	28.50%	4.50%	
Toplam	265	117	18	400
$X^2=0.1108853$		$SD=2$	$P=0, 94607$	

Tablo-b.a/3 Herhangi bir problemden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşandığında, bu durumdan kurtulmak için yapılan dinî davranış türleri

Cinsiyet	Sadece dua ediyorum	Hem dua hem ibadet ediyorum	Sadece ibadet ediyorum	Hiç birini yapmıyorum	Toplam
Erkek	104	77	5	14	200
%	52.00%	38.50%	2.50%	7.00%	
Kız	106	86	1	7	200
%	53.00%	43.00%	.50%	3.50%	
Toplam	210	163	6	21	400
$X^2=5.515980$		$SD=3$	$P=0, 13771$		

Tablo-b.a/4 Oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Cinsiyet	Her yıl ramazan ayında devamlı	Her yıl ramazan ayında ara sıra	Bazı yıllar tutuyorum bazı yıllar tutmuyorum	Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Erkek	170	23	4	3	200
%	85.00%	11.50%	2.00%	1.50%	
Kız	160	31	5	4	200
%	80.00%	15.50%	2.50%	2.00%	
Toplam	330	54	9	7	400
$X^2=1.742184$		$SD=3$	$P=0, 62760$		

Tablo-b.a/5 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Cinsiyet	Düzenli olarak her gün okuyorum	Mübarek gün ve gecelerde okuyorum	Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	Kur'an okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Erkek	39	97	59	5	200
%	19.50%	48.50%	29.50%	2.50%	
Kız	49	98	45	8	200
%	24.50%	49.00%	22.50%	4.00%	
Toplam	88	195	104	13	400
$X^2=3.718415$ $SD=3$ $P=0, 29354$					

Tablo-b.a/6 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Cinsiyet	Günah olan her davranışım için	Duayla birlikte affedilmem için	Ara sıra tövbe ediyorum	Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Erkek	92	77	25	6	200
%	46.00%	38.50%	12.50%	3.00%	
Kız	87	85	23	5	200
%	43.50%	42.50%	11.50%	2.50%	
Toplam	179	162	48	11	400
$X^2=0, 7089689$ $SD=3$ $P=0, 87109$					

b.b. "Yaş" Değişkenine Göre:

Tablo-b.b/1 Allah'a olan inanç ile yapılan dua ve ibadetlerin, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada etkili olma durumu

Yaş	Çok fazla etkilidir	Fazla etkilidir	Normal etkilidir	Az etkilidir	Hiç etkili değildir	Toplam
+ -14	1	0	0	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	87	32	21	1	0	141
%	61.70%	22.70%	14.89%	.71%	0.00%	
17-18	133	76	25	6	7	247
%	53.85%	30.77%	10.12%	2.43%	2.83%	
19- +	5	3	1	1	1	11
%	45.45%	27.27%	9.09%	9.09%	9.09%	
Toplam	226	111	47	8	8	400
$X^2= 16.52291$ $SD=12$ $P=0, 16851$						

Tablo-b.b/2 Dua etme ihtiyacının en çok hissedildiği durumlar

Yaş	Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarda	Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.)	Doğal afetlerde ve kaza durumlarında	Hiçbir durumda dua etmiyorum	Toplam
+ -14	1	0	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	121	13	7	0	141
%	85.82%	9.22%	4.96%	0.00%	
17-18	202	29	11	5	247
%	81.78%	11.74%	4.45%	2.02%	
19- +	8	2	0	1	11
%	72.73%	18.18%	0.00%	9.09%	
Toplam	332	44	18	6	400
$X^2=8.925833$ $SD=9$ $P=0,44417$					

Tablo-b.b/3 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Yaş	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam
+ -14	1	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	
15-16	92	45	4	141
%	65.25%	31.91%	2.84%	
17-18	166	69	12	247
%	67.21%	27.94%	4.86%	
19- +	6	3	2	11
%	54.55%	27.27%	18.18%	
Toplam	265	117	18	400
$X^2=6.808324$ $SD=6$ $P=0,33897$				

Tablo-b.b/4 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Yaş	Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	Günlük namazlarımın bazılarını kılıyorum	Cuma ve bayram namazlarımı kılıyorum	Çok istememe rağmen namazlarımı kılamıyorum	Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
+ -14	0	1	0	0	0	1
%	0.00%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	37	40	18	45	1	141
%	26.24%	28.37%	12.77%	31.91%	.71%	
17-18	74	57	33	67	16	247
%	29.96%	23.08%	13.36%	27.13%	6.48%	
19- +	3	1	3	2	2	11
%	27.27%	9.09%	27.27%	18.18%	18.18%	
Toplam	114	99	54	114	19	400
$X^2=18.93257$ $SD=12$ $P=0,09023$						

Tablo-b.b/5 Oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Yaş	Her yıl ramazan ayında devamlı	Her yıl ramazan ayında ara sıra	Bazı yıllar tutuyorum bazı yıllar tutmuyorum	Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
+ -14	1	0	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	125	14	2	0	141
%	88.65%	9.93%	1.42%	0.00%	
17-18	197	38	6	6	247
%	79.76%	15.38%	2.43%	2.43%	
19- +	7	2	1	1	11
%	63.64%	18.18%	9.09%	9.09%	
Toplam	330	54	9	7	400
$X^2=12.98132$		$SD=9$		$P=0,16351$	

Tablo-b.b/6 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Yaş	Günah olan her davranışım için	Duayla birlikte affedilmem için	Ara sıra tövbe ediyorum	Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
+ -14	1	0	0	0	1
%	100.00%	0.00%	0.00%	0.00%	
15-16	70	54	15	2	141
%	49.65%	38.30%	10.64%	1.42%	
17-18	104	104	31	8	247
%	42.11%	42.11%	12.55%	3.24%	
19- +	4	4	2	1	11
%	36.36%	36.36%	18.18%	9.09%	
Toplam	179	162	48	11	400
$X^2=6.283753$		$SD=9$		$P=0,71121$	

Tablo-b.b/7 Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışların karşılaştırılması

Yaş	Devamlı dua ve ibadet ediyorum	Ara sıra dua ve ibadet ediyorum	Hiç dua ve ibadet etmiyorum	Toplam	
+ -14	0	1	0	1	
%	0.00%	100.00%	0.00%		
15-16	72	69	0	141	
%	51.06%	48.94%	0.00%		
17-18	107	132	8	247	
%	43.32%	53.44%	3.24%		
19- +	5	5	1	11	
%	45.45%	45.45%	9.09%		
Toplam	184	207	9	400	
$X^2=9.075156$		$SD=6$		$P=0,16943$	

b.c. "Sosyo-Ekonomik Düzey" Değişkenine Göre:

Tablo-b.c/1 Namaz ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Sosyo-ekonomik düzey	Her gün beş vakit namazımı kılıyorum	Günlük namazlarımın bazılarını kılıyorum	Cuma ve bayram namazlarımı kılıyorum	Çok istememe rağmen namazlarımı kılamıyorum	Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Ortanın üstü	29	20	9	16	4	78
%	37.18%	25.64%	11.54%	20.51%	5.13%	
Orta	82	72	44	95	15	308
%	26.62%	23.38%	14.29%	30.84%	4.87%	
Ortanın altı	3	7	1	3	0	14
%	21.43%	50.00%	7.14%	21.43%	0.00%	
Toplam	114	99	54	114	19	400
$X^2=10.61971$ $SD=8$ $P=0, 22424$						

Tablo-b.c/2 Oruç ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Sosyo-ekonomik düzey	Her yıl ramazan ayında devamlı	Her yıl ramazan ayında ara sıra	Bazı yıllar tutuyorum bazı yıllar tutmuyorum	Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Ortanın üstü	68	5	2	3	78
%	87.18%	6.41%	2.56%	3.85%	
Orta	249	48	7	4	308
%	80.84%	15.58%	2.27%	1.30%	
Ortanın altı	13	1	0	0	14
%	92.86%	7.14%	0.00%	0.00%	
Toplam	330	54	9	7	400
$X^2=7.717729$ $SD=6$ $P=0, 25956$					

Tablo-b.c/3 Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Sosyo-ekonomik düzey	Düzenli olarak her gün okuyorum	Mübarek gün ve gecelerde okuyorum	Arapça bilmediğim için okuyamıyorum	Kur'an okumaya ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Ortanın üstü	21	35	19	3	78
%	26.92%	44.87%	24.36%	3.85%	
Orta	64	154	80	10	308
%	20.78%	50.00%	25.97%	3.25%	
Ortanın altı	3	6	5	0	14
%	21.43%	42.86%	35.71%	0.00%	
Toplam	88	195	104	13	400
$X^2=2.638418$ $SD=6$ $P=0, 85266$					

Tablo-b.c/4 Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranış durumu

Sosyo-ekonomik düzey	Günah olan her davranışın affedilmemesi için	Duayla birlikte için	Ara sıra tövbe ediyorum	Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum	Toplam
Ortanın üstü	33	31	10	4	78
%	42.31%	39.74%	12.82%	5.13%	
Orta	143	121	37	7	308
%	46.43%	39.29%	12.01%	2.27%	
Ortanın altı	3	10	1	0	14
%	21.43%	71.43%	7.14%	0.00%	
Toplam	179	162	48	11	400
$X^2=7.992659$		$SD=6$		$P=0, 23868$	

b.d. "Okul türü" Değişkenine Göre:

Tablo-b.d/1 Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet edilmesinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkiler yaptığına inanılma durumu

Okul türleri	Evet, inanıyorum	Kararsızım	Hayır, inanmıyorum	Toplam	
Anadolu Lisesi	83	14	3	100	
%	83.00%	14.00%	3.00%		
Özel Lise	94	5	1	100	
%	94.00%	5.00%	1.00%		
İmam-Hatip Lisesi	92	5	3	100	
%	92.00%	5.00%	3.00%		
Genel Lise	93	6	1	100	
%	93.00%	6.00%	1.00%		
Toplam	362	30	8	400	
$X^2=10.45083$		$SD=6$		$P=0, 10694$	

Tablo-b.d/2 Yapılan ibadetlerden sonra aşırı stres ve kaygıya karşı hissedilen psikolojik rahatlama durumu

Okul türleri	Devamlı psikolojik rahatlama hissediyorum	Ara sıra psikolojik rahatlama hissediyorum	Hiç psikolojik rahatlama hissetmiyorum	Toplam	
Anadolu Lisesi	56	38	6	100	
%	56.00%	38.00%	6.00%		
Özel Lise	69	27	4	100	
%	69.00%	27.00%	4.00%		
İmam-Hatip Lisesi	70	23	7	100	
%	70.00%	23.00%	7.00%		
Genel Lise	70	29	1	100	
%	70.00%	29.00%	1.00%		
Toplam	265	117	18	400	
$X^2=10.91940$		$SD=6$		$P=0, 09094$	



E K - 2

Anket Formu

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

ERGENLİK DÖNEMİNDE
DUA VE İBADET PSİKOLOJİSİNİN
RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

(ARAŞTIRMA ANKETİ)

Bu anket; Bursa il sınırları içerisinde yer alan İmam-Hatip Lisesi, Gazi Anadolu Lisesi, Atatürk Lisesi ve Özel Rafet Kahraman Lisesi'nde orta öğrenim gören ergenlik dönemindeki 200 erkek ve 200 kız olmak üzere toplam 400 öğrenci tarafından cevaplandırılmıştır.

BURSA
MART-2002



Değerli Arkadaşlar !

Bu anket formu, “ergenlik döneminde dua ve ibadet psikolojisinin ruh sağlığı üzerindeki etkileri”ni araştırmak ve bunları bilimsel bir çerçevede değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır.

Anket formuna işaretleyeceğiniz cevaplar, kesinlikle gizli tutulup sadece bilimsel bir araştırmanın amacı doğrultusunda kullanılacağı için sizden anket formuna adınız ve soyadınızı yazmanız istenmemektedir.

Lütfen! Anket formunda yer alan soruları dikkatli bir şekilde okuyarak sırası ile cevaplayınız ve hiç boş cevapsız bir soru bırakmayınız. Bu bağlamda, samimi ve gerçeğe uygun olarak vereceğiniz cevaplar, araştırmadan bilimsel açıdan güvenilir ve geçerli cevaplar elde edilmesi için son derece önemlidir.

Anket formundaki soruları cevaplarırken, özellikle sizin kendi düşünceleriniz istendiği için, cevapları başkalarına danışmayınız. Bu açıdan anket formundaki soruları dikkatlice okumanız yeterli olacaktır. Şayet sorularla ilgili anlamadığınız noktalar olursa anketöre rahatlıkla sorabilirsiniz.

Anketin uygulanmasına ilişkin yardım ve işbirliğiniz için şimdiden teşekkür eder, özel ve öğrenim hayatınızda başarılar dilerim.

Araştırmacı: Mustafa KOÇ
Araştırmayı Yöneten: Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ
Uludağ Üniversitesi U.Ü. İlahiyat Fakültesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Din Psikolojisi ABD
Yüksek Lisans Öğrencisi Öğretim Üyesi

Adres:
Alemdar Mh.
Konukçu Sk. No:27/2
(16190) Osmangazi- BURSA
Tel: 0-224-2652757

AÇIKLAMA: Lütfen kanaatinizi bildiren her cevap için [X] işareti koyunuz ve şıklardan sadece birini işaretleyiniz !

BÖLÜM – I

- 1- Cinsiyetiniz nedir?
 1) Erkek 2) Kız
- 2- Hangi yaş grubundasınız?
 1) + -14
 2) 15-16
 3) 17-18
 4) 19- +
- 3- Kendinizi hangi sosyo-ekonomik grup içerisinde sınıflandırıyorsunuz?
 1) Ortanın üstü
 2) Orta
 3) Ortamn altı
- 4- Hangi tür okulda öğrenim görüyorsunuz?
 1) Anadolu Lisesi
 2) Özel Lise
 3) İmam-Hatip Lisesi
 4) Genel Lise
- 5- Kendinizi dinî açıdan nasıl değerlendiriyorsunuz?
 1) Kesinlikle inanıyorum ve bütün dinî görevlerimi yerine getirmeye çalışıyorum.
 2) İnançım var ama ibadetlerimi tam olarak yerine getiremiyorum.
 3) Dinî inançlarımla ilgili şüphe ve kararsızlıklarım var.
 4) Dine karşı bir ilgim yok.
 5) Dine karşıyım.
- 6- Ne kadar sıklıkla dua ediyorsunuz?
 1) Çok fazla dua ediyorum.
 2) Fazla dua ediyorum.
 3) Normal dua ediyorum.
 4) Az dua ediyorum.
 5) Çok az dua ediyorum.
- 7- Aşağıdaki ibadetleri ne kadar sıklıkla yerine getiriyorsunuz?

İbadetler	Düzenli	Ara sıra	Az
Namaz kılma	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Oruç tutma	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Kur'an okuma	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3
Tövbe etme	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3

devamı arka sayfada →

8- **Dua ederken ne ölçüde içtenlikle yoğunlaşabiliyorsunuz?**

- 1) Çok fazla yoğunlaşabiliyorum.
 2) Fazla yoğunlaşabiliyorum..
 3) Normal yoğunlaşabiliyorum.
 4) Az yoğunlaşabiliyorum.
 5) Çok az yoğunlaşabiliyorum.

9- **İbadet ederken ne ölçüde içtenlikle yoğunlaşabiliyorsunuz?**

- 1) Çok fazla yoğunlaşabiliyorum.
 2) Fazla yoğunlaşabiliyorum..
 3) Normal yoğunlaşabiliyorum.
 4) Az yoğunlaşabiliyorum.
 5) Çok az yoğunlaşabiliyorum.

BÖLÜM – II

1- **Düzenli ve devamlı olarak dua ve ibadet etmenizin, ruh sağlığınız üzerinde olumlu etkiler yaptığını inanıyor musunuz?**

- 1) Evet, inanıyorum.
 2) Kararsızım.
 3) Hayır, inanmıyorum.

2- **Allah'a olan inancınız ile yaptığınız dua ve ibadetler, hayatın zorluklarına katlanmada ve onlarla başa çıkmada sizin için ne ölçüde etkilidir?**

- 1) Çok fazla etkilidir.
 2) Fazla etkilidir.
 3) Normal etkilidir.
 4) Az etkilidir.
 5) Hiç etkili değildir.

3- **En çok hangi durumlarda dua etme ihtiyacı hissediyorsunuz?**

- 1) Özellikle aşırı stresli ve kaygılı durumlarımda dua ediyorum.
 2) Özel durumlarda (cenaze, mevlid vb.) dua ediyorum.
 3) Doğal afetlerde ve kazalarda dua ediyorum.
 4) Hiçbir durumda dua etme ihtiyacı hissetmiyorum.

4- **İbadetlerinizi yaptıktan sonraki psikolojik durumunuz aşağıdaki ifadelerden hangisine daha çok uymaktadır?**

- 1) Aşırı stres ve kaygılardan uzaklaşıp psikolojik bir rahatlama hissediyorum.
 2) Psikolojik rahatlama bazen hissediyor, bazen hissetmiyorum.
 3) Kendimde bir değişiklik hissetmiyorum.

5- **Düzenli ve devamlı olarak dua ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?**

- 1) Evet, hissediyorum.
 2) Kararsızım.
 3) Hayır, hissetmiyorum.

6- **Düzenli ve devamlı olarak ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?**

- 1) Evet, hissediyorum.
 2) Kararsızım.
 3) Hayır, hissetmiyorum.

7- **İçtenlikle dua ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?**

- 1) Evet, hissediyorum.
 2) Kararsızım.
 3) Hayır, hissetmiyorum.

8- **İçtenlikle ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) ettiğinizde, günlük yaşamın getirdiği problemlerden kaynaklanan aşırı stres ve kaygılarınızın azaldığını ve bunlarla başa çıkabildiğinizi hissediyor musunuz?**

- 1) Evet, hissediyorum.
 2) Kararsızım.
 3) Hayır, hissetmiyorum.

9- **Herhangi bir probleminizden dolayı aşırı stres ve kaygı yaşadığınızda bu durumdan kurtulmak için daha çok hangi dinî davranışa baş vuruyorsunuz?**

- 1) Sadece dua ediyorum.
 2) Hem dua hem de ibadet ediyorum.
 3) Sadece ibadet ediyorum.
 4) Hiç birini yapma ihtiyacı hissetmiyorum.

10- **Dua ve ibadet yaptığınız halde istekleriniz yerine gelmeyip, işleriniz yolunda gitmediği zaman, dua ve ibadet (namaz kılma, oruç tutma, Kur'an-ı Kerim okuma, tövbe etme) etme ile ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?**

- 1) İsteklerim yerine getirilip işlerim yoluna girene kadar dua ve ibadet etmeyi bırakıyorum.

- 2) İsteklerim yerine getirilmeyip işlerim yoluna girmese de dua ve ibadet etmeye devam ediyorum.
- 3) Dua ve ibadetlerimin kabul olup olmaması benim için önemli değildir.

11- Namaz kılma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Her gün beş vakit namazımı kılıyorum.
- 2) Günlük namazlarımın bazılarını kılabilirim.
- 3) Sadece Cuma ve bayram namazlarımı kılabilirim. (Erkekler için)
- 4) Çok istememe rağmen namazlarımı kılamiyorum.
- 5) Namaz kılmaya ihtiyaç hissetmiyorum.

12- Oruç tutma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Her yıl ramazan ayında mutlaka bir ay oruç tutuyorum.
- 2) Her yıl ramazan ayında ara-sıra oruç tutuyorum.
- 3) Bazı yıllar oruç tutuyor, bazı yıllar tutmuyorum.
- 4) Oruç tutmaya ihtiyaç hissetmiyorum.

13- Kur'an-ı Kerim okuma ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Düzenli olarak her gün, az da olsa Kur'an okumaya çalışıyorum.
- 2) Özellikle mübarek gün ve gecelerde (Cuma ve kandil akşamları gibi) Kur'an okuyorum.
- 3) Okumak istememe rağmen arapça bilmediğim için okuyamıyorum.
- 4) Kur'an-ı Kerim okumaya ihtiyaç hissetmiyorum.

14- Tövbe etme ibadetiyle ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Günah olduğuna inandığım her davranışı yaptığımda mutlaka tövbe ediyorum.
- 2) Özel olarak değil de, dua ederken affedilmem için tövbe de ediyorum.
- 3) Ara-sıra tövbe ediyorum.
- 4) Tövbe etmeye ihtiyaç hissetmiyorum.

15- Düzenli ve devamlı olarak hangi ibadeti daha çok yapıyorsunuz?

- 1) Düzenli ve devamlı olarak oruç tutuyorum.

- 2) Düzenli ve devamlı olarak namaz kılıyorum.
- 3) Düzenli ve devamlı olarak Kur'an-ı Kerim okuyorum.
- 4) Düzenli ve devamlı olarak tövbe ediyorum.
- 5) Düzenli ve devamlı olarak hiçbirini yapmıyorum.

16- İbadetlerinizi düzenli ve devamlı olarak yapamadığınız zaman kendinizi dinî açıdan suçlu ve günahkar hissediyor musunuz?

- 1) Evet, hissediyorum.
- 2) Ara-sıra hissediyorum.
- 3) Hayır, hissetmiyorum.

17- Dua etme ile ibadet yapmanız karşılaştırıldığında, ilgili dinî tutum ve davranışınız aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Çok dua, çok ibadet ediyorum.
- 2) Çok dua, az ibadet ediyorum.
- 3) Az dua, çok ibadet ediyorum.
- 4) Az dua, az ibadet ediyorum.
- 5) Hiç birini yapmıyorum.

18- Düzenli ve devamlı dua ve ibadet etmeyle ilgili dinî tutum ve davranışlarınız genel olarak değerlendirildiğinde aşağıdakilerden hangisine daha çok uymaktadır?

- 1) Genel olarak düzenli ve devamlı dua ve ibadet ediyorum.
- 2) Genel olarak ara-sıra dua ve ibadet ediyorum.
- 3) Hiç dua ve ibadet etmiyorum.

19- Lütfen, yapılan bu anket hakkındaki görüş ve düşünceleriniz nelerdir, yazınız !

.....

.....

.....

.....

.....

E K - 3

Deneklerin Kendilerine Uygulanan Anket Hakkındaki Görüşleri

Deneklerin Kendilerine Uygulanan Anket Hakkındaki Görüşleri *

“Bu anketin yapılması bence çok önemli ve çok doğru. Bu sayede kendi ibadetlerimi bir daha gözden geçirme fırsatı buldum. Bu anlamda özellikle dua ve ibadet konusunda yapılmış olması daha güzel. (2/3)** // Ben de bu anketi cevapladıktan sonra hangi ibadetimi düzenli ve devamlı yapıp yapmadığımı kontrol etme imkanı buldum. Bence bu yönüyle iyi oldu. (2/3) // Toplum bazında özellikle yeni neslin geleceği açısından müspet yönde gelişmeye vesile olabileceğine inandığım bir anket. (2/3) // Uzun zamandır vicdanıyla yüzleşmemiştim. Benim için bu açıdan çok faydalı oldu. (1/3) // Bu anketi dinsel içerikli hazırlamanız ve bize uygulamanız çok hoşuma gitti. Bana biraz daha dini sevdirdiniz, teşekkürler. (1/2) // Bu anket bana dinî yönden biraz daha sorumluluk duygusu aşıladı. (1/2) // Bu anket, ibadetler açısından eksiklerimi öğrenmeme yardımcı oldu. (1/2) // Bence gereksiz bir uygulama. Bunun için dinî toplantılar yapıp öğrenciler bilgilendirilse daha mantıklı olur. (2/2) // Bence bize gerekli olan bu bilgilerin, anket sayesinde sorgulanması oldukça yerinde. (1/2) // Bu anketi, insanların düşüncelerini ve fikirlerini öğrenmek için yaptıysanız sizi kutluyorum. (2/2) // Bu anketin bütün öğrenci arkadaşlar için yararlı olacağına inanıyorum ve bütün öğrencilere dağıtılmasını istiyorum. (1/4) // Bu anketteki soruları samimice cevaplamaya çalıştım. Fakat böyle bir anketin yapılmasındaki amacın ne olduğunu tam olarak anlayamadım. Herhalde bu amaç, inancımızı ölçmek değildir. Bana göre, böyle bir anketin yapılması samimi bir müslüman için pek doğru olmaz. Hatta neredeyse hiç doğruluk payı yoktur, diyebilirim. (1/4) // Ankette din hakkında bir çok şey sorulmuş. Bana göre yeterli. Yapılan bu anket, katılanların din hakkında neler düşündüğünü belirlemek için güzel bir yöntem. (2/3) // Bu anket sorularıyla gençler, kendilerini daha iyi tanıyıp ne yapacaklarını daha iyi öğrenirler. (2/3) // Bence bu sorular yeterli değil. Sadece yapıp yapmamaları değil, nedenlerini ve kendilerini neden bu konumda hissettiklerini belirten sorular da olmalıydı. Sanırım o zaman problemin köküne inebilir ve şu anki dinî psikolojilerini daha iyi test edebirdiniz. (2/2) // Anket soruları, bir lise öğrencisinin seviyesini ölçebilmek için çok ideal. Temennim bu tür anketlerin çoğalmasındır. Bu sayede bizlerde daha fazla bilgi sahibi oluruz. (2/2) // Anketi hazırlayana teşekkür ederim. Allah’a inancı olup da ibadetlerini unutan arkadaşlar için teşvik edici olduğuna inanıyorum. (2/2) // Tebrik ederim. Çok güzel bir anket hazırlamışsınız. Başarılarınızın devamını diliyorum. (2/2) // Bu anketin yapılması, toplumdaki biz gençlerin dine bakış açılarının ölçülmesi için önemli olmuştur. Bu yönüyle başarılı buluyorum. (2/2) // Kendimizi ibadetler noktasında ölçmemiz açısından gerçekten güzel bir anketti. Bu tip anketlerin devamını diliyorum. (2/2) // Böyle bir anketin uygulanması, bu toplumda yaşayan biz gençler olarak ibadetlerle ilgili ne düşündüğümüzün bilinmesi açısından önemlidir. (2/3) // Gençlerin inanç seviyelerini ölçtüğü için bence başarılı bir anket uygulamasıdır. (2/3) // Yapılan anketi oldukça olumlu buldum. Bizim yaş grubumuz için faydalı bir uygulama olduğunu düşünüyorum. (2/3) // Benim açımdan çok saçma bir uygulamaydı. Arkadaşları, dinî inanç bakımından şüpheye düşürebilir. Sanıyorum böyle bir anket, ibadetlerini tam olarak yerine getirmeyen arkadaşlar için oldukça kötü bir uygulamadır. (1/3) // Bana unuttuğumuz bazı değerleri hatırlattığı için bu anketi düzenleyene teşekkür ederim. (1/3) // Anket soruları aynı gibi görüldüğü için dikkatimi dağıttı. (1/3) // Bu anket, bana sadece ahiret hayatının değil, dünya hayatının saadeti için de ibadetlerin önemli olduğunu düşündürdü. (1/3)

* Anketle ilgili yapılan bu değerlendirmeler, ankete katılan deneklerin, anket formundaki 19. soruya verdikleri cevaplardan oluşturulmuştur.

** Bu kodlama sistemi anket formuna göre düzenlenmiş olup, cinsiyet ve yaş grubunu belirtir. Birinci kod, denegin cinsiyetini; ikinci kod ise yaş grubunu gösterir. Bu kodlar, anket formunda [cinsiyet: 1) Erkek 2) Kız ; yaş grupları ise: 1) +14 2) 15-16 3) 17-18 4) 19-+] olarak gösterilmiştir. (Bkz. EK-2 Anket Formu.) Bu kodlama sistemine göre yukarıdaki örnek şu şekilde okunur: Değerlendirmeyi yapan denegin cinsiyeti kız ve 17-18 yaş grubundadır.

// Bu anket soruları beni az da olsa psikolojik olarak etkiledi. Bu sebeple hazırlayanı tebrik ederim. (1/3) // Uygulanan bu anket sebebiyle konuyla ilgili bizim görüşlerimize baş vurmanız beni çok duygulandırdı. (1/3) // Anketteki sorular birbirine biraz benzemekle beraber çok güzel hazırlanmış. Bunun için teşekkür ederim. Yaptığınız anketle amacınıza ulaşmanızı dilerim. (1/3) // Bu anket sebebiyle ibadetlerim açısından eksiklerim olduğunu anladım. Bundan sonra daha dikkatli ibadet etmeye çalışacağım. (1/3) // Güzel bir anket fakat sorular birbirine çok yakın, çelişkili ve isabetsiz şıklardan oluşuyor. (1/3) // Ne yapmaya çalıştığınızı tam olarak anlayamadım. Sanıyorum bizlerin dinî inanç ve ibadetlerini ölçmeye çalışıyorsunuz, bu da güzel bir şey. (1/4) // Böyle bir anket uygulamasını gereksiz olarak görüyorum. Çünkü bizleri tam olarak tanımak için yeterli değil. (1/4) // Anket hakkındaki görüş ve düşüncelerim için kararsızım. (1/3) // Her ne kadar anketi cevaplasam da tam olarak ne yapmak istediğinizi bilmiyorum. (1/3) // Anket sorularınızı cevapladım ancak maksadınızı tam olarak anlayamadım. (1/3) // Yararlı olmasını temenni ederim. Ancak çok fazla yararlı olacağını da zannetmiyorum. (1/4) // Yaptığınız çalışmanın biz ergenler için çok yararlı olacağını düşünüyorum. (1/2) // Böyle bir anket hazırladığınız için size teşekkür ederim. Sorular çok anlamlı ve çok güzeldi. (1/2) // Böyle bir anket yapmanızdaki amacı anlayamadım. (1/3) // Anket sorularımı cevapladıktan sonra kendi adıma konuyla ilgili bazı sonuçlar çıkardım. (1/2) // Sorular birbirine benziyor. Daha kapsamlı olsaydı daha güzel olurdu diye düşünüyorum. (1/3)”¹

“Kendi adıma ibadetin önemini bu yapılan anketle bir kez daha öğrendim. (2/2) // Bu ankette, ibadetin insan psikolojisi üzerindeki etkileri test edilmeye çalışılmıştır. (2/3) // Bence faydalı bir anket, sadece biz ergenler üzerinde değil her dönemden insan üzerinde uygulanmalı diye düşünüyorum. (2/3) // Bizlere din konusunda bir anket uygulanması beni sevindirdi ve şaşırttı doğrusu. (2/2) // İbadetlerimi çok istememe rağmen yapamamaktayım. Müslüman bir genç kız olarak bu durumdan oldukça rahatsızım. (2/3) // Çok güzel bir anket. Ben ibadet etmek istiyorum. Ancak bir türlü başlayamadım. Şeytan beni hep kandırıyor. Bu anketi tüm samimiyetimle cevapladım. Teşekkür ederim. (2/3) // Yapılan bu anket aslında iyi bir şey fakat herkesin yaptığı ibadet ve dualar, Allah ile kendisi arasındadır. Yani yapılan dua ve ibadetler anlatılırsa bütün büyü bozulur. (2/3) // Bu anketi doldurduğum zaman, Kur’an-ı Kerim okumayı ve namaz kılmayı bilmediğim için kendimi suçlu ve mahcup hissettim. (2/2) // Herkesin kendine özgü düşünce ve inanışları vardır. Anketler sayesinde insanların inançları ile ilgili gerekli bilgilerin edinileceğine inanıyorum. Sadece din, inanç ve psikoloji ile sınırlı kalmayıp tüm alanlarda böyle anketlerin yapılmasını isterim. (2/2) // Bence böyle bir uygulama yapmanız güzel. Çünkü insanın kendini, dinî açıdan sınırlamasına yardımcı oluyor. (2/3) // Güzel bir anket. Ancak bize okullarda verilen din derslerinin haftalık ders saati çok az. Dolayısıyla din konusunda yeterli bilgiyi alamıyoruz. Temennim, din dersi saatlerinin yükseltilmesidir. (2/3) // Bu anket dar bir konuyu kapsıyor, daha geniş olabilirdi. Ayrıca bazı soruları cevaplarırken kendime uygun bir şık bulamadım. Ancak yine de bilgi verici bir anketti. Teşekkürler. (2/2) // Bence iyi düşünülmüş bir anket. Çünkü günümüzde bazı arkadaşlar sırf özentiden dolayı Hıristiyanlık dinine girmeye çalışıyorlar. (2/2) // Dinî inançların ölçülmesi konusunda başarılı bir anket. Şahsen bu araştırmanın sonuçlarını öğrenmek isterdim. (2/3) // Bu anket, biz gençlerin İslâm dinine karşı tutum ve davranışlarımızı tespit etmek için yapılmıştır. Böylesine önemli bir konuda araştırma yaptığınız için teşekkür ederim. (2/2) // Biz gençler ile ilgili konularda araştırma yapmanız çok hoş. Ancak sadece dinin etkileri ile sınırlı kalmaması gerekir. Çünkü ruh sağlığımız üzerinde bir çok şeyin olumlu yada olumsuz etkileri var. (2/2) // Bu anketi cevapladıktan sonra daha fazla dua ve ibadet etmemin gerekliliğine inandım. Bundan sonra konuyla ilgili daha çok düşüneceğim. Bunları bana hatırlattığınız için teşekkür ederim. (1/2) //

1 Buraya kadar ankete ilişkin yapılan değerlendirmeler, değişik dört liseden ön uygulamadaki örnekleme dahil olan öğrenciler ile asıl uygulamaya katılan İmam-Hatip Lisesi öğrencileri tarafından yapılmıştır.

Din ile ilgili bir anket yapılmadığından dolayı şikayet ederdik. Bu anketle belirli bir aşama kaydedeceğimize inanıyorum. (1/2) // İbadet konusunda bilinçlenmemiz için faydalı olduğu kanısındayım. (1/3) // Bu anket vesilesiyle belki bazı şeyler aklımıza gelir. Düzenli ve devamlı olarak ibadetlerimizi yapmaya çalışırız. (1/3) // Sorulan sorular güzel ancak eksik. Bütün cevaplarımla ters düştüm. Verilen seçeneklerde yaptıklarım da var yapmadıklarım da, hangisine cevap vereceğime karar vermekte zorlandım. (1/3) // Ben şahsen ibadet ve dua ettikten sonra huzur buluyorum. ÖSS'yi kazanmak için sık sık dua ediyorum. (1/3) // Aslında bir müslüman genç olarak dinî vecibelerimizi yerine getirmeliyiz ancak bunu yeterince yerine getirebildiğimiz kanısında değilim. Belki de bu batının hep kötü yanlarını örnek almamızdır. (1/2) // Dinî konuda yaptığımız bu anket beni gerçekten çok mutlu etti. Günümüz Türkiye'sinde müslüman bir ülkede yaşamamıza rağmen dinle ilgili hiçbir şey göremiyorum. Yaptığımız çalışmaları destekliyorum. (1/3) // Bu yapılan anketle bizlerin dinî inançları değerlendiriliyor ve bunun yararlı olduğunu düşünüyorum. Çünkü toplum olarak bazı dinî inançlarımızı kaybediyoruz. (1/3) // Benim bile farkına varamadığım dinî duygularımın yaşanmasına vesile olduğu için faydalı bir anket. Size teşekkür ederim. (1/2) // Bu ülkede müslümanlar inançlarını istediği gibi yaşayamıyor. Örneğin, Hıristiyanların Pazar günleri ayın günleri olduğu için resmî tatilleridir. Bizim için Cuma günü tatil olmasın. Dolayısıyla biz de Cuma namazımızı rahat rahat kılarız. (1/2) // Bu tür anketler, insanın kendisiyle yüzleşmesi anlamında yararlıdır. (1/3) // Anket sorularımızda, ibadetlerinizi hangi dönemde daha çok yapıyorsunuz? Diye bir soru olmalıydı. Çünkü öğrenci olan birinin ibadet etmesi yaz tatilinde daha çok fazlalaşır. Benimde öyle. (1/2) // Bu anket sonuçlarına göre biz gençler için bir şeyler yapın. Çünkü gençlik gün geçtikçe dinden uzaklaşıyor. (1/2) // Bana göre içinde yaşadığımız şu sırada İslam dini bazı çevreler tarafından çarpıtılmaktadır. Dolayısıyla böyle çalışmalar sayesinde İslam dininin doğru bir şekilde anlatılması gerektiğine inanıyorum. (1/4) // Anketin amacını iyi anladım. Soruları cevaplarken yaptığım iyi ve kötü davranışlarım aklıma geldi. Bir daha kötü davranışlar yapmamaya çalışacağım ve ibadetlerimi daha sıklıkla yapmaya gayret edeceğim. (1/3)"²

"Böyle bir anket bana gerçekten ilginç geldi. Çünkü daha önce hiç böyle din muhtevalı bir anket cevaplamamıştım. Anket için teşekkür ederim. (2/3) // Böyle bir anket uyguladığımız için teşekkürler. (2/3) // Anket soruları güzel, fakat herkesin dini kendini ilgilendirir, bunu da unutmayın. (2/3) // Bana göre gereksiz ama yine de iyi olmuş. (2/3) // Böyle bir anketin yapılması ne kadar mantıklı, anlamış değilim. Herkes kendinden sorumlu olduğu için böyle bir uygulama bana saçma geldi. (2/3) // Güzel bir anket, dinî açıdan bizim görüşlerimize değer verdiğiniz için teşekkür ederim. (2/3) // Biraz olsun bu konuda kendimizi değerlendirme fırsatı sağladı, teşekkürler. (2/3) // Yapılan anket, hep aynı sorulardan oluştuğu için yararlı olacağını sanmıyorum. Ama yine de anket sonuçlarını öğrenmek isterdim. (2/3) // Böyle bir uygulamanın gençliğe faydalı olacağını zannetmiyorum. (2/3) // Soru şıklarının düşüncelerimizi yeterince ifade etmediği kanaatindeyim. Teşekkür ederim. (2/3) // Anketi yaptığımız için çok teşekkür ederim. Ancak bazı sorulara birden çok cevap verme ihtiyacı hissettim. (2/3) // Anket sonuçlarını bize de açıklarsanız seviniriz. Başarılarımızın devamını dilerim. (2/3) // Maddî değerlerin ön planda olduğu günümüzde, manevî duyguların da araştırılması güzel bir davranış. (2/3) // Böyle bir anketin yapılması hoş bir şey. Fakat zaten dua ve ibadetin insan üzerindeki olumlu etkileri bilinen bir gerçektir. (2/3) // İyi bir anket, ancak amacını anlamış değilim. (1/2) // Hiç değinilmemiş bir konu olduğu için önemli bana göre. Çünkü biz gençlere dinî konularda yeterli eğitim verilmiyor. (1/3) // Bana göre ankette çok çelişkili sorular var. (1/3) // Çok teşekkür ederim. Yaptığımız anket sayesinde İngilizce dersimiz kaynadı. Bunun için namazlarımın arkasından size de dua ederim. (1/2) // Çok çelişkili sorular var. Bazı soruların cevap şıkları mantıksız. (1/2) // Bizim dine olan ilgimiz sizi neden ilgilendiriyor. Bence çok

2 Buraya kadar ankete ilişkin yapılan değerlendirmeler Genel Lise öğrencileri tarafından yapılmıştır.

saçma bir anket. Böyle boş işlerle uğraşmayın. (1/3) // Yaptığınız bu anketin sonuçlarını merak ediyorum. Çünkü biz gençler, kendimizi her şeyden soyutladık. (1/3) // Bana göre biz ergenlik dönemindeki gençlere yapılabilecek en güzel anketlerden biri. (1/3)”³

“Bu anketin biz gençler açısından çok fazla yararlı olacağını sanmıyorum. (1/3) // Anketteki cevap seçenekleri artırılması gerekiyordu. (1/3) // Bana göre anket klasik olmalıydı. Yani herkes görüşlerini açık açık yazmalıydı. Çünkü anket sorularının bazı cevap şıkları beni tatmin etmedi. (1/2) // Bence çok iyi bir anket olmuş. Neden? Çünkü dinî duygularımı kimseye paylaşmıyorum. Sizin bu anketiniz sayesinde içimi döktüm. (1/3) // Güzel bir anket, devamını dilerim. Meselâ bu çalışma kitap olarak yayımlanabilir ve gayet de güzel olur. (1/2) // Kitap olarak yayınlarsınız ve inşallah çok satar. (1/2) // Bu çalışmayı kitap olarak bastırın. Kitabınızı sabırsızlıkla bekliyorum. (1/2) // Ben bu anket sayesinde kendimi sorguladım ve dinime ne kadar bağlı olup olmadığımı gördüm. (1/2) // Anket soruları tekdüze biraz daha kapsamlı olmasını isterdim. (1/2) // Anket sorularında olması gereken bazı şıklar yok. Zaten bana göre çoğu gençlik bu tip uygulamaları önemsemiyor. (1/2) // Okula gittiğim için düzenli ibadet edemiyorum. (1/3) // Her hangi bir görüşüm yok. (1/3) // Bence gereksiz bir anket. (1/3) // Tebrik ediyorum. Amaç ne bilmiyorum ama sonuç olarak iyi şeyler çıkacağına inanıyorum. (1/3) // Bu anketi gerekli buluyorum. Belki de bu anket sonucunda biz gençlerin çoğunun ibadetlerini tam olarak yerine getiremediği görülecektir. (2/3) // Beni çok sıktı. Bence bu tür inanç konuları çok özel şeyler. Bu şekilde sorgulanmasını çok yanlış buluyorum. (2/3) // Benim inançlarımın kimseyi ilgilendirdiğini düşünmüyorum. (2/3) // Yapılan bu anketi gereksiz görüyorum. (2/3) // Bu anket çok güzel sorular içeriyor. Ancak bunun bana ne faydası olacağını anlamadım. (2/3) // Güzel bir uygulama gerçekten. Bazı şeyleri daha iyi anlamamızı sağlayabilir. (2/3) // Sorular hep aynı konuyla ilgili olduğu için sıkıcıydı. Ayrıca bu şekilde bizlerin dinî inançlarımızı ölçmeye kalkmayın! (2/3) // İnsanların inançlarımızın sınanmasından nefret ediyorum! (2/4) // ?! (2/3) // Anket soruları güzel düşünülmüş. Ancak buradaki sorulara verilen cevapların olumsuz olarak yorumlanmasını istemem. Bende dinimle ilgili her şeyi kendime göre yerine getirmeye çalışıyorum. (2/3) // Bence soruların hepsi aynı. Üstelikte canım sıkıldı. Biraz sorgulama havasında sorulmuş. Bu yüzden hiç sevmedim!!! (2/3) // Çoğu sorularda sorulan ibadetleri hangi sıklıkla işaretleyeceğim konusunda kararsız kaldım. (2/2) // İyi bir fikir. Çıkacak olan kitabı merakla bekliyorum. (2/2) // Bence insanların dinî görüş ve düşünceleri yalnızca kendilerini ilgilendirir. (2/3) // Bakalım biz gençler ne kadar dindarız. (2/2) // Bazı soruların cevap şıklarında tereddüt ettim. (2/2) // Böyle bir anket hazırlayıp bizi kendi kendimizle yüzleştirdiğiniz için teşekkür ederim. (2/2)”⁴

3 Buraya kadar ankete ilişkin yapılan değerlendirmeler, Özel Lise öğrencileri tarafından yapılmıştır.

4 Buraya kadar ankete ilişkin yapılan değerlendirmeler, Anadolu Lisesi öğrencileri tarafından yapılmıştır.

E K - 4

Araştırma Modeli



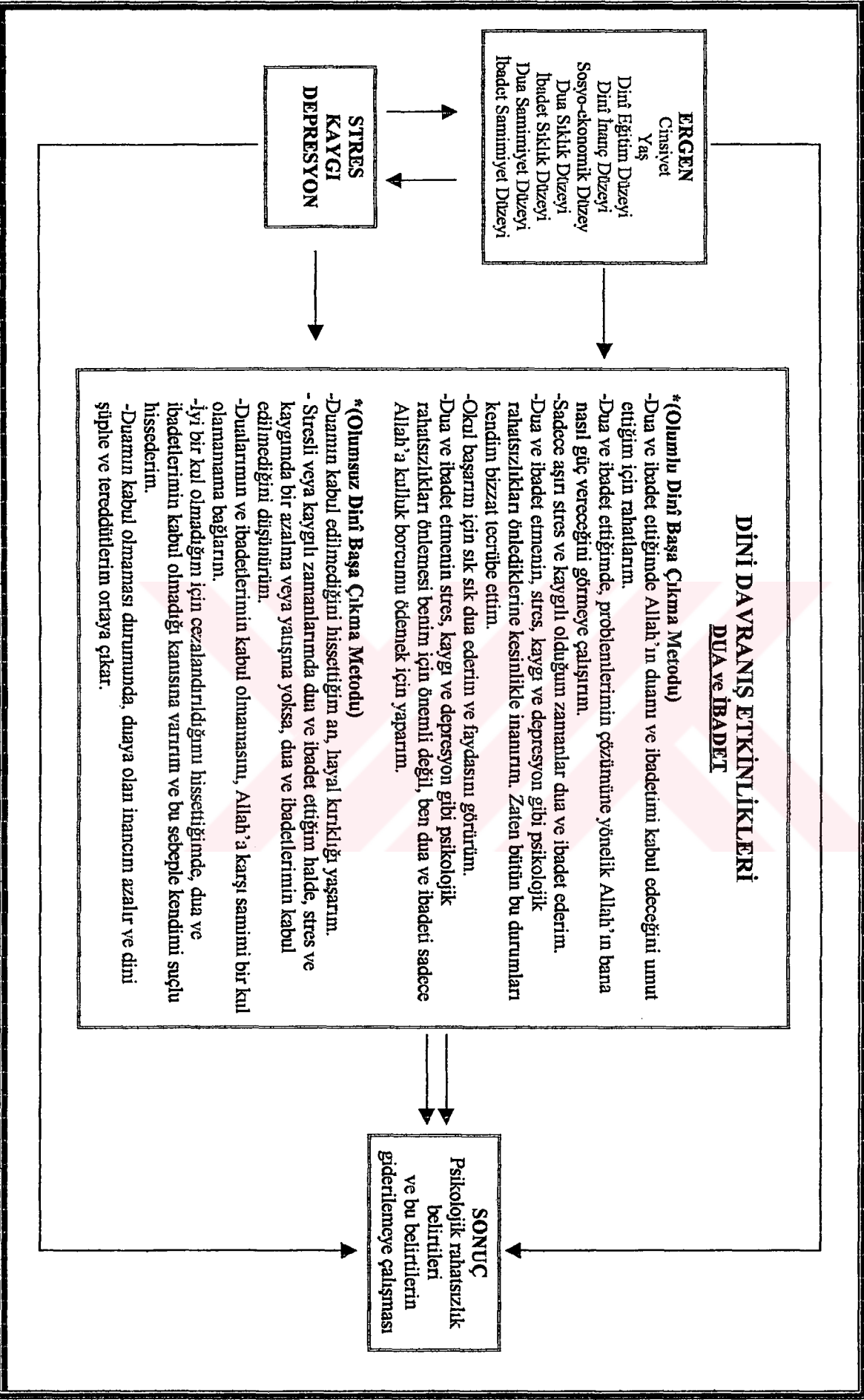
T.C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE ve DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

**ERGENLİK DÖNEMİNDE
DUA ve İBADET PSİKOLOJİSİNİN
RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
ARAŞTIRMA MODELİ

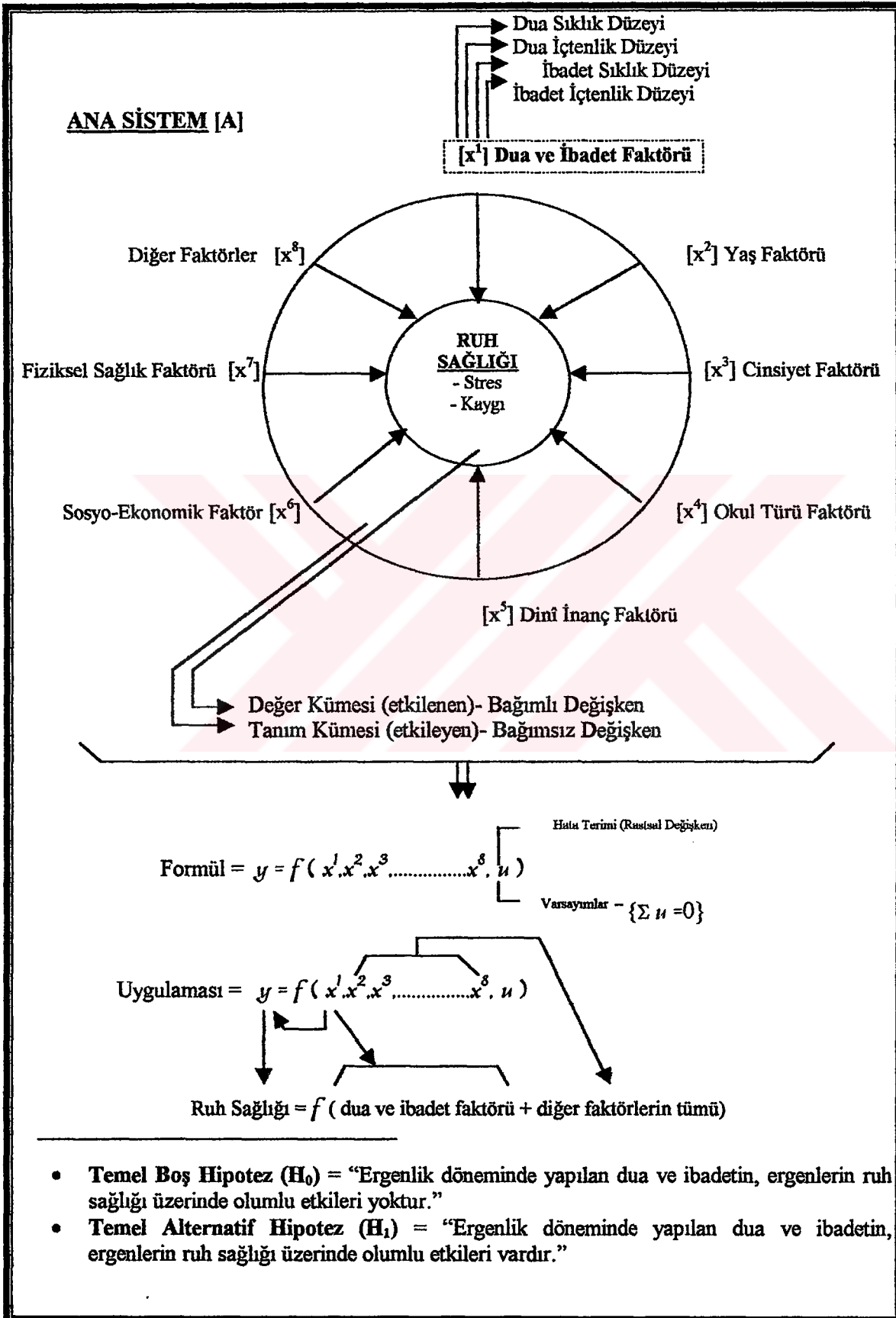
Mustafa KOÇ

BURSA- 2001



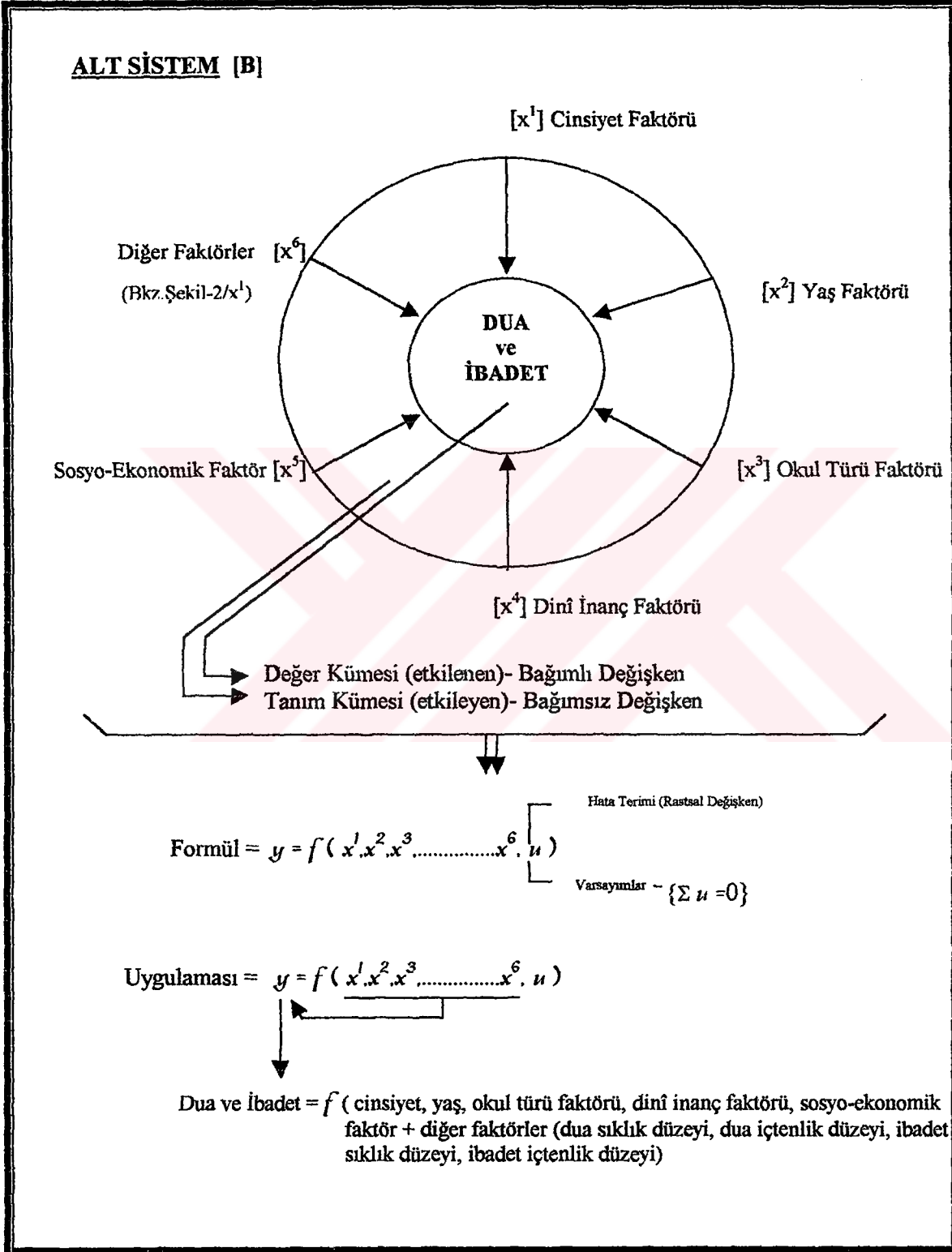
Şekil-2

Arştırmanın Ampirik Bölümünün Bağımlı, Bağımsız Değişkenlerinin ve Temel Hipotezinin Taslak Planı



Şekil-3

Araştırmanın Ampirik Bölümünün Bağımlı, Bağımsız Değişkenleri



Şekil-4
Araştırma Sürecinin Planı

6. Aşama						Yapılması istenen düzeltmelerin yapılması; araştırmanın son kontrollerinin yapılması sonucu son orijinal çıktının alınması ve ciltletilip gerekli miktarda çoğaltılarak belirlenen sürenin sonunda araştırmanın danışmana ve jüri üyelerine teslim edilmesi
5. Aşama						Analiz, genel değerlendirme, yorumlama (sonuç), araştırma müsveddesinin redaksiyonunun yapılması ve birinci orijinal çıktının alımı; Son kontrol ve düzeltmelerin yapılması amacıyla danışmana verilmesi
4. Aşama				Anketin belirlenen örneklem grupları üzerinde uygulanması; Bilgisayar işlemleri (grafik ve tablolar) yoluyla anketin değerlendirilmesi ve bilgisayarda yazılması		
3. Aşama			Ampirik bölümün hazırlanması çerçevesinde çalışmada kullanılacak ölçeğin tespiti ve düzenlenmesi; bu bağlamda anket sorularının hazırlanması, yazılması ve basılması			
2. Aşama	Teorik bölümün müsvedde ve bilgisayarda yazılması					
1. Aşama	Literatürün taranması, fişlenmesi ve teorik çerçevenin oluşması					
TARİHLER	AĞUSTOS- OCAK 2002	ŞUBAT- MART 2002	NİSAN 2002	MAYIS 2002	HAZİRAN 2002	TEMMUZ 2002

[YÜKSEK LİSANS TEZİ]

**ERGENLİK DÖNEMİNDE DUA VE İBADET PSİKOLOJİSİNİN
RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ**

Mustafa KOÇ

**Danışman: Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ
BURSA-2002
177 sh.**

ÖZET

Bu çalışma, bireyin çocukluktan sonraki gelişiminin temel basamağı olan ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde ne gibi psikolojik etkilerinin olduğunu ortaya çıkarmak amacıyla yapılan bir alan araştırmasıdır. Bu amacı gerçekleştirmek için konunun önce teorik çerçevesi çizilerek kavramsal zemini hazırlanmış, daha sonra ergenlerin yaptıkları dua ve ibadetlerin ruh sağlıkları üzerindeki etkilerini ölçmek için konuyla ilgili değişik kaynaklardan faydalanılarak anket soruları hazırlanmıştır. İki bölüm olarak düzenlenen bu anket formu, Türkiye’de ortaöğrenim gören ergenlerin seçildiği evreni temsilen, Bursa il sınırları içerisinde dört farklı türden orta öğrenim kurumunda öğrenim gören 400 ergen üzerinde tesadüfî örnekleme yoluyla uygulanmıştır.

Uygulanan anket aracılığıyla deneklerden alınan ham veriler, yaş, cinsiyet, dua ve ibadet etmenin sıklık ve içtenlik düzeyleri gibi nicel karakterdeki bağımsız değişkenlerle parametrik olmayan istatistiksel analiz tekniklerinden chi-kare tekniği uygulanarak, beklenen değerlerle gözlenen değerler arasındaki anlamlılık ilişkisi sınımlanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda; “ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkileri vardır”, tezini ön gören temel hipotezle birlikte diğer hipotezlerin bir çoğunun oldukça yüksek bir düzeyde desteklendiği tespit edilmiştir.

Öte yandan araştırmanın teorik çerçevesi, ergenlik döneminde dua-ibadet psikolojisi ve ruh sağlığı olarak çizilmiş ve bu ana konuların alt bölümlere ayrılarak psikolojik tahlilleri yapılmaya çalışılmıştır. Ayrıca araştırmada, ibadet kavramı, ergenlerin yapabilecekleri ibadetler göz önünde bulundurularak namaz kılma, oruç tutma, Kur’an okuma ve tövbe etme ibadetleriyle; ruh sağlığı kavramı da stres, kaygı ve depresyonla sınırlandırılmıştır. Bunun yanı sıra dinin uygulama (ritüalistik) boyutunu ifade eden dua ve ibadete ilişkin, deneklerin dîni tutum ve davranışları tespit edilerek, söz konusu tutum ve davranışların araştırma öncesinde ortaya konan hipotezleri büyük ölçüde desteklediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik Dönemi, Dua, İbadet, Ruh Sağlığı, Dinî Başa Çıkma

[MA THESIS]

**THE AFFECTS OF THE PSYCHOLOGY OF PRAYER AND WORSHIP ON
ADOLESCENT MENTAL HEALTH**

Mustafa KOC

**Supervisor: Prof. Dr. Hayati HOKELEKLI
BURSA-2002
177 pp.**

ABSTRACT

This research is about the psychological affects of praying and worship during the adolescence on the mental health of adolescent individuals. In the research, first of all, the conceptual basis was prepared towards a theoretical frame, and then, the questions for interview were phrased using different sources to measure the affects of praying and worship made by individuals on adolescence period, on their mental healths. The interview questionnaire with its two parts was applied through random sampling to 400 students who are in adolescence period, studing in 4 different secondary schools in Bursa, representing all adolescent students of secondary schools in Turkey.

The survey examines through the chi-square method, a non-parametric statistical analysis technique, the relationship between expectancy values and observanty values adapted to informants with respect to their age, sex, praying and worship in terms of frequency and sincerity. The survey results have shown that the thesis that there are positive psychological affects of praying and worship done in adolescence period on the mental health of adolescents, is supported by other hypothesis on the same subject.

On the other hand, the theoretical framework of the research was presented in two parts: psychology of praying-worship in adolescence period and mental health. These parts were subsectioned and the psychological analysis of the results were brought together. Throughout the work,, the terms "worship" and "mental health" applies to daily prayers, fasting, reading Quran, penitence and stress, anxiety and depression respectively. In defining the religious attitude and behaviors related to daily prayers and worship which are the ritualistic dimension of variables, it was observed that those behaviors support the hypotheses already mentioned at the beginning of the research.

Key Words: Adolescence Period, Prayer, Worship, Mental Health, Religious Coping.

**T.C. YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
DOKÜMANTASYON MERKEZİ**