

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

**POZİTİF PSİKOLOJİ BAĞLAMINDA UMUDUN
DİNDARLIKLA İLİŞKİSİ**

ABDULLAH DAĞCI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DANIŞMAN
PROF. DR. ABDÜLKERİM BAHADIR**

KONYA-2014

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

**POZİTİF PSİKOLOJİ BAĞLAMINDA UMUDUN
DİNDARLIKLA İLİŞKİSİ**

ABDULLAH DAĞCI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**DANIŞMAN
PROF. DR. ABDÜLKERİM BAHADIR**

KONYA-2014



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Abdullah DAĞCI
	Numarası	108102071007
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri / Din Psikolojisi
	Programı	Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR
	Tezin Adı	Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan “Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi” başlıklı bu çalışma 25/04/2014 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sıra No	Danışman ve Üyeler		
	Unvanı	Adı ve Soyadı	İmza
1	Prof. Dr.	Abdülkerim BAHADIR	
2	Doç. Dr.	Adem ŞAHİN	
3	Doç. Dr.	Kamil GÜNEŞ	

İmza Alanı



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Bilimsel Etik Sayfası

Öğrencinin	Adı Soyadı	Abdullah DAĞCI		
	Numarası	108102071007		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri / Din Psikolojisi		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
Tezin Adı	Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi			

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.


Abdullah DAĞCI



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



ÖZET

Öğrencinin	Adı Soyadı	Abdullah DAĞCI		
	Numarası	108102071007		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı / Din Psikolojisi Bilim Dalı		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	X	
		Doktora		
	Tez Danışmanı	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR		
Tezin Adı	Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi			

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin dindarlıkları ve umut durumları arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Bu amaçla Bayburt Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde öğrenim görmekte olan 270'i bayan ve 225'i erkek olmak üzere toplam 495 kişilik örneklem grubu oluşturulmuştur. Araştırmada, umut durumunu tespit etmek için "Umut Ölçeği" ve dindarlık durumunu tespit etmek için "Dini Hayat Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, sosyo-demografik değişkenlerle umut ve dindarlık arasında anlamlı farklılıklar söz konusudur. Araştırma sonuçlarına göre kızlar, erkeklere göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir. Bunun yanında İlahiyat Fakültesi'nde öğrenim görenlerin diğer fakültelerde öğrenim görenlere göre daha yüksek umut ve dindarlık puanlarına sahip olduğuna ulaşılmıştır. Ayrıca araştırmada dindarlık puanları ile toplam umut puanları arasında olumlu ilişkilerin var olduğuna ulaşılmış ve dindarlık düzeyi arttıkça umut düzeylerinin de pozitif yönde arttığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Din psikolojisi, dindarlık, pozitif psikoloji, psikoloji, umut.



ABSTRACT

Author's	Name and Surname	Abdullah DAĞCI		
	Student Number	108102071007		
	Department	Philosophy and Religious Studies / Psychology of Religion		
	Study Programme	Master's Degree (M.A.)	X	
		Doctoral Degree (Ph.D.)		
	Supervisor	Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR		
Title of the Thesis	Relationship Between Religiosity and Hope Context of Positive Psychology			

The objective of this study is to determine the relation between religiosity and hopefulness context of positive psychology in students of university. In this scope, 270 female and 225 male students who are educated in different faculties at Bayburt University, totally 495 people sample group has been composed. "Hope Scale" has been used to determine hope situations and "Religious Life Scale" has been used to measure religiousness in the study. In accordance with obtained findings, there is meaningful difference between socio-demographical variables and religiousness and hope. The female students are more religious than male students but at the same time, they have more pozitif hope indicators. Besides, it has been determined that the students who are educated in Theology Faculty have the most positive hope level among other faculties. Also it has been determined in the study that there are positive relations between having high religiousness point and hope level, and as far as religiousness level increased their hopefulness also becomes positive.

Key Words: Hope, positive psychology, psychology, psychology of religion, religiousness.

ÖNSÖZ

Yaşamımızın her yönüyle ilişkili olan psikoloji, karmaşıklaşan toplumu analiz etmede ve insani sorunlara çözümler sunmada giderek önemli bir konuma gelmiştir. Psikolojiyi bilmek insanın duyuş, düşünüş ve davranışları hakkında yorum yapabilmeye; insanların neden belli şekillerde davrandığını daha iyi anlamaya; maruz kalınan problemlere çözümler bulmaya; kendi tutum ve tepkilerimizle ilgili iç görü kazanmaya imkân sağlar. Genelde stres, kaygı, depresyon, patoloji ve çaresizlik gibi insan davranışının olumsuz yönleri üzerinde çalışmalar yapan psikoloji, pozitif psikoloji akımı sayesinde modern yaşamın bireyler için sağladığı olanakları daha iyi hale getirme ve daha mutlu yaşama erişebilme üzerinde araştırmalar yapmaktadır. Bireyin gelişme ve iyileşme ile ilgili pozitif duygu, düşünce ve davranışlarını analiz ederek en uygun şartları belirlemeye çalışan Pozitif Psikoloji, kişinin hem topluma fayda sağlamasına hem de doyumlu bir hayat sürmesine yardımcı olmak için çalışmalar yapmaktadır. İnsanı yaşama bağlamada ve hayattan memnun olmada önemli bir faktör olan umut, bireyin yaşamına anlam veren ve ona yaşam amacı belirleyen dinle iç içe bir kavramdır.

Üniversite öğrenim dönemi genel özellikleri itibarıyla kişiliğin olgunlaştığı ve hayat standartlarının oluşmaya başladığı gençlikten yetişkinliğe geçiş dönemi olarak ifade edilebilir. İçerisinde umut ve dini hayatla ilgili konulara daha fazla rastlanan bu dönemde, yetişkinlik çağına doğru ilerleyen bireyin yaşadığı sosyal çevre, onun din ile ilişki tarzını da belirler. Dindar bir ortamda yetişen bir birey ile dindar olmayan bir çevrede yetişen bir birey arasında duygu, tutum ve davranışlar bakımından farklılıklar bulunur. Bu nedenle yetişkinlik dönemindeki bireyin gelecekle ilgili planlarında dindarlığının etkisinin olması muhtemel bir durumdur.

Psikologlar günümüzde dinden gereğince yararlanmamakla birlikte geçmişe oranla dine psikolojik bakış açıları olumlu yönde önemli bir gelişme kaydetmiştir. Bu da psikologları ve psikiyatristleri dindarlık olgusuna yönlendirmiş ve psikoloji-din ilişkisi günümüzde çok önem verilen konulardan biri haline gelmiştir. Konuyla ilgili yapılan çalışmalar her geçen gün artmış ve bunun sonucunda yeni bakış açıları ortaya konulmuştur. Bu yoğun ilgi alana özgü bir literatürün oluşmasını da

beraberinde getirmiştir. Pozitif Psikolojinin konularından olan umut ise psikolojiyle ilgili araştırmaların yanı sıra ilahiyat alanında yapılan çalışmalarla da ele alınmıştır. Bu konuya bilim insanlarının ilgisinin artması bunun somut bir gostergesidir.

Üniversite ğrencilerinin umut ile dindarlık düzeyleri arasında ne düzeyde bir ilişkinin olduğuna ve belirlenen demografik değişkenlere gore umut ve dindarlık düzeylerinde bir farklılığın olup olmadığına ulaşmak bu çalışmanın amacını oluşturur. Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim gören 495 ğrenci örneklemini üzerinde yapılan bu araştırmada, pozitif psikoloji bağlamında umut ile dindarlık ilişkisi psikoloji ve din referanslarıyla ele alınmıştır.

Emmons (1986) ve Pargament (1999) gibi psikologlar sağlıklı yaşam tarzı, ilişkiler, değişimler, hayattaki amaçlar, bireysel amaçlar, hayatı devam ettirme, kültürel gelenekler ve rutin ibadetlerin kutsala bağlanmayla ilgili olduğunu ifade etmiştir. *Karakter Güçleri ve Erdemler* kavramlarını, dindarlığın bir yönü olarak düşünen Peterson ve Seligman (2004) dindarlık ve maneviyatı hem umut, şükür, yaşamın anlamı gibi diğer ilişkili tanımlarla, hem de bu kavramların kutsala (Aşkın Varlık) odaklanmaları ile ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Umut, bilgelik, yaratıcılık, gelecekte kaygı duymama, cesaret, maneviyat, sorumluluk ve azim gibi pozitif duyguların önemsenmediğini belirten Seligman ve Csikszentmihalyi (2000), bu kavramların yakın geçmişe kadar negatif dürtü biçimleri olarak açıklandığını söyler. Seligman'a (2002) gore, pozitif insan davranışlarıyla ilgili çalışmaların etkili yönleri daha iyi bir psikolojik sağlık elde etme önerileri sunmayı; pozitif insan fonksiyonları psikolojisi, bilimsel anlayış ve etkili müdahalelerle başarılı bireyler, aileler ve toplumlar ortaya meydana getirmeyi amaçlamasıdır. Günümüzdeki büyük Pozitif Psikoloji teorilerinin de güçlü yönleri ve çabuk iyileşme özelliğini ele alan yeni bir bilime ihtiyaç duyduğunu belirten Seligman danışmanlara, hastaların zayıf yönlerini iyileştirmekten ziyade güçlü yönlerini geliştirecek en iyi uygulamanın neler olabileceğinin sorulması gerektiğini; psikologların aile, okul, dini topluluk ve güçlü yönleri besleyen bölgeleri geliştiren kurumlarla çalışmasının önemli olduğunu belirtir.

Pozitif Psikoloji ve dindarlık başlığını taşıyan 1. bölümde, pozitif psikolojinin tanımı yapılmış, konularına değinilmiş, dindarlık ve umutla ilgili ayrıntılı bilgiler verilmiş ve pozitif psikolojinin din ile ilişkisi ortaya konulmuştur. *Materyal ve yöntem* başlığını taşıyan 2. bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları olan umut ölçeği ve dindarlık ölçeğiyle ilgili açıklamalar yapılmış, uygulamanın nasıl yapılacağı ve verilerin nasıl analiz edileceği açıklığa kavuşturulmuştur. 3. bölüm olan *Araştırmanın bulguları ve değerlendirme* başlığında ise demografik değişkenler ile umudun ve dindarlığın ilişkisine dair bulgular ve değerlendirmelere yer verilmiştir.

Çalışma süresince en büyük desteği veren danışmanım Sayın Prof. Dr. Abdülkerim BAHADIR'a; akademik çalışmalar için değerli bilgiler öğrendiğim Sayın Doç. Dr. Adem ŞAHİN'e; verilerin analizi aşamasında yardımcı olan Sayın Yrd. Doç. Dr. İlhan İLTER'e; akademik hayatımda desteğini esirgemeyen ağabeyim Tahir DAĞCI'ya ve bütün aileme minnettarlığımı belirtmek isterim.

Abdullah DAĞCI
KONYA - 2014

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Yüksek Lisans Tezi Kabul Formu	i
Bilimsel Etik Sayfası	ii
Özet	iii
Abstract	iv
Önsöz	v
İçindekiler	viii
Kısaltmalar	x
Tablolar Listesi	xi
Giriş.....	1
A. Araştırmanın Konusu	2
B. Araştırmanın Amacı ve Önemi	5
C. Araştırmanın Problemleri	8
D. Araştırmanın Hipotezleri.....	8
E. Araştırmanın Sınırlıkları, Önkabulleri ve Yürütülmesi	11

BİRİNCİ BÖLÜM KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Pozitif Psikoloji	13
1.1.1. Pozitif Psikolojinin Tanımı	14
1.1.2. Pozitif Psikolojinin Konuları	16
1.1.2.1. Esenlik (well-being).....	18
1.1.2.1.1. Mutluluk ve Esenlik	19
1.1.2.1.2. Psiko-Sosyal Özellikler ve Esenlik.....	20
1.1.2.1.3. Duygular ve Esenlik	21
1.1.2.1.4. İslam’da Tutumlar ve Esenlik.....	23
1.1.2.1.5. Umut, Stres ve İyi Hâl	25
1.1.2.2. Değerler	27
1.1.2.2.1. Şükür	32
1.1.2.2.2. Affedicilik.....	34
1.1.2.2.3. Diğerkâmlık.....	38
1.1.2.2.4. İyimserlik.....	39
1.1.2.2.5. Hoşgörü	41
1.1.3. Umut	42
1.1.3.1. Umut Teorisi.....	45
1.1.3.2. Umutla İlgili Ölçekler.....	50
1.1.3.3. İslam’da Umut	51
1.1.3.4. Umut ve İyimserlik	53
1.1.3.5. Umut ve Sağlık	54
1.1.3.6. Umut ve Umutsuzluk.....	55
1.1.3.7. Umut ve Öz Yeterlilik.....	56
1.2. Din ve Dindarlık	57
1.2.1. Dinin Tanımı.....	57
1.2.2. Dinî Hayatın Boyutları	60
1.3. Pozitif Psikoloji Bağlamında Umut ve Dindarlık İlişkisi.....	62
1.4. Dindarlık ve Umutla İlgili Yapılmış Çalışmalar	67

İKİNCİ BÖLÜM MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli	73
2.2. Evren ve Örneklem	74
2.3. Veri Toplama Araçları	75
2.3.1. Dini Hayat Ölçeği (DHÖ).....	75
2.3.2. Umut Ölçeği (UÖ).....	76
2.4. Uygulama	77
2.5. Verilerin Analizi	77

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM ARAŞTIRMANIN BULGULARI VE DEĞERLENDİRME

3.1. Demografik Değişkenlerle İlgili Bulgular ve Değerlendirme	79
3.1.1. Örneklemin Cinsiyete Göre Dağılımı	79
3.1.2. Örneklemin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı.....	80
3.1.3. Örneklemin Öğrenim Görülen Fakülteye Göre Dağılımı	80
3.1.4. Örneklemin Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	81
3.1.5. Örneklemin Yerleşim Yeri Göre Dağılımı.....	81
3.1.6. Örneklemin Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre Dağılımı	82
3.2. Dindarlık ile Umut Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular ve Değerlendirme	82
3.2.1. Dindarlık ile Umut İlişkisi	82
3.2.2. Dindarlık Alt Boyutları ile Umut İlişkisi	85
3.2.2.1. Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın İnanç Boyutu ile Umut İlişkisi	85
3.2.2.2. Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Duygu Boyutu ile Umut İlişkisi	86
3.2.2.3. Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Davranış Boyutu ile Umut İlişkisi	87
3.2.2.4. Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Bilgi Boyutu ile Umut İlişkisi	88
3.3. Demografik Değişkenler ile Dindarlık Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular ve Değerlendirme.....	89
3.3.1. Cinsiyet ile Dindarlık İlişkisi	89
3.3.2. Öğrenim Görülen Fakülte Türü ile Dindarlık İlişkisi	91
3.3.3. Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi ile Dindarlık İlişkisi.....	93
3.3.4. Hayatlarının En Uzun Süresini Geçirdikleri Yer ile Dindarlık İlişkisi	95
3.3.5. Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyi ile Dindarlık İlişkisi	97
3.4. Demografik Değişkenler ile Umut Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular ve Değerlendirme.....	98
3.4.1. Cinsiyet ile Umut İlişkisi	98
3.4.2. Öğrenim Görülen Fakülte ile Umut İlişkisi	100
3.4.3. Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi ile Umut İlişkisi	102
3.4.4. Hayatlarının En Uzun Süresini Geçirdikleri Yer ile Umut İlişkisi	104
3.4.5. Sosyo-Ekonomik Düzey ile Umut İlişkisi	105
3.4.6. Okuduğu Bölüme Gelmedeki En Etkin Faktör ile Umut İlişkisi	107
3.4.7. Hayatın Amacı ile Umut İlişkisi	109
3.4.8. Hayatın Anlamı ile Umut İlişkisi	112
Sonuç ve Öneriler	115
Kaynakça	121
Ekler.....	141
Ek-1. Örneklemin Frekans ve Yüzde Dağılımı	141
Ek-2. Anket Formu.....	142
Ek-3. Dini Hayat Ölçeği (DHÖ)	143
Ek-4. Umut Ölçeği (UÖ)	145
Ek-5. Dindarlık Ölçeği Kullanma İzni	146
Ek-6. Umut Ölçeği Kullanma İzni	147
Ek-7. Özgeçmiş.....	148

KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
APA	: Amerikan Psikoloji Derneği
AÜİİFD	: Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi
Bil.	: Bilimler/Bilimleri
bkz.	: Bakınız
Çev.	: Çeviren/ler
dağ.	: Dağıtım
DEM	: Değerler Eğitimi Merkezi
Ed.	: Editör
Ens.	: Enstitüsü
FÜİFD	: Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Hz	: Hazreti
İİBF	: İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
n/N	: Sayı
Neşr.	: Neşriyat
md.	: Madde
Ort.	: Ortalama
p.	: Önem derecesi
Pub.	: Publication
r	: Pearson Korelasyon Sonucu
s	: Sayfa/lar
Sd	: Serbestlik Değeri
SÜİFD	: Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
t	: t-testi Sonucu
TDK	: Türk Dil Kurumu
ts.	: Tarihsiz
TÜBA	: Türkiye Bilimler Akademisi
UÜİFD	: Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Üni.	: Üniversitesi
vb.	: Ve benzeri
vd.	: Ve diğerleri
Yay.	: Yayınları/Yayıncılık/Yayımevi

TABLOLAR LİSTESİ

	<u>Sayfa No</u>
Tablo 2.1. Umut ve dindarlık ölçeği toplam puanlarının normallik dağılımı.....	78
Tablo 3.1. Cinsiyet değişkenine göre örneklemin dağılımı	79
Tablo 3.2. Yaş değişkenine göre örneklemin dağılımı	80
Tablo 3.3. Öğrenim görülen fakülte değişkenine göre örneklemin dağılımı.....	80
Tablo 3.4. Sınıf değişkenine göre örneklemin dağılımı.....	81
Tablo 3.5. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkenine göre örneklemin dağılımı.....	81
Tablo 3.6. Ailenin sosyo-ekonomik durum değişkenine göre örneklemin dağılımı	82
Tablo 3.7. Dindarlık ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu	83
Tablo 3.8. Dindarlığın inanç boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu	85
Tablo 3.9. Dindarlığın duygu boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu	86
Tablo 3.10. Dindarlığın davranış boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu	87
Tablo 3.11. Dindarlığın bilgi boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu	88
Tablo 3.12. Cinsiyet değişkeni ile dindarlık puanlarının farklılığına dair Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları	90
Tablo 3.13. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	91
Tablo 3.14. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	92
Tablo 3.15. Öğrenim görülen sınıf düzeyleri ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	93
Tablo 3.16. Öğrenim görülen sınıf düzeyleri ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	94
Tablo 3.17. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	95
Tablo 3.18. Sosyo-ekonomik durum değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	97
Tablo 3.19. Cinsiyet değişkeni ile umut puanları arasındaki farka ilişkin Bağımsız Gruplar t-Testi sonuçları	99

Tablo 3.20. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	100
Tablo 3.21. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	101
Tablo 3.22. Sınıf düzeyi değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	103
Tablo 3.23. Sınıf düzeyi değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	103
Tablo 3.24. Yerleşim yeri değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	105
Tablo 3.25. Sosyo-ekonomik düzey değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	106
Tablo 3.26. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları.....	107
Tablo 3.27. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları.	108
Tablo 3.28. Hayatın amacı ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	109
Tablo 3.29. Hayatın amacı ile umut puanları arasındaki farklılığa ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	110
Tablo 3.30. Hayatın anlamı ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları	112
Tablo 3.31. Hayatın anlamı ile umut puanları arasındaki farklılığa ilişkin Bonferroni Testi sonuçları	114

Giriş

On dokuzuncu yüzyılın sonlarına doğru bir bilim dalı haline gelen ve duygu, düşünce ve davranış üzerine araştırmalar yapan psikoloji, günümüzde en çok ilgi duyulan alanlardan biri haline gelmiştir. Psikolojiyle ilgilenen bilim adamları tarafından insanın duygu, düşünce ve davranışlarını anlamak ve açıklamak için deney, gözlem, tarama gibi yöntemler kullanılmaktadır. İnsanı tanımlamayı, anlamlandırmayı ve onun davranışları üzerinde değişiklik yapmayı amaçlayan birçok disiplin psikoloji üzerinden varsayımlarda bulunmaktadır. Bu varsayımların hem bireysel olarak insan davranışlarını, hem de herhangi bir disipline ait kuram ve yaklaşımları şekillendirdiği ifade edebilir.

İnsan yaşamında önemli bir yere sahip olan psikoloji, çeşitli şekillerde tanımlanmaya çalışılmıştır. En genel anlamıyla psikoloji, “insan ve hayvan davranışlarını ve bu davranışların oluşumunu inceleyen bilim” olarak tanımlanır (Atkinson, 1990: 4). İnsan odaklı olarak psikolojinin asıl tanımı ise “toplumsal ve fiziksel çevresi içinde davranmakta olan insanı, çeşitli ilişkileri ile inceleyen bir bilim” şeklinde yapılmıştır (Baymur, 1972: 3).

Psikolojinin amacı, belli bir durumda insanların “*niçin*” ve “*nasıl*” davrandıklarını incelemektir (Atkinson, 1995: 16). Ayrıca tanımda geçen “*davranış*” kelimesi, bireylerin dıştan gözlenen hareketlerinin yanısıra, onun zihninden geçen ve başkaları tarafından doğrudan doğruya gözlenemeyen düşünce, inanç, sevinç, hayal ve kuşku gibi iç yaşantıları da kapsar.

Psikolojinin konu ve yöntemlerini kullanan Din Psikolojisi, bireylerin yaşadıkları dinî hayatı oluşum, yapı, gelişim şartları ve süreçleri, sonuçları ve etkileri açısından ele alan bir bilim dalıdır. Din Psikolojisi din olgusunu, insan bilincindeki şekillenişini, ruhsal tecrübe ve davranış olarak kendini ifade edişini çok çeşitli şekilleriyle ele alarak anlamaya çalışır (Hökelekli, 2010: 17). Bu ekol insanın sosyal ve kültürel bir bağlamda yaşadığını dikkate alarak bireysel yönüne odaklanır; insanın

dinî inancının yaşamındaki yerini anlamak için, insanı çok geniş bir bakış açısıyla değerlendirir (Kayıklık, 2011: 14).

Pozitif Psikoloji geleneksel olarak işlev bozuklukları, zihinsel hastalıklar ya da diğer psikolojik sorunları olan insanlarla ilgilenen ve bunların nasıl tedavi edileceği üzerinde çalışmalar yapan psikolojiden farklı amaçlara sahiptir. Mutluluk üzerinde yoğunlaşan Pozitif Psikoloji, insanların nasıl daha mutlu ve daha başarılı olacağı üzerinde çalışmalar yapan bir alandır.¹ Başka bir deyişle pozitif psikoloji insanlarda neyin yanlış olduğuna değil, neyin doğru olduğuna ve bunun nasıl geliştirilebileceğine odaklanır (Luthans, Avey ve Patera, 2006).

Felsefi ve dinî akımlardan etkilenen (Lopez, 2009: xviii) Pozitif Psikoloji daha çok hastalıklar ve bunların tedavisi üzerinde yoğunlaşan Psikoloji'den farklı olarak bireyin güçlü yanlarına, yeteneklerine, kişiliğine ve olumlu özelliklerine dikkat çekerek onun mutluluğuna katkıda bulunmayı hedefler. Bu amaçla Pozitif Psikoloji, bireyin gelişme ve iyileşme ile ilgili pozitif duygu, düşünce ve davranışlarını analiz ederek en uygun şartları belirlemeye çalışır; kişinin hem topluma fayda sağlamasına hem de doyumlu bir hayat sürmesine yardımcı olmak için çalışmalar yapar (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bireylerdeki yetenek ve becerileri bulmayı ve geliştirmeyi, normal hayatı daha tatmin edici yapmayı hedefleyen Pozitif Psikoloji koruyucu ruh sağlığı üzerine de yoğunlaşır (Compton, 2005: 11). Dolayısıyla insanların iyimser ifade eden niteliklerle algılanması; her insanda yaşamı olumlu yönde geliştirmeye yarayacak argümanlar olduğuna inanılması; bu argümanların olumlu yönde desteklendiği ölçüde bireye yaşam enerjisi verdiğinin düşünülmesi, Pozitif Psikolojinin çıkış noktasıdır.

A. Araştırmanın Konusu

Pozitif psikoloji, felsefi ve dinî kaynaklar üzerinde çalışmalar yapan bilim adamları tarafından ortalama bir bireyin nasıl olduğunu, bu bireyde neyin doğru

¹ <http://www.psychologytoday.com/basics/positive-psychology>, E. T. : 08.12.2012

gittiğini ve neyin gelişmekte olduğunu bulmaya çalışma konusunda bir gözden geçirme olarak değerlendirilir (Luthans, Avolio, Avey ve ark, 2007).

Pozitif psikolojinin konularından olan umut, bireyin amaçlara yönelik duyguya sahip olması, bu amaçlar için harekete geçme güdüsü (*agency*) ve bu amaçlara ulaşma yolları (*pathways*) ile birlikte düşünme süreci olarak tanımlanmaktadır (Snyder, 1995). Snyder, Harris, Anderson ve arkadaşları (1991) tarafından umut çok boyutlu bir duygu olarak ele alınmıştır. *Bir amaca yönelik duyguya sahip olma ve davranışlarını bir amaca yöneltme* olarak ifade edilen ilk boyut için düşüncelerin yönelimini belirleyen amaçların, olası değişikliklere açık olması ve ulaşılabilir nitelikte olması önemlidir. *Amaca güdülenme* boyutu ise kişinin hedeflerine ulaşmakta söz konusu yolları kullanabilme potansiyeline yönelik algısı ele alınır. Son boyut olan *amaca ulaşma yolları* boyutunda ise kişinin hedeflenen amaçlara ulaşmak için işlevsel yollar üretebileceğine dair algısı konu edilir. Bu noktada insanlara bir hayat amacı belirleyen ve gelecek hakkında umutlu olmayı öğütleyen din ile umudun ilişki içinde olması muhtemeldir.

Din ve umut ilişkisine bakıldığında inanan bireylerin inanmayanlara göre stres, üzüntü gibi kriz durumlarına daha az maruz kaldığı, bunun da psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği ve bunun da geleceğe umutla bakmada pozitif bir etkisinin olduğu ifade edilir (Tarhan, 2010: 210-213; Allport, 2004: 94-116). Çünkü din, olaylara anlam vererek algılayışımızda ve olayları açıklayışımızda oldukça etkilidir. Yine din, bireylere gelecekle ilgili umutlu olmada yardımcı olur ve ruh sağlığını daha iyi bir düzeye getirmeye yarar. Bunların yanında umutlu olmanın ruh sağlığı üzerinde olumlu anlamda etkili olduğu bilinen bir gerçektir. Din de insan için üzüntü ve acılarını azaltan, ona teselli veren bir umut kaynağıdır (Armaner, 1973'ten akt; Koç, 2004). Yani dinî inanç, inanan insanlara bir ümit sunar, kaygı ve endişeyi azaltır, teselli verir.

Fehring, Miller ve Shaw (1997) tarafından yapılan araştırmada, içsel dindarlık, manevî esenlik, umut ve diğer pozitif ruh durumları birbiriyle pozitif

yönde ilişkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmış; dindarlık, depresyon ve diğer negatif ruh durumları arasında ise negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Dindarlık ve manevi esenliği yüksek yaşlı kanser hastalarının umudunun ve pozitif ruh halinin yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılan bu araştırmada, içsel dindarlık ve manevi esenliğin yaşlı kanser hastalarında, umut ve pozitif ruh hali ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bütün olumsuzluklara ve engellere rağmen umutlu bir şekilde plan yapma ve planların/amaçların peşinden umutlu bir şekilde koşmanın yanında olumlu ve olumsuz duygular da amaca yönelik umut ve umutsuzluk düşüncesinin ürünleridir (Snyder, 2000). Yine bireyler strese yol açacak etkenlere maruz kaldığı zaman bile pozitif duyguları ve amaç odaklı gayretleri, arzuladığı hedeflerini elde etmek için uğraşmasına yardımcı olur (Snyder ve Lopez, 2007). Bunlardan yola çıkılarak olumlu duygular içerisinde yer alabilecek umut kavramının kişinin dindarlığıyla ilişki içinde olması ihtimalinin de yüksek olduğu da söylenebilir. Bu noktada Ayten (2005), dindarlıklarını yüksek olarak algılayanların ve ibadetlerini yerine getirenlerin diğerlerine göre geleceğe umutla bakmada daha başarılı olduklarını söylemenin mümkün olduğunu belirtmektedir.

Çalışmamızda konu olarak Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin umut ve dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki, bilimsel araştırma tekniklerinin verileri ve psikolojik kavramların ışığında analiz edilmiştir. Umudun üzerinde dinî hayatın etkisinin ne düzeyde olduğunun araştırıldığı araştırmamızda üniversite öğrencilerinin dindarlık düzeyleri ve umut düzeyleri arasında ne yönde ve nasıl bir ilişki olduğu üzerinde durulmuş; yaş, cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, öğrenim görülen sınıf, yerleşim yeri ve ekonomik durum gibi demografik değişkenler ile dindarlık ve umut ilişkisi incelenmiştir. Ayrıca araştırmada umut ve dindarlık ilişkisinin ele alınmasında, dinlerin önem verdiği konulardan biri olan umut konusunun pozitif psikolojinin konuları arasında yer alması etkili olmuştur.

B. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Umutlu olmanın kişisel yaşamla ilişkisinin inceleyen birçok araştırmanın (Snyder, Cheavens ve Sympson, 1997; Magaletta ve Oliver, 1999; Snyder, Feldman, Taylor ve ark., 2000) yanısıra dindarlığı ele alan çok sayıda araştırma da mevcuttur (Yapıcı, 2006; Zwingmann, Grom, Schermeller ve ark., 2010; Koç, 2010).

Son dönemlerde psikolojik sağlık ve dindarlıkla ilgili yapılan birçok çalışmada bilişsel, sosyal ve kişisel süreçlerin bireylerin dindarlık düzeylerini etkilediğine ve psikolojik esenlik düzeylerine etki ettiğine vurgu yapılmıştır. (Hayta, 2002; Davis, Kerr ve Kurpius, 2003; George, Larson ve Koenig; Zinnbauer, 2005; Bonner, Koven ve Patrick ve Emmons, 2006; Yapıcı, 2007; Canda, 2009; Yoğurtçu, 2009). Literatürde din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyle ilgili olarak yapılan birçok araştırma mevcuttur. Kıracı (2007), Yoğurtçu (2009), Gürsu (2011) tarafından yapılan psikolojik sağlık ve dindarlık ilişkisini ele alan çalışmalarda dindarlık ve psikolojik sağlık arasında pozitif ilişki olduğuna ulaşılmıştır. Kimter (2006) kendisini güçlü dindar hisseden bireylerin “güçlü umut” düzeyine sahip olduklarına ulaşılmıştır. Yapıcı'nın (2007) yaptığı çalışmada dindarlık arttıkça depresyon, umutsuzluk ve intihar olasılığının azaldığına ulaşılmıştır. Joseph, Linley ve Maltby (2006) tarafından yapılan dinin psikoterapiye ve klinik psikolojiye katkısına ilişkin çalışmada, din-esenlik ve maneviyat-esenlik arasındaki ilişki ele alınmış ve affedicilik, umut ve şükürün din ile ilişkisi kurulmuştur. Dindarlık arttıkça affedicilik, umut ve şükürün de arttığına ulaşılan bu çalışmada, dinin psikoterapiye ve klinik psikolojiye katkı sağlayacağı belirtilmiştir.

Dinin genel ruh sağlığı üzerinde etkisinin olup olmadığını araştıran ve dinin şifa kaynağı olduğunu belirten Hoheisel ve Klimkeit, (1995: 246-252) belirli rahatsızlığı olan insanlara “dua ederek ve ettirerek”, belirli sembolleri taşıyarak, bazı sembolik ritüelleri yerine getirerek insanlara şifa amaçlı uygulamalar yapılabileceğini belirtir. Belirtilen çalışmalar, insanlara dünya ve ahiret mutluluğu

vaat eden dinin, bireylerin günlük yaşantılarına ve ruhsal yapısına olumlu yönde katkıda bulunduğuna işaret etmiştir.

Umut düzeyi ve dindarlık düzeyi yüksek olan bireyler günlük hayatlarında kaygı ve stresten uzak olarak daha huzurlu bir hayat sürebilirler. Birçok çalışmada psikolojik olarak iyi hissetme ve dindarlık arasında bir ilişkinin olduğundan (Magaletta ve Oliver, 1999; McCullough, 2000; Pargament, 2002; Peterman, Min, Brady ve ark, 2002; Aytan, 2005; Yapıcı, 2006) ve kutsal durumlar barındıran dindarlık ve maneviyatın, ilk insandan bu yana var olan bir olgu olduğundan (Zinnbauer, 2009) hareketle, umut ve dindarlık arasında bir ilişkinin olabileceği düşünülmüştür. Dolayısıyla umut ve dindarlık arasında bağ kurulabilir. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin dindarlıklarının umut düzeyleri üzerinde ne yönde ve ne düzeyde bir etkisinin olduğunu demografik değişkenlere (cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, öğrenim görülen sınıf düzeyi, yerleşim yeri ve ailenin sosyo-ekonomik durumu) göre incelemektir. Yapılan araştırma sonucu Türkiye’de Pozitif Psikoloji bağlamında umut ve dindarlık ilişkisi olarak yapılan bir araştırmaya ise rastlanmamıştır.

Din psikolojisi çatısında yapılan bu çalışmanın bir ayağını din ve dolayısıyla İslam oluşturmuştur. Çünkü İslamiyet’in önemle üzerinde durduğu noktalardan biri insanları huzura erdirmektir. Bu sebeple Kur’an insanlığın bireysel, toplumsal, psikolojik, fiziki, maddi ve manevi her türlü sıkıntılarına ve problemlerine çözüm sunmuş ve insanı huzura, mutluluğa, aydınlığa ulaştırmayı gaye edinmiştir (İbrahim, 13/1; Maide, 5/16; Hadid, 57/9; Talak, 65/11). Nihayetinde Kur’an, hayatı anlamlandırmayı (En’am, 6/162), gelecek hakkında ümitvar olmayı (Yusuf, 12/110; Ankebut, 29/23), insanlığı selamete ve huzura ulaştırmayı (Maide, 5/16; Ra’d, 13/28; Rum, 30/21) hedeflemiştir.

Dinin stres, ölüm kaygısı, depresyon, varoluşsal kaygı gibi sorunlu durumlara ve benlik saygısı, mutluluk, empati gibi pozitif duygular üzerinde önemli bir referans olduğunu gösteren birçok çalışma yapılmıştır (Yıldız, 1998; Şahin, 2005; Kıraç,

2007; Aydemir, 2008; Güven, 2008; Hasankahyaoğlu, 2008; Kımtır, 2008; Şahin, 2008; Gün, 2012). Çalışmalar duygusal süreçlerin insanların umut durumunu etkilediği gibi dindarlığını da etkilediğini göstermektedir (Fehring ve ark., 1997; Lazarus, 1999). Bu nedenle üniversite çağındaki bireylerin dindarlıkları ve umut durumları araştırılmaya değer bir konudur. Bu doğrultuda araştırmamızın amaçlarından biri üniversite gençliği dönemi dinî hayatını ve dinin üniversite öğrencileri üzerindeki etkisini incelemektir.

Diğer dönemlerle kıyaslandığında üniversite okuma döneminde meslek seçimi ve hayatını belli standartlara göre düzenleme eğilimi gibi nedenlerden dolayı umut-dindarlık etkileşimi de söz konusudur. Özellikle son yıllarda yapılan üniversite öğrencileriyle ilgili yapılan çalışmalar duygu, tutum ve davranışlardaki olumsuzlukların giderek arttığını göstermektedir. Bu veriler ışığında çalışmamızın bir diğer amacı, dönem içerisinde gerçekleşen umut ve dindarlık düzeylerini incelemektir. Son olarak üniversite öğrencilerin dindarlığı ile umut düzeyleri arasında herhangi bir ilişkinin olup olmadığı ve bu ilişkinin hangi doğrultuda gerçekleştiği araştırmamızın bir diğer amacını oluşturmaktadır.

Pozitif Psikolojinin doğum yeri olan ABD’de, umutla ilgili ulaşılan teorik bilgi birikiminin Türkçe literatüre kazandırmayı amaçlayan bu araştırma, umut-dindarlık arasındaki ilişki ve etkileşimin deneysel bir araştırmayla tespit etmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin dindarlık ile umut düzeylerini ele alan ve umudun dindarlıkla ilişkisini pozitif psikoloji açısından değerini ortaya koyan bu çalışma, pozitif psikoloji, dinî danışmanlık ve din psikolojisi alanlarına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Bu çalışmamız alana yapacağı katkı ve yabancı literatürün Türkçeye kazandırılması bakımından önemli araştırmadır.

Psikoloji, din psikolojisi, pozitif psikoloji alanlarında geniş bilgi edinmek, dindarlık ve umut kavramlarını ayrıntılı bir şekilde ele almak ve yeni yapılacak çalışmalar için temel oluşturmak açısından bu çalışma, araştırmacı için ayrı bir öneme sahiptir.

Dolayısıyla bu çalışma üniversite öğrencilerinin dindarlığı ve umut düzeylerini ele alması, dinin şimdi ve geleceğe yönelik umut durumu üzerindeki etkisini, psikolojik değerini ortaya koyması sebebiyle Pozitif Psikoloji, Dinî Danışmanlık, Pastoral Psikoloji ve Din Psikolojisi alanlarına katkıda bulunması bakımından önemli görülmektedir.

C. Araştırmanın Problemleri

Bayburt Üniversitesi öğrencileri evreninde pozitif psikoloji bağlamında umut ile dindarlık arasındaki ilişkinin ne yönde ve nasıl olduğu, farklı görüntüleriyle dinî hayatın umut düzeyini ne yönde ve nasıl etkilediği konusu çalışmanın temel problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın temel problemi doğrultusunda aşağıda sıralanan alt problemlere de cevap aranmaktadır.

1. Dindarlığın alt boyutları olan inanç, duygu, davranış ve bilgi boyutları umut üzerinde ne tür bir işleve sahiptir?
2. Farklı dindarlık puanlarının umut üzerinde belirleyici bir etkisi var mıdır?
3. Demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, öğrenim görülen sınıf düzeyi, yerleşim yeri ve ailenin sosyo-ekonomik durumu) üniversite öğrencilerinin umut ve dindarlık düzeyleri üzerinde ne tür fonksiyonlara sahiptir?
4. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör, hayatın amacı, hayatın anlamı değişkenleri üniversite öğrencilerinin umut ve dindarlık düzeyleri üzerinde belirleyici fonksiyonlara sahip midir?

D. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın temel hipotezi, “Üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri ve dindarlıkları arasında demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, öğrenim görülen bölüm, öğrenim görülen sınıf düzeyi, yerleşim yeri ve ailenin sosyo-ekonomik durumu)

bağlamında anlamlı bir ilişki vardır.” şeklindedir. Temel hipotezden hareketle alt hipotezler şu şekilde belirlendi;

Hipotez 1. Üniversite öğrencilerinin dindarlık ölçeğinden aldıkları puanlar ile umut ölçeğinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Hipotez 2. Üniversite öğrencilerinin dindarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar ile umut ölçeğinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler vardır.

Hipotez 2.1. Dindarlığın inanç boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Hipotez 2.2. Dindarlığın duygu boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Hipotez 2.3. Dindarlığın davranış boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Hipotez 2.4. Dindarlığın bilgi boyutu ile umut ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Hipotez 3. Demografik değişkenler (cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sınıf düzeyi, hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer, ailenin sosyo-ekonomik durumu) ile dindarlık puanları arasında anlamlı farklılıklar söz konusudur.

Hipotez 3.1. Cinsiyet değişkeni ile dindarlık ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. Kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Hipotez 3.2. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Hipotez 3.3. Öğrenim görülen sınıf düzeyi ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Üst sınıfta öğrenim görenler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Hipotez 3.4. Öğrencilerin hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Köyde ikamet eden öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Hipotez 3.5. Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Düşük aile sosyo-ekonomik durumuna sahip olan öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Hipotez 4. Demografik değişkenler (cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sınıf seviyesi, sosyal çevre, ailenin sosyo-ekonomik durumu, bölüme gelmedeki en etkin faktör, hayatın amacı, hayatın anlamı) ile umut puanları arasında anlamlı ilişkiler söz konusudur.

Hipotez 4.1. Cinsiyet değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. Erkek öğrenciler kız öğrencilere göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Hipotez 4.2. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İlahiyat Fakültesi öğrencileri diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Hipotez 4.3. Öğrenim görülen sınıf düzeyi değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Üçüncü sınıfta öğrenim gören öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Hipotez 4.4. Öğrencilerin hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İl merkezinde ikamet eden öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Hipotez 4.5. Ailenin sosyo-ekonomik durumu değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Sosyo-ekonomik durumu yüksek olanların umut puanı diğer gruplara göre daha yüksektir.

Hipotez 4.6. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör olarak “*kendim*” cevabını veren öğrenciler en yüksek umut puanı ortalamasına sahiptir.

Hipotez 4.7. Hayatın amacı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. ‘*Hayatımda oldukça çok amacım var*’ cevabını verenler, diğerlerine göre daha yüksek umut puanı ortalamasına sahiptir.

Hipotez 4.8. Hayatın anlamı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. ‘*Hayatımı çok anlamlı buluyorum*’ cevabını verenler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

E. Araştırmanın Sınırlıkları, Önkabulleri ve Yürütülmesi

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin umut düzeyi ile dindarlık düzeyi arasındaki ilişki araştırılmaktadır. Bu sebeple araştırmanın daha sağlıklı bir zeminde gerçekleştirilebilmesi ve daha geçerli sonuçlara ulaşılabilmesi için birtakım sınırlılıklarla hareket edilmiştir. Bu sınırlılıkları şöyle kabul edebiliriz;

- Araştırma bulguları 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Bayburt Üniversitesi İlahiyat, Eğitim, Mühendislik ve İktisadi-İdari Bilimler Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır.

- Araştırma, 495 denekten oluşan bir örneklem grubu ile sınırlıdır. Dolayısıyla elde edilen sonuçların genellenmesinde dikkatli olmak gerekir.

- Araştırma belirli bir zaman aralığında yapıldığı için anlık bir çalışmadır. Zamanla deneklerin düşünce inanç ve tutumlarının değişebilir. Bu nedenle araştırma yapıldığı zamanla sınırlıdır.

- Araştırmada, ulaşılan umut ve dindarlık düzeyine ait bulgular, kullanılan ölçeklerin ölçme kapasiteleri ile sınırlıdır.

Bu sınırlılıkların yanında sağlıklı ve geçerli sonuçlara ulaşmak için birtakım önkabullerle hareket edilmiştir. Bu önkabulleri şöyle ifade edebiliriz;

- Umut ve dindarlık arasında bir ilişki ve etkileşimin olduğu kabul edilmektedir.

- Araştırmanın örneklemini oluşturan 495 katılımcının, kendilerinden istenilen bilgileri içtenlikle ve doğru olarak cevaplandırıdıkları kabul edilmektedir.

- Örneklemin evreni temsil ettiği, araştırmada kullanılan dindarlık ölçeği ve umut ölçeğinin ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Araştırmanın hazırlanması ve yürütülmesi aşamasında konuyla ilgili Türkçe ve yabancı kaynaklardan yararlanılmıştır. Bu doğrultuda ilk olarak pozitif psikoloji ile ilgili kitaplar, ansiklopediler ve umut ile ilgili çalışmalar incelenmiştir. Daha sonra ise din ve dindarlık ile ilgili çalışmalar gözden geçirilmiştir. Araştırma döneminde kütüphaneler, YÖK tez veri tabanı, çeşitli üniversitelerin veri tabanından da yararlanılmıştır. Ulaşılan ilgili kitaplar, tezler ve makaleler incelendikten sonra son olarak tezde yer alacak bilgiler sınıflandırılarak metin haline getirilmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Pozitif Psikoloji

Bu bölümde ilk olarak kısaca psikolojideki ekollere değinilmiştir. Daha sonra ise bireylerin iyi yönlerini bulup ortaya çıkarmayı, olumlu bireysel yetenekleri desteklemeyi ve negatif yönleri pozitif yöne çevirmeyi amaçlayan pozitif psikolojinin kapsamlı bir tanımı yapılmış ve çalışma alanları ele alınmıştır.

Psikolojinin hayatımızın birçok yönünü etkilemesi, diğer çalışma alanlarındaki bilim adamlarının da psikolojiyle ilgili birşeyler bilmeleri gerekliliğini beraberinde getirmiştir. Psikolojiye olan ilgiyi artıran bu durumun sonucunda, diğer disiplinlerle ortak çalışma alanları ortaya çıkmıştır.

Psikolojik hastalıklar nasıl önlenebilir? Hangi çocuk yetiştirme yöntemleri daha iyi bir neslin yetişmesine imkân tanır? Mutlu bir aile olmak için neler yapılması gerekir? Hangi sorunlar insanları suç işlemeye itmektedir? Nasıl bir yöntemle huzurlu bir yaşam elde edilebilir? Gibi geniş yelpazeli sorulara cevap aranırken psikolojiye başvurulması kaçınılmaz bir gerçektir. Psikolojiyle ilgilenen bilim insanları bu ve benzeri birçok konu üzerinde çalışmalar yapmaktadır.

Son yıllarda, diğer bilim dallarına oranla genç bir bilim dalı olan psikolojide, araştırma alanı bakımından büyük bir atılım gözlenmektedir. Psikoloji biliminin geçirdiği safhalara bakıldığında psikolojik durumların değişik yönleri üzerinde yoğunlaşan fakat birbirini dışlamayan birkaç temel yaklaşımın esas alındığı görülür: *nörobijolojik yaklaşım*, *davranışçı yaklaşım*, *bilişsel yaklaşım*, *psikanalitik yaklaşım*, *fenomenolojik yaklaşım* (Atkinson, 1995: 4-13).

Davranış ile beden içerisinde meydana gelen, özellikle de beyin ve sinir sisteminde oluşan olaylar arasında bağlantı kurmaya çalışan *nörobijolojik yaklaşım*, davranışın ve zihinsel olayların altında yatan nörobijolojik süreçleri belirgin kılmaya yönelik çalışmalar yapar.

Organizmayı içsel fonksiyonları yerine davranışlarına bakarak inceleyen *davranışçı yaklaşım*, gözlemlenebilir ve ölçülebilir veriler üzerinde çalışmalar yapar. Watson tarafından davranışın tek inceleme konusu olduğu yolundaki davranışçılık yaklaşımı, içebakış yöntemini gereksiz görür ve zihinde olup bitenle ilgilenmeyerek uyarıcı-davranış (etki-tepki) prensibini esas alır.

Davranışçı yaklaşıma bir tepki olarak gelişen *bilişsel yaklaşım*, zihinsel süreçlerin nasıl örgütlendiğini ve çalıştığını açıklayan deneyler yapar ve kuramlar geliştirir. İlk savunucusu Kenneth Craik olan bu yaklaşım, zihinsel süreçleri/bilişi nesnel ve bilimsel bir biçimde araştırmaya çalışır.

İnsan davranışını psikanalitik açıdan kavramaya çalışan *psikanalitik yaklaşım*, davranışın önemli bir bölümünün bilinçdışı süreçlerden kaynaklandığı varsayımından yola çıkar. Freud tarafından ileri sürülen bu yaklaşım, tüm eylemlerimizin bir nedeni olduğunu fakat çoğunlukla bu nedenin gerçek kaynağının davranışa getirilen mantıksal açıklamalar yerine bilinçdışı bir güdü olduğunu iddia eder.

Bireyin kişisel dünya görüşüyle ve olayları yorumlamasıyla ilgilenen *fenomenolojik yaklaşım*, öznel deneyimleri hiçbir ön kavram ya da kuramsal düşünceyi dayatmadan birey tarafından yaşandığı şekliyle anlamaya çalışır. Carl Rogers'ın kurucusu olduğu bu yaklaşım, algıyı ve belleği etkileyen değişkenleri belirlemeye ve davranışı kestirebilmek için zihnin çalışma tarzını açıklayacak bir kuram geliştirmeye çalışır.

1.1.1. Pozitif Psikolojinin Tanımı

Psikolojiye olan ilgi, on dokuzuncu yüzyılın son çeyreğinde artmış ve akademik anlamda bir disiplin olma adına Wilhelm Wundt tarafından ilk psikoloji laboratuvarı kurulmuştur (Atkinson ve ark., 1995: 784). Psikolojiye olan ilginin yeni olması sebebiyle, psikolojinin alt araştırma alanlarından olan pozitif psikolojinin geçmişi de oldukça yenidir. Pozitif psikoloji terimi ilk olarak sorunlu bireyleri tedavi etmek için ortaya atılmıştır. Önceleri genelde başarısızlık, patoloji, tükenmişlik ve

çaresizlik gibi insan davranışının olumsuz yönlerini araştırmakta olan psikoloji bilimi, pozitif psikoloji akımı doğrultusunda modern yaşamın bireyler için sağladığı olanaklar ve mutlu yaşama erişebilme üzerinde durmaya başlamıştır (Akt: Keleş, 2011).

Pozitif psikoloji, yirminci yüzyılın sonlarına doğru daha ziyade insanları mutlu eden şeylere, pozitif düşünme şekillerine, hoşgörü ve neşe veren şeylere yönelmiştir. Bu alanda araştırma yapanlardan biri olan Martin E. P. Seligman 1998 yılında, *'psikoloji biliminin insanın normal olmayan yönleri üzerinde durduğuna, güçlü ve olumlu yönlerini anlayıp geliştirmeye çalışmadığına'* dikkat çekmiştir. Buna ek olarak *'psikoloji bulgularının insanlara nasıl daha normal, daha mutlu, daha başarılı ve daha iyi olabileceklerini öğretmek için kullanılması'* (Akt: Keleş, 2011) gerektiğini ilk kez vurgulamıştır. Seligman bu sebeple *pozitif psikoloji* kavramını ileri sürmüştür.

Pozitif psikolojiye aile-birey-çalışma hayatı penceresinden baktığımızda birey olarak evde, kurum olarak işyerinde, grup olarak arkadaşlıkta yani hayatımızın her alanında bize olumlu pencereden hayatı gösteren bir kavram olarak karşımıza çıkar. Bu açıdan pozitif psikoloji birey, grup ve kurumların işleyişi ve gelişimine katkıda bulunan süreç ve koşulların incelenmesi şeklinde de tanımlanabilir (Gable ve Haidt, 2005).

Pozitif psikoloji tanımının kapsamında depresyonu önleme ve depresyonla başa çıkma da vardır. Depresyona yol açan sebeplerin başında olumsuz düşünmenin geldiği düşünülür. Yani olumsuz düşünce, egoya zarar verir ve insan yaşantısını kötümser kılarak depresyona yol açar. Pozitif psikoloji alanında önemli çalışmalar yapan Mihaly Csikszentmihaly, savaş zamanlarında bile insanların ayakta kaldıklarına, acıya meydan okuduklarına ve depresyonun üstesinden geldiklerine dikkat çekmiştir. Pozitif psikolojinin hayatımızın bir parçası olması için hayata bardağın dolu tarafından bakmamızı, gülümsememizi, cömert olmamızı, özkontrolümüze odaklanmamızı önermiştir. Acı, ümitsizlik gibi durumlara karşı ise

dik durmamızı istemiş ve pozitif düşüncelerin gerekliliğine dikkat çekmiştir (Akt: Boniwell ve Zimbardo, 2004).

Pozitif düşüncenin yanı sıra gülmenin de sorunsuz bir mekanizma ve olgu olduğu bir gerçektir. Bireylerin insanî ilişkilerde fedakârlıkta bulunması, kendisini iyi hissetmesine yardımcı olur. Başkalarının güzel davranışlarını gözlemesi de duygu ve davranışlarına olumlu etkide bulunur. Diğer insanlara zarar vermeden duygularımızı ve düşüncelerimizi biçimlendirerek hayatımızın kontrolünü elimizde tutmamız, kaçırdığımız fırsatların ardından üzölmek yerine elde ettiğimiz imkânlarla sevinmemiz de ruh sağlığına olumlu etki eder.² Düşüncemizi olumsuz düşüncelerden uzak tutmanın yanı sıra ilginin de olumlu şeylere yönlendirilmesi gerekir.

Hayata olumlu açıdan bakan optimistik³ insanlar, ilgilerini olumlu şeylere yöneltmek yenilgilerini üzüntüye dönüştürmediklerinden diğer bireylere göre duygusal kaygıyı ve bedensel stresi daha çabuk terk ederek normal hallerine dönebilirler. Bu nedenle Seligman (2006: 289) toplumun bir parçası olan ve yaşama hedefleri peşinde koşan bireye olumlu düşünmeyi ve pozitif psikolojiyi önerir. Çünkü olumlu düşünceye sahip olmayan birey hedeflerini elde edince huzur bulacağını sanır ama bu uğurda kaybettiklerini hesaba katmaz. Hayatın uğraşlarından başını kaldırıp bir an düşünmek aklına gelmez. Bu hayatın karmaşası içinde hayata renk katacak güzel şeyler ertelenir ya da unutulur. İşte böyle bir bireye pozitif psikolojinin katacağı çok şey vardır.

1.1.2. Pozitif Psikolojinin Konuları

Pozitif psikolojinin tanımını yaptıktan sonra şimdi de konularına değinelim. Abraham Maslow (1987: 19-34), Carl Rogers (1995: 347-359) ve Erich Fromm (2005: 258) gibi birkaç psikolog, insan mutluluğunu, hayattan zevk almayı ve

² <http://www.ppc.sas.upenn.edu/mappdirectors.htm>, Positive Psychology, E. T.: 30.05.2012

³ Yaradılışı gereği her şeyin iyi tarafını görme eğiliminde olan, iyimser (TDK, 2009: 1506)

esenliği devam ettirmeyi içeren teori ve pratikler geliştirmiştir. Pozitif psikoloji de yapılan bu çalışmalara yeni bakış açıları getirmiştir.

Pozitif psikolojiyle ilgili ortaya konulan teori ve pratikler günümüz kültürlerinde -özellikle de Batı dünyasında- popüler tartışma konularından biridir. Bireylere daha iyi bir yaşam sağlayacak faktörleri belirlemek için birçok çalışma yapılmıştır (Seligman, 2006; Brewer ve Raalte 2000; Sin 2009 ve Gallagher, 2009). Bu yapılan araştırmalarda bireyleri daha iyi bir duruma getirmeye fiziksel, ruhsal ve çevresel yönden birçok etkenin yardımcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İşte bu noktada pozitif psikoloji pozitif deneyimler üzerinde üç noktada yoğunlaşır: (1) geçmişte, esenlik (well-being), memnuniyet ve hayat tatminini merkeze alır. (2) şimdi, mutluluk ve hayat akışı (flow experiences) gibi kavramlar üzerine yoğunlaşır; (3) gelecekte ise, iyimserlik ve umudu içeren kavramları ele alır (Hefferon ve Boniwell: 2011: 3).

Pozitif psikolojinin pratik uygulamaları bireylerin esenlik seviyelerini devam ettirmeye, olumsuz durumlarını iyileştirmeye ve kurumlarda çalışanların güçlü yönlerini belirlemeye; hayatın tamamını daha iyi bir hale getirmeye yardımcı olmaktadır. Eğitimciler, terapistler, danışmanlar, yaşam rehberleri ve çeşitli profesyonellerin yanısıra insan kaynakları bölümleri ve iş strateji uzmanları bireylerin güçlü yönlerini geliştirmeye dayalı yeni metodlar ve teknikler kullanmaktadır. Organizasyonların güçlü yönlerini ortaya çıkarmak için yeni metot ve teknikleri kullanırken pozitif psikolojiden faydalanılarak önemli başarılar elde edilmektedir (Hefferon ve Boniwell, 2011: 197).

Yukarıda belirttiğimiz araştırmalar ve gözden geçirdiğimiz literatür referans alınarak pozitif psikolojinin üzerinde yoğunlaştığı konularını esenlik, değerler ve umut olarak belirleyebiliriz. şimdi pozitif psikolojinin bu konularını ele alalım.

1.1.2.1. Esenlik (well-being)

Pozitif psikolojinin dikkatini verdiği konuların başında esenlik gelir. Esenlik, bireylerin ve toplumların yaşam kalitesini değerlendirmek için kullanılır. Bu terim sağlık hizmetini, politikayı ve uluslararası gelişimin alanlarını içeren geniş bir yelpazede kullanılır. Esenlik, iyi ya da tatmin edici bir yaşam durumudur. Bu bağlamda esenliğin sağlık, mutluluk (happiness), refah (prosperity), rahatlık (welfare) olarak karakterize edildiği⁴ söylenebilir.

TDK (2009) bu kavramı, “*bir kişinin hayatında kötü ve sakıncalı bir durum olmama hali, hüsnühâl*” olarak tanımlar. Esenlik, insanların kendilerine genellikle en yüksek amaç olarak koydukları, erdem, sağlık, rahatlık ve güzellikle bağlantılı olarak istenen, neşe ve keyifle ilişkili duygudur. Bu duygu başka bir şey için değil “sadece kendisi” için talep edilir (TÜBA, 2011: 840). Bütün öteki hedeflere, sağlık, güzellik, para ya da güce sırf bunların bizi mutlu etmelerini beklediğimiz için değer verirken esenlik kendi başına istenen bir şeydir (Csikszentmihalyi, 1991: 1).

Esenlik mutluluk, hayatı sevme ve memnuniyetle başlar. Pozitif ya da güzel duygular tarafından zihinsel ya da duygusal bir ifade olarak karakterize edilir.⁵ Çeşitli biyolojik, psikolojik, dînî, ve felsefî yaklaşımlar, esenliği ve kaynaklarını tanımlamak için uğraşmaktadır. Pozitif psikolojide de ‘*esenlik*’i nasıl elde edebileceğimiz hakkında sorulara cevap bulmaya yönelik bilimsel çalışmalar yapılmaktadır (Bufford, Paloutzian ve Ellison, 1991; Peterman ve ark., 2002; Ellison, 1983). Filozoflar ve dînî düşünürler ise genelde esenliği, basit bir duygudan daha ziyade, iyi bir hayat yaşama ya da ilerleme bakımından tanımlar.

Esenliğin standart göstergeleri, sadece maddi zenginlik ve iş imkânı değil, aynı zamanda belirlenen çevre, fiziksel ve zihinsel sağlık, eğitim, istirahat, boş vakit ve sosyal aidiyeti de içerir (Miller ve Chen, 2009). Para, esenlik için her azalana

⁴<http://dictionary.reference.com/browse/well-being?s=t>, E. T. : 08.12.2012

⁵<http://dictionary.reference.com/browse/well-being?s=t>, E. T. : 08.12.2012

katkı yapsa bile, diğer insanlar için harcanırsa ancak mutluluğa katkı yapabilir.⁶ Yani esenlik özgürlük, insan hakları ve mutlulukla çok yakından ilişkilidir.

Bütün bunların yansira, esenlik önce bireyin refah ve mutluluğunu ve daha sonra da bireyi merkeze alarak toplumsal huzuru sağlamayı açıklar. Yani, insanların psikolojik, sosyal ve fiziki açıdan iyileştirilmiş standartlarda rahat bir hayat sürmelerini ifade eder. Bunun yanında esenliğin uygun tanımlama ve ölçümü de bulunmaktadır. Çeşitli disiplinler ve ölçeklerde mevcut olan farklı *objektif* ve *subjektif* göstergeler yanında *subjektif esenlik* anketleri vardır. Yapılan bu araştırmalar sayesinde de esenlik, yeniden ilgi alanı haline gelmiştir (Kahneman ve Krueger, 2006; Diener, 2000 ve Ryff, 1989).

Son yıllarda esenlik üzerine yapılan ve önemli ölçüde artan bilimsel çalışmalara rağmen 1948'e kadar Dünya Sağlık Örgütü, zihinsel sağlıktaki gelişmelerin zihinsel rahatsızlıktan daha fazla olduğunu ifade etmektedir. Son zamanlara kadar bu tür çalışmalara fazla rastlanmıyordu ama bugün psikologlar, zihinsel sağlığın ve buna bağlı olarak esenliğin sebeplerini, gelişmesini, sonucunu ve ilişkilerini sistematik olarak incelemeye başlamıştır (Gallagher, 2009).

1.1.2.1.1. Mutluluk ve Esenlik

Esenlikle yakından ilgili olan mutluluk hakkında Sayar (2011: 178) "Milenyum insanı mutluluğu arıyor. Bu arayışın göstergelerinden birisi çoğalan kişisel gelişim kitaplarıdır. Bu gelişim kitapları tam anlamıyla mutlu olunabileceğini, sınırsız servet ve enerji içinde bir hayatımızın olabileceğini söylüyor ve 'mutlu değilseniz suçlu sizsinizdir' anlayışından yola çıkıyor. Oysa mutluluk dediğimiz his, öyle basit bir şekilde elde edilemez." ifadelerini kullanır. Mutluluk bireyin düşüncesinde başlar, çevredeki uyarıcılardan etkilenir. Bu etkilenim sonucunda mutluluk duygusu bireyin davranışlarında genellikle gözlenir.

⁶<http://www.psychologytoday.com/blog/the-good-life/200805/what-is-positive-psychology-and-what-is-it-not>, E. T. : 08.12.2012

Kur'an'da da mutluluğa değinilmiştir. Kur'an'ın değindiği mutluluk “*İnanan ve sâlih amel işleyenler için, mutluluk ve güzel bir dönüş yeri vardır.*” (Rad, 13/29) ve “*Siz ve eşleriniz sevinç ve mutluluk içinde cennete giriniz.*” (Zuhuf, 43/69-70) ayetlerinde olduğu gibi daha çok öldükten sonra dirilmenin gerçekleştiği ahiret hayatındaki durum olarak kastedilir. Ahiret hayatındaki insanların ise “*O gün birtakım yüzler vardır ki, nimet içinde mutludurlar.*” (Ğaşıye, 88/8) ve “*Şüphesiz Allah'a karşı gelmekten sakınanlar Rablerinin, kendilerine verdiği şeylerle zevk ve mutluluk duyarak cennetlerde ve nimetler içinde bulunurlar...*” (Tur, 52/17-18) ayetlerinde tasvir edildiği gibi sıkıntı olmadan bir ahiret hayatı sürecekleri ifade edilir. Bu ahiret mutluluğunun sonsuza kadar olacağı “*Mutlu olanlara gelince, gökler ve yerler durdukça içinde ebedî kalmak üzere cennettedirler...*” (Hud, 11/108) ayetiyle beyan edilir. Ahiret mutluluğuna ulaşanların “*...Müminlerden birbirine sabrı ve merhameti tavsiye edenlerden...*” (Beled, 90/17-18) olacağı da belirtilir.

1.1.2.1.2. Psiko-Sosyal Özellikler ve Esenlik

İnsan davranışının nedenselliğinde, biyolojik etkenlerden çok, ruhsal etkenleri ve sosyalleşmeyi vurgulayan bir kavram (Budak, 2005: 619) olan psiko-sosyal özellikler, kişinin çevresindeki insanlarla karşılıklı etkileşim yoluyla ruhsal-toplumsal yönden gelişmesini ifade eder (TÜBA, 2011: 986). Psiko-sosyal, bireyin psikolojik gelişimiyle ve sosyal çevresiyle bağlantılı bir anlama sahip ve erken dönem psikologlarından Erikson, *Sosyal Gelişim Evreleri* 'nde bu kavramı yaygın bir şekilde kullanır (Erikson, 1993: 243-247). Esenlik kavramı da bireyin psikolojik süreçleriyle ve çevresiyle etkileşim içinde olduğu için psiko-sosyal özellikler ve esenlik arasında bir ilişkiden söz edilebilir.

Psikolojik özelliklerinde pozitif duygular barındıran bireylerin esenliğini devam ettirmesi daha kolaydır. Çünkü bireyin psikolojik özelliklerinde gerçekleşen problemler, *psiko-sosyal fonksiyon bozukluğu* ya da *psiko-sosyal rahatsızlık* gibi şeylere işaret eder. Bu problemler psikolojik benlik körelmesi ya da gelişim eksikliğine gönderme yapar. Problemin ortaya çıkışı fiziksel, duygusal ya da bilişsel

olabilir. Esenliğin de fiziksel, duygusal ve bilişsel yönleri olduğu için psiko-sosyal özelliklerden kaynaklanan problemler esenlik üzerinde negatif bir etkiye yol açar.

Kur'an'da psiko-sosyal özelliklerle ilgili yargılar vardır. Bunlardan biri insanlar fitratlarında⁷ mevcut olan iyiliği devam ettirirse Allah'ın da onlara verdiği nimeti değiştirmeyeceği (Enfal, 8/53) şeklindedir. Tutum ve davranışımızı, Allah'ın insanlar üzerinde yarattığı fitrata uygun bir şekilde (Rum, 30/30) yapmamız istenir. Bu ayetlerdeki psikolojik faktör olan fitrattan kastedilen, Allah'ın yarattığını bozmaya, değiştirmeye çalışmanın insanların ruhsal özellikleri ve esenliği açısından doğru ve sağlıklı olmayacağıdır. Yani fitrata aykırı hareket etmek ve bu fitratı bozmaya çalışmak doğru ve sağlıklı bir durum değildir. Böylesi tutum ve davranışlar acı sonuçlar doğurur ve esenliği olumsuz etkiler. Fıtratın değiştirilmesi ve bozulması da psikolojik bakımdan kötü sonuçlar doğurabilir.

1.1.2.1.3. Duygular ve Esenlik

Öznel olarak yaşanan duygusal bir durumun dışavurumu olmasının yanında gözlenemeyen bir davranış yapısı olan duygu, belirli nesne, olay veya bireylerin iç dünyasında uyandırdığı izlenim; ahlaki, estetik vb. şeyleri değerlendirme, onlara bağlanma yeteneğidir (Budak, 2005: 229). Duygulara sevinme, üzülmeye ve kızma örnek olarak söylenebilir. Psikoloji'de duygular üzerine çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalardan birini yapan Thoist'e göre duygu oluşumunun boyutlarını belirten dört bileşen vardır:

- (1) Durumsal bir uyarıcının ya da ortamın değerlendirilmesi,
- (2) Fizyolojik ya da bedensel hislerde değişiklik,
- (3) Anlamlı el, kol, yüz hareketlerinin özgürce ya da sınırlı olarak gösterilmesi,

⁷ Fıtrat; insanların yaratılıştan getirdiği olumlu davranışlara yönelme özelliği demektir

(4) İlk üç bileşenden bir ya da daha fazlasının birleşiminin kültürel bir şekilde adlandırılması (Thoist'ten Akt.: Sayar ve Dinç, 2008: 58).

Esenliğin standart göstergelerinden fiziksel ve zihinsel sağlık, bu dört bileşene göre şekillenir. Durumsal bir uyarıcının ya da ortamın değerlendirilmesine bağlı olarak uzun süreçte esenlik, bireyin fiziksel ya da bedensel hislerinde değişiklik yapabilir.

Duygular üzerine yapılan bir diğer çalışma Plotnik'e aittir.' Ona göre duyguların dört özelliği vardır: (1) Stereotipik⁸ yüz ifadeleriyle ifade edilir, (2) daha az kontrol edilebilir ve mantığa karşılık vermez, (3) birçok bilişsel süreç üzerinde etkisi vardır ve (4) beyinde yerleşiktir (Plotnik, 2009: 362). Duyguların bilişsel süreçler üzerine etki etmesi ve beyinde yerleşik olmasının bireyin esenliğini etkileyeceğini söyleyebiliriz. Çünkü esenlikle ilişkili olan psikolojik sağlık ve mutluluk ilk başta zihinde başlar.

Bunun yanında Plutchik (2000: 39-58) tarafından ortaya atılan ve temel duygular olarak adlandırılan duygular vardır. Bireylerin yaşadığı bu temel duygular sekiz farklı şekilde ortaya çıkar. Bu duygular *korku, sevinç, kızgınlık, hüznün, nefret, umut, yakınlık, şaşırma*dır. Birbiriyle etkileşim halinde olan bu duygular esenlik üzerinde olumlu ya da olumsuz etkiye sahiptirler. Korkan, kızgınlık gösteren, nefret duyan insanın esenlik düzeyi düşük olur. Buna karşın, sevinç içinde olan, umut besleyen insanların esenlik düzeyi yüksek olur.

Bütün duyguların bireylerin tutum ve davranışlarında önemli bir yeri vardır. Bu duygular bireyin karmaşık davranışlarını harekete geçirerek bireyi belli bir davranışa yöneltir. Duygular bu noktada uygun davranış eğilimlerinin tepkilerini hazırlar ve bireyi harekete geçirir. Bunun yanında duyguların fiziksel sağlığımızla da ilgisi vardır (Lord ve Kanfer, 2002). Duygular aynı zamanda belirli fiziksel

⁸ Stereotip: İnsanların belli gruplara ait oldukları için belli özelliklere sahip oldukları yönündeki yaygın inanıştır (Plotnik, 2009: 599).

değişiklerle beraber ortaya çıkararak yapacaklarımızı değiştirmekte ve etrafımızdaki insanları da etkilemektedir. İnsan bedeninin verdiği tepkiler olarak da nitelendirilebilecek olan duygular vasıtasıyla, birey iç dünyasında neler olduğunu da hissederek eksiklikleri telafi etme adına harekete geçebilecektir. Bu sayede esenliğin kalitesini artırır ve hayatını daha da yaşanılabilir bir hale getirebilir.

1.1.2.1.4. İslam’da Tutumlar ve Esenlik

İslamiyet, duyguların kaynağının Allah olduğu üzerinde durur. Bu duygular müslümanların Allah’a güvenmesi ve şükretmesi için hatırlatılır. Bu sebeple Hz Muhammed’e ve Müslümanlara güven duygusunu Allah’ın verdiğini “... *Rasûlü ile mü’minler üzerine kendi katından güven duygusu ve huzur indirdi...*” (Tevbe, 9/26) ayetiyle bildirmiştir. Yine Hz Muhammed’e biat edenlerin kalplerine huzur ve güven duygusunu birlikte verdiğini “...*Gönüllerinde olanı bilmiş, onlara huzur, güven duygusu vermiş ve...*” ayetiyle ifade etmiştir (Fetih, 48/18-19). Hz Muhammed ve Hz Ebu Bekir Mekke’yi terke ederken arkalarında gelen eşkıyalardan dolayı mağaraya sığınır. Hz Ebu Bekir “...*Üzülme, çünkü Allah bizimle beraber, diyordu. Allah da onun üzerine güven duygusu ve huzur indirmiş, sizin kendilerinizi görmediğiniz birtakım ordularla onu desteklemiş...*” (Tevbe, 9/40) ayetinde geçtiği şekilde endişelenen Hz Muhammed’e teselli vermesi de güven ve huzur duygusunu Allah’ın verdiğini belirtmiştir. Bunlara ek olarak İsa peygambere İncil’i verdikten sonra “...*kendisine uyanların kalplerine şefkat ve merhamet duygusu koyduk.*” (Hadid, 57/27) diyerek Allah’a inananlarda şefkat ve merhamet duygusu olacağını bildirmiştir. Ayrıca insanları kötülükten uzak tutma duygusunun Allah tarafından verildiği (Şems, 91/7-9) de ifade edilmiştir. Yukarıda Kur’an ayetlerinde belirtildiği üzere Allah’a güven duyma ve şükretme, insanlara şefkat ve merhamet duygusu beslemenin insanların psikolojik durumu üzerinde pozitif etkiye sahip olduğu anlaşılıyor. Bu duygular psikolojik durumların en önemlilerinden biri olan esenliği iyileştirmeye ve devam ettirmeye de yardımcı olur.

Tutum, bir insana, gruba, nesneye, olaya vb. yönelik olumlu veya olumsuz bir şekilde düşünmesine, hissetmesine veya davranmasına yol açan oldukça istikrarlı, yargısal bir eğilimdir (Budak, 2005: 772). Bu kavram bilişsel, duyuşsal, yargısal, davranışsal bileşenlerden oluşur. Karşılıklı etkileşim içinde bulunan bu bileşenler ‘*duygu-biliş-davranış*’ sistemini oluşturur. Buna ek olarak tutum, bireyin insan, nesne, olay ve olgularla ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan eğilimine de etki eder. Jung (1923) tutumu “*etki-tepkiye belirli bir tarzda ruhun hazırbulunuşluğu*” şeklinde tanımlar. Çevreden gelen etkilere bilinçaltının yansımaları olarak verdiği tepkiler psikolojik olarak insanı etkiler. Esenlik de insanın nesne, olay ve olgularla ilgili tutumlarından ve etkilere verdiği tepkilerinden etkilenir.

Psikolojide tutum, olumsuzdan olumluya uzanan bir süreklilik çizgisi üzerinde bir nesne, kişi veya olayla ilgili bir değerlendirmeyi içerir ve bizi o nesne, kişi veya olay karşısında belli bir şekilde davranmaya yatkın hale getirir. Davranışlar üzerinde önemli etkileri olan tutumlar, sosyal psikolojinin en çok araştırılan konularından birini oluşturur (Plotnik, 2009: 588). Çünkü bireyler tutumları sayesinde çevresindeki varlıklar hakkında yargıya varırlar. Tutumu, *birşeyin olumlu ya da olumsuz bir değerlendirilmesi* olarak ifade eden Marianne ve Zelle (2006), tutumların genellikle bireyin yer, olay, eşya hakkında pozitif ya da negatif görüşü olduğunu ifade eder. Ama bunun yanında insanlar, söz konusu maddeye karşı, aynı zamanda hem pozitif hem de negatif tutuma sahip olabilir. Bu da psikolojik araştırmalarda veriler elde etmeyi zorlaştıran bir durumdur. Yani tutumlar, çok sayıda davranışı etkilediği için tutumların ölçülmesi zordur. Her bireyin esenliği üzerinde nesne ve olaylara karşı tutumları etkili olduğu için esenliğin ölçülmesi de aynı sebepten zordur.

Bunların yanı sıra tutumlar zamanla değişebilir. Tutumları neden değiştirdiğimizle ilgili teoriler var. Bu teorilerden biri olan *bilişsel çelişki teorisi*, meydana çıkan bilişsel tutarsızlıkların psikolojik gerilim yarattığını ve bu gerilimi azaltmak için inanışlarımızı daha tutarlı hale getirmeye çalıştığını söylüyor (Plotnik,

2009: 599). Bu teoriye göre tutuma ters düşen toplumsal bir duruşu benimserseniz *tutuma ters düşen davranışta* bulunmuş olursunuz. Diğer yandan tutumların değişmesinde kültürel ve fonksiyonel faktörler de etkilidir. İnsanın kendine mahsus gerginlikleri, ihtiyaçları, istekleri, heyecan yaşantıları ve idrakleri onun gerçek dünyasının mahiyeti ve uyarıcı kültürel faktörlerden etkilenir. Bu bilgi Harris, Remmers ve Ellison (1932), Stagner (1936), Newcomb ve Svehla (1937) gibi birçok tecrübi araştırmayla da desteklenmiştir. Fonksiyonel faktörler ise bireyin ihtiyaçları, istekleri ve heyecanlarının onun tutumlarına etkide bulunmasıyla gözlemlenir. Bu bilgi de Dexter, (1939) ve Vetter (1930) gibi birçok bilim adamı tarafından yapılan araştırmalarla desteklenmiştir (Akt: Krech vd, 1994: 263). Buna ek olarak ailemiz, arkadaşlarımız veya iş arkadaşlarımızla beraberken duygu, düşünce ve davranışlarımız çevremizdeki bu gruplar tarafından farkına varmadan değişebilir. Bu gruplar içinde bulunmak, yalnız olduğunuz zamanlardan farklı bir şekilde düşünmemize ve davranmamıza sebep olur.

Kur'an'da çok sayıda tutumla ilgili ayet vardır. Hatta Rum(30) suresinin genelinde Kureyş kabilesinin İslâm'a karşı olumsuz tutumu konu edilmiştir. Yine Duhan (44) suresinde Kur'an'ın indirilişine karşı müşriklerin tutumu ve Kureyş'in Hz. Peygamberi yalanlaması, iyi ve kötü tutuma sahip olanların karşılaşacakları akıbet konu edilmiştir. Kur'an bir tutum olarak iyiliğin ne olduğunu ifade ederken asıl iyiliğin tutum ve davranışlardaki örneklerini *yardım etme, sözünü yerine getirme* ve *sabretme* (Bakara, 2/177) olarak belirtmiştir. İlahi mesaj gönderilen toplumların sergilemiş olduğu olumsuz tutumlara örnek verirken onların peygamberlere karşı *alaya alma* (Hicr, 15/10-12) tutumunu sergilediklerinden haber verilmiştir. Bu örneklerden yardım etme, sözünde durma ve sabretme gibi tutumlar sergilenirse insanların esenlik kalitesinin artırılmasının daha kolay olacağı çıkarılabilir.

1.1.2.1.5. Umut, Stres ve Esenlik

Umut düzeyi yüksek bireyler, umudun şu andaki esenliklerini koruduğuna ve gelecekte de koruyacağına dair bir inanca sahiptirler. Umut, olabilecek

olumsuzluklara karşı bir tampon vazifesi görür. Bunun yanında umutlu kişiler yaşamlarındaki problemlerle başarılı bir şekilde başa çıkabilirler ve gelecekte de problemlerle karşılaşabilecekleri bilincine sahiptirler (Snyder, Lapointe, Crownson ve Early, 1998: 808; Snyder, Sympson, Michael ve Cheavens, 2000: 254). Snyder'ın umut teorisinde stresörler bireyin esenliğini devam ettirme amacına karşı bir engeli temsil ederler. Herhangi bir stresörle karşılaştıklarında yüksek umut düzeyine sahip bireyler doğal olarak bu stresi aşmaya ve esenliğini devam ettirmeye ilişkin daha çeşitli strateji geliştirebilirler (pathway) ve bu stratejileri kullanabilme yeteneklerine de güvenirlir (agency). Yüksek umutlu kişiler, amaçlarıyla ilgili bir engelle karşılaştıklarında olumsuz duygular yaşamazlar; çünkü esenliğe tekrar kavuşmak için alternatif amaçlara da sahiptirler. Onların bu esnek özelliği uzun süre moral bozan bir durum içinde bulunmalarına engel olur. Bir başa çıkma stratejisi olarak yakınlarından bir tavsiye almayı deneyebilirler; bu onlar için bir destek olabilir. Düşük umut düzeyine sahip bireyler, zor bir durumdan nasıl uzaklaşabileceklerini düşünürken, yüksek umutlu kişiler engeli aşmak için bir alternatif arayışı içerisine girerler (Snyder, Sympson ve ark., 2000: 256). Günümüzde yapılan araştırmalar da bireylerin umut durumları, stresörlerle başa çıkmalarında onlara yardımcı olduğunu göstermektedir (Ong ve Bergeman, 2006; Akalın, 2006; Bınar, 2011; Folkman, 2010). Umut, bireyleri riskli yaşam olaylarının etkilerine karşı koruyan psikolojik ve kilit bir güçtür. Yüksek umut düzeyine sahip bireyler duygusal olarak daha kolay esenliğe kavuşurlar ve umut düzeyi düşük bireylere göre daha az stres belirtisi gösterirler (Ong ve Bergeman, 2006; Valle, Huebner ve Suldo, 2006). Araştırmalarda umut, bireyin yaşamdan daha fazla doyum almasına, esenliğini devam ettirmesine ve daha iyi bir fiziksel sağlık durumuna kavuşmasına yardımcı olan bir duygu olarak ele alınır (Wroblewski ve Snyder, 2005). Bunun yanında Snyder ve Pulvers'in yaptığı çalışmada umut düzeyinin beklenmeyen stres etkenleriyle başarılı bir biçimde başa çıkmada etkili olduğuna ulaşılmıştır (Akt: Rand ve Chavens, 2009).

Umutlu düşünce bireylere zaman içinde belirli bir amaca ulaşarak mutlu olunacağı ile ilgili bir bakış açısını kazandırır. Başarılı bir amaç takibi, başarısı

oranında bireyin iyi oluşunu ve öz saygısını arttırır. İyi oluş ve öz saygının yanında umut, kontrol algısı, algılanan problem çözme becerisi, rekabet edebilirlik, iyimserlik, olumlu duygulanım ve genellenmiş olumlu sonuç beklentisi ile olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Umutlu kişiler, iyi oluşlarını muhafaza eden birçok özelliğe sahiptirler; kendilerine ilişkin inançları olumlu yöndedir. Amaçlarına ilişkin başarı beklentisi içindedirler ve bu olumlu beklenti kendilerine olan güvenlerini geliştirmektedir. Esenliğini sürdüren insan; kendini gerçekleştirme çabaları içinde olmalı, benliğini toplumsal otorite içinde eritmeksizin ve toplumla çatışmaya düşmeksizin kendi duygu, düşünce ve ihtiyaçları doğrultusunda hareket edebilmelidir.

1.1.2.2. Değerler

Değer kavramı, ilk defa 1918'de Znaniecki tarafından kullanılan ve Latince *değerli olmak* veya *güçlü olmak* anlamına gelen *valere* kelimesinden türemiştir (Akt: Bilgin, 1995: 83). Bir ulusun sahip olduğu sosyal, kültürel, ekonomik ve bilimsel değerlerini kapsayan maddi ve manevi öğelerin bütünü olarak tanımlanana (TDK, 2009) değer, bireyin kendi çıkarlarına bağlı olmadan, inançlarla ve sezgilerle belirlenmiş doğrular, yanlışlar ve ulaşılmak istenen kusursuz durum olarak da ifade edilir (TÜBA, 2005: 280). En genel ifadeyle değer anlamı bir şeyi arzu edilir ve yararlı kılan özelliği veya niteliği; bir şeye bağlanan ruhsal enerji miktarı; belli bir toplumda neyin iyi neyin kötü, doğru ve yanlış, arzu edilir veya arzu edilmez olduğu konusundaki ortak görüşler, standartlar olarak ifade edilir (Budak, 2005: 195).

Arzu edilen ve ihtiyaç duyulan şeye karşı beslenen bir amaç olan değer işlevi, insanın aklını müspet yönde, iyilikler yönünde kullanılmasını sağlamaktır. (Bolay, 2007). Bu bakımdan değerler, bireyin hayatını daha iyi hale getirmek için onun davranışına ölçü getirdiği gibi sınır da getirir. Davranışlara kaynaklık eder ve onları yargılamaya yarar, bireylerin neyi önemli gördüklerini belirler. İnsanların isteklerini, tercihlerini, arzu edilen ve edilmeyen durumlarını gösterir (Erdem, 2003).

Günümüzde bir değerler dizgesine sahip olmamanın, psikolojik olarak sağlığı bozucu olduğu söylenebilir. İnsan nasıl gün ışığına kalsiyuma ya da sevgiye ihtiyaç duyuyorsa, aynı şekilde anlayacağı ve o doğrultuda yaşamını sürdürmekten zevk alacağı bir değer inancına da ihtiyaç duyar (Maslow, 2001: 219). Bu nedenle insanın psikolojik yapısının ve dünya görüşünün anlaşılmasında, kavranmasında ve açıklanmasında değerlerin büyük bir öneme sahip olması, psikoloji alanında çalışanların değer kavramına yoğun ilgi göstermelerine yol açmaktadır. Çünkü insan, geçmiş, şimdi ve gelecek olmak üzere varlık ve olayları üç boyutlu bir zaman içinde algılayan ve değerlendiren bir varlıktır. Kendisine bir gaye ve hedef belirleyen insan, bunları gerçekleştirmek için planlar yapar. İşte insanın kendisine gaye ve hedef seçmesinde, bunları gerçekleştirecek planlar yapmasında rol oynayan en önemli faktör değer duygusudur.

Bunun yanında insanın değerlerden yoksun olması pek çok ruhsal hastalığı beraberinde getirdiği gibi bunları bedensel rahatsızlıklara da dönüştürebiliyor. Birtakım değerlerden yoksun olmak ilk önce insanın yaşamdan zevk alma, hayatının amacını belirleme duygularına büyük bir darbe indirecektir. Daha sonra pek çok şey ve pek çok kişiye karşı, ilgisizlik, ilkesizlik, ümitsizlik, aşırı kuşkuculuk gibi rahatsızlıklara dönüşebilecektir. Bütün bunların yaşandığı bir durumda bireyde geleceğe karşı bir umut oluşmasından ve gelişmesinden bahsetmek mümkün değildir. Değerlerin olduğu bir ortamda gelecek için umut beslemek daha kolay olacaktır.

Yirminci yüzyılın başında değerler sistemi ve din göz ardı edilirken, günümüzde değerlere ve dine önem verilmeye başlanmıştır. Çünkü, dünyanın birçok yerinde din, değerleri besleyen bir araçtır. Başka bir deyişle değerler dinlerin aracılığıyla hayata geçirebilir. Bu sebeple insan, kendine ve başkalarına mutluluk veren sevgi, şefkat, sabır, hoşgörü, affetme, uyum duygusu ve sorumluluk bilincine önem vermelidir. Değer sahibi olmak ve dine önem vermek hayat deneyimleriyle baş etmemize ve yaşamımızı daha iyi bir hale getirmemize yardımcı olur.

Yaşanan olaylar, hayatı anlamlandırmada ve mutluluğu yakalamada bilimsel verilerin ve psikolojik bulguların büyük ölçüde dinî gerçeklere uygun düştüğünü gösterdi. Bu sebeple pek çok insan, dinlerin ve dinî öğretilerin tekrar gözden geçirilmesi gerektiğini düşünerek dinle ilgili araştırmalara yöneldi. Bu araştırmalar sonucunda birçok insan dine dönüşün gereğine inanmış ve hayatını dinî esaslar doğrultusunda yaşamaya tercih etmiştir. Umutlu olma açısından din-insan ilişkisine baktığımızda da değerler her zaman umutlu olmaya olumlu anlamda etki etmiştir. İnsanlar hangi dinden olurlarsa olsunlar değerlere önem vermişlerdir. İnsan bu değerlere ve dine uzak olursa bireysel anlamda daha huzursuz bir yaşam sürebilir ve birçok problemle karşılaşabilir. İnsanlar din ve değerlere önem vermezse hayatta mutlu olma ve gelecek için umut besleme konusunda zayıf olacaktır. Değerlere önem veren ve pratik hayatta işlevsel olarak kullanan insanların umut düzeyi yüksek olduğu bilinmektedir. Birçok psikolojik rahatsızlığın sebebi, ruhsal ihtiyaçların ihmal edilmiş olmasıdır (Fromm, 1993: 19). Bu sebeple daha iyi ve mutlu bir yaşam sürmek için belli değerlere sahip olma ve dine bakış açısı önemlidir (Tevfik, 1985: 119).

Değer kavramına Kur'an'da birçok ayette değinilmiştir. Bu ayetlerde, değerler insanların dikkatine sunulur. Allah katından indirilmiş ve korunmuş (Vakıa, 56/77-82) bir kitap olan Kur'an'da nihai mutluluğa yönelik birçok değere işaret edilir. Kur'an'ın değere önem vermesinin başlıca sebebi içinde öğütler barındırmasıdır (Abese, 80/11-16). Bu sebeple müslümanların Kur'an'ı hafife almaması, ondan öğüt alması ve belirtilen değerlere önem vermesi gerekir.

Psikolojinin yanısıra diğer disiplinler de değere değinmişlerdir. Bu disiplinlerden biri olan felsefede değer kavramı, bilgi ve varlık gibi en temel kavramlardan birini oluşturmaktadır. Felsefede değer, değerli bulduğumuz, üstün tuttuğumuz, öneminden dolayı üzerine titrediğimiz somut ya da soyut herşey şeklinde tanımlanır (Yaran, 2010: 310). İnsan ve değer kavramı sofistler ve Sokrat'tan itibaren ortaya çıkmıştır. Bu noktada Sokrat'ın öğrencisi olan Platon, değer felsefesine önem veren düşünürlerden biri olarak karşımıza çıkar. Aristo da

eserlerinde değer probleminin kısımlarına yer verir. Değer kavramının modern düşünce olarak felsefede asıl ortaya çıkışı Kant'la birlikte (Kılıoğlu, 1990: 255). Felsefenin alt disiplini olan din felsefesinde değer, dinin ve felsefenin ortak olarak vurguladığı doğruluk, erdem, bilgelik, mutluluk olarak ele alınır. Değerlerin nihai ve temel kaynağının ilahi olduğu ve değerlerin oluşumunda ve nesilden nesile aktarımında aklın ve tecrübelerin, toplumsal dinamiklerin ve kültürel birikimlerin fonksiyonunun da inkâr edilemeyeceği ifade edilir (Yaran, 2010: 315).

Felsefenin yanısıra değerlerin eğitim alanındaki yeri de önemlidir. Çünkü okullarda yapılan araştırmalar, değerler eğitimi verilen öğrencilerin davranışlarının pozitif yönde değiştiğini ortaya koymuştur (Santrock ve Ross, 1975). Bu araştırma, geçtiğimiz 30 yıldan bu yana, değerler eğitimi verilen kolej öğrencilerinin kişisel mutluluğa ilgilerin arttığını ve değerler eğitimi almayan diğer öğrencilerin ise huzurunun azaldığını ortaya koymuştur.

Değerler birçok bilim insanı tarafından sınıflandırılmak istenmiştir. Her bilim insanı kendi çalışma alanına göre bir isimlendirmeye gitmiştir. Bu isimlendirmelerden biri Özdoğan (2005) tarafından yapılan manevi değerlerdir. Özdoğan'a göre manevi değerler, insanın ruhunda/özünde var olan ve evrensel ruhun sunduğu ilkeledir. Sevgi, adalet, sabır, hoşgörü insan doğasında var olan manevi değerlerdir. Manevi değerler insan hayatı için önemli anlam referansları arasında yer alır. Manevi değerler sağlıklı bir toplum yapısı oluşturur ve insanlar arası ilişkilerin geliştirilmesinde belirleyici özelliğe sahiptir. Manevi değerler insanı olgunlaştırır ve diğer insanlar karşısında saygınlık kazandırır.

Değerlerin bir başka sınıflandırması da Santrock (2007) tarafından kişisel ya da kültürel değerler olarak yapılmıştır. Bunlar ahlâkî eylemler için temellendirilebilen varsayımın mutlak veya göreceli değeridir. Bir özdeğer diğer değerlerin üzerinde bir temeldir ve ahlakiliğin kriterlerine dayandırılır. İnanç ve inanç sistemleriyle sıralanmıştır, kültürlerden bireylere kadar uzanır. *Kültürel değerler*; insanlara yardım etme, onların yaşamları ve değer verdiği şeylere saygı

duyma olarak açıklanır. *Bireysel değerler*; iyi, faydalı, önemli, kullanışlı, istenen, olumlu vb. şeyler için içsel referansı sağlar. Bu da değerlerin çatışmasında karşılaştırma yaparak hayatta kalmak için insanoğlunun ortak problemlerini çözmeye yardım eder. Bu değerler farklı şekillerde elde edilir. Değerler oluşumunun en önemli parçası bireyin ailesidir. Aile, çocuğuna neyin doğru ve yanlış olduğunu öğretmekle yükümlüdür ve bu öğretimi dış etkiler çocuğu etkilemeden yapmalıdır. Çocuk okula başladığında ise çocuğun değerlerini şekillendirmek için okul çocuğa yardım eder. Burada din önemli bir mevzudur, çünkü ailesinin tanıttığı din çocuğa doğru ve yanlış davranışları öğretmede etkin bir rol oynar.

Güngör (2010), kültürel ve bireysel değerlere, bu iki değeri harmanlayan bir de dinî değerleri ekler. Dinî değerlerin İslam'da yerinin önemli olduğunu, İslam'ın esas itibarıyla bir değerler sistemi olduğunu ve her değer sisteminin tarihi şartlara belli bir intibak gösterdiğini söyler. Bu nedenle İslam'ın da vaktiyle belli bir kültür birikimi, belli bir coğrafya ve tarih içinde doğduğunu, o şartlar altında belli bir uygulama çerçevesine kavuştuğunu söyler (Güngör, 2006: 84). Bu değerlerin zaman geçtikçe ve mekân değiştikçe uygulaması da farklı olmuştur. Bu farklılık maddi görüşteki farklılıktan kaynaklanır. Bu nedenle sosyalleşme süreci içinde öğrenilen bu değerler, topluma ya da zamana bağlı olarak değişebilir.

İnsanın iradesini etkileyerek davranış ve eylemleri yönlendiren, inandığı ve beğenip benimsediği şeyler olan değerleri, yüksek ve vasıta değerler olmak üzere ikiye ayıranlar da vardır. *Yüksek değerler*, tarih boyunca insanlığın inanıp benimsediği, yüceltip kutsallaştırdığı din, hukuk, ahlak ve aile kavramı etrafında oluşan değerler ile bir milleti millet yapan ve tarih içinde ona kimlik kazandırmış olan kültürel değerlerin hepsidir. *Vasıta değerlere* gelince, bunlar gaye değil, yüksek değerleri elde etmek veya onları koruyabilmek için zaman ve zemine göre değişerek yerlerini yeni değerlere bırakan yardımcı değerlerdir (Kaya, 1991). Ne var ki çoğu zaman halk arasında ve eğitim seviyesi düşük toplumlarda vasıta değerler sabit yüksek değer olarak kabul edilir ve bunların değişmeyeceği savunulur

Bir değer anlayışına sahip olma, insanın günlük yaşamında huzursuzluk ve hastalanma gibi durumlara maruz kalmalarını engeller. Çünkü modern insan refah düzeyi ve yaşam şartları gittikçe yükseldiği halde hala huzuru aramaktadır. Günümüzde mevcut huzursuzluğa çare bulmak için tıpçılar, hastalıkları iyileştirmede sadece organlar ve hastalıklar üzerine yoğunlaşırken psikoloji bu huzursuzluğun sebeplerini ve bu durumla nasıl başa çıkılabileceğini araştırırlar. Ruh-beden arasındaki biyolojik ilişki sayesinde, hastalıkları tedavide psikolojik faktörlerin etkili olduğu anlaşıldı. Bununla paralel olarak pozitif psikoloji de bireyleri daha da huzurlu bir seviyeye getirmeyi amaçlar. Bu sebeple pozitif psikoloji şükür, affedicilik, diğerkâmlık, alçakgönüllülük, umut, iyimserlik gibi değerler üzerinde özellikle durur. Biz de çalışmamızda konumuzla yakından ilgili başlıca değerler olan şükür, affedicilik, diğerkâmlık, iyimserlik ve hoşgörü değerlerini ele alacağız.

1.1.2.2.1. Şükür

Sözlük anlamı olarak şükür, Tanrı'ya duyulan minneti yerine getirme; mutlu bir olay veya durumdan, yapılan bir iyilikten duyulan hoşnutluğu bildirmedir (TDK, 2009: 1875). Psikolojide, geleneksel olarak pozitif duyguları anlamadan daha ziyade problemi olan insanlara yardım etme üzerine yoğunlaştığı için, şükürün sistematik çalışması 2000'li yıllar civarında başladı. Fakat günümüzde pozitif psikoloji çalışmalarının ilerlemesiyle şükür, psikolojik araştırmaların ilgi alanlarından biri haline geldi (Linley, Joseph, Harrington ve ark., 2006). Şu anda pozitif psikolojideki şükür araştırması, şükür duygusunun (şükür ifadesi) kısa dönem tecrübelerini, insanların şükürü sık sık hissetmesindeki (şükür davranışı) bireysel farklılıkları, ve bu iki yön arasındaki ilişkiyi anlamaya odaklanır (Wood, Maltby, Steward ve ark., 2008; McCullough, Tsang, Emmons, 2004). Pozitif psikolojide şükürün, sık yaşanan bir duygu olduğu ifade edilir. Aynı zamanda insanlara, hayata geniş bir açıdan bakma ve bütün yaşamı bir hediye olarak görme eğilimi de sunar. Şükür çeşitli anlamlara sahiptir ve anlık duygulardan uzun dönem tutumlara kadar, birkaç şekilde kavramsallaştırılabilir. Bunlar duygu, davranış, ahlaki değer, alışkanlık ve kişilik özelliği ile ilgilidir. Şükür pratikte karşılıklı hediyeleşme sonucunda ya da bir taraf

hediye vermediği halde diğer tarafın verdiği hediyeye karşılık olarak nezaketle, cömertçe sergilenir (Emmons, 2009).

Şükür, İslamiyet'te öncelikle Allah-kul arasındaki ilişki üzerine kurulur. Yeryüzündeki bütün canlıların rızkının Allah tarafından verildiği (Hud, 11/6) belirtilir. Bu sebeple “...*Rabbinizin rızkından yiyin ve O'na şükredin...*” (Seb'e, 34/15), “...*Allah'ın nimetine şükredin.*” (Nahl, 16/114) ve “...*O'na kulluk edin ve O'na şükredin...*” (Ankebut, 29/17) gibi Kur'an'ın birçok ayetinde Allah'ın verdiklerine karşı şükretme duygusundan bahsedilir. Şükürün bilinçli yapılması için Allah “...*Size verdiğim nimeti hatırlayın...*” (Bakara, 2/40; Maide, 5/11; Maide, 5/20 ve Araf, 7/69) buyurur. Yine Allah bu nimetten insanın tasarrufta bulduklarına “...*Kendi katından bir rahmet, bir hoşnutluk ve kendilerine içinde tükenmez nimetler bulunan cennetler...*” (Tevbe, 9/21) verileceğini müjdeler (Araf, 7/74 ve Yunus, 10/9). Bu nimetleri veren Allah, “...*And olsun, eğer şükrederseniz elbette size nimetimi artırırım. Eğer nankörlük ederseniz, hiç şüphesiz azabım çok şiddetlidir*” (İbrahim, 14/7) diyerek insanlardan şükretmesini ister.

Şükre yakın olan bir diğer kavram da teşekkürdür. Şükür, görülen iyiliğe karşı gösterilen memnunluğu, minnettarlığı; teşekkür ise yapılan bir iyilikten, güzel bir davranıştan memnun olduğunu belirtmek için *sağol, var ol, teşekkür ederim* gibi sözleri ifade eder. Teşekkür şükürün söze ve bedene yansımış halidir. Şükür, şükran, minnettarlık ya da şükretmek birinin elde ettiği veya elde edeceği yarar sağlandığında gösterilen duygu ya da davranışın bir yansımasıdır (Peker, 2010: 13). Şükürle yakından ilişkili olan bir diğer kavram ise kanaattir. Kanaat, elimizdekine razı olma, sahip olduklarını yeterli görüp fazlasını istememe anlamında kullanılır. Elde bulunanlarla yetinmek, başkalarının elindekilere göz dikmemek, aşırı kazanma hırsından kurtulmak demektir (Peker, 2010: 19). Kanaat sahibi olan birisinde, her halinden bir pozitif anlam çıkardığı ve elindekilerle yetindiği için şükür duygusu daha çok gözlenebilir. Kur'an'da da “*Allah'ın verdiği hayvanları... yiyin, kanaat edin... sizin emrinize verdi ki şükredesiniz*” (Hac, 22/36) ayetinde görüldüğü gibi bazen şükür ve kanaat birlikte kullanılır.

Şükür ve affetme konusunda Sayar (2011: 60) şu ifadeleri kullanır: “*Şükür, merhamet ve affedicilik gibi olumlu duygular geçmişteki hataları telafi edebilir. Şükür sayesinde şimdi ve geçmiş arasında olumsuz duygusal çatışmalarımız yeni yaşantıların ışığında yeniden değerlendirilebilir. Duygusal yaşantılarda yeni düzenlemeler yoluyla geçmiş bize çok farklı görünebilir. Kendisi ısrar etmediği sürece birey, sonsuza kadar geçmişteki olumsuzluklarının kurbanı değildir.*”

Şükür tarihi olarak, çeşitli dünya dinlerinin üzerinde durduğu önemli bir noktadır ve Adam Smith gibi ahlak felsefecileri tarafından da bu şekilde düşünülmektedir (Akt: Emmons ve Crumpler, 2000). Bunun yanında şükür kavramına monoteist dinler açısından getirilen tanımlar vardır. Bu tanımlar, insanlara yaşamaları için her şeyi veren tek gerçek ‘bahşedici’nin Tanrı olduğu ve bu sebeple en büyük şükürün Tanrı’ya yapılması gerektiği üzerine temellenir (Emmons, 2009: 442 ve McCullough ve Tsang, 2004).

1.1.2.2.2. Affedicilik

Affetme sözlükte bir şeyi yok etmek, izini gidermek, silip süpürmek; kötülük ve haksızlık yapanı, suç veya günah işleyeni, hatalı davrananı bağışlamak ve onu cezalandırmaktan vazgeçmek olarak tanımlanır (DİB, 2006: 8). Affetmeyi Oxford İngilizce sözlük, öcünü almak istediğinde ya da dargınlık esnasında bütün haklarını bir kenara bırakarak dış müdahale olmadan özür dileyeni affetmek olarak tanımlar.⁹ APA’ya göre affedicilik, hissedilen incinme, anlaşmazlık, hata ve öcünü almak için ceza talep etmeye son vermenin sonucu olarak kırgınlığı, dargınlığı ya da öfkeyi bırakmak ve vazgeçmektir.¹⁰ Psikoloji araştırmalarında affediciliğin ‘ne’ olduğundan daha ziyade ‘ne üzerine’ ve ‘nasıl’ gerçekleştiği tartışılır. Bireyler, kişiler arasında suç, çatışma, ihanet etme gibi anlaşmazlıklar olması halinde, öç almak, kin tutmak, kabahatin ciddiyetini inkâr etmek, kabahat işleyen insanın durumu için dostluk kurmayı geliştirmek ve affetmek için aktif ve pasif teşebbüslerle çeşitli tepkiler

⁹<http://oxforddictionaries.com/definition/forgive?q=forgive>, Forgive, E. T. : 31.05.2012

¹⁰<http://www.apa.org/international/resources/forgiveness.pdf>, Affedicilik(APA), E. T.: 30.05.2012

vermeyi seçebilir. Ama kendimiz yararına olanı, suç işleyeni affetme davranışdır (McCullough ve Witvliet, 2002). Bu sebeple haksızlık olması halinde birey, kırılanın kalbini iyileştirmek için affetme davranışını sergileyerek kaybettiği mutluluğu tekrar geri kazanabilir.

Buna ek olarak affetme bir anda olup biten bir duygu değildir. Bu süreçte ümitsizlik ve korku gibi affetmeme duyguları; kaçınma ve oç alma gibi affetmeme motivasyonları vardır. Bu motivasyonlar zaman geçtikçe kısmen ya da tamamen söndürülebilir. Bu dönüşüm şefkat ya da suçluya karşı insaf gibi büyüyen pozitif düşünce ve pozitif duygular tarafından başarılır. Bu şekilde affetme davranışını gösteren bireyden sonra, hata yapan kişinin sergilediği davranıştan üzüntü duyması ve o davranışını tekrarlamaması gerekir ki pişmanlığını gösterebilir (Hökelekli, 2011: 54). Bu ifadeden yola çıkarak affetme duygusunu psikolojik açıdan kognitif, duygusal, motivasyonel ve sosyal roller içeren çok boyutlu bir süreç olduğunu söyleyebiliriz.

Affediciliğin çerçevesi ve faydaları hakkında dinî düşüncede, sosyal bilimlerde ve tıpta açıklamalar vardır. Affedicilik, affeden ve affedilen arasındaki ilişki bakımından ya da affedilen kişi bakımından, kendi kendini affetmeyi içeren bir tutum olarak düşünülebilir. Çoğu durumlarda affedicilik, herhangi bir onarıcı adalet beklentisi olmaksızın ve suçlunun durumundan herhangi bir sorumluluk duymaksızın affedilmeyi de ifade eder (Ayten, 2009). Bunun yanında affediciliğin yapısı hakkında dünya dinlerinin çoğunda öğretiler vardır. Bu öğretilerin çoğu, affedicilik tecrübeleri ve çeşitlilik gösteren birçok modern gün geleneklerinin temelini oluşturan neden hakkında günümüz bilim adamlarına bilgi sağlayabilir. Bazı dinî doktrinler ya da felsefeler de affediciliğin önemine büyük vurgu yaparlar.

Bu dinî doktrinlere İslami ilkeleri örnek olarak verebiliriz. Çünkü İslami ilkeler kendisine kötülük yapanların cahilliğinden dolayı bunları yaptıklarını varsayarak onları affeden ve hatta bu affettikleri düşmanları olsa bile onları affeden birisinin örneği olarak Hz. Muhammed'i sunar. Hz. Muhammed'in affediciliğinin bir

örneği, Hz Muhammed'in hayatı hakkında ilk dönem İslami literatür oluşumu olan hadislerde vardır. Mesela bir hadis-i şerifte: "Hz peygamber çok affedici bir kişiydi. Her zaman düşmanlarını affetmeye hazırды. Ta'if'e İslam'ı tebliğ etmek üzere gittiği zaman, Ta'ifliler ona kötü davrandı, küfrettiler, taşlarla O'na vurdular. O yaralı ve aşığılanmış olarak şehirden ayrıldı. Bir ağacın altına sığındı, Allah'ın meleği ona geldi, *"Ta'if'in insanlarını yok etmek için Allah beni gönderdi. Çünkü onlar Peygamberlerine eziyet ederek günaha girdiler."* dedi. Hz Muhammed Allah'a dua etti ve *"Ta'if'in insanlarını koru, çünkü onların yaptıkları, cahillikleri sebebiyledir."* (Buhari, 1333. Hadis-i Şerif) dedi. Hz Muhammed'in bu davranışında affediciliğin pratik bir uç örneği vardır.

Yine Kur'an'da da affediciliğe birçok ayette yer verilmiştir. Allah'ın affedici olmasından ve affetmenin yüksek bir ahlaki meziyet olduğundan ayetlerde bahsedilir. Mü'minler de affedici olmaya teşvik edilir. Diğer insanları bağışladığımız takdirde Allah'ın da bizi bağışlayacağı *"... Allah'ın sizi bağışlamasını arzu etmez misiniz?.."* (Nûr, 24/22) ve *"... Kim affeder ve arayı düzeltirse, onun mükâfâtı Allah'a aittir..."* (Şûra, 42/40) ifadeleriyle açıklanır. Bu ayetlerde bizim açımızdan olumsuz bir durum ortaya koyanı affetmeye vurgu vardır.

Sponville'ye göre affetme, kin beslemeye son verme ve bu sayede haklı görülen hincin, kinin, kırgınlığın, intikam ya da cezalandırma arzusunun üzerinde zafer kazanan bir erdemdir. Ama hatayı ya da hakareti ortadan kaldırmak değildir. Sadece bize hakaret etmiş ya da zarar vermiş olan kişiye artık öfke duymamaktır. P. Ricouer ise affetme hakkında şöyle der: "Affetmek, sen yaptıklarından daha değerlisin demeye gelir, yani sende umut var, yaptığın şeyden başka bir şey de yapabilirdin, tüm olanaklarını yitirmedin demektir. Bunu ben yetkin insan olarak adlandırıyorum, gitgide felsefemin temelini bu oluşturuyor, yani insan iyiliğinin verdiği güven. Aranması gereken bir iyilik olduğunu düşünüyorum." (Sponville ve Ricouer'den Akt: Berry, Worthington ve Wade, 2005).

Affetmeye yakın anlamlı kullanılan bir kelime de uzlaşmadır ama ikisi çok farklı kavramlardır. Affedicilik kurbanın (suça maruz kalan) suçluya karşı düşüncede, duyguda ve davranışta içten değişim geçirdiği intrapsişik¹¹ bir süreç olabilir. Bu süreçte kurbanın affetmesi ‘*seni affediyorum*’ cümlesini kullanmaksızın içten de olabilir. Uzlaşma ise güven tazeleme ve insani ilişkilere tekrar girmeyi, söz ve davranışla bunu ortaya koymayı gerektiren bir kavramdır (McCullough ve Witvliet, 2002). Bunun yanından empati, merhamet, diğerkâmlık ve diğer insanlar için ızdırap çekerek sorumluluk duymak, affedicilikle yakından ilgilidir. Bu duyguların bireyde bulunması ve pratiğe aktarılması affetme duygusunun artmasına da yardımcı olur. Buna ilaveten affetmek, sadece muhatap için değil aynı zamanda affeden bireye de pozitif hisler sağlar ve üzerimizdeki negatif hislerden kurtulmamıza yardımcı olur. Çünkü affeden insan içindeki iyiliği ortaya koyar ve muhatabımıza da iyi olması yolunda bir şans daha verir. Affettiğimiz kişi de kendisine değer veren bir insana yaptığı yanlışı anlayarak vicdanen rahatsızlık duyar. Bu noktada affeden insanın bedenen ve ruhen daha sağlıklı olması başkalarına da iyiliği aşılmasındandır (Hökelekli, 2011: 54).

Pratik olarak kullanımında, affedilen kişinin yaptığı işlerden pişmanlık duyarak özür dilemesi, hatta yaptığı eylemlerden pişmanlık duyduğuna dair affedenin affedilenden affetmesini istemesi de gerekli olabilir.¹² Bununla paralel olarak Sayar (2011: 62), canımızı yakarı affettiğimiz takdirde bunun insani ilişkilerde muhabbete, yakınlığa ve insan sevgisine kapı açacağını belirtir. Bunun yanında affetmenin psikolojik açıdan sağlıklı bireylerin sergileyeceği bir davranış olduğunu söyler. Affetme davranışı toplumda yaygınlaştığı ve bu sayede bütün insanların psikolojik sağlığı iyi olduğu zaman dünyanın daha yaşanılır bir hale geleceği öngörüsünde bulunur. Affetmek için, başkasının halet-i ruhiyesiyle irtibat kurarak kendimizi onun yerine koymak gerektiğini belirtir.

¹¹ İntrapsişik: Bireyler arasında ya da bireyle çevre arasında değil de, kişinin kendi ruhunda olup biten karmaşık süreçler.

¹²<http://www.apa.org/international/resources/forgiveness.pdf>, Affedicilik(APA), E. T.: 30.05.2012

1.1.2.2.3. Diğerkâmlık

Bazen özgecilik olarak da ifade edilen diğerkâmlık kavramı sözlükte, başkalarını düşünmek ve onların hukukunu korumak hususunda özverili olmak anlamına gelmektedir (DİB, 2006: 121). Terim anlamı olarak ise kendini düşünmeden, dışarıdan bir ödül beklemeden, hatta bazen kişisel bir bedel ödeyerek, başkalarının çıkarını ve iyiliğini düşünmedir (Budak, 2005: 575). Diğerkâmlıkta başkalarının faydasına yönelik hareket etme, kendi çıkarından daha çok başkalarının yararını düşünme ve bunu davranış olarak ortaya sergileme vardır. Ahlâk terimi olarak diğerkâmlık ise bir kimsenin, kendisi ihtiyaç içerisinde bulunsa bile sahip olduğu imkânları başkalarının ihtiyacını karşılamak üzere kullanması, başkasının yararı için fedakârlıkta bulunması demektir (Akt: Sancaklı, 2006). Yani başkalarının hak ve menfaatlerini, kendi hak ve menfaatlerimizden önde tutmaktır. Kendimize, muhatabımıza ve topluma bakan yönüyle diğerkâmlık çok boyutlu bir niteliğe sahiptir.

Diğerkâmlığın pratik hayattaki psikolojik yansımalarında diğerkâm bir insan, muhatabını anlamayı amaçlar. Kendini muhatabın yerine koyar, onun gibi düşünmeye ve hissetmeye çalışarak hayata onun gözünden bakmayı gaye edinir. Böyle bir yaklaşım başkalarının kazanması için kaybetmeyi; başkalarının huzuru için sıkıntılara katlanmayı ve başkalarının çıkarları için kendi çıkarlarından vazgeçmeyi veya çıkarlarını ertelemeyi ifade eder (Bahadır, 2011: 128-129).

İnsani ilişkilerde önemli bir erdem olan diğerkâmlık toplumsal bir ifade olması sebebiyle birey ve çevresindeki insanlar arasında oluşan bir süreci ifade eder ve diğerkâmlığın olmadığı yerde sadece kendini düşünen insanlar olur. Diğer insanlara yardımcı olmak, sahip olduklarından karşılıksız vermek, kendine başkasını tercih etmek amacını taşıyan diğerkâmlık, bütün dinlerde en temel erdemlerden biri ve iletilmek istenen dinî mesajın tebliğini kolaylaştıracak bir değerdir (Bahadır, 2011: 127).

Diğerkâmlık, Kur'an'da birçok ayette ele alınır: “*Onlardan (muhacirlerden) önce o yurda (Medine'ye) yerleşmiş ve imanı da gönüllerine yerleştirmiş olanlar, hicret edenleri severler. Onlara verilenlerden dolayı içlerinde bir rahatsızlık duymazlar. Kendileri son derece ihtiyaç içinde bulunsalar bile onları kendilerine tercih ederler. Kim nefsinin cimriliğinden, hırsından korunursa, işte onlar kurtuluşa erenlerin ta kendileridir.*” (Haşr, 59/9). Bu ayetle Kur'an, ilk müslümanlar arasında diğerkâmlık davranışlarına örnek verir.

Diğerkâmlık maddi ve manevi cömertliğin en yüksek mertebesidir. Bir kimsenin kendisi sıkıntılı bir durumda olduğu halde başkalarına yardımda bulunması toplumsal açıdan önemli bir meziyettir. Bu sayede toplumda yardımlaşma duygusu ve davranışı yaygınlaşır, huzurlu bir toplumun oluşması sağlanır. Sayar (2011: 85), uzak ve yakın tarihin “*kendi hayatları pahasına insanlara yardım eden, özgürlükleri pahasına başka insanları savunan kahramanların hikâyeleriyle dolu olduğunu*” söyler. Bazen insanlar bir şey beklemeden “*kendilerine bir maliyeti olsa bile tek amaçları karşılarındakine yardım etmek olabileceğini*” ifade eder. Bu sebeple “*yardım isteyen insana eşduyum gösterebilirsek katışıksız bir diğerkâmlıkla yardım ederiz*” der. Buna ek olarak Sayar (2011: 131), “*...Fedakârlıkta bulunarak paylaşmanın ve diğer insanı düşünmenin bizi vicdanlı bir insan yapacağını unutmamalıyız*” uyarısında bulunur. Çünkü vicdanının sesine kulak veren bütün insanlar yardım etme davranışını sergiler.

1.1.2.2.4. İyimserlik

Sözlükte iyimserlik, genellikle her düşünce ve işi iyi olarak değerlendiren bir tutum veya kişilik özelliği; herşeyi iyi yanından gören, her durumda iyi bir çıkış yolu uman dünya görüşü olarak ifade edilir (TDK, 2009: 1007). Terim anlamı olarak ise olumlu olayları içsel, istikrarlı, genel nedenlere bağlarken, olumsuz olayları dışsal, istikrarsız, özel nedenlere bağlama eğilimidir (Budak, 2005: 410). Yani bir işi duygu ve tutumlarının etkisine duruma göre iyi ya da kötü yapma eğilimidir.

Daha çok duygu ve düşünce merkezli yapılan araştırmalar, iyimser insanların olumlu olayları içsel, istikrarlı, genel nedenlere bağladığını, olumsuz olayları ise dışsal, istikrarsız, özel nedenlere bağlama eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmalarda iyimserlik, kişilik mizacı olarak ve kendini ifade etme biçimi olarak iki şekilde ele alınmıştır. *Kişilik mizacı olarak*: İyimserler zor koşullarda bile değerli hedeflerini izlemekten vazgeçmezler ve sorunlarla başa çıkmak için etkili stratejiler kullanırlar. *Kendini ifade etme biçimi olarak* iyimserlik anlayışına göre ise iyimser insanlar negatif olayları değiştirilebilecek, çevresel ve dışsal faktörlere bağlarlar (Seligman, 2006: 4).

Kur'an'da insanlar iyimserliğe örnekler ve olaylar üzerinden dolaylı olarak yönlendirilir. Kur'an kötü düşüncelerin şeytan kaynaklı olduğunu ve bu kötü düşünceyi Allah'a sığınarak iyi yöne çevirebileceğimizi söyler (Fussilat, 41/36). Bunun yanında güzel düşüncelerle iyilik yapanlara “...büyük bir mükâfat vardır” (Âl-i İmran, 3/172) müjdesini verir. Yukarıda görüldüğü gibi Allah, Müslümanları sürekli güzel düşünmeye ve iyilik yapmaya davet etmiş, kötü düşüncelerden uzak durulmasını istemiştir. Bütün bunların yanında İslam'da iyimserlikle yakın anlamlı olan hüsnüniyet kavramı daha çok kullanılır. Hüsnüniyet sözlükte, herhangi bir kimse veya konuda hiçbir kötü düşünce beslememe, temiz yüreklilik, iyi dilek, iyi niyet olarak tanımlanır (TDK, 2009: 909). Hz Muhammed de herşeye iyimserlikle yaklaşanlara iyilikle mukabelede bulunulacağını “*Ameller niyetlere göredir, her kişi için niyet ettiğinin karşılığı vardır...*” (Nevevi, 2010: 14) hadisiyle bildirmiş ve iyi niyetin önemine vurgu yapmıştır.

İyimserlikle doğrudan ilgili olan umut ve sağlık kavramının psikopatoloji ve depresyonla negatif bağıntısı vardır. İyimser ve umutlu insanlar daha mutlu ve sağlıklıdırlar ve bağışıklık sistemleri daha iyi çalışır. Stresli yaşam olaylarını aşmakta ve etkili stratejiler geliştirip uygulamakta da daha iyi olduklarından, stresi hayatlarından atabilmektedirler. Bu da onları hastalıktan uzak tutmaktadır. Erken yetişkinlikteki iyimserlik, sonraki yıllarda da sağlığımızın habercisidir (Akt: Gelir, 2009: 13).

1.1.2.2.5. Hoşgörü

Kültürler arası diyalog konusunun revaçta olduğu günümüzde hoşgörü sıkça karşılaştığımız bir kavramdır. Bu sebeple birçok kişi tarafından çeşitli tanımları yapılmaktadır. Hoşgörü, sözlükte *müsamaha*, *tahammül*, *katlanma*, *görmezden gelme* veya *göz yumma*, *başkalarını eylem ve yargılarında serbest bırakma*, *kendi görüşümüze ve çoğunluğun görüş biçimine aykırı düşen görüşlere sabırla*, *hem de yan tutmadan katlanma* demek olup *izin verme*, *aldırmama*, *iyi karşılama* anlamlarına da gelir.¹³ Bunun yanında *anlayışlı olan yüce gönüllülük gösteren, çevresindekilerin davranışlarını hoşgören kimsenin tutumu ve birisinde onaylamadığı ya da sevmediği bir davranış ya da görüşün varlığına şahit olduğunda, o kişiye gösterilen iyi niyetli bir tutum sergileme yetisi*¹⁴ olarak da ifade edilir. Hoşgörü, sosyal ilişkilerde bir tarafın, bazen farkında olmadan, kasıtlı olmayarak, bazen de kasten diğer tarafa maddi/manevi zarar verebilecek bir sahne yaratması durumunda, diğer tarafın bunu görmezden gelerek veya cevabından vazgeçerek ödün vermek erdemini gösterebilmesidir.

İslam dininde de hoşgörüye değinilir. İslamiyet “...Siz onlara (müslüman olmayanlara) iyi davranın.” (Hicr, 15/85) ayetindeki ifadeden de anlaşıldığı üzere diğer insanlara, dinî inancı ne olursa olsun, hoşgörülü olmayı öğütler. Hatta modern İslam hukukçuları da dinî hoşgörünün kaynağı olarak Kuran’ı gösterirler (Yakubovych, 2011). Kur’an’da, kıskançlıkları sebebiyle hakkı/İslam’ı yalanlayan Yahudi ve Hristiyanlara karşı bile “...Siz şimdilik (onları) affedin ve hoşgörün...”(Bakara, 2/109) ve “...Şimdilik güzel bir şekilde hoşgörü ile muamele et.” (Hicr, 15/85) buyrulurak İslam’ı yalanlayan Yahudi ve Hristiyanların affedilmesi ve onlara hoşgörüyle yaklaşılması istenir. Bir diğer husus da tövbesi kabul olunacaklar sıralanırken “...Onlar, yalana şahitlik etmeyen, faydasız boş bir şeyle karşılaştıkları zaman, vakar ve hoşgörü ile geçip gidenlerdir.” (Furkan, 25/72) denilmesi ve hoşgörülü olanların tövbesi kabul edilecekler sınıfında zikredilmesidir.

¹³<http://dictionary.reference.com/browse/tolerance?s=t>, Tolerance, E. T. : 31.05.2012

¹⁴<http://oxforddictionaries.com/definition/english/tolerance?q=tolerance>, E. T. : 09.12.2012

Hoşgörü, bir dine mensup bireylerin diğer dinlerdeki insanlara tolerans ve sabırla yaklaşmasına da işaret edebilir. Aynı zamanda hoşgörü, *tahammül etmek ya da katlanmak veya iyi duygu beslemek, bu duyguyu sürdürmek ya da korumak* olarak bir niteliğe sahiptir. (Zagorin, 2003: 5-6). Pratikteki hoşgörüyü ise birisinin uygun olmayan bir durumuna, isteyerek izin verme ya da müsaade etme uygulaması olarak ifade edebiliriz. Örneğin izin verme ya da müsaade etme gibi konularda söz sahibi olan, -yasaklama konumunda olan birisi- hoşgörülü konuşabilir.

Tarihi olarak hoşgörü, hâkim bir devletin çoğu durum ve olaylarda diniyle ilişki içinde olan azınlık statülerine ve muhalif bakış açılarına hoşgörüyle yaklaşabilmesidir. Bu sebeple özgürlükçüler tarafından yıllardır savunulan fikirlerin başında hoşgörü vardır. Bunun yanında hoşgörü kelimesinin modern anlamı, tarihi anlamından çok farklıdır. Özgürlük fikrinin hat safhada olduğu günümüzde hoşgörü, insan haklarını savunma görüşü ya da özgürlüğün tamamlayıcısı olarak ifade edilir (Walsham, 2006: 233). Bu modern tanımının dikkat çektiği nokta, hiç kimse birbirine zarar vermezse ve temel haklarını engellemezse hoşgörülü bir ortam oluşacağıdır. Bunun için farklı grupların birbirleriyle ilişkilerini geliştirerek hoşgörüyü öğrenmesi gerekir. Bu ilişkiler sayesinde bireyler ve gruplar farklı metafiziksel görüşler ya da hayat düzeniyle, belirli hoşgörü prensibi içeren adalet prensipleri hakkında anlaşmak için sebepler bulabilirler.¹⁵

1.1.3. Umut

Umut, “gerçekleşmesi beklenen şey; bireyin belli şart ve durumların alacağı biçimler veya kendisinden beklenenler konusundaki tutumu” olarak tanımlanır (TDK, 2009: 235). Umudun en önemli özelliği, bir çıkış yolu olduğuna ve yardım ile bireyin varlığında değişiklikler oluşabileceğine olan inançtır (Derebaşı, 1996: 3).

Umut kavramı ile ilgili kuramsal çalışmaların geçmişi on üçüncü yüzyıla kadar uzanmaktadır. Kuramsal açıdan ele alındığında umut sözcüğüne yüklenen

¹⁵ <http://www.iep.utm.edu/tolerati/>, Toleration, E. T. : 30.05.2012

anlamaların farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Din bilimcisi Aquinas, daha sonra Hume ve Kant gibi düşünürler umudu, insan doğasında var olan temel duygulardan biri olarak kabul etmektedirler (Averill, 1996). Bu görüş günümüzde bazı yazarlar tarafından geçerliliğini sürdürmektedir. Romero'a (1989) göre umut *hedefe ulaşma beklentisinin duygusal ögesi*dir. Miller (1985) de umudu duygu, beklenti, istek olarak ele almakta ve umudun yaşamın içgüdüsel bir ögesi olduğunu, bireyleri incinmekten koruyarak potansiyellerini göstermelerini kolaylaştırdığını ifade etmektedir. Umut ile ilgili en kapsamlı çalışmaları yapanlardan biri olan Frank (1968) ise umudu *iyi olma duygusu veren ve kişiyi harekete geçmek için güdüleyen bir özellik* olarak ele alır (Akt: Akman ve Korkut, 1993).

Umutla ilgili psikolojide yapılan çalışmalar son yirmi yılda artış göstermiştir. Çünkü psikoloji bilimi başlangıç yıllarında bireyin dinamizmi üzerinde durmamıştır. 1965'ten itibaren psikolojik araştırmaların çok kompleks bir yapıda olduğu kanaati oluşmuş (Seligman, Steen, Park, Peterson, 2005) ve son zamanlarda yapılan araştırmalarda yeni bir motivasyon modeli olarak umut kuramına yer verilmeye başlanmıştır (Snyder, Shorey ve ark., 2002). Bu nedenle umut, psikolojiyle ilgilenen birçok araştırmacı tarafından tanımlanmaya çalışılmıştır. Bu tanımlamalardan birkaçına değinelim.

Umut kuramını, *amaçlara yönlendirilmiş düşünceler üzerine kurulu anlama yeteneği ve bireylerin başarı duygularına ulaşmada onu amaca yönlendiren enerji ve yol* (Snyder, Irving ve ark., 1991; Snyder, 2002) olarak ifade edenler de vardır. Bu iki çalışmada, insanın amaca ulaşma yolu (pathways thinking) ve amaca güdülenmede (agency thinking) kullandığı düşünceler olmak üzere umudun iki boyutu olduğu belirtilir. Amaçların umut üzerinde etkili olduğunu ve bu amaçların zamanla değişkenlik gösterebileceğini ifade eder. Bunun yanında umutla ilişkilendirilmiş amaçlar, yaklaşım güdümlü (arzulanan bir amacı elde etmeye yönelmiş) ya da koruyucu (istenmeyen bir olayı engelleyici) olabilir.

Bireyin başarılı olabileceğine ilişkin bir duyuma sahip olması onun başarılı olmasının ön koşullarından birisi olarak kabul edilir. Umut sözcüğü istenen bir amaca ulaşmada bütün yollar tükendiğinde bile olumlu sonuç beklentisini devam ettirmeye yardımcı olan duyuşsal bir fenomen olarak görülür. 1991 yılında, kötü anlarda ortaya çıkan, duygu ağırlıklı ve pasif bir fenomen olarak algılanan umut, bireylerin aktif şekilde amaçlarına ulaşmaya çalıştıkları bir süreç olarak yeniden tanımlanmıştır (Snyder, Feldman ve ark., 2002).

Frank (1968) umudu, duygu ve düşüncenin anlamlı bir karışımı olarak tanımlayarak, umudun bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyutu olduğunu ilk vurgulayan kuramcıdır. Aynı zamanda umudun psikoterapi sürecinde önemli olduğunu, danışanın iyileşmesinde olumlu ve hızlandırıcı bir role sahip olduğunu da belirtir (Akt. Akman ve Korkut, 1993).

Averill ve arkadaşları (1996) umudu bilişsel kuralların yönettiği bir duygu olarak tanımlar. Onlar, umuttaki amaçlar (1) sonuçlar itibarıyla elde edilebilecek düzeydeyse (orta düzeyde bir zorluk), (2) bireyin denetimi altındaysa, (3) önemli olarak görülüyorsa (4) toplumsal ve ahlaki olarak kabul edilebilir seviyelerde ise amaca erişilmesinin daha kolay olduğunu söyler.

Aldridge (1991) umudu, bireylerin hayata ilişkin beklentilerin en aza indiği noktada bile gösterilebildikleri, çok yönlü ve değerli bir tepki olarak tanımlar. Umut günlük yaşamda genellikle arzulan bir sona ilişkin bireyin kendisini ve çabalarını yetersiz görmesine rağmen olumlu sonuç beklentisini sürdürmesine yardımcı olan duygu ağırlıklı pasif bir yapı olarak algılanır. Arzu etmek (motivasyon), umutlu olmak için gereken bir özellik olsa da, umutlu olmak bundan daha fazlasıdır; çünkü arzulan sona ilişkin bir inanç da gerekmektedir. Bu durum umut kavramına bilişsel bir nitelik kazandırır.

Bu tanımlamaların yanında umut, *bir amaca ulaşmaya ilişkin sıfırdan daha fazla bir beklenti* (Stotland, 1969) ve *şevkli isteklere erişim adına dayanıklı düşünceler* (Erikson, 1977) olarak da tanımlanır (Akt: Snyder, 1995). Savaş

esirlerinin krizlerle başa çıkabilmesiyle ilgilenen Marcel ise umudun insana çaresiz zamanlarda güç verdiğini ifade eder (Akt: Snyder, 2007). Bu süreçteki duygular amaca ilişkin bilişsel değerlendirmelerin bir sonucu niteliğindedir ve duygunun niteliğini bireyin amacına ilişkin algıladığı umut düzeyi belirler (Snyder, Harris ve ark., 1991).

1.1.3.1. Umut Teorisi

Bazı kuramcılar tarafından umut tek boyutlu ve duygusal içerikli olarak ele alınmasına karşın, son yıllarda umudu daha farklı olarak ele alan araştırmacılar da bulunmaktadır. Bu araştırmacılar umutta duygusal boyutun yanında bilişsel boyutunda bulunduğunu öne sürerek umudu iki boyutlu olarak düşünmektedirler. Bu araştırmacılardan Snyder, Haris ve arkadaşlarına (1991) göre umut, amaca yönelik karar verme, bu amaca hizmet eden yollar planlama ve kendini motive ederek planladığı yolları kullanmaya ilişkin kişinin algıladığı kapasiteyi ifade eden bilişsel bir yapıdır. Onlar umudu, üç spesifik düzeyin hiyerarşisinden oluşan bir sistem olarak ele alırlar: (a) genel ya da kişisel bir özellik olarak (trait) umut, (b) belli bir alana özgü (domain-specific) umut, (c) belli bir amaca özgü (goal-specific) umuttur.

Bu çok boyutlu umut teorisinde üç bilişsel boyuttan söz edilmektedir: *amaç (goal)*, *amaca götüren yolları planlama (pathways)* ve *kendini motive etme (agency)*. Bu teoriye göre tüm insanlar amaç yönelimlidirler. Bu amaca yönelimli olma durumu hayatta ulaşmak istediğimiz yere nasıl ulaşacağımızı anlamamız konusunda temel bir başlangıç noktasıdır. Bu düşünceler insanoğlunun öğrenmesi ve başa çıkmasında temel yapı taşlarını oluştururlar (Snyder, Harris ve ark., 1991; Snyder, 1995). Amaçlar, bireyin arzuladığı, hayal edilen nihai durumu yansıtır (Snyder, Feldman ve ark., 2000). Amaç, bireyin tecrübe etmeyi, yaratmayı, sahip olmayı ya da olmayı arzuladığı herhangi bir şey olabilir. Önemli ve ömür boyu sahip olunmaya çalışılan bir şey olabileceği gibi, sıradan ve kısa süre gerektiren bir şey de olabilir ama amaç ulaşılabilir nitelikte olmalı ve gerçekleşmesine ilişkin bir miktar da şüphe barındırmalıdır. Ulaşılması mümkün olmayan özellikte bir amacı taşımak, bireyin

cesaretinin kırılmasına neden olurken, ulaşılması yüzde yüz bir kesinlik ihtiva eden amaç da gerekli motivasyonun düşmesine neden olur. Bu nedenle amaçlar en az orta düzeyde önemlilik taşımaları ve gerçekleşmesine ilişkin olasılık da orta düzeyde olmalıdır (Snyder, Ilardi ve ark., 2000; Snyder, Lopez ve ark., 2003).

Amaçların yanında, umudun birbirleriyle ilişkili iki temel ögesi vardır. Umut teorisine göre bireyler davranışlarını, kendilerini arzuladıkları nihai hedefe ulaştıracak biçimde düzenlerler. Bu şimdiyle gelecek arasında ilişki kurmak gibi bir durumdur. *Pathways* olarak adlandırılan bu düşünce biçimi, bireyin şimdiki zamanı geleceği bağlamasına yardım edecek yollar planlama konusundaki yeterlilik algısı olarak da ifade edilebilir. Amaca hizmet edecek en az bir makul yola sahip olmak gerekirken, karşılaşılabilecek güçlükler göz önüne alındığında alternatif yolların mevcut olması da önemli hale gelmektedir (Rand ve Chavens, 2009).

Amaca ilişkin yollar planlama konusundaki yeterlilik algısı, tek başına bireyi arzuladığı nihai hedefe ulaştırma açısından yeterli olmamaktadır (Snyder, Feldman ve ark., 2002). Bunun yanında, bireyin belirlediği yollar doğrultusunda harekete geçme ve bu hareketi devam ettirmeye ilişkin kapasitelerini de değerlendirmeleri gerekmektedir. *Agency* olarak adlandırılan bu düşünce biçimi, belirlenen bir amaç için *eylemde bulunmak* ya da *enerji harcamak* olarak da ifade edilebilir. Bu düşünce biçimi bireyi amacına ulaştırmada bir tür *kıvılcım* vazifesi görür (Snyder, Cheavens ve ark., 1997).

Bireylerin düşünce sistemi içerisine umudu yerleştirebilmeleri açısından önemli kabul edilen iki kavramın (*pathways* ve *agency*) her ikisi de gerekli olmakla birlikte, tek başlarına başarılı bir amaç takibi için yeterli olmamaktadırlar. Her iki öge birbirini karşılıklı olarak etkiler ve aralarında pozitif yönde bir ilişki vardır; fakat başarılı bir amaç takibi için her ikisi de birbirinden farklı işlevleri yerine getirirler (Snyder, Feldman ve ark., 2002; Snyder, Rand ve ark., 2002). Bireyin amaca ilişkin motivasyonu yüksek (*agency*) olsa da eğer amacına götüreceği yollar (*pathways*) geliştiremiyorsa motivasyonu bir süre sonra bozulmaya başlayacaktır. Bireyin

kendisini amaca götürecektir yollara sahip olması ama motivasyonunun eksik olması durumunda birey, kendisini amaca götürecektir yolları terk etmeye başlayacaktır (Snyder, Feldman ve ark., 2002). Amaca ilişkin yollar planlama ve motivasyon, amaca yönelik yeteneklerle ilgili bilişsel değerlendirmeleri vurgularlar. Bu nedenle umut, bireyin algıladığı şekilde var olan bir kavram olarak ifade edilebilir, çünkü bireyin amaçlarına ilişkin algı ve tutumlarıyla ilgilidir (Snyder, Harris ve ark., 1991).

Snyder, umudun kalıtsal olmadığını, bunun yerine tamamıyla öğrenilmiş bilişsel bir amaca yönelik düşünce olduğunu öne sürer. Bu amaçlara ulaşma düşüncesi, amaca güdülenme düşüncesinden önce edinilir. Amaca güdülenme, bireyin çevresindeki sebep-sonuç dizilerinin çoğunun bir nedensel güç olduğu anlayışını kazandırır (Snyder ve Lopez 2007: 308).

Snyder'e göre umutlu düşünce, elde etmek, yapmak, deneyimlemek ve yaratmak isteği herhangi bir amaçla başlar. Kişi bir amaç edindiğinde, bu amaç için umut beslemeye başlar. Amaç, umut teorisinin temel bilişsel ögesidir. Snyder'in umut teorisinde, genelde iki tip istek duyulan amaç bulunmaktadır. Birinci tip amaç olumlu bir sonuç elde etmeyi, ikinci tip amaç olumsuz sonucun ortaya çıkmasını engellemeyi içermektedir. Çok yönlü düşünce ise arzulanan bir amaca ulaşmak için farklı yollar düşünebilme ve üretebilme kapasitesini ifade etmektedir. Umutlu birey, amaçlarına ulaşmada yollar bulan ve inşa eden kişidir. İnsanlar belirli amaçlara faydalı yollar geliştirme düşüncesi ile yaklaşırlar. Bireyin amacına ulaşmasında çok yönlü düşünceler doğrultusunda yürümesi için enerji ve motivasyonun yanında faaliyet de gerekir. İstenilen yollara ulaşmak için kapasitenin kullanımı olarak faaliyet, umut teorisindeki motive edici bileşendir. Bu, zihinsel enerjinin başlamasını ve amaca ulaşma süresince gerçekleşen bütün evrelerde bir yol kullanılmasına devam edilmesini içermektedir. Bu açıdan umut, başarılı faaliyet ve çok yönlü düşüncenin karşılıklı etkileşimine temellenmiş olumlu bir motivasyonel durumdur (Snyder 2002).

Snyder, Feldman ve arkadaşlarına (2002) göre umut, sadece amaç odaklı düşünme süreci değil, bireyin yeteneğini bilişsel sürece başarılı bir şekilde aktarabildiği aşamalı olarak örgütlenmiş inançlar sistemidir. Bu noktada umut, kendine özgü üç düzeyde incelenebilmektedir:

Sürekli Umut (Global/Trait Hope): Sürekli umut, bireyin amaçlarına ulaşmasında yeterli yollar belirleyebilmesi ve bu amaçları gerçekleştirmek için gerekli harekete geçirici düşünceleri oluşturabilmesi için yaptığı genel değerlendirmedir. Bu noktada daha çok, kişinin amaçlarını gerçekleştirebilme yeteneğine ilişkin genel bir değerlendirmesi söz konusudur. Bireyin amaçlarına ulaşma yolları bulma ve harekete geçirici düşüncelere sahip olma sürecinin istenildiği takdirde planlanabilen ve üretilebilen bir süreç olarak kabul edilebilir (Snyder, Rand ve ark., 2002).

Belli Bir Alana Özgü Umut (Domain-Specific Hope): Belli bir alana yönelik umut düzeyi, bireylerin umutla ilişkili inanç sisteminde daha somut bir yere sahiptir. Bu noktada genel olarak yaşamla ilgili umutlu olmalarına rağmen bazı bireyler, bazı alanlara özgü olarak düşük umut düzeyi sergileyebilmektedir. Bu nedenle sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile, iş hayatı, akademik hayat ve serbest zaman gibi ergenlerin ve yetişkinlerin yaşam alanlarına özgü umut düzeylerini içermektedir (Snyder, Rand ve ark., 2002).

Amaca Yönelik Umut (Goal-Specific Hope): Amaca yönelik umut, umutla ilişkili inanç sisteminin son düzeyidir. Snyder, Feldman ve arkadaşlarına (2002) göre, bireylerin sürekli ve belli bir alana özgü umut düzeylerinin yüksek olmasına rağmen amaca yönelik umut düzeyleri düşük olabilir. Bu nedenle amaca yönelik umut düzeyinin belirlenmesinde, diğer alanlardaki varsayılan başarılar tatmin edici olsa bile bireyin o andaki amacına yönelik çabalarında algıladığı eksiklikleri öğrenmek önemli olabilir (Snyder, Rand ve ark., 2002).

Snyder, Rand ve arkadaşları (2002), umut kuramında bilişsel sürecin amaçlara ve başarıya ulaşmada öncü bir rol oynadığını belirtmiştir. Bu anlamda umut

düzeinin yüksek ya da düşük olması, bireylerin amaçlarına ulaşma veya başarılı olma yollarını farklılaştırabilmektedir. Umut düzeyi düşük bireyler başarıya odaklanmaktansa başarısızlığa odaklanmayı tercih ederler. Amaca ulaşma odaklı çabalarında duygu karmaşası yaşarlar ve negatif bir duyguya sahiptirler. Böylece karşılaştıkları engeller karşısında alternatif yollar üretmeyi düşünemedikleri için engellerin üstesinden gelmekte zorlanabilir ve mücadeleden vazgeçebilirler. Snyder, Harris ve arkadaşlarına göre (1991) umut düzeyi yüksek bireyler ise amaçlara ulaşma sürecinde başarıya odaklanırlar, mücadele duygusuna ve pozitif bir duyguya sahiptirler. Ayrıca amaçlarına ulaşabilmek için birçok strateji tasarlayarak, amaçlarına ulaşma sürecinde karşılaştıkları engellerle yüzleşmeyi tercih ederler. Aynı zamanda istedikleri amaca ulaşmak için birçok yol bulabileceklerine inanırlar.

Bu anlamda yüksek umut düzeyinin olumlu etkilerine çalışmalarında yer veren Snyder (1995) da bireylerin umut düzeylerini artırmak için bazı stratejiler önermiştir. Bu stratejiler şöyledir: a) başarılı biçimde içinden konuşma (successful self-talk), b) başarısızlıklarla ilgili düşünceleri yeniden biçimlendirmek (restructuring thoughts regarding failures), c) geçmişteki başarılı tecrübeleri hatırlamak (recalling successful past experiences), d) başarılı kişiler hakkındaki hikâyeleri dinlemek (listening to stories about successful people), e) bir rol model belirlemek (identifying a role model), f) öz bakım becerileri geliştirmek (self-care management), g) gülmek (laughing), h) gerektiğinde hedef oluşturabilmek (goal restructuring when appropriate), i) beceri kazanmak (skill building). Bu şekilde bireyler, istedikleri amaca ulaşmak için birçok yol bulabilme durumuna yönelik bir inanç sistemi geliştirirler.

Ruehlman ve Wolchik'e (1988) göre umut kuramı, arzulanan amaçların başarıyla peşinde olmayı, engellerle mücadelede pozitif duyguları kullanmayı ve amaçları peşinde koşmaya devam etmeyi önerir. Öte yandan birey amaçlarını devam ettirmede başarısız ise olumsuz duygulara yol açabilir (Akt: Snyder, 2007). Yapılan bu çalışma, umudun zihinsel ve fiziksel sağlığın yanında karşılaşılan güçlüklerle başa çıkmada da etkili bir özellik olduğunu ortaya koymuştur.

1.1.3.2. Umutla İlgili Ölçekler

Gottschalk'a göre (1974) umut, bireyselleşmiş yararlı sonuçlarla ilgili olumlu beklentileri içerir ve bireyin ruhsal sorunlarla başa çıkmasına yardımcı olur. Bu düşünceyle, konuşmaların içeriklerini yansıtan 5 dakikalık parçalarını analiz eden bir *umut ölçeği* geliştirilmiştir. Bu umut ölçümü pozitif insan ilişkileri ve başarı ile pozitif korelasyonlu ve eş zamanlı geçerliliktedir. Yüksek kaygı, düşmanlık (hostility) ve sosyal dışlanma ile negatif ilişkilere sahiptir.

Staats (1989) umudu, arzu edilen ile beklentiler arasında bir etkileşim olarak tanımlamıştır. Bu amaçla, umudun bilişsel ve etkili yönlerine değinmek için araçlar geliştirmiştir. Umudun etkili yönlerini ölçmek üzere 5'li likert türünde 18 maddelik *Beklenen Denge Ölçeği* (EBS; Staats, 1989) geliştirilmiştir. Bir diğeri de bilişsel umudu ölçmek amacıyla geliştirilen *Umut Ölçeği*dir (Staats, 1989) Bu ölçek, belirli olaylara ve onların sonuçlarına odaklanır ve temelde, kendisinin umudu, başkasının umudu ve arzu ve beklenti alt ölçeklerinden oluşur. Bu ölçek 6'lı likert türünde 16 maddeyi içermektedir. Bu ölçekte belirli olaylara ve onların sonuçlarıyla ilgili arzu ve beklentilerin yoğunluğunun hiçten (0), çok fazlaya (6) kadar değişen seçenekler içinden seçilmeleri istenir.

Stotland (1969), beklentilerin rolünü ve bilişsel şemaların rolünü keşfetmiş ve umudu önemli amaçlar ve yüksek gerçekleştirme olasılığı olarak tanımlamıştır. Stotland 1969 modeli kullanarak, genel ve ortak (durumlara özgü olmayan) amaçlara ilişkin 20 madde içeren *umut ölçeği* geliştirmiştir. Bu ölçekle, amaçlara ilişkin ortalama öncelik ve ortalama olasılıklı puanlara ulaşılır (Stotland'dan (1969) Akt: Aydoğan, 2010: 14)

Bireyin genel ve alana özgü umut düzeyi yüksek olsa da birey belli bir amaca dönük olarak düşük bir umut düzeyine sahip olabilmektedir, bu durum belli bir amaca özgü umut olarak adlandırılmaktadır. Umudun belli bir amaca dönük olarak incelenmesi, hayatın diğeri tüm alanlarındaki başarı tatmin edici olsa da, amaç takibiyle ilgili algılanan eksikliklerin anlaşılmasına yardımcı olması bakımından

önemlidir. Sympson tarafından geliştirilen *Alana Özgü Umut Ölçeği (Domain-Specific Hope Scale)* ise ergenlerin ve yetişkinlerin umut düzeylerini altı farklı alanda değerlendirmektedir. Snyder, Feldman ve ark., (2002) tarafından geliştirilen “*Durumluk Umut Ölçeği*” amaçları tanımlamadan, bireyin anlık umutlu düşüncesini değerlendirmektedir.

Genel olarak yüksek bir genel umut düzeyine sahipken, hayatın belli alanlarına özgü olarak düşük bir umut düzeyine sahip olmak da mümkündür. Bireyin genel olarak amaca götüren yolları planlama ve amaca ilişkin motivasyonuna dair algıladığı kapasite yüksekken, daha spesifik bir alana dair algıladığı kapasite daha düşük olabilir. Bu durum umudu, genel umuttan daha spesifik bir düzeyde kavramsallaştırmanın gereğini ortaya çıkarmıştır. Bu düzey belirli bir alana özgü umut olarak tanımlanmıştır. Bu noktada genel umut düzeyi yüksek bir bireyin birçok alanda da yine aynı şekilde yüksek bir umut düzeyine sahip olmaları beklenir. Genel umut, alana özgü umut ve amaca özgü umut birbirleriyle etkileşim içindedirler ve birbirlerinin düzeylerini karşılıklı olarak belirlerler. Belli bir amacın takibiyle ilgili bir başarısızlık yaşandığında, bu durum o amacın yer aldığı yaşam alanını da etkileyecek ve alana özgü umuttaki düşüş de genel umut düzeyini olumsuz yönde etkileyecektir (Snyder, Feldman ve ark., 2002).

1.1.3.3. İslam’da Umut

Kur’an’da ve Hadislerde korku ve ümit arasında bulunmaya teşvik eden hükümler vardır.

Umut kavramına Kur’an’da birçok ayette değinilir. Müslümanların Allah’a karşı ibadetlerinde olması gereken düşünce “...*korkarak ve ümit ederek Rablerine ibadet etmek için yataklarından kalkarlar...*” (Secde, 32/16) ayeti ile örneklendirilir. Allah’tan ümit kesenlerin sapkınlık edenler olduğunu da “...*Rabbinin rahmetinden, sapıklardan başka kim ümit keser?*” (Hicr, 15/56) ayetiyle bildirir. Yine Allah’tan ümit kesen bir diğer kesim olarak inkâr edenler “...*Allah’ın ayetlerini ve O’na kavuşmayı inkâr edenler var ya; işte onlar benim rahmetimden ümit kesmişlerdir...*”

(Ankebut, 29/23) ayetiyle zikredilir. O halde bir Müslüman sapkınlardan ve inkâr edenlerden farklı olmalıdır. Bunun için de Allah'tan ümit kesmemesi gerekir.

Kur'an'da umut kavramıyla çok yakın anlamı olarak kullanılan bir kavram recâdır. Kur'an ıstılahında recâ, insanın, dünya ve ahirette Allah'ın rıza, rahmet, nimet ve sevabını umması; azap, gazap, lanet ve cezasından uzak olmayı, af ve mağfiretine mazhar olmayı arzu etmesi anlamında kullanılır (DİB, 2006: 548). Allah'ın tövbe edenlerin tövbesini kabul edip onları bağışlayacağını bu nedenle kullarının Allah'tan ümit kesmemelerini “(Ey Muhammed!) Kullarıma, benim elbette çok bağışlayıcı, çok merhametli olduğumu bildir” (Hicr, 15/49) ayetiyle kullarına bildirir. “...O'nun lütfundan istemeniz O'nun delillerindedir...” (Rum, 30/23) ayetiyle de Allah'ın her türlü yardımından umutlu olunması istenir. Dua ederken korku-ümit arasında olunması (Secde, 32/16) gerektiği belirtilir.

Kur'an'da umutlu olma Allah'ın affetmesiyle aynı ayette kullanılır ve “...Ey kendilerinin aleyhine aşırı giden kullarım! Allah'ın rahmetinden ümidinizi kesmeyin. Şüphesiz Allah, bütün günahları affeder. Çünkü O, çok bağışlayandır, çok merhamet edendir” (Zümer, 39/53) buyrulurak bağışlayıcı olan Allah'a karşı umutlu olmamız, “...Allah'ın rahmetinden ümit kesmeyin. Çünkü kâfirler topluluğundan başkası Allah'ın rahmetinden ümidini kesmez” (Yusuf, 12/87) ayetiyle Allah'tan umut kesmememiz istenmiştir.

Hadislerde de umut üzerinde durulur. İşlenen günahlardan bağışlanma dilerken Allah'ın her zaman mağfiret edici olduğu belirtilir (Müslim, Tevbe 31; Müslim, Tevbe 23). Allah ve Hz Peygambere iman edenlerin günahlarının bağışlanarak cennete konulma noktasında umutlarını sürdürmeleri ifade edilir (Müslim, İmân 46; Müslim, İmân 151; Buhârî, İlm 49; Buhârî, Salât 45, 46; Müslim, İman 52)). Dünyada bir iyilik yapan müminin Allaha tarafından ahirette fazlasıyla mükâfatlandırılacağı noktasında Müslümanların umutlu olmaları gerektiğine vurgu yapılır (Müslim, Zikr 22; Müslim, Münafikîn 57). Allah'ın merhametinin anne

merhametinden daha fazla olduğundan Allah'ın mağfiretinden ümit kesilmemesi gerektiği ifade edilir (Buharî, Edeb 18).

Kur'an ayetlerinde ve hadislerde ümit konusuna daha çok Allah-kul arasındaki ilişki bağlamında ele alınıyor. Ümit konusunda insanın Allaha karşı tutumlarının nasıl olması gerektiği belirtilerek daha çok manevi kazanımlara dikkat çekiliyor.

1.1.3.4. Umut ve İyimserlik

Umuda benzer, fakat farklı yönleriyle ondan ayrılan bir başka kavram iyimserliktir. Umut gibi gelecek, beklenti ve amaçlarla ilgili olmasının yanında, onun gibi davranışın güçlü bir belirleyicisidir. Yine umut gibi bilişsel-motivasyonel nitelik taşıyan bir kavramdır (Magaletta ve Oliver, 1999; Snyder, Irving ve ark., 1991). İyimserlik durağan bir özellik olması yönünden umutla benzerlik taşımaktadır (Snyder, Harris ve ark., 1991). İyimserlik, “olumlu olayları içsel, istikrarlı, genel nedenlere bağlarken, olumsuz olayları dışsal, istikrarsız, özel nedenlere bağlama eğilimi” olarak tanımlanır (Budak, 2005: 410). Scheier ve Carver (1985) ise iyimserliği “iyi sonuçların ortaya çıkacağına ilişkin genel bir inanç” olarak tanımlamaktadırlar.

Umut ve iyimserlik arasında bir ilişki olduğu varsayımı birçok araştırmada da belirtiliyor (Magaletta ve Oliveer, 1999; Snyder, Harris ve ark., 1991; Snyder, Feldman ve ark., 2000). Daha çok duygu ve düşünce merkezli yapılan araştırmalar, iyimser insanların olumlu olayları içsel, istikrarlı, genel nedenlere bağladığını, olumsuz olayları ise dışsal, istikrarsız, özel nedenlere bağlama eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur. Günümüzdeki son araştırmalar da bunu desteklemiştir (Scheier ve Carver, 1985; Gottschalk, 1985).

Umutla arasında ilişki olduğu varsayılan iyimserliğin depresyonla negatif bağıntısı vardır. Umutlu ve iyimser insanlar daha mutlu ve sağlıklıdırlar. Stresli yaşam olaylarını aşmakta ve etkili stratejiler geliştirip uygulamakta da daha iyi

olduklarından, stresi hayatlarından atabilmektedirler. Erken yetişkinlikteki iyimserlik, sonraki yıllarda da sağlığımızın habercisidir (Akt: Gelir, 2009: 13). İyimser insanlar negatif olayları değiştirebilecek, çevresel ve dışsal faktörlere bağlarlar.

İyimserler, işlerinin yolunda gideceğine ve iyi şeylerle karşılaşacaklarına inanırlar. Scheiver ve Carver (1985), bunun yanında iyimserliğin duruma özgü değil, durağan bir özellik olduğunu belirtmişlerdir. Onlara göre amaçla ilişkili düşüncedeki sonuç beklentisi, davranışın en önemli belirleyicisidir. Fakat umut ele alındığında amaca ilişkin mevcut stratejilerin varlığını yansıtan sonuç beklentisi kadar, kişinin amaca ulaşmaya ilişkin kendine olan inancı da önemlidir (Snyder, Harris ve ark., 1991).

1.1.3.5. Umut ve Sağlık

Umut ve sağlık arasındaki ilişkiye baktığımızda umut, bireyi olumlu yönde etkilemektedir. Umutlu olma, sağlıklı olmada önemli bir etkidir. Hastalık durumlarında umut, bireyin umutsuzluk ve karamsarlığa düşmesini engeller ve çaresizlik duygularını önler. Yapılan bir araştırmada umudu yüksek düzeyde olan kanserli hastaların daha uzun yaşama eğilimi gösterdikleri ve hastaliksız geçen sürenin daha uzun olduğu bildirilmektedir (Chen, 2003). Umut ve sağlığın psikopatoloji ile negatif bir ilişkisi vardır. Umutlu olan insanların bağışıklık sistemi daha iyi çalışır. Bu da onları hastalıktan uzak tutmaktadır (Akt: Gelir, 2009: 13). Aynı zamanda umut, bireyin içindeki motivasyonu cesaretlendiren önemli bir etkidir ve hastalık durumunda karamsarlık, çaresizlik duygularını önler. Bireylerin yaşamlarındaki hedeflerine ulaşma gücüne güvenmeleri umutlu olmaları ile mümkün olmaktadır. Destek ve umut, bireyin olumlu yaşam enerjisine katkıda bulunmaktadır (Aslan ve Sekmen ve ark., 2007). Düşük iyimserlik puanlarına sahip olanların daha yüksek hastalıklara maruz kalmalarının daha sık gerçekleşebileceği bu araştırmaların sonuçları arasında.

1.1.3.6. Umut ve Umutsuzluk

Umutsuzluk, “güven duygusundan yoksun olma, bir şeyin artık gerçekleşmeyeceği inancına sahip olma durumu” olarak tanımlanır (TDK, 2005). Yani kötü şeylerin olacağına ve kişinin bu durumu değiştirmek için hiçbir şey yapamayacağına dair beklentiler olarak ifade edilebilir. Kişinin olayları değişmez ve genel sonuçlara bağlaması, olumsuz olayların nedenlerini kendisine yüklemesi ve olumsuz olayların devamında birçok olumsuz sonucu getireceğine ilişkin çıkarımlarda bulunması, umutsuzluğa neden olmaktadır. Umutsuzluk duygusuyla beraber depresyonun gelişimi de kaçınılmaz olmaktadır (Abela ve Seligman, 2000).

Umutsuzluk; geleceğe karanlık bakma, hiçbir çaresinin olmadığını düşünme, kötü şeylerin gelecekte de kendisini bulacağına veya her şeyin hep kötü gideceğine inanma durumudur (Çetintürk, 2001). Umutsuzluk geleceğe ilişkin olumsuz beklentiler ve geleceğin olumsuz olarak değerlendirilmesidir. Geleceğe ilişkin karamsar olmak, amaçlarına asla ulaşamayacağına inanmak, var olan problemlerin hiçbir zaman çözülemeyeceğine inanmak umutsuzluğa işaret eden bilişsel öğelerdir (Odağ, 1995). Tanımlamalardan ve açıklamalardan da anlaşılacağı gibi umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeleyen kavramlardır. Umutta, bireyin karşılaştığı problemlere çözüm bulmada bireye güç verme ve geleceğe dair beklentilerin gerçekleşmesi düşüncesi hâkimken umutsuzlukta bunların gerçekleşmeme düşüncesi hakimdir (Konukbay, 2005).

Umut, bireyin motivasyonu güçlendiren önemli bir etkidir ve olumsuz durumlarda karamsarlık, çaresizlik duygularını önler. Bireylerin yaşamlarındaki amaçlarına ulaşma gücüne güvenmeleri umutlu olmaları ile mümkün olmaktadır. Umut, bireyin olumlu yaşam enerjisine katkıda bulunmaktadır (Öz, 2004: 27). Bireylerin yaşamındaki amaç ve düşüncelerini gerçekleştirme gücüne güvenmeleri, umutlu olmaları sonucunda gerçekleşir. Umut bireyin enerjisinin derecesini oluşturur ve bu enerji bireyi motive edici bir faktördür. Umut, bireyin doğasında bulunan en kıymetli kaynaklardan biridir ve insanlara yoksunluk, yetersizlik, sıkıntı, yalnızlık ve

acı çekme gibi zor ve stresli durumlarda yardımcı olur. Umutsuzluğu tersine çevirmeye yardımcı olan faktörlerin en önemlilerinden birisi sosyal destektir. Stres altında ya da zor durumdaki bir bireye çevresindeki insanlar tarafından yapılan yardım olarak tanımlanan sosyal desteğin umut üzerinde etkisi büyüktür. Olumsuz yaşam olayları ve sosyal destek azlığı ise umutsuzluğa yol açan etkenlerin başında gelir (Tan, Okanlı ve ark., 2005). Umut insana gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz yaşantılarla baş edebileceği duygusunu verir ve psikolojik sağlığı olumlu etkiler (Çelikel ve Erkorkmaz, 2008).

1.1.3.7. Umut ve Öz Yeterlilik

Çalışmalar incelendiğinde umut ve öz yeterlilik arasındaki benzerlik ve farklılıkların üzerinde sıkça durulduğu görülmektedir (Magaletta ve Olivier, 1999; Snyder, Irving ve ark., 1991; Snyder, Feldman ve ark., 2000). Bu iki kavram birbiriyle ilişkili ve benzer kavramlar olsalar da birçok yönden birbirlerinden ayrılmaktadırlar (Magaletta ve Oliver, 1999). Bandura (2002), öz yeterlilikle ilgili iki temel kavram olan yeterlilik beklentisi ve sonuç beklentisini açıklamaktadır. Yeterlilik beklentisi, bireyin istenen bir performansı yerine getirme konusundaki yeteneklerini değerlendirmesi olarak tanımlanırken, sonuç beklentisi ise belli davranışların belli sonuçlarla neticeleneceğine ilişkin değerlendirmedir. Snyder, Haris ve arkadaşları (1991), yeterlilik beklentisinin umudun amaca ilişkin motivasyon (agency) ögesiyle, sonuç beklentisinin ise amaca götüren yollar planlama (pathways) ögesiyle benzer olduğunu belirtmişlerdir. Bandura (2002), yeterlilik beklentisinin sonuç beklentisinden daha önemli olduğunu belirtir. Snyder umudun iki ögesinin aynı derecede önemli ve gerekli olduğunu vurgular. Yeterlilik beklentisi belli bir duruma özgüken, umut çok boyutlu bir nitelik taşır (Snyder, 1995).

Umutla ilgili yapılan çalışmaların çoğu felsefi ve edebi çalışmalar olarak iki kategoriden birine indirgenebilir. Bunlar duygusal, manevi olarak umudun varoluşsal yönleri ve strese yol açan bilişsel ve davranışsal farklılıklarla ilgili çok daha az sayıda deneye dayalı psikoloji araştırmalarıdır. Bu örnekler, uygulamalara kısmen

katkı sağlayabilir. Umutla ilgili klinik, edebi ve felsefi yazılar bu duygunun psikolojisini aydınlatmaya ışık tutabilir. Psikologların görevi de bu duyguyu aydınlatmada daha iyi metotlar bulmaktır (Scioli ve ark., 1997)

1.2. Din ve Dindarlık

Yapılan çalışmalarda, din (religion) ve dindarlık (religiosity) kavramları çoğu zaman, birbirlerinin yerine kullanılmasına rağmen birbirinden farklı kavramlardır. Bu başlıkta birçok araştırmacı tarafından tanımlanmaya çalışılan bu iki kavram ele alındı ve dinî hayatın boyutlarına değinildi.

1.2.1. Dinin Tanımı

Din, kelime anlamı olarak, Arapça'da “örf, âdet, borç, itaat, tutulan ve gidilen yol, ceza ve mükâfat, millet” gibi mânâlara gelir (Ebu'l-Fadl, ts.: 12/166). Bunun yanında felsefe, ilahiyât ve sosyal bilimler alanında çalışma yapanlar tarafından farklı bakış açılarına göre dine birçok tanımlama getirilmiştir. Ama üzerinde anlaşmaya varılmış genel-geçer bir din tanımı yoktur (Hökelekli, 2001: 69). Bu nedenle yapılan din tanımlarının birkaçına değinmekle yetineceğiz.

Kur'ân ayetlerinde din kavramından, aşkın bir güce boyun eğme ve bu aşkın gücün emir ve yasaklarına uyulduğunda mükâfat, aksi bir durumda ise cezanın görüleceğine inanma şeklinde bir hayat düzeni kastedilir (Tevbe 29,33; Ğafir 26, Al-i İmran 19,85; Enfal 39; Nasr 1-3). Bu ayetler ışığında Aksekili dini, “ilahi bir kanun olup akıl sahiplerini kendi iradeleriyle dünyada iyiliğe ve ahirette kurtuluşa götüren ilahi kanun” ve “Allah tarafından belirlenen ve insanlara mutluluk yollarını gösteren yaradılışlarındaki gaye ve hedefi, Allah'a ne şekilde ibadet yapılacağını bildiren bir kanun” olarak tanımlar (Aksekili'den Akt: Uysal, 1996).

Argyle ve Hallahmi'ye göre din, *insanüstü ve ilahi bir güce yönelik inançların, dinî ibadetlerin ve diğer ayinlerin oluşturduğu bir sistemdir*. Otto ve Eliade tarafından yapılan din tanımı *korkutucu ve büyüleyici bir sır olan kutsalın*

tecrübesi şeklindedir (Akt: Yapıcı, 2007: 9-10). Geertz ise dini, *bireylere hayata dair bir anlam sunan, semboller sistemi* şeklinde tanımlar (Akt: Hökelekli, 2001: 69).

W. James, Pargament ve Frankl'ın dine getirdiği tanımlar, psikolojik yönü ağır basan tanımlardır. W. James dini “sübjektif şuurun/kişisel bağlılığın bir gerçeği” olarak görürken Pargament ve Frankl “kutsalla ilişkili tarzda tezahür eden anlam arayışı” olarak tarif eder (Ak: Yapıcı, 2007: 18).

Dinin *ilahi ve beşeri* açıdan; *bireysel, toplumsal ve psiko-sosyal* açıdan; *özel, işlevsel ve özel-işlevsel* açıdan sınıflandırmaları mevcuttur. Bu sebeple her alandan bilim adamları kendi ilgi alanları bakımından dini tanımlar. En genel anlamıyla dini, bireysel ve toplumsal yanı olan, doktrinler ve pratikler açısından sistemleşen, mensuplarının yaşamı üzerinde işlevsel bir özelliğe sahip olan, değer biçme ve yaşam tarzına yönelik olarak psikolojik ve sosyolojik özelliği ağır basan, çoğu zaman ilahi bazen de beşeri temele dayanan bir kurum olarak tanımlayabiliriz.

Dindarlık kavramı geniş inanç ve uygulama şekillerini kapsayan bir kavramdır. Kişiden kişiye, kültürden kültüre ve mensup olunan dinin esaslarına göre farklı anlamlar kazanır. Kişinin ideallerinin ve davranışlarının birbirine bağlı olduğu hipotezine dayandırılan dindarlık kavramının temelindeki teorik unsur Allah'a inanmak ve O'nu tanımak prensibidir (Vergote, 1999: 65). Bunun yanında bir hristiyan ile müslümanın dindarlıkları farklı pratiklerle ölçüldüğü gibi aynı dine mensup kişilerin dindarlık anlayışlarında ve yaşam tarzlarında da benzerlikler ve farklılıklar olabilir.

Vergote'a (1999: 88) göre dindarlık, Allah'ı varoluşunun kaynağı ve iyiliksever bir kudret olarak kabul etmektir. Dindarlığı, tutucu, protestan, sekt ve liberal olarak dört tipe ayıran Argyle, dindarlığın çevresel etkilerle bağımlı bir değişken olduğunu söyler (Köktaş, 1993: 49). Cüceloğlu dindarları, ‘samimi (gerçek) dindarlar’ ve ‘miş gibi dindarlar’ olmak üzere iki türe ayırır (Cüceloğlu, 2000: 69).

Allport dindarlığı, dini kendi amaçları için kullanan (güvenlik sağlamak, teselli olmak, sosyale kazanmak vb) *dışgüdümlü* ve esas güdülerini dinde bulan (dinsel inanç ve emirlerle uyum içerisinde olan) *içgüdümlü* olmak üzere iki tipe ayırmıştır. Yani dışsal olarak güdülenen kişi dini kullanır, içsel olarak güdülenen dindar ise dinini yaşar (Allport, 2004).

Dindarlığı kurumsal ve kişisel dindarlık olarak ele alan W. James'e göre kurumsal dindarlık törenlerde, ayinlerde, din adamlarının gerçekleştirdiği çeşitli dinî organizasyonlarda, kısaca dindarlığın pratik boyutlarında kendisini açıkça belli eder. Kişisel dindarlıkta ise duygu ve tecrübe ön plana çıktığı için dinin içte yaşanması temel unsurdur (Yapıcı, 2007: 27).

Glock'a göre dindarlık, kişinin din olarak kabul ettiği durumla ilgili bilgisi, bu bilgiye dayalı oluşan inancı, inancına uygun olarak ortaya koyduğu dinî tutum ve davranış biçimidir. Dindarlık, dinin emir ve yasaklarına uygun bir şekilde bireyin gerçekleştirdiği ibadetler, tecrübeler, duygular, dinî hayatına ait tüm yaşantılar ve bunların hayatın din dışında kalan diğer alanlarında etki oluşturur (Yıldız, 1998: 10).

Hökeleli'ye (2001: 139) göre dindar kişi, tutum ve davranışlarında dinî motivlerin etkisi altında bulunduğu için Allah'ın varlığı ve Allah'la kurduğu ilişkiler onun bütün dünyevi ilişkilerinin merkezini oluşturur. Bir kimsenin kendisine özgü dinî özelliklerinin tümü olarak tanımlayabileceğimiz dindarlığın kaynağını, dinî duygu ile bu duygunun en yüksek ve olgun şekli olan ulûhiyet şuuru yani Allah'a uyum oluşturur. Bu nedenle kapsamlı, kompleks ve çok boyutlu bir kavram olan dindarlığın olgunluk derecesinde, gittikçe Allah'a doğru yükselmek, O'nun varlığına artan bir şekilde katılmak söz konusudur.

Sonuç olarak dindarlık, bireyin yaşantısında dinin yerini ve önemini ifade eden, onun dine inanma ve bağlanma biçimini ve düzeyini gösteren çok boyutlu bir kavramdır. Bireyin psikolojik süreçlerini de işin içine katarak sergilediği gözlemlenebilir tepkiler ya da verdiği cevaplar olan dindarlığı bireyin ifade ettiği duygu, düşünce ve davranışlar yoluyla ölçebiliriz.

Kültürel, sosyal çevre ve bireysel farklılıklar sebebiyle dinî yaşantılar çeşitlilik gösterebilir. Bu nedenle kompleks ve kapsamlı bir kavram olan dindarlık hakkında analizler yapmak oldukça zordur. Buna bağlı olarak çok farklı dindarlık tipolojileri/modelleri ortaya konulmuştur. Bu dindarlık tipolojileri, din psikolojisi literatüründe “dindarlık boyutları ve/veya modelleri” olarak nitelenmiştir (Onay, 2004: 74). Söz konusu dindarlık tipolojileri, genel olarak dindarlıktan veya din farklılığından hareket eden *özsel* (substantivist) ve somut dindarlık şekillerinin analizinde kullanılmak üzere kavramsal bir vasıta geliştirmeyi esas alan *nitelendirici* (adjektivist) anlayışlardan hareketle yapılmıştır (Köktaş, 1993: 48). Bu dindarlık tipolojilerinden ilki ünlü din psikoloğu C. G. Jung tarafından yapılmıştır. Jung, insanları kişilik bakımından içedönük ve dışadönük tipler diye ikiye ayırırken, dinî şahsiyet yönünden de içedönük ve dışadönük dindarlar şeklinde iki genel tipe ayırmıştır (Peker, 2011: 66).

Dindarlık, bireysel ve toplumsal açıdan ayrı bir öneme sahiptir. Ancak bir din psikolojisi araştırması olan bu çalışmada, sosyolojik yönünden daha çok psikolojik yönü üzerinde ampirik bir çalışma yapılmıştır. Bu nedenle bu çalışmada kullanılan “dindarlık” kavramı, psikolojik bağlamda bireyin tutum ve davranışlarıyla ortaya koyduğu dinî yaşam biçimlerini ifade etmek amacıyla kullanılmıştır. Bireyin dinî inançları, duyguları, düşünceleri, şüpheleri, dinî tutum ve davranışları, dine yaklaşımı, dinî esasları değerlendiriş tarzı gibi dinle ilgili yaptığı herşey onun dindarlığını meydana getirmektedir. Ayrıca bu çalışmada, Glock’un kullandığı *inanç, duygu, davranış, bilgi ve etki* boyutlarından oluşan ve Yıldız (1998) tarafından Türkçeye uyarlanan Dinî Hayat Ölçeği kullanıldı.

1.2.2. Dinî Hayatın Boyutları

Dindarlık, ilk dönem din psikolojisi çalışmalarında tek boyutlu olarak ele alınmaktaydı. Din, insanların hayatlarının tüm yönlerine tesir eden bir olgu olması sebebiyle, araştırmacılar din ve dindarlıkla ilgili yaptıkları çalışmalarında dini çok boyutlu bir şekilde ele alma gereğini duymuşlardır. Bu nedenle 1960’lardan sonra

çok boyutlu araştırma desenini esas alan çalışmalar daha çok tercih edilmeye başlandı. Bununla birlikte, dinler arasında birçok farklılıklar vardır, ancak dindar insanların dinî yasayışlarını ifade etmek için yöneldikleri alanlar temelde ortak özellikler taşırlar (Hökelekli, 2001: 73-74).

Dindarlığın ifade edilmesi açısından dünya dinlerinin birbirine benzediğini iddia eden Glock ve Stark, kendilerinden önceki araştırmaların yetersizliğini göz önünde bulundurarak dinin kapsamlı bir tanımının yapılması gerektiğini ifade etmiş ve dindarlıkla ilgili inanç, davranış, duygu, bilgi, etki olmak üzere beş boyut önermiştir (Şahin, 2007: 20-25). Ayrıca Glock, dinle ilgili ifade tarzlarının her çeşidinin bu boyutlardan biri içerisinde değerlendirilebileceğini iddia etmektedir (Yıldız, 1998: 11-12).

Bu çalışmada da Glock'un Dinî Hayat Ölçeğini kullanıldığı için bu beş boyuta değinmekle yetineceğiz. Bu boyutlar; inanç, davranış, duygu, bilgi ve etki boyutudur. Şimdi de bu boyutları ele alalım.

İnanç Boyutu: Bu boyut, inanç-inançsızlıkla ilgilidir ve inancın içeriği, güçlülüğü, türü (geleneksel veya geleneksel olmayan) gibi hususları kapsar. Her dini sistem, inananlarında, inanç ilkelerini/doktrinlerini bilmesini ve kabul etmesini bekler. Dinin inanç yapısını üçe ayıran Glock, her dinde bu ilkelerin olduğunu savunur. Bu ilkeler ilahi bir varlığın olduğunu kabul edip inanması, bu imanın amacına inanması ve ilahi iradenin amacınının gerçekleşmesidir.

Davranış boyutu: Bu boyut, dindar insanın ibadet, dua, törenler, oruç gibi dinî uygulamalarını içine alır ve dindarlığın en iyi gözlemlenebilen yanını oluşturur.

Duygu boyutu: Aşkın Varlık hakkında inananların sezgileri, duyumları ve algılarının hepsi bu boyuta dâhildir. Korku, sevgi, huşu vb. gibi yaşanan dinî tecrübeyle ilgili bütün dinî duyguları içerir. Tecrübi boyut olarak da adlandırılır.

Bilgi boyutu: Bu boyutta dindar, mensubu olduğu dinin ve kutsal metinlerinin esaslarını, içeriğini bilir. Dinin temel esasları, kutsal metinleri ile ilgili bilgilere sahip olma, insanlar arası ilişkiler ve ahlakla ilgili bilgiler bu boyutta yer alır.

Etki boyutu: Bu boyut bireyin dine bağıllığının sonucu olarak onun ne yapması gerektiğine ilişkin beklentileri içine alır. Dinin yasakladığı şeylerden sakınmayı ve emrettiği davranış tarzlarına katılmayı kapsar. Diğer dört boyutun oluşturduğu etkileri ve dinin, kişi üzerinde ne yapması ve ne yapmaması konusunda yaptığı etkiyi kapsamaktadır.

1.3. Pozitif Psikoloji Bağlamında Umut ve Dindarlık İlişkisi

Dini, geleneksel ve kutsal olaylar kapsamında açıklamak için bireysel ve grup olarak yapılan çalışmalara dindarlık araştırmaları denilebilir. Aslında dindarlık insan hayatı, ölüm, ahlak, değer, sosyal adalet, kişisel gelişimle ilgilidir. Bunun yanında “iyi bir hayat” olarak adlandırılan ve tarihi süreçte bütün bireyler, gruplar ve kültürler üzerinde derin bir etkiye sahip olan dinî inançları ve davranışları da kapsar. Bu nedenle geçtiğimiz asırda psikologlar ve diğer sosyal bilimciler hem teorik tanım hem de ampirik araştırma yoluyla dinî fenomenleri incelediler (Zinnbauer, 2009). Bu araştırmalar din ile psikoloji arasında bir ilişkinin olduğu varsayımına dayanıyordu. Indeed ve arkadaşlarının (1982) yaptığı araştırma sonuçlarından biri dinin kontrol edilemeyen olayların etkilerini kesmede bir dünya görüşü sağladığı yönündedir (Akt: Peterson ve Steen, 1982) .

Din ve psikoloji arasındaki bu ilişkiyi araştıran birçok araştırmacı vardır. Yirminci yüzyılın başlarında James, S. Hall, G. Coe ve E. Starbuck gibi Amerikalı psikologlar tarafından dindarlık, insan gelişiminin temel ve pozitif bir unsuru olarak düşünüldü. Aynı dönemde Freud ve Jung gibi Avrupalı psikologlar da dinî deneyimler ve zihinsel hastalık ya da sağlık arasındaki ilişkiyi tanımlamak için etkili çalışmalar yaptılar. Bununla birlikte, davranışçılık akımının popülerleşmesiyle ve felsefe ile dinden psikolojiyi ayırmak için çabalar sonucunda bu ilk baştaki dine ilgi azaldı (Akt: Zinnbauer, 2009).

Genel düzeyde, bütün dinler insanın acı çekmesine sebep olan(hastalık, ölüm, felaket ve hayat krizleri vb) doğal ve temel sebepler; bunlarla mücadele etme, bunları önleme ve üstesinden gelme; ve -bireylere ve toplumlara ahlaken iyi ve kişisel olarak tatmin edici bir hayatı kolaylaştıran- pozitif manevi nitelikler hakkında inançları varsayar (Canda, 2009).

Bu dindarlık ve maneviyata ilgi, psikologlar arasında 1960'lerde tekrar arttı ve günümüze kadar artarak devam etti. Bu ilgiyle birlikte, psikolojide yapılan teorik ve pratik çalışmalar dostluk ilişkileri, ebeveyn olma; duygularını, davranışlarını etkileyen durumlar; aileler, resmi eğitim sistemleri, kültürel inanç sistemleri ve dinî organizasyonlar üzerinde yoğunlaştı (Masten ve Reed, 2002). Hümanistik ve dinî ilişkiler, inançlar ve prensipler için pozitif durum yaratan bir motivasyon gücü olabileceği söylendi (Wright ve Lopez, 2002).

Pozitif psikoloji ve din ilişkisinin geçmişi oldukça yenidir. Bu duruma pozitif psikolojinin yakın geçmişte ilgi alanı haline gelmesi etki etmiştir. Seligman tarafından 1998 yılında Pozitif Psikoloji kavramı ileri sürüldü. Bu tarihten itibaren mutluluk, pozitif düşünme şekilleri, hoşgörü ve neşe gibi duygular üzerine çalışmalara ilgi başladı. Bu duyguları temel alan iyi hayat (good life) psikoloji, felsefe, din ve eğitim alanında uzun bir geçmişe sahip olmasına rağmen, Pozitif Psikolojiye gösterilen ilgi diğer alanlarda çalışan bilim insanlarını Pozitif Psikolojiye yöneltti. İnsanlar iyi olanın ne olduğunu belirlemek için normlar, dinî inançlar, kültürel örnekler gibi değer sistemlerini kullanabilir (Linley, Stephen ve ark., 2006) ve iyi hayatı olumlu anlamda etkileyen değişkenler arasında din de zikredilebilir. Bu noktada pozitif psikoloji ve din arasında da bir ilişkiden bahsetmek kaçınılmazdı. Bu noktada pozitif psikoloji ve dindarlık arasındaki ilişkiyi tam anlamak için W. James, Pargament ve Glock gibi psikologlar tarafından ortaya konan birçok boyuta ve derecelere dikkat etmek gerekir. İyi hayat hem mutluluk, diğerkâmlık, sosyal destek, aile etkileri gibi alanları hem de kültürü içerir. Aynı şekilde dindarlık karakter gelişimi, riskli davranış ve alkolden kaçınma gibi sağlıklı yasaklamalara uymayı

artıran metotlar, affetme süreci, etkileyici bir şekilde sorunların üstesinden gelmenin dinî yönleri gibi birkaç süreç ya da sonuçla bağlantılı olabilir (Zinnbauer, 2009).

Peki, manevi ve dini insanlar niçin daha mutludur? Bununla ilgili Argyle (1987), tarafından iki temel araştırma sunuluyor: Birincisi din, insanların hayatındaki amacı ve anlamı için derin bir duygu verir. Bu sayede hayatın temel varoluşsal sorularına cevap bulur (ben neredeyim, öldükten sonra mutlu olacak mıyım gibi) ve onlara varoluşsal endişe sunar. İkincisi, dinî aktivite sosyal davranışlarda özel bir çeşitlilik sunabilir. Başka bir deyişle dinî sınıf, insanların birleşmesini, aynı görüşleri paylaşmasını, destekleyici ilişki biçimlerini sağlar (Akt: Myers ve Diener, 1995). Yaşlılar üzerinde yapılan araştırmalar ise şükreden insanların mutluluk, umut, onur, pozitif ruh hali, iyimserlik, hayat memnuniyeti, yaşama gücü, dindarlık ve maneviyat bakımından şükretmeyen insanlara göre daha üstün olduğunu gösterdi. Aynı zamanda bu şükreden insanların çekememezlik ve depresyona daha az meyilli olduğu ifade edildi. (McCullough, Emmons ve Tsang, 2002; Overwalle, Mervielde, ve DeSchuyter, 1995).

Bunun yanında pozitif psikoloji anlamlı bir hayatın en önemli parçası sosyal etkileşimdir. Yakın ve güvenilir arkadaşlıklara, samimi komşulara ve destek olan iş arkadaşlıklarına sahip olan insanlar, depresyon, sağlık problemi ve özsaygı düşüklüğüyle karşılaşmaları daha düşüktür. Bununla paralel olarak dinî duyguya sahip olan insanlar, dindar olmayan akranlarından daha mutludurlar. Dinî inançlar, ruhun yüceliğini yükseltebilir ya da dinî aktivitelerin benzer yönü mutluluğu destekleyebilir (Rashid, 2009: 71-75). Wilson (1967), mutluluğun ilk ana görüşünde, hem kişisel hem demografik faktörlerin öznel esenlik ile ilişkili olduğunu söyler. O mutlu insanın “genç, sağlıklı, iyi eğitilmiş, dışadönük, iyimser, dinî duyguya sahip, özgüveni tam, iş moraline, alçakgönüllü isteklere ve geniş bir ölçüde zekâyâ sahip olduğunu ifade eder (Akt: Diener, Oishi ve Lucas, 2003).

Pozitif psikolojinin ilgi konularında biri de psikolojik esenliktir. Psikolojik esenlik, yapılan araştırmalara göre, özellikle dinî bağlılığı olan, dinî hizmetlere

düzenli olarak katılan ve geleneksel dinî inançları benimseyen bireyler arasında yüksektir (Clark ve Watson, 1999; Watson ve Clark, 1993). Başka bir araştırmada da şükür, neşe, sağduyu, affedicilik ve dindarlık yetişkinlerde gençlere göre daha yaygınken umut, takım çalışması ise gençlerde yetişkinlere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşıldı (Park, 2009).

Dinî tecrübeler hayata dair düşünceler üzerinde değişikliklere etki eder. Bu dinî düşünce hayat felsefelerinin olumlu yönde değişmesine katkı sağlar. Bazı insanlar “hayattaki küçük şeyler”in hayattan zevk almayı artırdığını ve önceliklerini değiştirdiğini söylerken bazı bireyler de ruhsal deneyimler ya da dinî deneyimlerin yeni kapılar açtığını belirtir (Lechner, 2009).

İlerleyen yıllarda Peterson ve Seligman (2004) *Character Strengths and Virtues* (Karakter Güçleri ve Erdemler) kavramlarını kullandı. Burada bu kavramları dindarlığın bir yönü olarak düşündü. Bu nedenle dindarlığı hem umut, şükür, yaşamın anlamı gibi diğer ilişkili tanımlardan hem de bunların kutsala odaklanmaları olan dünyevi üstünlükten (secular transcendence) ayırdı. Buradaki kutsallıkla ilgili olan duygu Aşkın Varlıkla ilgiliydi. İnsan hayatının sağlıklı yaşam tarzı, ilişkiler, değişimler, hayattaki amaçlar, kültürel gelenekler ve rutin ibadetler gibi yönleri kutsala bağlanmayı gerektirebilir. Bireysel amaçlar ve hayatı devam ettirme, dünyevi objelerden ve süreçlerden daha kutsal bir fenomen olarak gözüktür. Bu süreçlerle ilgili Emmons (1986) ve Pargament (1999) gibi psikologlar tarafından deneysel olarak çalışmalar yapıldı.

Karakter güçleri pozitif kişisel özellikler dizisinin tamamıdır. Bu pozitif kişisel özellikler, tarih boyunca ve kültürler arasında ortaya çıkan ve iyi bir hayat için önemli olarak görülen özelliklerdir. Karakter güçleri psikolojik bir süreç ve değerleri tanımlayan bir mekanizmadır. Bu güçler bireylerin tutum ve davranışlarını sürekli olarak etkiler. (Walker ve Pitts, 1998). Karakter güçlerinin (umut, şükür vb.), kişisel karakteristiklerin (yetenekler, değerler vb.) ve grup üyeliklerinin (cinsiyet, ırk vb.)

hepsi özsaygımızla ilişkilidir. Bu özsaygı, kendi değer duygularını oluşturur (Garcia ve Sanchez, 2009).

Uzun süredir önemsenmeyen karakter güçlerinden birisi alçakgönüllülüktür. Bu kavram birçok insanın zihninde değerler ve dinle bağlantılı olarak algılanır. Yıllardır din, erdem, ve ahlak gibi değer yüklü konularla ilgili psikolojideki ana görüş devam etti. Objektif ve gerçek fikirlere ulaşmaya çalışan psikoloji alanındaki bilim adamları psikolojinin deneye dayalı bir bilim dalı olmasını benimsedi. Gerçekte bir grup olarak erdemler psikolojide ihmal ediliyordu. Çok yakın zamana kadar psikoloji alanındaki araştırmalara dayalı literatürde bilgelik, şükür ve affedicilik gibi duygular “kara delikler” olarak sunuluyordu (Tangney, 2002).

Pozitif psikolojideki bir diğer karakter güçleri affedicilik ve şükretmedir. Affediciliğin önemine rağmen birçok dinî gelenek, sosyal teorisyenler ve sosyal bilim adamları son üç asırdır affediciliği önemsemiyorlar (McCullough ve Witvliet, 2002). Şükür prososyal davranışları motive eder. İnsanlar iyi bir davranış ortaya koyduğu zaman, bu prososyal davranışlarının takdir edilmesi onları prososyal bir şekilde davranmaya motive eder. Şükür diğer insanların prososyal davranışlarını güçlendirerek sosyal etkileşimi daha da çok etkiler. Böylece, şükür üzerinde yoğunlaşma pozitif öğrencilerin, öğretmenleri ve diğer okul görevlilerini şükürün pratiğini ortaya çıkaran olaylara teşebbüs ettirir (McCullough, Kilpatrick ve ark., 2001)

Günümüzdeki büyük pozitif psikoloji teorileri de güçlü yönleri ve çabuk iyileşme özelliğini ele alan yeni bir bilime ihtiyaç duyuyor. Danışmanlara, hastaların zayıf yönlerini iyileştirmekten ziyade güçlü yönlerini geliştirecek en iyi uygulamanın neler olabileceği sorulmalıdır. Bunun yanında psikologların aile, okul, dinî topluluk ve güçlü yönleri besleyen bölgeleri geliştiren kurumlarla çalışmasının önemi belirtilmelidir (Seligman, 2002).

Kişisel gelişim ve medeniyet ilerlemesinin genel amaçları hem din hem de pozitif psikoloji için ortaktır. Halen birçok bilim adamı, pozitif ve negatif zihinsel

sağlık sonuçlarına katkı yapan farklı dindarlık çeşitlerini araştırıyor. Bu da muhtemelen 21. yüzyıldaki araştırmaların verimliliğini ispatlayacak. Diğer araştırmalar ise bireylerin, grupların ve toplumların yaşamlarını geliştirmek için kullanılabilen uygulamalar hakkında bilgileri ispatlamak için çalışmalar içerir (Zinnbauer, 2009).

1.4. Dindarlık ve Umutla İlgili Yapılmış Çalışmalar

Yurt içinde ve yurt dışında dindarlıkla ilgili yapılmış araştırmaların yanında umutla ilgili yapılmış araştırmalar da mevcuttur. Bu kısımda öncelikle dindarlıkla ilgili yapılmış çalışmalardan örnekler sunulacak ve daha sonra umutla ilgili çalışmalara değinilecektir.

Kımtır (2008) tarafından yapılan çalışmada dinî hayatın, inanç, ibadet ve etki boyutlarında İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin diğer fakülte ve yüksekokul öğrencilerine göre daha yüksek bir eğilim gösterdikleri ve kendilerini daha dindar olarak algıladıkları; kız öğrencilerin erkeklere nispetle dinî hayatın her üç boyutunda (inanç, ibadet ve etki) daha dindar bir görüntü sergiledikleri; anneleri yüksekokul veya üniversite mezunu olan öğrencilerin dinî inançları benimseme, dinî ibadetleri yerine getirme ve dinin etkisini günlük yaşamlarında ve sosyal ilişkilerinde hissetme düzeyleri daha düşük olduğu gibi bu öğrencilerin kendilerini diğer öğrencilere göre daha az dindar olarak gördükleri; babalarının eğitim durumu yükseldikçe öğrencilerin dinî ibadetleri yerine getirme ve dinin etkisini günlük yaşamlarında hissetme derecelerinde bir düşüş eğilimi gözlemlendiği; üniversiteli gençlerin gelir durumlarına göre dinî hayatın inanç ve ibadet boyutlarında ve öznel dindarlık algılarında zengin olan öğrenciler lehine anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu; öğrencilerin din eğitimi alıp-almama durumlarına göre dindarlık boyutlarındaki ve öznel dindarlık algılarındaki puan ortalamalarının din eğitimi alan öğrenciler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı ayrıca din eğitimi alıp almama durumları ile dinî hayatın boyutları ve öznel dindarlık algıları arasında pozitif ve anlamlı bir korelasyon olduğu; öğrencilerin din eğitimlerini aldıkları yere göre dinî hayatın inanç, ibadet ve

etki boyutlarındaki puan ortalamalarında ve öznel dindarlık algılarında din eğitimlerini resmi kurumlardaki Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi derslerinden alan öğrenciler aleyhine, dinî kurum ve kuruluşlar ile aile ve yakın çevreden alanlar lehine anlamlılık düzeyinde farklılaşmalar olduğu; öğrencilerin ailelerinin dindarlık düzeylerine göre dinî hayatın inanç, ibadet ve etki boyutlarından aldıkları puan ortalamaları ve öznel dindarlık algıları, ailesi "çok dindar" ve "dindar" olan öğrenciler lehine anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu verileri elde edilmiştir.

Güven (2008) tarafından yapılan çalışmada kadınların öznel dindarlık algısını yansıtan ortalamalarının erkeklerinkinden daha yüksek olduğu; evlilerin kendilerini bekârlardan daha dindar değerlendirme eğiliminde olduğu; dindarlığın duygu-tecrübe ve ibadet boyutunda evliler lehine anlamlı bir farklılık olduğu; gelir durumuna göre dindarlık boyutlarına baktığımızda duygu-tecrübe boyutu dışındaki tüm alt boyutlarda (inanç, ibadet, etki boyutları) en düşük ortalamalar “fakir” grubuna ait olduğu; öğrenim düzeyi ile dindarlık arasındaki ilişkiye yönelik yapılan analizler sonucunda öğrenim düzeyi yükseldikçe öznel dindarlık algısının azaldığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Koç (2008) tarafından yapılan çalışmada, yetişkinlik döneminde yaş ilerledikçe dindarlık eğiliminde bir yükselme olduğu; yetişkinlerin sosyo-ekonomik düzey algıları bağlamında en üst düzeyden orta ve aşağı düzeylere doğru inildikçe, içgüdümlü dindarlık modeline sahip olma eğilimlerinde bir artış olduğu; yetişkin bireylerin eğitim düzeyleri yükseldikçe içgüdümlü dindarlık modeline sahip olma eğilimlerinde periyodik bir düşüş olduğu verilerine ulaşılmıştır.

Çapar (2008) tarafından yapılan çalışmada, sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dindarlığın azaldığı, sosyo-ekonomik düzey azaldıkça dindarlığın arttığı; dindarlıkla öğrencilerin devam ettiği okul değişkeni arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve dindarlık puanı en yüksek olan öğrencilerin din eğitimi veren İmam Hatip Lisesinde bulunduğu; dindarlık değişkeni ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

Dalmış (2009) tarafından yapılan çalışmada, bireyin dindarlık düzeyi ile ailesinin dindarlık düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu; kadınların erkeklere göre daha dindar olduğu; dindarlık düzeyi evli/dul-boşanmışlarda bekârlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ceviz (2009) tarafından yapılan çalışmada, kadınların dindarlık eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu; kentlerde yaşayanların kırsal kesimde yaşayanlara göre dinî inanç bakımından daha yüksek eğilimlere sahip olduğu tespit edilmiştir.

Aydemir (2008) tarafından yapılan çalışmada, yaş faktörüne göre bireylerin dindarlık düzeyleri arasındaki fark önemli bulunmuş, 31-35 yaş grubunda bulunanların dindarlık düzeyinin 20-25 ve 26-30 yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu; medenî durum açısından evlilerin dindarlık düzeyinin bekâr ve diğerlerine göre daha yüksek olduğu; gelir seviyesi açısından iyi durumda olanların dindarlık düzeyinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu; yerleşim yerine göre köy ve kasabada yaşayanların dindarlık düzeyinin ilçe ve ilde yaşayanlara göre daha yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Yoğurtçu (2009) tarafından yapılan çalışmada, kadınların dinî eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu; evlilerin, bekârlara oranla daha dindar olduğu; öğrenim düzeyi arttıkça dindarlıkta düşüş olduğu; alım gücü iyi olanların dindarlık düzeyi düşük ve alım gücü az olan grubun ise dindarlık düzeyi yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kılıç (2011) tarafından yapılan çalışmada, erkeklerin dindarlık ortalaması kadınlara nazaran daha yüksek çıkmıştır.

Gürsu (2011) tarafından yapılan çalışmada, öğrenim görülen okul türü bağlamında İmam Hatip Liselerinde öğrenim gören ergenlerin diğer liselerde öğrenim görenlere göre daha dindar oldukları; annenin eğitim düzeyi yükseldikçe

ergenin dindarlık düzeyinin azaldığı; Ailenin dindarlık düzeyi yükseldikçe ergen dindarlığının buna paralel olarak arttığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Yukarıda dindarlıkla ilgili yapılmış çalışmalara değinilmiştir. Aşağıda da umutla ilgili yapılan çalışmaların sonuçları ele alınmıştır.

Aydoğan (2010) tarafından ilköğretim II. kademe öğrencilerinin benlik saygısı ve umut düzeyleri üzerine yönelik olarak yapılan çalışmaya göre, annesi sadece okuryazar olan öğrencilerin umut düzeyleri, annesi ilköğretim, ortaöğretim ve yükseköğretim mezunu olan öğrencilerin umut düzeylerinden daha düşük; babası sadece okuryazar olan öğrencilerin umut düzeyleri, babası ilköğretim, ortaöğretim ve yükseköğretim mezunu olan öğrencilerin umut düzeylerinden daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Bunun yanında geliri 0–500 TL olan ailelerin çocuklarının umut düzeyleri, geliri 501–1000 TL, 1001–1500 TL ve 1501 TL ve üzeri olan ailelerin çocuklarının umut düzeylerinden daha düşük; 4 ve üzerinde kardeş olan öğrencilerin umut düzeyleri 1, 2, 3 kardeş olan öğrencilerin umut düzeylerinden daha düşük; 2 kardeş olan öğrencilerin umut düzeyleri de 3 kardeş olan öğrencilerin umut düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aydın (2010) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, sınıf düzeyi açısından sadece umut alt boyutu olan amaca götüren yollar planlama için anlamlı farklılıklar elde edilmiş; demokratik olarak algılanan aile tutumuna sahip ailelerin diğerlerine göre umut ve umut alt boyutlarından daha yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Kepir (2011) tarafından yapılan araştırmada üniversite adaylarında meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar, mesleki olgunluk ve umut düzeyleri adlı çalışmada, umut düzeyi ve okul türünün, üniversite adaylarının meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir.

Köktuna (2007) tarafından yapılan araştırmada, ileri yaş grubunun umudunu daha fazla yitirdiği ve gelecek beklentisinin diğer gruplara göre düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Yoğurtçu'nun (2009) alışmasında, evlilerin umutsuzluk düzeyleri bekârlara oranla daha yüksek olduğu, yaş dönemleri ile umutsuzluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu ve yaşın ilerlemesiyle birlikte umutsuzluk düzeyinin arttığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca öğrenim düzeyi arttıka umutsuzluk düzeyinin azaldığı, ekonomik durumu/alım gücü iyi olan kişilerin umutsuzluk düzeylerinin düşük olduğu da araştırma sonuçları arasındadır.

şahin'in (2007) alışmasında, evlilerde umutsuzluk düzeyinin daha yüksek olduğuna; aylık gelir durumuna göre gelir düzeyi düşük olan hastaların umutsuzluk düzeyinin daha yüksek olduğuna; ayrıca parçalanmış aileye mensup bireylerin umutsuzluk puanlarının daha düşük olduğuna ulaşılmıştır.

Ünal'ın (2006) ilköğretim öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin geleceğe dair umutlarında anne ve babanın öğrenim durumu olumlu bir etkiye sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca anne ve babanın tutumunun olumlu olması öğrencinin gelecekten beklentisinin artmasında etkili olduğu; öğrencilerin anne ve babalarının iş durumları ve maddi durumlarının iyi olması öğrencilerin gelecek beklentilerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Öz'ün (2006) hastalar üzerinde yaptığı araştırmada, yapılan analizde ekonomik durumun umutsuzluk üzerinde etkili olduğu görölmüştür.

Bu çalışmaların yanında öğrencilerin geleceğe dair umutları ile ilgili birçok çalışma da vardır. Bu çalışmalarda anne ve babanın tutumları çocuğu etkilediği (M. Field'den (1940) Akt: Curry ve ark., 1997) ve sosyo-költürel çevrenin geleceğe dair umut üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sonucu elde edilmiştir (Osterrieth'ten (1967) Akt: Curry ve ark., 1997).

Curry ve arkadaşlarının (1997) üniversite öğrencisi olan atletlerle yaptıkları araştırmada, genel ve duruma özgü umut ölçekleri kullanılarak, umudun akademik ve sportif başarı ile olan ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre umut, öğrencilerin dönem sonu akademik puanlarını önemli biçimde yordamaktadır.

Snyder, Shorey ve arkadaşlarının (2002), umut ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışma sonucunda, öğrencilerin 1. sınıfta ölçülen umut puanlarının tüm dönemdeki akademik puanlarını yordadığı; yüksek umutlu öğrencilerin düşük umutlu akranlarına göre daha fazla mezun olduğu ve üniversiteye ara vermeden devam etme eğiliminde oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Chang (2003) tarafından yapılan araştırmada orta yaş grubundaki kadın ve erkeklerde umut, problem çözme ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Erkeklerin umut alt boyutları olan amaca götüren yollar planlama (pathways) ve amaca ilişkin motivasyon (agency) puanları, bayanların puanlarından anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Shorey ve arkadaşları (2003) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri, bağlanma stilleri ve algılanan aile tutumları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Kız öğrencilerin umut-amaca ilişkin motivasyon alt boyutu puanları, erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Williams (2009) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin okul başarıları, okulu bitirmeye ilişkin kararlılıkları, umut düzeyleri ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiler incelenmiş ve umut düzeyinin akademik başarının önemli bir yordayıcısı olduğu verisine ulaşılmıştır.

İKİNCİ BÖLÜM MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma tarama modelinin alt modellerinden olan ilişkisel tarama modelinde yapılan bir araştırmadır. *Tarama modelleri*, geçmişte ya da şimdiki zamanda var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırmalardır. Araştırmaya konu olan olay durum ya da nesne, kendi koşulları içerisinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır ve onları etkileme ya da değiştirme amacı güdülmez. *İlişkisel tarama modeli* ise iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2012: 77-81). Aynı zamanda bu araştırma, çok sayıda veriyi ekonomik olarak elde etmeye imkân sağlayan *anket araştırmaları* kapsamına girmektedir (Altunışık, Coşkun, Bayraktaroğlu, ve Yıldırım, 2010: 66).

Ampirik bir araştırma olan bu çalışma sunulan hipotezler doğrultusunda demografik değişkenler ile dindarlık ve umut arasındaki ilişkiyi ampirik bir araştırmayla tespit etmeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda, konu ile ilgili umut ölçeği ve dindarlık ölçeğiyle bağımsız değişkenleri kapsayan sorulardan oluşan bir anket formunun katılımcılar tarafından doldurulması sağlanmıştır. Anketlerle ulaşılan veriler SPSS paket programı kullanılarak bilgisayara aktarılmıştır. Son aşamada ise bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiler ve dindarlığın umuda etkisi ilgili istatistiksel teknikler kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmanın kavramsal çerçevesi umut ve dindarlıkla ilgili daha önce yapılmış çalışmaların taranmasıyla oluşturulmuştur. Mevcut araştırma bulguları literatürde bu konuyla ilgili yapılmış çalışmaların sonuçlarıyla bir bütünlük içinde değerlendirilmiştir.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Bayburt Üniversitesinin Eğitim Fakültesi (n=1034), İlahiyat Fakültesi (n=334), İİBF (n=1457) ve Mühendislik Fakültesinde (n=1107) öğrenim gören toplam 3932 öğrenciden oluşmaktadır. Zengin bir örnekleme ulaşmak ve genellenebilirliği artırmak için Bayburt Üniversitesini oluşturan bu dört fakülte çalışma evreni olarak seçilmiştir. Bu fakültelerde öğrenim gören ve 270'i kız ve 225'i erkek olmak üzere toplam 495 katılımcıdan oluşan örneklem, olasılığa dayalı yöntemlerden olan *basit tesadüfi örneklem* (Altunışık ve ark., 2010) yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur.

Fakültelerin seçiliş nedenine gelince; din içerikli derslerin müfredatta yer aldığı fakültelerle din içerikli derslerin müfredatta yer almadığı fakültelerin dindarlıklarını ve umutlarını kıyaslamak için araştırmanın örnekleme, Eğitim Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İİBF ve Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşturuldu. Mezun olduktan sonra iş sahibi olma, fakültele göre değişiklik gösterir. Şimdi ve gelecekle ilgili olan umut, mezun olduktan sonra iş sahibi olmaya yönelik kaygıdan etkilenebilir. Bu durumda mezun olduktan sonra iş imkânlarına en rahat ulaşan İlahiyat ile iş sahibi olmanın zor olduğu diğer bölümlerin öğrencileri arasında dindarlık ve umut bakımından karşılaştırma yapmak da fakülteleri seçme nedenlerimizden biridir. Ayrıca, katılımcıların farklı fakültelerden olması göz önünde bulundurulduğunda örneklemin zengin bir çeşitleme imkânı sağladığı da söylenebilir.

Bayburt Üniversitesinde öğrenim gören 3932 üniversite öğrencisi içinden seçilmiş 495 katılımcıdan oluşan örneklemimizin evreni temsil edebilme kabiliyetine sahip olduğu ve sonuçların güvenilirliğinin yeterli düzeyde olduğu ifade edilebilir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bilimsel araştırmalar yapılırken verileri toplamak için bir takım araçlar kullanılır. Uygulamalı bir araştırma olan bu araştırmada veri toplama aracı olarak *dinî hayat ölçeği* ve *umut ölçeği* kullanılmıştır.

2.3.1. Dinî Hayat Ölçeği (DHÖ)

Verilerin toplanmasında bir diğer veri toplama aracı Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi A.B.D. öğretim elemanları tarafından geliştirilmiş olan Dinî Hayat Ölçeği kullanılmıştır. DHÖ, bireylerin dinî hayat konusundaki durumlarını belirlemeyi hedefleyen farklı derecelendirmeleri olan Likert tipinde ve dört boyuttan oluşan bir ölçektir. Ölçeğin *inanç* boyutu 4, *duygu* boyutu 7, *davranış* boyutu 10 ve *bilgi* boyutu 10 maddeden olmak üzere toplam 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınacak en düşük puan 0, en yüksek puan ise 69'dur. Alınan bu puanlar araştırmada dindarlık puanı olarak değerlendirilmiştir.

Ölçeğin inanç boyutu, katılıyorum (2), kararsızım (1), katılmıyorum (0) seçeneklerini içermektedir ve alınabilen en yüksek puan 8, en düşük puan 0'dır. Duygu boyutu, hiç (0), biraz (1), çok (2), pek çok (3) seçeneklerini içermektedir ve alınabilen en yüksek puan 21, en düşük puan 0'dır. Davranış boyutu ise hiç (0), bazen (1), çoğu zaman (2), her zaman (3) seçeneklerini içermektedir ve alınabilen en yüksek puan 30, en düşük puan 0'dır. Son boyut olan bilgi boyutu ise yanlış (0) ve doğru (1) seçeneklerinden oluşmaktadır ve alınabilen en yüksek puan 10, en düşük puan ise 0'dır.

DHÖ'nün üniversite öğrencileri için güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Yıldız (1998) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmalarda ölçeğin güvenilirlik çalışmaları iki teknikle gerçekleştirilmiştir. Birincisi yarıya bölme tekniğiyle yapılan hesaplama sonucunda korelasyon katsayısı $r=,86$ elde edilmiş ve $p<,01$ güvenilirlik düzeyinde anlamlı bulunmuştur. İkincisinde ise ölçeğin boyutları arasındaki korelasyonlara bakılmış ve bütün boyutların birbirleriyle ve DHÖ ile korelasyonlarının $p<,001$

güvenirlilik düzeyinde anlamlı olduğu saptanmıştır. Ölçeğin geçerliliği de “*bilinen gruplar tekniği*” ile yapılarak, iki grup arasındaki farkın ($t=20,68$) $p<,001$ güvenirlilik düzeyinde anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlara göre ölçeğin geçerlik ve güvenirliliği oldukça yüksek bulunmuştur. Şahin (1999) tarafından yapılan çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Dolayısıyla ölçüm aracı olarak kullandığımız DHÖ dindarlığı ölçmede güvenilir ve geçerlidir.

2.3.2. Umut Ölçeği (UÖ)

Bireylerin umut düzeylerini belirlemek amacıyla Snyder, Harris ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilen “Umut Ölçeği” 12 maddeden oluşmaktadır. Maddeler düz cümlelerden oluşmuş ve eşit sayıdaki maddelerde “amaçlara ulaşma yolları” (pathway) ile “harekete geçme güdüsü” (agency) boyutlarına ilişkin ifadeler yer almıştır. Ayrıca dört madde umutla ilgisi olmayan dolgu (filler) ifadelerinden (3, 5, 6, 11’inci cümleler) oluşturulmuştur.

Bu ölçek dört boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır. Ölçeğin boyutlarından bir tanesi geçmiş, iki tanesi içinde bulunulan zamanı ve bir tanesi de geleceğe yönelik ifadeleri içermektedir. Ölçek uygulanırken katılımcılardan maddelerdeki ifadelerin kendi durumlarını yansıtmaya derecelerine göre ölçek üzerinde işaretlemeleri istenilmiştir.

Ölçek dörtlü Likert tipinde derecelendirilmiş ve ölçeğin derecelendirilmesinde ise Kesinlikle katılmıyorum (1), Kısmen katılmıyorum (2), Kısmen katılıyorum (3), ve Kesinlikle katılıyorum (4) cevaplama seçenekleri kullanılmıştır. Ölçek puanlanırken dolgu maddelere (3, 5, 6, 11) verilen puanlar dikkate alınmamakta, diğer maddelere verilen puanlar toplanarak her birey için tek bir puan elde edilmektedir. Ölçekten alınabilen en düşük puan 8, en yüksek puan 32’dir. Puanın yüksekliği umut düzeyinin yüksek olduğunu gösterir (Snyder, Shorey, Cheavens ve arkadaşları, 2002).

Umut Ölçeğini Türkçeye uyarlama çalışmaları Akman ve Korkut (1993) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik çalışması için ölçek Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören toplam 103 öğrenciye uygulanmış ve ölçeğin iç tutarlık katsayısı ,65 olarak hesaplanmıştır. Daha sonra ölçek 74 öğrenciye 4 hafta ara ile uygulanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyon katsayısı ,66 olarak bulunmuştur. Aynı çalışmada Umut Ölçeği ile Beck Depresyon Ölçeği arasındaki korelasyon katsayısı -,32 ve İyimserlik Ölçeği ile arasındaki korelasyon katsayısı ,50 bulunmuştur. Ayrıca tek uyarlama çalışmaları sonucunda ölçek Türkiye kültüründe tek boyutlu bir özellik göstermiştir. Araştırma sonucunda Türkçeye uyarlanan ölçeğin ülkemiz için geçerli, güvenilir ve ayırt edici bir nitelik taşıdığı görülmüştür.

2.4. Uygulama

Anketin uygulanması 2012-2013 eğitim-öğretim yılında Bayburt Üniversitesi'nin İlahiyat Fakültesi (n=50), Eğitim Fakültesi (n=109), İİBF (n=204) ve Mühendislik Fakültesi'nden (n=132) toplam 495 katılımcıyla gerçekleştirilmiştir.

Anket uygulaması gerekli etik izin Ek-3'te sunulmuştur. Uygulama esnasında katılımcılara öncelikle yapılan araştırmanın amacı açıklanmış, daha sonra veri toplama araçları tanıtılmış ve kendilerine en uygun cevapların verilmesi gerektiği bilgisi verilmiştir. Deneklere anketi doldurmaları için yeterli bir süre verilmiştir.

Verilerin analizi sırasında, uygulanan DHÖ ile UÖ verileri sayısal değerlere dönüştürülmüş, daha sonra ilgili alt ölçekler ile toplam puanların hesaplanmasına geçilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Çalışmada ilk olarak araştırma hipotezleri doğrultusunda umut ve dindarlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Daha sonra bağımsız değişken olarak dindarlığın bağımlı değişken olan umuda etkisini tespit etmek için ilgili istatistiksel teknikler kullanılmıştır. Bu amaç doğrultusunda konu ile ilgili umut ve dindarlık ölçekleri kullanılmış ve araştırmacı tarafından geliştirilen anket formu veri analiz sürecine

dâhil edilmiştir. Son aşamada ise veriler veri analiz programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmanın anlamlılık düzeyini tespit etmek için normallik dağılımı testi uygulanmıştır. Bu testin sonuçları Tablo 2.1.'de verilmiştir.

Tablo 2.1. Umut ve dindarlık ölçeği toplam puanlarının normallik dağılımı

Ölçekler	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Statistic	df	Sig.
Umut Toplam Puanı	,133	495	,078
Dindarlık Toplam Puanı	,098	495	,096

Tablo 2.1. incelediğinde yapılan normallik testi analiz sonucunda umut ve dindarlık ölçeğinden alınan toplam puanların dağılımlarının ($p>,05$) anlamsız olduğu bir başka deyişle normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla araştırmada ölçek verilerinin analizinde parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

İki gruplu bağımsız değişkenlerin grupları arasındaki farklılığı tespit etmek için parametrik testlerden bir olan *Bağımsız Gruplar T-Testi* kullanılmıştır. İki'den fazla grubu olan bağımsız değişkenlerin grupları arasındaki farklılıkları belirlemek amacıyla *Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Testi* ve bu farklılığın nerden kaynaklandığını tespit etmek için *Bonferroni Testi* uygulanmıştır. Ayrıca çalışmada umut ölçeğinden alınan puanlar ile dindarlık ölçeğinden alınan puanlar arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla *Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi Testi* kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM ARAŞTIRMA BULGULARI VE DEĞERLENDİRME

Araştırmanın bu bölümünde ilk olarak demografik değişkenlerle dindarlık ve umut arasındaki ilişkiye dair bulgular değerlendirilmiş ve geliştirilen hipotezler test edilmiştir. Son olarak umut ve dindarlık arasındaki ilişkiye dair değerlendirmelere yer verilmiş ve ilgili hipotezler test edilmiştir.

3.1. Demografik Değişkenlerle İlgili Bulgular ve Değerlendirme

Katılımcılara ait demografik değişkenler tablolar ve açıklamalar halinde aşağıda verilmiştir (Örneklemin yaşa, cinsiyete, öğrenim görülen fakülteye, sınıf düzeyine, yerleşim yerine ve sosyo-ekonomik duruma göre dağılımı Ek-1’de tablo halinde verilmiştir).

3.1.1. Örneklemin Cinsiyete Göre Dağılımı

Tablo 3.1. Cinsiyet değişkenine göre örneklemin dağılımı

Değişken	Genel Toplam		
	n	%	
Cinsiyet	Kız	270	54.5
	Erkek	225	45.4
	Toplam	495	100

Tablo 3.1.’de görüldüğü üzere örneklem grubunun % 54.5’i (n=270) kız öğrencilerden % 45.4’ü (n=225) ise erkek öğrencilerden oluşmuştur. Buna göre kız ve erkek öğrencilerin yaklaşık olarak yarı yarıya olduğu ifade edilebilir.

3.1.2. Örneklemin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

Tablo 3.2. Yaş değişkenine göre örneklemin dağılımı

Değişken	Genel Toplam	
	n	%
Yaş	19 yaşından küçük	4.0
	19 - 21 yaş arası	64.6
	22 - 24 yaş arası	27.8
	24 yaşından büyük	3.4
Toplam	495	100

Tablo 3.2. incelendiğinde örneklem dağılımının % 4.0'ı (n=20) 19 yaşından küçük olan grupta; % 64.6'sı (n=320) 19-21 yaş arası grupta; % 27.8'i (n=138) 22-24 yaş arası grupta; %3.4'ü (n=17) 24 yaşından büyük grupta yer aldığı görülür. Örneklemin büyük çoğunluğunun 19-24 yaş aralığında yoğunlaşması üniversite 1., 2. ve 3. sınıf normal öğrenim döneminin bu yaş grubunda toplanmasının bir sonucu olarak açıklanabilir.

3.1.3. Örneklemin Öğrenim Görülen Fakülteye Göre Dağılımı

Tablo 3.3. Öğrenim görülen fakülte değişkenine göre örneklemin dağılımı

Değişken	Genel Toplam	
	n	%
Öğrenim Görülen Fakülte	Eğitim Fakültesi	22.0
	İİBF	41.2
	İlahiyat Fakültesi	10.1
	Mühendislik Fakültesi	26.6

Tablo 3.3. göz önüne alındığında örneklem grubu, dindarlık ve umut açısından farklı özelliklere sahip oldukları öngörülen İlahiyat Fakültesi, Eğitim Fakültesi, İİBF ve Mühendislik Fakültesi öğrencilerinden seçilmiştir. Fakülteye göre örneklemin dağılımı Eğitim Fakültesi % 22.0 (n=109), İİBF % 41.2 (n=204), İlahiyat Fakültesi % 10.1 (n=50) ve Mühendislik Fakültesi % 26.6 (n=132) şeklinde dağılım göstermiştir. Buna göre en çok katılımcının İİBF'den en az katılımcının ise İlahiyat Fakültesinden olduğu görülür. İİBF ve Mühendislik Fakültelerinden katılımcının

fazla olması, Bayburt Üniversitesindeki mevcut öğrenci sayısının en fazla bu iki fakültede olmasından kaynaklanmıştır.

3.1.4. Örneklem Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

Tablo 3.4. Sınıf değişkenine göre örneklem dağılımı

Değişken	Genel Toplam		
	n	%	
Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	184	37.1
	2.Sınıf	167	33.7
	3.Sınıf	144	29.0

Tablo 3.4.'te görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan katılımcıların % 37.1'i (n=184) 1. sınıf, % 33.7'si (n=167) 2. sınıf ve 29.0'ı (n=144) 3. sınıfta öğrenim görmektedir. Dolayısıyla en çok katılımcı 1. sınıflardan olurken en az katılımcı ise 3. sınıflardandır. Örneklem sınıflara göre dağılımında en çok sayıda katılımcının 1. sınıflardan olması, Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin büyük çoğunluğunun bu sınıf düzeyinde öğrenim görmesinden kaynaklanmıştır.

3.1.5. Örneklem Yerleşim Yerine Göre Dağılımı

Tablo 3.5. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkenine göre örneklem dağılımı

Değişken	Genel Toplam		
	n	%	
Yerleşim yeri	İl Merkezi	243	49.0
	İlçe Merkezi	152	30.7
	Kasaba	18	3.6
	Köy	82	16.5

Tablo 3.5. göz önüne alındığında örneklem grubunu oluşturan katılımcıların % 49.0'ı (n=243) il merkezinde, % 30.7'si (n=152) ilçe merkezinde, % 3.6'sı (n=18) kasabalarda ve % 16.5'i (n=82) de köylerde ikamet ettiği görülür. Dolayısıyla en fazla katılımcı il merkezinde ikamet edenlerden olduğu görülürken en az katılımcının ise kasabada yaşayanlardan olduğu görülür. İl ve ilçe merkezlerinde ikamet eden

örneklem sayıları dikkate alındığında üniversite öğrenimi gören öğrencilerin genelde il ve ilçe merkezlerinde ikamet edenlerden olduğu görülür.

3.1.6. Örneklem Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre Dağılımı

Tablo 3.6. Ailenin sosyo-ekonomik durum değişkenine göre örneklem dağılımı

Değişken	Genel Toplam	
	n	%
Sosyo-Ekonomik Durum	1000 TL'den düşük	162 32.7
	1000-2000 TL arası	178 35.9
	2000 TL'den fazla	155 31.3

Tablo 3.6.'daki veriler incelendiğinde örneklem grubunu oluşturan katılımcıların % 32.7'si (n=162) 1000 TL'den düşük, % 35.9'u (n=178) 1000-2000 TL arası, % 31.3'ü (n=155) 2000 TL'den yüksek gelir durumuna aittir. Sayısal veriler göz önüne alındığında ilk sırada 1000-2000 TL arası gelire sahip, ikinci sırada 1000 TL'den düşük gelire sahip olan grup ve son sırada 2000 TL'den yüksek olan gelire sahip olan grup yer almıştır. Dolayısıyla örneklem büyük çoğunluğunun orta düzey sosyo-ekonomik durumda olan gruptan oluştuğu görülür.

3.2. Dindarlık ile Umut Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular ve Değerlendirme

Araştırmanın bu aşamasında dindarlık ile umut ilişkisine dair bulgulara ve analizlere yer verilmiştir.

3.2.1. Dindarlık ile Umut İlişkisi

Hipotez 1. Üniversite öğrencilerinin dindarlık ölçeğinden aldıkları puanlar ile umut ölçeğinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Tablo 3.7. Dindarlık ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu

		Umut
Dindarlık	Pearson Correlation	,521
	Sig. (2-tailed)	,000*
	n	495

*p<,05

Tablo 3.7.'de yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda dindarlık puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (r=,521; p<,05).

Literatüre bakıldığında araştırma konusuyla yakından ilgili birçok araştırmaya ulaşılmıştır. Braam ve arkadaşları (1997) tarafından yapılan araştırmada dindarlığın depresyonu azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Yıldız (1998) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada dindarlıkla ölüm kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve dindarlık puanının yükselmesinin ölüm kaygısı düzeyini yükselttiği tespit edilmiştir.

Bonner, Koven ve Patrick (2003) tarafından yapılan araştırmada dindarlığın ve maneviyatın depresyonu azalttığı ve prososyal davranışları arttırdığı tespit edilmiştir. Dezutter, Soenens ve Hutsebaut (2006) tarafından yapılan çalışmada dindarlıkla psikolojik iyi yaşam arasında herhangi bir ilişki bulunmadığı belirtilmiştir.

Kıraç (2007) tarafından yapılan araştırmada Dindarlık Eğilimi Ölçeği ile Hayatın Amacı Ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve dindarlık eğilimi ölçeğinden alınan puanlar yükseldikçe dindarlık eğilimi iç güdümlüleşmiş ve puanlar azaldıkça dindarlık eğilimi dış güdümlüleşmiştir. Yine aynı araştırmada dindarlık eğilimi ile ölüm kaygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiş, dindarlık eğilimi ile psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişkiye ise ulaşılamamıştır. Yaşamdaki temel motivasyonunu inandığı dinden alan ve dinini yaşayan bireylerin, dinini sadece benliğine yönelik faydalar için kullanan bireylere göre daha az ölüm kaygısı yaşadığı sonucu elde edilmiştir.

İnce (2007) tarafından yapılan ve intihar-dindarlık ilişkisi ele alınan çalışmada intihar girişiminde bulunanların dindarlık oranları %70,8'i biraz dindar sayılırım, %12,5'i dindar bir kişiyim, %8,3'ü çok dindar bir kişiyim, %8,3'ü de dine karşı ilgisizim şeklinde ortaya çıkmıştır. İntihara teşebbüs edenlerin büyük çoğunluğu da biraz dindar olduğunu belirtmiştir.

Umutla yakından ilişkili olan mutluluk kavramıyla ilgili Aydemir (2008) tarafından yapılan araştırmada dindarlık ve mutluluk arasında anlamlı ilişki elde edilmiş ve dindarlık arttıkça mutluluğun da arttığı sonucu elde edilmiştir.

Umutla yakından ilişkili olan bir diğer kavram olan benlik saygısıyla ilgili olarak Çapar (2008) tarafından yapılan araştırmada, dindarlık değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir.

Güven (2008) tarafından yapılan çalışmada öznel dindarlık algısı ile depresyon arasında negatif ve anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve kendini dindar olarak değerlendirme eğilimleri arttıkça depresyon düzeylerinin düştüğü sonucu elde edilmiştir. Aynı çalışmada dindarlık ve depresyon arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve katılımcıların dindarlık puanları arttıkça depresyon puanlarının düştüğü tespit edilmiştir.

Dağlı (2010) tarafından yapılan araştırmada dindarlık ve ölüm kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve dindarlık puanı yükseldikçe ölüm kaygısının da yükseldiği sonucu elde edilmiştir.

Dindarlık birçok değişkenden etkilenen çok yönlü bir kavramdır. Dine duyulan ihtiyaç psikolojik zenginlik, sosyal destek, cinsiyet ve yaş gibi psikolojik ve sosyolojik değişkenlere bağlı olarak ortaya çıkabilmektedir (Aukst ve Margetic, 2005). Bu anlamda, umut ve dindarlık konusu araştırılırken sosyo-demografik değişkenlerin de göz önünde bulundurulmasının gereklidir. Din, bireyin hayata bir anlam yüklemesi, kendi varlığının bilincine ulaşması ve yaşam olaylarının getirdiği güçlüklerle mücadele etmesine yardımcı olan önemli bir referans kaynağı olarak

değerlendirilebilir. Umut üzerinde dinin olumlu veya olumsuz etkisi onun din ile ilişkisine, dindarlık düzeyine, dine verdiği öneme bağlı olarak ortaya çıkar (Bahadır, 2002: 165-168). Din, içinde bulunulan anda umutlu olma, geleceğe dair umut besleme ve umuda ilişkin yollar planlamaya yardımcı olan önemli bir referans kaynağı olarak değerlendirilebilir.

Araştırmamızın bulgularının başka araştırmalarca da desteklenmediği sürece bir yorum olmaktan öteye geçmeyeceğini belirtmek gerekir. Aynı zamanda buradaki karmaşık ilişkiyi sadece dindarlık ve umut ölçeklerine bakarak değerlendirmek doğru olmasına rağmen yetersiz olur. Bu noktada, umut ve din konusu araştırılırken sosyo-demografik değişkenler de göz önünde bulundurularak araştırılmalıdır. Çünkü dindarlığın çok yönlü bir kavram olması diğer birçok değişkenlerden de etkilenmesini beraberinde getirmektedir.

3.2.2. Dindarlık Alt Boyutları ile Umut İlişkisi

Hipotez 2. Üniversite öğrencilerinin dindarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar ile umut ölçeğinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler vardır.

3.2.2.1 Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın İnanç Boyutu ile Umut İlişkisi

Hipotez 2.1. Dindarlığın inanç boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Tablo 3.8. Dindarlığın inanç boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu

Değişken	Umut	
İnanç	Pearson Correlation	,263
	Sig. (2-tailed)	,006*
	N	495

*p<,05

Tablo 3.8.'de yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda dindarlığın inanç boyutu puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ($r=,263$; $p<,05$).

Şengül (2007) tarafından yapılan çalışmada psikolojik sıkıntının etkisini hissetme ile inanç puanları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Yavuz (2009) tarafından yapılan araştırmada umutsuzluk puanı ile inanç puanı arasında yüksek düzeyde negatif ilişki tespit edilmiş ve umutsuzluk puanı arttıkça inanç puanının düştüğü sonucuna varılmıştır. Gürsu (2011) tarafından yapılan araştırmada dindarlığın inanç boyutunun depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostile ile anlamlı ilişkilerinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmamızın ve yapılan araştırmaların verileri, inancın umut üzerinde etkili olduğuna işaret etmektedir. Bir açıdan inanan ve inancının gereğini yerine getiren bireyin umudu üzerinde inancının etkisinin olduğu söylenebilir. En azından bu bilginin bu araştırma için geçerli olduğu ifade edilebilir.

3.2.2.2 Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Duygu Boyutu ile Umut İlişkisi

Hipotez 2.2. Dindarlığın duygu boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Tablo 3.9. Dindarlığın duygu boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu

Değişken		UMUT
Duygu	Pearson Correlation	,528
	Sig. (2-tailed)	,000*
	N	495

* $p<,05$

Tablo 3.9.'da yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda dindarlığın duygu boyutu puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ($r=,528$; $p<,05$).

Literatürde İnce (2007) tarafından yapılan araştırmada intihar girişiminde bulunanların % 66,7'sinin dinî konularda çok az bilgi sahibi olduğuna, % 25,0'inin bilgi düzeyinin iyi olduğuna ve % 8,3'ünün de dinî bilgi düzeyinin çok iyi olduğuna ulaşılmıştır. Yani intihar girişiminde bulunanların çoğunun dinî bilgi düzeyi düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gürsu (2011) tarafından yapılan araştırmada ise dindarlığın duygu boyutu ile olumsuz benlik, hostilite, depresyon ve anksiyete arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmamızın sonucuna göre, dindarlığın duygu boyutu puanlarının yükselmesi ile umut puanlarının da pozitif yönde artacağı söylenebilir. Başka bir deyişle, duygu boyutundan yüksek puana sahip olmanın umut durumunu olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir.

3.2.2.3 Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Davranış Boyutu ile Umudun İlişkisi

Hipotez 2.3. Dindarlığın davranış boyutu ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Tablo 3.10. Dindarlığın davranış boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu

Değişken		UMUT
	Pearson Correlation	,513
Davranış	Sig. (2-tailed)	,000*
	N	495

*p<,05

Tablo 3.10.'da yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda dindarlığın davranış boyutu puanları ile umut puanları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=,513$; $p<,05$).

Hayta (2002) tarafından İlahiyat Fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada dini davranışla psiko-sosyal uyum arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiş ve ibadetlerini yerine getirenlerin kaygı, öfke, olumsuz düşünce gibi istenmeyen durumlara daha az maruz kaldığı bilgisine ulaşılmıştır. İnce (2007)

tarafından yapılan araştırmada dinî ibadetleri yerine getirenler, diğerlerine göre hayatı daha anlamlı bulmuşlardır. Yine aynı araştırmada bir dine inanan ve inandığı bu dinin ibadetlerini yerine getirenlerde intihar düşüncesi ve davranışının daha az olduğu tespit edilmiştir. Acaboğa (2007) tarafından yapılan araştırmada dinî ibadetleri yerine getirmemenin mutsuzluğun en belirgin sebebi olduğuna ulaşılmıştır. Gürsu (2011) tarafından yapılan araştırmada dindarlığın davranış boyutunun depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite ile negatif yönde anlamlı ilişkileri olduğu sonucu elde edilmiş, dolayısıyla bunlar arasında güçlü bir ilişkinin olduğuna ulaşılmıştır.

Araştırmamızın sonucuna göre dindarlığın davranış boyutunun puanları artarken umut ölçeği puanlarının artacağı anlamına gelmektedir. Dindarlığın davranış boyutu ile umut ölçeğine yönelik bu bulgu, değişkenler arasındaki güçlü bir ilişkinin ifadesi olarak görülebilir. Bireylerde dindarlık, davranışa dönüştüğü oranda umut ölçeği puanlarının olumlu olacağı bilgisi elde edilmiş oluyor. Diğer bir deyişle davranışa dönüşmüş güçlü bir dindarlıkla birlikte umutlu olma durumunun da artacağı yorumu yapılabilir. Bu veriler İslam'daki ibadetlerin önemi ve insan duyguları üzerindeki olumlu etkisini ifade eden ayetleri de doğrulamaktadır (Mü'minun, 23/2; Fatiha, 1/4; Bakara, 2/128,133,200; Al-i İmran, 3/51; Nisa, 4/36,172; En'am, 5/72).

3.2.2.4 Üniversite Öğrencilerinde Dindarlığın Bilgi Boyutu ile Umut İlişkisi

Hipotez 2.4. Dindarlığın bilgi boyutu ile umut ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki pozitif yönde bir ilişkidir.

Tablo 3.11. Dindarlığın bilgi boyutu ile umut arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonucu

Değişken	Umut
	Pearson Correlation
	,083
	Sig. (2-tailed)
Bilgi	,064*
	N
	495

* $p > ,05$

Tablo 3.11.'de yapılan Pearson Korelasyon Analizi sonucunda dindarlığın bilgi boyutu puanları ile umut puanları arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır ($r=,083$; $p>,05$). Dolayısıyla araştırmamızın ilgili hipotezi doğrulanmamıştır.

Öztürk (2007) tarafından yapılan ve depresyon-dindarlık ilişkisi ele alınan araştırmada alınan din eğitimi alma ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiş ve dinî bilgiye sahip olanların depresyon düzeyinin diğerlerine göre daha düşük olduğuna ulaşılmıştır. Gürsu (2011) tarafından yapılan araştırmada, dindarlığın bilgi boyutuyla depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerine ulaşılmış ve dindarlığın bilgi boyutunun puanları artarken depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik puanının düştüğü bulgusu elde edilmiştir.

Araştırmamızın sonucuna göre dindarlığın bilgi boyutu puanlarının artması umut ölçeği puanlarını etkilemeyeceği söylenebilir. Yani değişkenler arasında ilişkinin olmadığına işaret ettiği ifade edilebilir.

3.3. Demografik Değişkenler ile Dindarlık Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular ve Değerlendirme

Araştırmanın bu aşamasında yer alan demografik değişkenler ile dindarlık arasındaki ilişkilere dair bulgular aşağıda değerlendirilmiştir.

Hipotez 3. Demografik değişkenler (cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sınıf düzeyi, hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer, sosyo-ekonomik durum) ile dindarlık puanları arasında anlamlı ilişkiler söz konusudur.

3.3.1.Cinsiyet ile Dindarlık İlişkisi

Hipotez 3.1. Cinsiyet değişkeni ile dindarlık ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. Kız öğrenciler erkek öğrencilere göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Tablo 3.12. Cinsiyet değişkeni ile dindarlık puanlarının farklılığına dair Bağımsız Gruplar T-Testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	Sayı	Ort.	sd	t	p
Dindarlık	Kız	270	59,76	4,71	3,78	,030*
	Erkek	225	57,95	5,91		

* $p < ,05$

Tablo 3.12.'de yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi neticesinde cinsiyet gruplarının dindarlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık elde edilmiştir ($t=3,78$; $p<,05$). Tabloya göre kız öğrencilerin dindarlık puanları ortalamaları ($\bar{X}=59,76$) erkek öğrencilere ($\bar{X}=57,95$) göre daha yüksektir.

Literatürde yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde cinsiyetin dindarlık düzeyine etki eden faktörlerden biri olarak değerlendirildiği görülmüştür (Çelik, 2002; Kayıklık, 2003; Kirman, 2005). Yapılan araştırmalar da bu yönde sonuçlar elde edilmiş ve kadınların erkeklere göre daha dindar olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yıldız, 2006; Güven, 2008; Arslan, 2008; Şentepe, 2009; Ceviz, 2009; Yoğurtçu, 2009; Dağlı, 2010; Gürsu, 2011). Cinsiyet ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucunu elde eden araştırmalara da rastlanmıştır (Kula, 2001; Mehmedoğlu, 2004; Yıldız, 2006; Çapar, 2008; Aydemir, 2008; Kıracı, 2010; Kılıç, 2011). Türkiye'de üniversite öğrencileri üzerinde yapılan dindarlıkla ilgili çalışmalara bakıldığında bazılarında kadınların erkeklere oranla daha dindar olduğu sonucuna ulaşılmışken (Kirman, 2005; Hasankahyaoğlu, 2008; Yavuz, 2009) bazılarında ise cinsiyet ve dindarlık arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir (Şahin, 1999; Kımtır, 2008).

Miller ve Hoffman (1995), Walter ve Davie (1998) ve Stark (2002) tarafından yapılan çalışmalarla araştırma sonuçlarımız benzerlik göstermiştir. Kadınlar ve erkekler arasındaki farklı psikolojik özellikler ya da yetiştirilme tarzları araştırma sonucumuzda çıkan anlamlı farklılığa etki eden faktörlerden olabileceği söylenebilir. Bunun yanısıra kadınların erkeklerden daha duygusal bir yapısının olmasının da etkili olabileceği düşünülebilir.

3.3.2. Öğrenim Görülen Fakülte Türü ile Dindarlık İlişkisi

Hipotez 3.2. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Tablo 3.13. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Dindarlık	Kareler Top.	Sd	Kareler Ort.	F	p
Gruplar arası	1696,478	3	565,49	22,19	,000*
Grup içi	12508,581	491	25,47		
Toplam	14205,059	494			

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde dindarlık ölçeğinden aldıkları puanların fakülte türüne göre anlamlı şekilde farklılık ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.13.'te yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda fakülte türü gruplarının dindarlık puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilmiştir ($F_{(3-491)}=22,19$; $p=,000$). Bu anlamlı farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi sonuçları Tablo 3.14.'te verilmiştir.

Tablo 3.14. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	Dindarlık	Ort.	Fakülte	Ort. Fark	p.
Dindarlık	Eğitim Fakültesi	60,88	İİBF	2,52	,000*
			İlahiyat Fakültesi	-1,63	,355
			Mühendislik Fakültesi	4,03	,000*
	İİBF	58,36	Eğitim Fakültesi	-2,52	,000
			İlahiyat Fakültesi	-4,15	,000
			Mühendislik Fakültesi	1,50	,047*
	İlahiyat Fakültesi	62,52	Eğitim Fakültesi	1,63	,355
			İİBF	4,15	,000*
			Mühendislik Fakültesi	5,66	,000*
	Mühendislik Fakültesi	56,85	Eğitim Fakültesi	-4,03	,000
			İİBF	-1,50	,047
			İlahiyat Fakültesi	-5,66	,000
Genel Ort.		58,93			

* $p < ,05$

Tablo 3.14.'teki bulgular göz önüne alındığında, Eğitim Fakültesi ile İİBF ($p=000$) ve Mühendislik Fakültesi ($p=000$) arasında anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilmiştir. Buna göre Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinin İİBF ve Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu söylenebilir.

Benzer biçimde İİBF ile Mühendislik Fakültesi ($p=047$) arasında ve İlahiyat Fakültesi ile İİBF ($p=000$) ve Mühendislik Fakültesi ($p=000$) arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre İİBF'de öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeyleri Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinden anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinin, hem İİBF hem de Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinden anlamlı daha ölçüde yüksek olduğuna ulaşılmıştır.

Öğrenim görülen fakültelerin dindarlık puanları ortalamalarında en yüksek ortalamaya İlahiyat Fakültesinin ($\bar{X}=62,52$) sahip iken en düşük dindarlık puanı ortalamasını ise Mühendislik Fakültesinin ($\bar{X}=56,85$) aldığı sonucu elde edildi. İİBF dindarlık puanı ortalamasında ($\bar{X}=58,36$) ikinci sırada yer alırken üçüncü sırada Eğitim Fakültesinin ($\bar{X}=60,88$) geldiği görülmüştür.

Araştırmamızda ulaşılan sonuçlar Şahin (1999), Kımtır (2008), Hasankahyaoglu (2008) ve Yavuz (2009) tarafından yapılan araştırmalarla benzerlik göstermiştir. Gerek yapılan araştırmalarda gerekse araştırmamız sonucunda ulaşılan sonuçlar İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin diğer fakülte öğrencilerine oranla daha yüksek dindarlık düzeyine sahip olduğu gerçeğini ortaya çıkarmıştır. İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin din içerikli dersleri diğer fakülte öğrencilerine göre daha fazla alması bu sonuca etki temel faktörlerden biri olabilir.

3.3.3. Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi ile Dindarlık İlişkisi

Hipotez 3.3. Öğrenim görülen sınıf düzeyi ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Üçüncü sınıfta öğrenim görenler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Tablo 3.15. Öğrenim görülen sınıf düzeyleri ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Dindarlık	Kareler Top.	sd	Ort. Kare	F	p
Gruplar arası	312,612	2	156,306		
Grup içi	13892,446	492	28,237	5,53	,004*
Toplam	14205,059	494			

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde dindarlık ölçeğinden aldıkları puanların sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır. Tablo 3.15'te yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda sınıf düzeyi gruplarının dindarlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara

rastlanmıştır ($F_{(2-492)}=5,53$; $p=,004$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve testin sonuçları Tablo 3.16.'da verilmiştir.

Tablo 3.16. Öğrenim görülen sınıf düzeyleri ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	Ort.	Sınıf	Ort. Fark	p
Dindarlık	Birinci Sınıf	İkinci Sınıf	,51	1,000
		Üçüncü Sınıf	-1,44	,045
	İkinci Sınıf	Birinci Sınıf	-,51	1,000
		Üçüncü Sınıf	-1,95	,004
	Üçüncü Sınıf	Birinci Sınıf	1,44	,045*
		İkinci Sınıf	1,95	,004*
Toplam	58,93			

* $p < ,05$

Tablo 3.16.'daki bulgular göz önüne alındığında, 3. sınıf ile 1. sınıf ve 2. sınıf arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülür. Buna göre 3. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinin 1. sınıf ve 2. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin dindarlık düzeylerinden anlamlı ölçüde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Sınıf seviyelerine göre dindarlık puanı ortalamalarına bakıldığında 3. sınıfların $\bar{X}=60,13$, 1. sınıfların $\bar{X}=58,69$ ve 2. sınıfların $\bar{X}=58,17$, puan ortalamasına sahip olduğu görülür. Buna göre bütün sınıf seviyelerin genel ortalamaya yakın bir görüntü sergilemiştir. Dolayısıyla en yüksek ortalamaya 3. sınıflar ($\bar{X}=60,13$) ve en düşük ortalamaya ise 2. Sınıflar ($\bar{X}=58,17$) sahiptir.

Araştırmamızla benzer olarak anlamlı düzeyde farklılıklar elde eden çalışmalara bakıldığında, Yavuz (2009) tarafından yapılan çalışmada en yüksek inanç puanına 2. sınıflar ve en düşük inanç puanına 3. sınıfların sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yoğurtçu (2009) tarafından yapılan araştırmada ise dindarlık puanları ile öğrenim düzeyi arasında ters yönlü bir ilişki tespit edilmiş ve öğrenim düzeyi arttıkça anlamlı ve sistematik bir şekilde dindarlıkta düşüş görülmüştür.

Gates (1953) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise uygulanan dinî inanç envanterinden en yüksek puanı 1. sınıfların aldığına ve öğrencilerin dinî hayatlarının şekillenmesinde üniversite eğitiminin fazla bir etkisinin olmadığına ulaşılmıştır. Bunun yanısıra sınıf düzeyi arttıkça dindarlık düzeyi puanlarının düştüğü de tespit edilmiştir. Arsenian (1943) tarafından yapılan çalışmada ise üniversitede alınan eğitimin öğrencilerin dindarlık düzeyi puanlarında anlamlı düzeyde farklılıklar meydana getirdiği ve sınıf ilerledikçe dine karşı tutumların daha olumlu yönde arttığı sonucu elde edilmiştir (Akt: Şahin, 2001: 42). Yapılan bazı çalışmalarla araştırmamızda elde ettiğimiz bulgular arasında farklılıklar olduğu görülmüştür. Şahin (1999) tarafından yapılan araştırmada sınıf seviyeleri ile dindarlık puanları arasında bir farklılık meydana gelmediği sonucuna ulaşılmıştır. Hasankahyaoğlu (2008) tarafından yapılan çalışmada sınıf düzeyleri arasındaki ortalama puanın anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmışken en yüksek dindarlık puan ortalamasına 1. sınıfların, en düşük dindarlık puan ortalamasına ise 4. sınıfların sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmamızda öğrenim görülen fakülte ile dindarlık puanları arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılamamasında üniversitede alınan eğitim içeriklerinin etkisi olduğu söylenebilir.

3.3.4. Hayatlarının En Uzun Süresini Geçirdikleri Yer ile Dindarlık İlişkisi

Hipotez 3.4. Öğrencilerin hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Köyde ikamet eden öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Tablo 3.17. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Dindarlık	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Gruplar arası	167,96	3	55,98		
Grup içi	14037,09	491	28,58	1,95	,119*
Toplam	14205,05	494			

* $p > ,05$

Tablo 3.17’de yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) neticesinde hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni gruplarının dindarlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamıştır [$p > ,05$]. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkenine göre dindarlık puanı ortalamalarına bakıldığında ise köyde ikamet edenler $\bar{X} = 59,70$, kasabada ikamet edenler $\bar{X} = 59,38$, il merkezinde ikamet edenler $\bar{X} = 59,16$ ve ilçe merkezinde ikamet edenler $\bar{X} = 58,11$ dindarlık puanı ortalamasına sahip olduğu görülür. Dolayısıyla en yüksek dindarlık puanı ortalamasına köyde ikamet edenler ($\bar{X} = 59,70$) sahipken en düşük dindarlık puanı ortalamasına ilçe merkezinde oturanlar ($\bar{X} = 58,11$) sahiptir.

Çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşan anlamlı düzeyde farklılık olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da mevcuttur (Şahin, 1999; Gürsu, 2008; Hasankahyaoğlu, 2008; Ayten, 2009; Ceviz, 2009; Yüce, 2009). Benzer çalışmalar incelendiğinde ise Yavuz (2009), Aydemir (2008) Apaydın (2001) ve Mehmedoğlu (2007) tarafından yapılan araştırmalarda köy ve kasabada yaşayanların diğer yerleşim yerlerinde yaşayanlara göre daha yüksek dindarlık düzeyine sahip olduğu ve büyükşehirlerde yaşayan katılımcıların en düşük dindarlık düzeyine sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmamızın bulguları ile farklılık gösteren ve Onay (2004) tarafından yapılan çalışmada ilçede yaşayanların dindarlık eğilimleri şehir ve köyde yaşayanların dindarlık eğilimlerine göre daha yüksek olduğu neticesi elde edilmiştir.

Dolayısıyla kırsal bölgede yaşayanların dinî inançlarına geleneksel anlamda daha bağlı olduğu söylenebilir. Araştırmada yerleşim yeri değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılığa ulaşılamamasının ise kırsal bölgelerde ve kent merkezlerinde yaşayanların ahlak ve değerler bakımından benzer etkilere maruz kalmasından kaynaklandığı söylenebilir.

3.3.5. Ailenin Sosyo-ekonomik Düzeyi ile Dindarlık İlişkisi

Hipotez 3.5. Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Düşük aile sosyo-ekonomik durumuna sahip olan öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek dindarlık puanına sahiptir.

Tablo 3.18. Sosyo-ekonomik durum değişkeni ile dindarlık puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Dindarlık	Kareler Top.	Sd.	Ort. Kare	F	p
Gruplar arası	160,344	2	80,172	2,80	,061*
Grup içi	14044,714	492	28,546		
Total	14205,059	494			

* $p > ,05$

Tablo 3.18.'de yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) neticesinde ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni gruplarının dindarlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamıştır [$p > ,05$]. Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkenine göre dindarlık puanı ortalamalarında ise 1000 TL'den düşük grup $\bar{X} = 59,72$, 2000 TL'den yüksek grup $\bar{X} = 58,65$ ve 1000-2000 TL arası olan grup $\bar{X} = 58,27$ dindarlık puanı ortalamasına sahip olduğu sonucuna ulaşıldı. Dolayısıyla en yüksek dindarlık ortalaması 1000 TL'den düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olan gruba ($\bar{X} = 59,72$) aittir.

Kaya (1998), Ünal (1998), Şahin (1999), Sümertaş (2003), Şengül (2007), Hasankahyaoglu (2008) ve Şentepe (2009) tarafından yapılan çalışmalar da araştırmamızın sonucunu desteklemiş ve sosyo-ekonomik durum değişkeni ile

dindarlık puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamızın bulgularından farklı sonuçlara ulaşan Aydemir (2008), Arslan (2008) ve Dağlı (2010) tarafından yapılan araştırmalarda ise sosyo-ekonomik durum değişkeni ile dindarlık puanları arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılmış ve ekonomik durumu yüksek olanların daha yüksek dindarlık puanına sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Bunun yanısıra Yoğurtçu (2009) tarafından yapılan araştırmada ise ekonomik durumu yüksek katılımcıların düşük dindarlık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunlara ek olarak Köktaş (1999), Akdoğan (2002), Yapıcı (2007), Çapar (2008), Kımtır (2008), Ayten (2009) ve Ceviz (2009) tarafından yapılan araştırmalarda orta ve alt gelir grubunda olanların diğerlerine göre daha fazla dindarlık eğilimine sahip oldukları sonucu elde edilmiştir.

Ekonomik durum ve dindarlık puanları arasında ilişkiye dair genel kanı sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe dindarlıkta azalma olacağı şeklindedir. Yapılan bu çalışmada ise bu genel kanıdan farklı bir sonuç elde edilmiştir.

3.4. Demografik değişkenler ile umut arasındaki ilişkilere dair bulgular ve değerlendirme

Araştırmanın bu aşamasında yer alan demografik değişkenler ile umut arasındaki ilişkilere dair bulgular aşağıda değerlendirilmiştir.

Hipotez 4. Demografik değişkenler (cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sınıf seviyesi, sosyal çevre, ailenin ekonomik durumu) ile umut puanları arasında anlamlı ilişkiler söz konusudur.

3.4.1. Cinsiyet ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.1. Cinsiyet değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. Erkek öğrenciler kız öğrencilere göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Tablo 3.19. Cinsiyet değişkeni ile umut puanlar arasındaki farka ilişkin Bağımsız Gruplar T-Testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	Sayı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Umut	Kız	270	26,75	3,39	0,47	,359*
	Erkek	225	26,77	3,14		

* $p > ,05$

Yapılan analiz neticesinde umut ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Tablo 3.19’da yapılan Bağımsız Gruplar T-Testi sonucunda erkeklerin umut puanı ortalamaları $\bar{X} = 26,75$ ve kızların umut puanı ortalaması ise $\bar{X} = 26,77$ ’dir. Buna göre erkeklerin umut ölçeğinden aldıkları puan ortalaması kızlara göre daha yüksek olmakla birlikte aralarındaki fark anlamlı düzeyde değildir ($t=0,47$; $p > ,05$). Dolayısıyla kız ve erkek öğrencilerin umut puanı ortalamaları istatistiksel olarak cinsiyet gruplarına göre değişmemiştir.

Sayar (2012) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiş ve erkek öğrencilerin umut puanları kız öğrencilerin umut puanlarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Karabulutlu ve arkadaşları (2003), Şahin (2007), Ağır (2007), Üngüren (2007) Kızıroğlu (2012) ve Vidinlioğlu (2010) tarafından yapılan çalışmalarda cinsiyet ile umutsuzluk puanları arasında anlamlı farklılıklara ulaşılmış ve kadınların umutsuzluk puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu çalışmaların aksine Yavuz (2009) ve Dünyaoğulları (2011) tarafından yapılan çalışmalarda cinsiyet değişkeni ile umutsuzluk puanları arasında anlamlı farklılık olduğuna ulaşılmış ve erkeklerin umutsuzluk puanları ortalamalarının kızlardan daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Yine Ceyhan (2004), Durak-Batıgün (2005), Tümkaya ve arkadaşları (2007), Çam Çelikel ve Erkorkmaz (2008), Özmen ve arkadaşları (2008), Gençay (2009) ve Şahin (2009) tarafından yapılan çalışmalarda da cinsiyet ile umutsuzluk puanları arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Bunun yanısıra bizim çalışmamızla paralel olarak cinsiyet ile umut arasında anlamlı ilişkiye ulaşamayan birçok araştırma da mevcuttur (Öz, 2006; Aslan ve ark., 2007; Üngüren,

2007; Yıldırım, 2007; Kula, 2008; Taner, 2008; Tekin ve Filiz, 2008; Ottekin, 2009; Aydoğan, 2010; Aydın, 2010; Coşkun, 2010; Kırımoğlu, 2010; Atalay, 2011).

Dolayısıyla umut/umutsuzlukla ilgili Türkiye’de yapılan çalışmaların bazılarında cinsiyet ile umut ve umutsuzluk puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu sonucuna ulaşılırken bir kısmında ise anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilememiştir. Farklılık elde eden çalışmaların bir kısmında umut ve umutsuzluk puanı erkeklerin lehine iken diğer bir kısmında kadınların lehine sonuçlara varılmıştır. Araştırmamızda cinsiyet ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılığın bulunmamasında günümüzde kadın ve erkeklerin benzer sorumluluklar alması, kadınların ekonomik özgürlüklerinin artması, kadının geleneksel rollerinden uzaklaşarak zamanının çoğunu ev dışında geçirmesi ve sosyal yaşamlarında özgürleşmesi etkili olmuş olabilir. Araştırmamızın sonucu, cinsiyet değişkeni ile umut puanları arasında farklılıklardan çok benzerliklerin bulunduğunu belirten Snyder, Harris ve arkadaşlarının (1991) öngörülerini destekler niteliktedir.

3.4.2. Öğrenim Görülen Fakülte ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.2. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İlahiyat Fakültesi öğrencileri diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Tablo 3.20. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Umut	Kareler top.	sd	Ort. Kare	F	p
Gruplar arası	309,88	3	103,29	10,12	,000*
Grup içi	5006,93	491	10,19		

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde umut ölçeğinden aldıkları puanların fakülte türüne göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.20.’de yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda öğrenim görülen fakülte değişkeni gruplarının umut puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde

farklılıklar elde edilmiştir ($F_{(3-491)}=10,12$; $p=,000$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve testin sonuçları Tablo 3.21.'de verilmiştir.

Tablo 3.21. Öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	Fakülte	Ort.	Fakülte	Ort. Fark	p.
Umut	Eğitim Fakültesi	25,95	İİBF	-1,114	,021
			İlahiyat Fakültesi	-2,725	,000
			Mühendislik Fakültesi	-,288	1,000
	İİBF	27,06	Eğitim Fakültesi	1,114	,021*
			İlahiyat Fakültesi	-1,611	,009
			Mühendislik Fakültesi	,826	,126
	İlahiyat Fakültesi	28,68	Eğitim Fakültesi	2,725	,000*
			İİBF	1,611	,009*
			Mühendislik Fakültesi	2,437	,000*
	Mühendislik Fakültesi	26,42	Eğitim Fakültesi	,288	1,000
			İİBF	-,826	,126
			İlahiyat Fakültesi	-2,437	,000
	Toplam	26,76			

* $p < ,05$

Tablo 3.21.'deki bulgular göz önünde bulundurulduğunda İİBF ile Eğitim Fakültesi arasında öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut ölçeği puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar görülmüştür [$p < ,05$]. Buna göre İİBF'de öğrenim gören öğrencilerin umut puanları Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin umut puanlarından anlamlı ölçüde yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Aynı zamanda İlahiyat Fakültesi ile Eğitim Fakültesi, İİBF ve Mühendislik Fakültesi arasında da anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umut düzeylerinin Eğitim Fakültesi, İİBF ve Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umut düzeylerinden anlamlı ölçüde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Umut puanı ortalamalarına bakıldığında en yüksek ortalamaya İlahiyat Fakültesi ($\bar{X}=28,68$) sahiptir. Bunu İİBF ($\bar{X}=27,06$) ve Mühendislik Fakültesi ($\bar{X}=26,42$) takip ederken en düşük ortalamaya ise Eğitim Fakültesi ($\bar{X}=25,95$) sahiptir.

Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında, Yavuz (2009) tarafında yapılan çalışmada öğrenim görülen fakülte ve umutsuzluk arasında anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilmiş ve İlahiyat Fakültesi öğrencileri diğer fakülte öğrencilerine göre en düşük umutsuzluk puanına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ottekin (2009) ve Dünyaoğulları (2011) tarafından yapılan araştırmalarda ise öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umutsuzluk puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılamamıştır.

Çalışmamızın örneklemini yetişkinlik dönemine geçiş aşamasında olan bir gruptur. Sosyal hayata atılma ve işe girme dönemine rastlayan bu dönemde gelecek kaygısı yüksek seviyededir. Bu kaygı durumu bazen bireyleri karamsarlığa iter. Bu karamsarlık ise umut üzerinde olumsuz etki yapar. Çalışmamızda fakülte değişkeni ile umut puanları arasında farklılıklar elde edilmesinde fakültelerden mezun olanların iş bulma olanaklarının değişmesi, gelecek kaygısı ve karamsarlık eğiliminin bireyin umudunu olumsuz yönde etkilemesinin etkili olduğu söylenebilir.

3.4.3. Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.3. Öğrenim görülen sınıf düzeyi değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Üçüncü sınıfta öğrenim gören öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Tablo 3.22. Sınıf düzeyi değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Umut	Kareler toplamı	sd	Kareler Ort.	F	p
Gruplar arası	83,08	2	41,54		
Grup içi	5233,73	492	10,63	3,90	,021*
Toplam	5316,81	494			

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde umut ölçeğinden aldıkları puanların sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.22’de yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda öğrenim görülen sınıf düzeyi gruplarının umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır ($F_{(2-492)}=3,90$; $p=,021$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve testin sonuçları Tablo 3.23.’te verilmiştir.

Tablo 3.23. Sınıf düzeyi değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	Sınıf	Ort.	Sınıf Düzeyi	Ort. Fark	p.
Umut	Birinci Sınıf	27,04	İkinci Sınıf	,85	,043*
			Üçüncü Sınıf	-,02	1,000
	İkinci Sınıf	26,19	Birinci Sınıf	-,85	,043
			Üçüncü Sınıf	-,87	,055
	Üçüncü Sınıf	27,06	Birinci Sınıf	,02	1,000
			İkinci Sınıf	,87	,055
Toplam		26,76			

* $p < ,05$

Tablo 3.23.’teki bulgular göz önüne alındığında 1. Sınıflar ile 2. Sınıflar arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülür. 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin umut düzeyleri 2. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin umut düzeylerinden anlamlı ölçüde yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Umut ölçeğinden alınan puan ortalamalarında ise 3. sınıflar $\bar{X}=27,06$, 1. sınıflar $\bar{X}=27,04$ ve 2. sınıflar $\bar{X}=26,19$ ortalamasına sahiptir. Buna göre 1. sınıfların umut puanları 2. sınıfların umut puanlarından; 2. sınıfların

umut puanları 3. sınıfların umut puanlarından yüksektir. Dolayısıyla en yüksek umut ortalamasına 1. sınıflar ($\bar{X}=27,06$) sahipken en düşük umut puanı ortalamasına ise 2. sınıflar ($\bar{X}=26,19$) sahiptir.

Araştırmamızla benzer sonuçlara ulaşan dolayısıyla anlamlı düzeyde farklılık elde edilen birçok çalışma mevcuttur. Yavuz (2009) tarafından yapılan araştırmada bizim araştırmamızla aynı sonuca ulaşılmış ve netice olarak en yüksek umut puanı ortalamasına 1. sınıf öğrencilerinin sahip olduğuna ulaşılmıştır. Yine Aydın (2010) tarafından yapılan araştırmada anlamlı farklılığa ulaşılmış ve en yüksek puanının 3. sınıf öğrencilerine ait olduğu sonucu elde edilmiştir. Aksine anlamlı düzeyde farklılığa ulaşılamayan araştırmaya bakıldığında, Atalay (2011) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ve umutsuzluğa ilişkin algıları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir. Yine Sayar (2012) tarafından yapılan çalışmada sınıf düzeyi ile umutsuzluk puanları arasında anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamakla birlikte en yüksek umutsuzluk puanı ortalamasına 3. sınıfların sahip olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmamızın sonucuna göre sınıf seviyesi arttıkça geleceğe yönelik kaygı düzeyinin arttığı ve bu durumun ise bireyin umut durumunu olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Ayrıca sınıf düzeyi arttıkça umut puanlarının düşmesi, mezuniyete yaklaşan öğrencilerin sosyal hayata atılmak ve işe girmek için kaygı düzeylerinin artmasından kaynaklanmış olabilir.

3.4.4. Hayatlarının En Uzun Süresini Geçirdikleri Yer ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.4. Öğrencilerin hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. İl merkezinde ikamet eden öğrenciler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Tablo 3.24. Yerleşim yeri değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

Umut	Kareler Top.	Sd.	Ort. Kare	F	p
Gruplar arası	73,916	3	24,639		
Grup içi	5242,900	491	10,678	2,30	,076*
Toplam	5316,816	494			

* $p > ,05$

Tablo 3.24'te yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) neticesinde hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni gruplarının umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa ulaşılamamıştır [$p > ,05$]. Umut puanları ortalamalarında da ise kasabada ikamet edenler 27,38, köyde ikamet edenler 27,23, il merkezinde ikamet edenler 26,90 ve ilçe merkezinde ikamet edenler 26,22 puan ortalamasına sahiptir. Bu sonuca göre en yüksek ortalamaya kasabada ikamet edenler sahipken en düşük ortalama ise ilçe merkezinde ikamet edenlere aittir.

Bizim araştırmamızla benzer sonuçlar elde edilen ve Akalın (2006), Ağır (2007), Ottekin (2009), Sayar (2012) ve Kızıroğlu (2012) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda yerleşim yeri ile umutsuzluk puanları arasında farklılaşma elde edilememiştir. Yine Yavuz (2009) tarafından yapılan araştırmada anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilememekle birlikte büyükşehirde ikamet edenlerin yüksek umutsuzluk düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamızın bulguları yerleşim yeri değişkeninin umuda etkisinin olmadığını göstermiştir. Sonuç olarak yaşanan çevrenin bireyin umuduna herhangi bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

3.4.5. Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyi ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.5. Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni ile umut ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Sosyo-ekonomik durumu yüksek olanların umut puanı diğer gruplara göre daha yüksektir.

Tablo 3.25. Sosyo-ekonomik düzey değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

UMUT	Kareler Toplamı	Sd.	Kareler Ort.	F	p
Gruplar arası	3,605	2	1,80	,167	,846*
Grup içi	5313,211	492	10,79		
Toplam	5316,816	494			

* $p > ,05$

Tablo 3.25'te yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni gruplarının umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılığa rastlanmamıştır [$p > ,05$]. Umut puanı ortalamaları incelendiğinde ise 1000 TL'den düşük grupta olanlar 26,88, 2000 TL'den yüksek grupta olanlar 26,72 ve 1000-2000 TL arası grupta olanlar 26,65 puan ortalamasına sahip olduğu sonucu elde edildi. En yüksek ortalama 1000 TL'den düşük sosyo-ekonomik düzeyde olan gruba aittir.

Ağır (2007), Yavuz (2009), Atalay (2011) ve Dünyaoğulları (2011) tarafından yapılan çalışmalarda çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşılmış ve sosyo-ekonomik durum değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı farklılıklar elde edilememiştir.

Araştırmamızın bulgularının aksine sonuçlar tespit edilen birçok araştırma da mevcuttur. Ottekin (2009) tarafından yapılan çalışmada anlamlı bir farka ulaşılmış ve sosyo-ekonomik durumun umut üzerinde pozitif yönde etkisi olduğu sonucu tespit edilmiştir. Vidinlioğlu (2010) tarafından yapılan çalışmada ekonomik durum ve umut puanları arasından anlamlı farklılıklara ulaşılmış ve düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere göre umutsuzluk düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kızıroğlu (2012) tarafından yapılan çalışmada anlamlı farklılıklara ulaşılmış ve sosyo-ekonomik durumu düşük düzeyde olan sınıf öğretmenlerinin umutsuzluk puanları ekonomik durumu yüksek düzeyde olan sınıf öğretmenlerine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, sınıf öğretmenlerinin sosyo-ekonomik durumları azaldıkça

umutsuzluk düzeyinin anlamlı derecede arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Üngüren (2007) tarafından yapılan çalışmada anlamlı düzeyde farklılıklara ulaşılmış ve sosyo-ekonomik durum arttıkça umutsuzluk puanının düştüğü sonucu elde edilmiştir. Özmen ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan çalışmada da anlamlı düzeyde farklılıklara ulaşılmış ve sosyo-ekonomik düzey düştükçe öğrencilerin umutsuzluk puanlarında ciddi bir artış görüldüğü tespit edilmiştir. Bu çalışmada öğrencilerin gelir düzeyi düştükçe geleceğe karşı karamsar bir bakış sergiledikleri ve hayata dair umut güdüsü kayıpları yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmamızda sosyo-ekonomik durumun üniversite öğrencilerinin umutları üzerinde etkili olmadığına ulaşılması bireyin umudunun sosyo-ekonomik durumdan etkilenmediği gösterdiği söylenebilir.

3.4.6. Okuduğu Bölüme Gelmedeki En Etkin Faktör ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.6. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör olarak “*kendim*” cevabını veren öğrenciler en yüksek umut puanı ortalamasına sahiptir.

Tablo 3.26. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

UMUT	Kareleri top.	sd	Kareleri ort.	F	p
Gruplar arası	211,37	4	52,844		
Grup içi	5105,43	490	10,419	5,07	,001*
Toplam	5316,81				

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde umut ölçeğinden aldıkları puanların okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.26.’da yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör gruplarının umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır

($F_{(4-490)}=5,07$; $p=,001$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve testin sonuçları Tablo 3.27.'de verilmiştir.

Tablo 3.27. Okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	En Etkin Faktör	Ort.	En Etkin Faktör	Ort. Fark	P
Umut	Kendi	27,21	Yakın çevre: anne, baba, kardeşler	1,20	,015*
			Uzak çevre: akraba ve arkadaşlar	1,21	1,000
			Okul ve dersane öğretmenleri	,48	1,000
			Diğer	2,15	,004*
	Yakın çevre: anne, baba, kardeşler	26,01	Kendi	-1,20	,015
			Uzak çevre: akraba ve arkadaşlar	,01	1,000
			Okul ve dersane öğretmenleri	-,72	1,000
			Diğer	,94	1,000
	Uzak çevre: akraba ve arkadaşlar	26,00	Kendi	-1,21	1,000
			Yakın çevre: anne, baba, kardeşler	-,01	1,000
			Okul ve dersane öğretmenleri	-,73	1,000
			Diğer	,93	1,000
	Okul ve dersane öğretmenleri	26,73	Kendi	-,48	1,000
			Yakın çevre: anne, baba, kardeşler	,72	1,000
			Uzak çevre: akraba ve arkadaşlar	,73	1,000
			Diğer	1,67	,192
Diğer	25,06	Kendi	-2,15	,004	
		Yakın çevre: anne, baba, kardeşler	-,94	1,000	
		Uzak çevre: akraba ve arkadaşlar	-,93	1,000	
		Okul ve dersane öğretmenleri	-1,67	,192	

* $p < ,05$

Tablo 3.27.'deki bulgular göz önüne alındığında *kendi* cevabını verenler ile *yakın çevresi* ($p=,015$) ve *diğer* ($p=,004$) cevabını verenler arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Dolayısıyla bölüme gelmedeki en etkin faktör olarak *kendi* cevabını verenlerin umut düzeyleri *yakın çevresi* ve *diğer* cevabını verenlerin umut düzeylerinden anlamlı ölçüde yüksektir. Umut puanı ortalamalarında ise *kendi* cevabını verenler $\bar{X}=27,21$, *yakın çevre: anne, baba, kardeşler* cevabını verenler $\bar{X}=26,01$, *uzak çevre: akraba ve arkadaşlar* cevabını verenler $\bar{X}=26,00$, *okul ve*

dershane öğretmenleri cevabını verenler $\bar{X}=26,73$ ve *diğer* cevabını verenler $\bar{X}=25,06$ puana sahiptir. Dolayısıyla *kendi* cevabını verenler en yüksek ortalamaya ($\bar{X}=27,21$) sahipken *diğer* cevabını verenler ise en düşük ortalamaya ($\bar{X}=25,06$) sahiptir.

Konuyla ilgili daha önce yapılmış bir çalışma elde edilememiştir. Araştırma sonucunda bölüme gelmedeki en etkin faktör olarak *kendi* cevabını verenlerin umut puanlarının yüksek olması, kendi kararlarını verme özgürlüğüne sahip bireylerin umudunun diğerlerine göre daha yüksek olmasıyla ilgili olabilir. Buna göre iç motivasyonu yüksek olan ve kararlarını kendisi veren bireylerin hayata bakış açısı olumludur. Bu bireyler verdiği kararların sonuçları olumsuz olsa bile bununla mücadele gücünü kendinde bulur ve karamsarlığa kapılmak yerine çözüm yolları arar. Bu bilgiler ışığında mücadele gücü ve motivasyonun bireyin umudunu olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir.

3.4.7. Hayatın Amacı ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.7. Hayatın amacı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. '*Hayatımda oldukça çok amacım var*' cevabını verenler, diğerlerine göre daha yüksek umut puanı ortalamasına sahiptir.

Tablo 3.28. Hayatın amacı ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

UMUT	Kareler Toplamı	sd	Ort. Kare	F	p
Gruplar arası	580,54	4	145,13		
Grup içi	4736,27	490	9,66	15,01	,000*
Toplam	5316,81	494			

* $p < ,05$

Yapılan analiz neticesinde umut ölçeğinden aldıkları puanların hayatın amacı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.28.'de yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda hayatın amacı ile

umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklar elde edilmiştir ($F_{(4-490)} = 15,01$; $p = ,000$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve testin sonuçları Tablo 3.29.'da verilmiştir.

Tablo 3.29. Hayatın amacı ile umut puanları arasındaki farklılığa ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	Ort.	Hayat Amacı	Ortalama Fark	p.
Umut	Hayatımda oldukça çok amacım var	Hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok	8,19	,000*
		Hayatta hiçbir amacım yok	3,27	,460
		Hayatta belli başlı birkaç amacım var	3,70	,008*
		Diğer	1,26	1,000
	Hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok	Hayatımda oldukça çok amacım var	-8,19	,000
		Hayatta hiçbir amacım yok	-4,91	,146
		Hayatta belli başlı birkaç amacım var	-4,48	,051
		Diğer	-6,93	,000
	Hayatta hiçbir amacım yok	Hayatımda oldukça çok amacım var	-3,27	,460
		Hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok	4,91	,146
		Hayatta belli başlı birkaç amacım var	,42	1,000
		Diğer	-2,01	1,000
	Hayatta belli başlı birkaç amacım var	Hayatımda oldukça çok amacım var	-3,70	,008
		Hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok	4,48	,051
		Hayatta hiçbir amacım yok	-,42	1,000
		Diğer	-2,44	,000
Diğer	Hayatımda oldukça çok amacım var	-1,26	1,000	
	Hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok	6,93	,000*	
	Hayatta hiçbir amacım yok	2,01	1,000	
	Hayatta belli başlı birkaç amacım var	2,44	,000*	
Toplam	26,76			

* $p < ,05$

Tablo 3.29.'daki bulgular göz önüne alındığında, '*hayatımda oldukça çok amacım var*' ile '*hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok*' ve '*hayatta belli başlı birkaç amacım var*' yanıtını verenler arasında anlamlı düzeyde farklılıklara ulaşılmıştır. Buna göre '*hayatımda oldukça çok amacım var*' cevabı verenlerin umut puanları ortalamaları, '*hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok*' ve '*hayatta belli başlı birkaç amacım var*' cevabını verenlerinkinden anlamlı ölçüde yüksektir. Ayrıca '*diğer*' cevabını verenler ile '*hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok*' ve '*hayatta belli başlı birkaç amacım var*' cevabını verenler arasında anlamlı düzeyde farklılıklar görülmüştür. Buna göre '*diğer*' cevabını verenlerin umut puanı ortalamaları '*hayatta amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok*' cevabını verenlerden ve '*hayatta belli başlı birkaç amacım var*' cevabını verenlerden anlamlı ölçüde yüksektir. Dolayısıyla '*hayatımda oldukça çok amacım var*' cevabını verenler en yüksek ortalamaya ($\bar{X}=28,44$) sahipken '*hayatımda bir amacım olmadığı gibi herhangi bir amaca da ihtiyacım yok*' cevabını verenler ise en düşük ortalamaya ($\bar{X}=20,25$) sahiptir.

Literatürde bu konu üzerinde yapılmış az sayıda çalışma vardır. Kırac (2007) tarafından yapılan ve dindarlık, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık ilişkisinin incelendiği araştırmada, Hayatın Amacı Ölçeğinden alınan puanlar yükseldikçe hayattaki anlam duygusunun arttığına ulaşılmıştır. Anlam ve amaç kavramlarını aynı anlamda kullanan Yalom'a (1999: 663) göre kozmik anlam, kişinin dışında ve ondan üstün olarak var olan bir düzeni ifade eder ve "*bütün yaşamın, evrenin ve evren içinde insanın ne anlamı vardır?*" sorusunun cevabına yöneliktir. Dünyevi anlam ise "*benim hayatımın anlamı nedir?*" sorusuna verilecek cevabı ifade eder ve kozmik anlamdan bağımsız olarak, insanın hayattaki amacını, işlevini ve hedefini içerir.

Araştırmada hayat amacı olan bireylerin umudunun diğerlerine göre daha yüksek çıkmasında hayata bağlanmada ve yaşamayı sevmeye hayat amacının pozitif yönde etkide bulunmasının etkili olduğu söylenebilir. Çünkü bir hayat amacına sahip

olan bireyler geleceğe yönelik bir umuda sahiptir. Bu umut bireye yaşam enerjisi verir ve onu hayata bağlar. Hayatta amacı olmayan bireyler ise kararsız olurlar ve gelecek için bir umutları daha azdır.

3.4.8. Hayatın Anlamı ile Umut İlişkisi

Hipotez 4.8. Hayatın anlamı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı düzeyde farklılıklar vardır. ‘*Hayatımı çok anlamlı buluyorum*’ cevabını verenler diğerlerine göre daha yüksek umut puanına sahiptir.

Tablo 3.30. Hayatın anlamı ile umut puanları arasındaki farklılıklara ilişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları

UMUT	Kareler toplamı	sd	Ortalama kare	F	p
Gruplar arası	518,57	4	129,643	13,23	,000*
Grup içi	4798,24	490	9,792		
Toplam	5316,81	494			

* $p < ,05$

Yapılan analiz sonucunda umut ölçeğinden aldıkları puanların hayatın anlamı değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği ortaya çıkmıştır [$p < ,05$]. Tablo 3.30.’da yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda hayatın anlamı gruplarının umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara rastlanmıştır ($F_{(4-490)}=13,23$; $p=,000$). Bu anlamlı farklılıkların kaynağını belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni Testi uygulanmış ve bu testin sonuçları Tablo 3.31.’de verilmiştir.

Tablo 3.31. Hayatın anlamı ile umut puanları arasındaki farklılığa ilişkin Bonferroni Testi sonuçları

Değişken	UMUT	Ort.	Hayatın Anlamı	Ort. Fark	p
Umut	Hayatımı çok anlamsız buluyorum	26,40	Hayatımı anlamsız buluyorum	1,21	,922
			Hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum	,41	,997
			Hayatımı biraz anlamlı buluyorum	,51	,994
			Hayatımı çok anlamlı buluyorum	-1,55	,756
	Hayatımı anlamsız buluyorum	25,18	Hayatımı çok anlamsız buluyorum	-1,21	,922
			Hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum	-,80	,873
			Hayatımı biraz anlamlı buluyorum	-,70	,925
			Hayatımı çok anlamlı buluyorum	-2,77	,020*
	Hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum	25,98	Hayatımı çok anlamsız buluyorum	-,41	,997
			Hayatımı anlamsız buluyorum	,80	,873
			Hayatımı biraz anlamlı buluyorum	,09	,999
			Hayatımı çok anlamlı buluyorum	-1,97	,000
	Hayatımı biraz anlamlı buluyorum	25,88	Hayatımı çok anlamsız buluyorum	-,51	,994
			Hayatımı anlamsız buluyorum	,70	,925
			Hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum	-,09	,999
			Hayatımı çok anlamlı buluyorum	-2,06	,000
	Hayatımı çok anlamlı buluyorum	27,95	Hayatımı çok anlamsız buluyorum	1,55	,756
			Hayatımı anlamsız buluyorum	2,77	,020*
			Hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum	1,97	,000*
			Hayatımı biraz anlamlı buluyorum	2,06	,000*
Toplam		26,76			

* $p < ,05$

Tablo 3.31.'deki bulgular göz önüne alındığında 'hayatımı çok anlamlı buluyorum' yanıtını verenler ile 'hayatımı anlamsız buluyorum', 'hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum' ve 'hayatımı biraz anlamlı buluyorum' yanıtını verenler arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılıklara görülmüştür. Buna göre 'hayatımı çok anlamlı buluyorum' yanıtını verenlerin umut düzeylerinin 'hayatımı anlamsız buluyorum' yanıtını verenler, 'hayatımı normal düzeyde anlamlı buluyorum' yanıtını verenler ve 'hayatımı biraz anlamlı buluyorum' yanıtını verenlerin umut düzeylerinden anlamlı ölçüde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla en 'hayatımı çok anlamlı buluyorum' yanıtını verenler en yüksek ortalamaya ($\bar{X} = 27,95$)

sahipken '*hayatımı anlamsız buluyorum*' yanıtını verenler en düşük ortalamaya ($\bar{X} = 25,18$) sahiptir.

Crandall ve Rasmussen (1975) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada haz, heyecan, rahatlık ve mutluluk gibi hedonist değerler ile hayatın anlamı ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda hayatını çok anlamlı bulanların umut düzeyinin diğerlerine göre daha yüksek çıkması, hayata anlam veren bireylerin karamsarlıktan ve kaygıdan uzak bir yapıda olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Ayrıca insanın niçin yaşadığını bilmesi onun hayatı sevmesini sağladığı, yapması gerekenlerden bilgi sahibi olmasına yardımcı olduğu ve bunun bireylerin umudunu pozitif yönde etkilediği söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmada dindarlık ile pozitif psikoloji konularından olan umut arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bu doğrultuda ilk olarak pozitif psikoloji ve dindarlık hakkında bilgiler verilmiştir. Ardından pozitif psikolojinin konularına değinilmiş ve umut hakkında kapsamlı bilgiler verilmiştir. Sonrasında pozitif psikoloji-din ilişkisi ele alınmış ve dindarlık ile umut ilişkisi üzerinde durulmuştur. Araştırmanın yöntemi bölümünde ise araştırmanın evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin nasıl analiz edileceği belirtilmiştir. Daha sonra araştırmanın bulguları ve yorumları verilerek sonuçlara ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinde dindarlık ve umut ilişkisini ele alınan bu araştırmayla ilgili değerlendirmeler genel çerçevede şöyle özetlenebilir:

Araştırmanın evreni Bayburt Üniversitesi'dir. Örneklem ise Bayburt Üniversitesi'nde bulunan Eğitim Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (İİBF) ve Mühendislik Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden rastgele seçilen 495 katılımcıdan oluşturulmuştur.

Araştırmanın temel konusu olan dindarlık-umut ilişkisi Dinî Hayat Ölçeği ile Türkçeye uyarlanan Umut Ölçeğinden elde edilen veriler üzerinden değerlendirilmiştir. Dindarlık ve umut arasındaki ilişkiye Pearson Korelasyon Analizi yapılarak ulaşılmıştır. Analiz neticesinde dindarlık ve umut arasında $r=,521$ gibi orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki elde edilmiştir. Bu sonuç temel hipotezin desteklendiği anlamına gelmektedir.

Örneklemin Demografik Özellikleri

Araştırmamızda yaşa göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların % 4.0'ı (n=20) 19 yaşından küçük yaş grubunda, % 64.6'sı (n=320) 19-21 arası yaş grubunda, % 27.8'i (n=138) 22-24 arası yaş grubunda ve % 3.4'ü (n=17) 24 yaşından büyük yaş grubunda yer aldığı tespit edilmiştir.

Araştırmamızda cinsiyete göre dağılım ele alındığında, katılımcıların % 54.5'ini (n=270) kız öğrenciler, % 45.4'ü (n=225) ise erkek öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırmamızda fakültelere göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların % 22.0'ı (n=109) Eğitim Fakültesinde, % 41.2'si (n=204) İİBF'de, % 10.1'i (n=50) İlahiyat Fakültesi'nde ve % 26.6'sı (n=132) Mühendislik Fakültesinde öğrenim görmektedir.

Araştırmamızda ikamet edilen yere göre dağılım ele alındığında, katılımcıların % 49.0'ı (n=243) il merkezinde, %30.7'si (n=152) ilçe merkezinde, %3.6'sı (n=18) kasabada ve %16.5'i (n=82) köyde ikamet etmektedir.

Araştırmamızda sınıf düzeyine göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların % 37.1'i (n=184) 1. sınıfta, %33.7'si (n=167) 2. sınıfta ve %29.0'ı (n=144) 3. sınıfta öğrenim görmektedir.

Araştırmanın Dindarlık ile Umut İlişisine Dair Sonuçlar

Araştırma bulgularımıza göre dindarlık puanları ile umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmış ve umut puanı ile dindarlık puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkiye ulaşılmıştır (*Hipotez 1. doğrulanmıştır*).

Araştırmamızda dindarlığın bilgi boyutuyla umut ölçeği arasında anlamlı bir ilişki elde edilemezken dindarlığın inanç, duygu ve davranış boyutları ile umut ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır (*Hipotez 2. kısmen doğrulanmıştır*).

Araştırma bulgularımıza göre dindarlığın inanç boyutu ile umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmış ve inanç boyutu ile umut puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır (*Hipotez 2.1. doğrulanmıştır*).

Araştırmanın bulgularına göre dindarlığın duygu boyutu ile umut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmış ve duygu boyutu ile umut puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır (*Hipotez 2.2.* doğrulanmıştır).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre dindarlığın davranış boyutu ile umut puanları arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmış ve davranış boyutuyla umut puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır (*Hipotez 2.3.* doğrulanmıştır).

Araştırma bulgularımıza göre dindarlığın bilgi boyutu ile umut puanları arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır (*Hipotez 2.4.* doğrulanmamıştır).

Araştırmanın Demografik Değişkenleri ile Dindarlık Arasındaki İlişkiye Dair Sonuçlar

Araştırmamızda cinsiyet, öğrenim görülen fakülte ve sınıf düzeyi değişkenleri ile dindarlık arasında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer ve ailenin sosyo-ekonomik durumu değişkeni ile dindarlık ölçeği arasında ise anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır (*Hipotez 3.* kısmen doğrulanmıştır).

Araştırma bulgularımıza göre cinsiyet ile dindarlık ilişkisinde anlamlı bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre kız öğrenciler erkek öğrencilerden daha yüksek dindarlık puanına sahiptir (*Hipotez 3.1.* doğrulanmıştır).

Araştırmada elde edilen bulgularına göre öğrenim görülen fakülte ile dindarlık ilişkisinde anlamlı bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler diğer fakültelerde öğrenim görenlere göre en yüksek dindarlık puanına sahiptir (*Hipotez 3.2.* doğrulanmıştır).

Araştırmanın bulgularına göre öğrenim görülen sınıf düzeyleri ile dindarlık ilişkisinde anlamlı bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre üst sınıfta öğrenim

gören öğrencilerin en yüksek dindarlık puanına sahip olduğu sonucu elde edilmiştir (*Hipotez 3.3.* doğrulanmıştır).

Araştırmada ulaşılan bulgulara göre hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile dindarlık ilişkisinde anlamlı bir farklılaşma elde edilememiştir. Araştırmada en yüksek dindarlık puanı ortalamasına köyde ikamet edenlerin sahip olduğuna ulaşılmıştır (*Hipotez 3.4.* doğrulanmamıştır).

Araştırma bulgularımıza göre ailenin sosyo-ekonomik düzeyi değişkeni ile dindarlık ilişkisinde anlamlı bir farklılaşmaya ulaşılamamıştır. Araştırmada en yüksek dindarlık puanı ortalamasına düşük aile sosyo-ekonomik düzeyde olan gruba ait olduğu tespit edilmiştir (*Hipotez 3.5.* doğrulanmamıştır).

Araştırmanın Demografik Değişkenleri ile Umut İlişkisine Dair Sonuçlar

Araştırmamızda öğrenim görülen fakülte, öğrenim görülen sınıf düzeyi, okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör, hayatın amacı ve hayatın anlamı değişkenleri ile dindarlık arasında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Cinsiyet, ailenin sosyo-ekonomik durumu ve hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkenleri ile dindarlık ölçeği arasında ise anlamlı bir ilişkiye ulaşılamamıştır (*Hipotez 4.* kısmen doğrulanmıştır).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre cinsiyet değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı bir ilişki edilememiştir. Bunun yanında erkeklerin umut puanı ortalaması kızların umut puanı ortalamasından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (*Hipotez 4.1.* doğrulanmamıştır).

Araştırma bulgularımıza göre öğrenim görülen fakülte değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır. Buna göre İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin diğer bölümlere göre daha yüksek umut puanına sahip olduğu sonucu elde edilmiştir (*Hipotez 4.2.* doğrulanmıştır).

Araştırmanın bulgularına göre öğrenim görülen sınıf düzeyi değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılmış ve en yüksek umut puanı ortalamasının üçüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilere ait olduğu sonucu elde edilmiştir (**Hipotez 4.3.** doğrulanmıştır)

Araştırma bulgularımıza göre hayatlarının en uzun süresini geçirdikleri yer değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılamamıştır En yüksek umut puanı ortalamasının kasabada ikamet edenlere ait olduğu elde edilmiştir (**Hipotez 4.4.** doğrulanmamıştır).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre ailenin sosyo-ekonomik durumu değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılamamıştır. En yüksek umut puanınının 1000 TL'den düşük olan gruba ait olduğu tespit edilmiştir (**Hipotez 4.5.** doğrulanmamıştır).

Araştırmanın bulgularına göre okuduğu bölüme gelmedeki en etkin faktör değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılmış ve bölüme gelmedeki en etkin faktör olarak '*kendi*' cevabı verenlerin umut puanları ortalamalarının en yüksek olduğu tespit edilmiştir (**Hipotez 4.6.** doğrulanmıştır).

Araştırma bulgularımıza göre hayatın amacı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılmış ve hayatımda oldukça çok amacım var cevabını veren grubun en yüksek umut puanı ortalamasına sahip olduğu tespit edilmiştir (**Hipotez 4.7.** doğrulanmıştır).

Araştırmada elde edilen bulgulara göre hayatın anlamı değişkeni ile umut puanları arasında anlamlı ilişkilere ulaşılmış ve en yüksek umut puanı ortalamasının '*hayatımı çok anlamlı buluyorum*' cevabını veren gruba ait olduğu tespit edilmiştir (**Hipotez 4.8.** doğrulanmıştır).

Sonuç olarak, bu çalışmayla pozitif psikoloji konularından umut ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, insanlara bir

hayat amacı belirleyen ve gelecek hakkında umutlu olmayı öğütleyen din ile pozitif psikolojinin ilişki içinde olduğuyla ilgili veriler de elde edilmiştir.

Özetle söylemek gerekirse, dinin bireyin duygusu, tutumu, düşüncesi ve davranışı üzerinde çok önemli bir etkiye sahip olduğu çok sayıda araştırma tarafından desteklendiği gibi bu araştırma tarafından da desteklenmiştir. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda dinin hayatın her alanında bireyin umudu üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılabilir. Şüphesiz bu sonuçlarla ilgili daha kesin yargılarda bulunmak için bu konuda ya da ilişkili konularda gerçekleştirilecek çok sayıda çalışmaya ihtiyaç vardır.

Yukarıdaki sonuçlardan yola çıkılarak şu önerilerde bulunulabilir;

- Dindarlık ve Pozitif Psikoloji konularından umudun ilişkisiyle ilgili farklı evrenlerde uygulamalı araştırmalar yapılabilir.

- Hayatın anlamı, umut ve dindarlıkla ilgili farklı evrenlerde uygulamalı bir çalışma yapılabilir.

- Pozitif Psikoloji bağlamında diğerkamalık ve dindarlık ilişkisiyle ilgili farklı evrenlerde uygulamalı bir çalışma yapılabilir.

- Pozitif Psikoloji bağlamında hoşgörü ve dindarlık ilişkisiyle ilgili farklı evrenlerde uygulamalı bir çalışma yapılabilir.

- Dindarlık ve pozitif psikoloji konularından umut ilişkisiyle ilgili farklı evrenlerde uygulamalı çalışmalar yapılabilir.

- Pozitif Psikolojinin psikolojik sağlık ve dindarlıkla ilgili ilişkisine dair bir çalışma yapılabilir.

- Psikolojik sağlık uzmanları ve yaşam koçları insanlara umut aşılama da dini referans olarak kullanabilirler.

Kaynakça

Abela, J. R. ve Seligman, M.P. (2000). The Hopelessness Theory of Depression: A Test of the Diathesis-Stress Component in the Interpersonal and Achievement Domains. *Cognitive Therapy and Research*, 24 (4), 361-378.

Ağılkaya, Z. (2008). *İntihar Girişiminde Bulunanlarda Dinî Tutum Ve Davranışlar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Ağır, M. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üni., Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Akalın, Ö. (2006). *Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Mesleki Algıları ile Geleceğe Yönelik Umut Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst., Konya

Akalın, N. (2006). *Okulöncesi Eğitimi Öğretmenlerinin Denetim Odakları Stresle Başaçıkma Yöntemleri ve Ruh Sağlığı Düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üni. Sosyal Bil. Enst., Niğde

Akman, Y. ve Korkut, F. (1993). Umut Ölçeği Üzerine Bir Çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (9), 193-202

Akmanış, B. (2010). *Otistik Çocuğu Olan Annelerin Algıladıkları Sosyal Desteğe Göre Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üni., Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Aldridge, D. (1991). Healing And Medicine. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 84, 516-518

Allport, G.W. (2004). *Birey ve Dini* (Çev: Bilal Sambur). Elis Yay., Ankara

Altunışık, R. ve Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım E. (2010). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (6. Baskı), Sakarya Yay., İstanbul

Argyle, M. (1987). *The Psychology of Happiness*, Methuen Pub., New York

Arslan, H. (2008). *Ekonomik Kalkınmada Dinsel Tutum Ve Davranışların Çift Yönlü Rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üni. Sosyal Bil. Enst., İzmir

Arslan, H. (2011) Dindarlık Boyutları, Algıları ve Uygulamaları. *Hikmet Yurdu: Düşünce – Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 4 (7), 39-61

Aslan Ö., Sekmen K. ve Kömürcü, Ş. (2007). Kanserli Hastalarda Umut. *Cumhuriyet Üni. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11 (2), 18-24

Arslan, M. (2003) Popüler Dindarlık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 3 (1), 97-116

Atalay, B. (2011). *Türkiye'deki Mesleki Müzik Eğitimi Veren Kurumlarda Öğrenim Gören Lisans Öğrencilerinin, Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırmalı Analizi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üni. Eğitim Bil. Enst., Ankara

Atkinson, R.L. (1995). *Psikoloji'ye Giriş* (Çev: Kelam Atakay, Mustafa Atakay ve Aysun Yavuz). Sosyal Yay., İstanbul

Aukst, B. ve Margetic, B. (2005). Religiosity and Health Outcomes: Review of Literature, *Coll. Antropol*, (29), 365-371

Averill, J.R. (1996). Intellectual Emotions (Ed: Harre Rom ve W. Gerrot Parrott). *The Emotions* içinde, Sage Pub., London/England, 24-38

Aydemir, R.E. (2008). *Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üni. Sosyal Bilimler Enst., Samsun

Aydın, B. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka ve Umut Düzeyleri İle Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üni. Sosyal Bil. Enst., Trabzon

Aydoğan, S. (2010). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Umut ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst. Konya

Ayten, A. (2005). Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29 (2), 185-204

Ayten, A. (2009). Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma, *Marmara Üni. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37 (2), 111-128

Ayten, A. (2009). *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bilimler Enst., İstanbul

Bahadır, A. (2011). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din: Logoterapik Bir Araştırma* (2. Baskı). İnsan Yay., İstanbul

Batson, D.C., Early, S. ve Salvarani, G. (1997). Perspective Taking: Imaging How Another Feels Versus Imaging How You Feel. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23 (7), 751-758

Balkış Baymur, F. (1972). *Genel Psikoloji* (15. Baskı), İnkılap Kitabevi, İstanbul

Berry, J.W., Worthington, E.L. ve Wade, N.G. (2005). Forgiveness, Moral Identity and Perceived Justice in Crime Victims and Their Supporters. *Humboldt Journal of Social Relations*, 29 (2), 136-162.

<http://www.jstor.org/discover/10.2307/23262799?uid=19605&uid=3739192&uid=19604&uid=5909400&uid=2&uid=3&uid=67&uid=5910200&uid=62&sid=21102841552103> [Ziyaret Tarihi: 26 kasım 2013].

Bınar, E. S. (2011). *Sığınmaevinde Kalan Kadınların Algıladıkları Sosyal Destek İle Stresle Başa Çıkma Tarzları Ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üni. Eğitim Bil. Enst., Ankara

Bilgin, N. (1995). *Sosyal Psikolojide Yöntem ve Pratik Çalışmalar*. Sistem Yay., İstanbul.

Bonner, K., Koven, L. P., ve Patrick, J. H. (2003). Effects of Religiosity and Spirituality on Depressive Symptoms and Prosocial Behavior, *Journal of Religious Gerontology*, 14, 189-205.

Bolay, S.H. (2007). Aşkın Değerler Buhranı (Ed: Recep Kaymakcan, Seyfi Kenan ve ark.) *Değerler ve Eğitimi* içinde, DEM Yay., İstanbul, 55-69

Boniwell, I. ve Zimbardo P.G. (2004). Balancing Time Perspective in Pursuit of Optimal Functioning (Ed: Alex P. Linley ve ark.) *Positive Psychology in Practice* içinde. John Wiley & Sons, Inc., New Jersey/USA, 165-178

Braam A. W., Beekman, A. T., Tilburg, T.G. ve ark. (1997). Religious Involvement and Depression in Older Dutch Citizens. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 32 (5), 284-91.

Brewer, B.W., Raalte J.L. ve Corneilus, A.E. ve ark. (2000). Psychological Factors, Rehabilitation Adherence, and Rehabilitation Outcome after Anterior Cruciate Ligament Reconstruction. *Rehabilitation Psychology*, 45 (1), 20-37

Bruininks, P. ve F. Malle, B. (2006). Distinguishing Hope from Optimism and Related Affective States, *Motivation and Emotion*, 29 (4), 327-355

Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü* (3. Basım). Bilim ve Sanat Yay., Ankara

Bufford, R. K., Paloutzian, R.F. ve Ellison, C.W. (1991). Norms For The Spiritual Well-Being Scale. *Journal of Psychology and Theology*, 19 (1), 56-70. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1991-29197-001> [Ziyaret Tarihi: 26 kasım 2013].

Bulut, Z. (2009). *18-50 Yaş Arası Bayanların Kur'an Kurslarına Devam Motivasyonları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üni. Sosyal Bil. Enst., Kayseri

Büyüköztürk, Ş. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (15. Baskı). Pegem A Yay., Ankara.

Canda, E.R. (2009). Spiritual Well-Being. (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 924-928

Carver, C.S. ve Scheier, M.F. (2002). The Hopeful Optimist. *Psychological Inquiry*, 13(4), 288-290

Cengil, M. (2003). Depresyonu Önlemede Dinî İnancın Rolü. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 3 (2), 129-152

Ceviz, F. H. (2009). *Orta Yaş Ve Yaşlılıkta Dindarlık, Mistik Tecrübe Ve Benlik Saygısı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bilimler Enst., İstanbul

Chang, E. (2003). A Critical Appraisal and Extension of Hope Theory in Middle-Aged Men and Women: Is It Important to Distinguish Agency and Pathway Components? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(2), 121-143.
<http://psycnet.apa.org/psycinfo/2003-00747-001> [Ziyaret Tarihi: 26 kasım 2013].

Chen M. L. (2003). Pain and Hope in Patients with Cancer. *Cancer Nursing*, 26(1), 61-67.

Clark, L. A., ve Watson, D. (1999). Temperament: A New Paradigm for Trait Psychology. (Ed: Oliver P. John, Richards Robins W. ve Pervin Lawrence). *Handbook of Personality* (3. Baskı) içinde, *Guilford Pub.*, New York, 265–286

Crandall, J.E. ve Rasmussen, R.D. (1975). Purpose in Life As Related to Specific Values, *Journal of Clinical Psychology*, 31, 483-485.

Coşkun, F. (2010). *Üniversite Giriş Sınavına Hazırlanan Adaylarda Umutsuzluk ve Öğrenilmiş Güçlülük*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üni. Sosyal Bil. Enst., Ankara

Çabuk, C. (2008). *Endüstri Meslek Lisesi ve Genel Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfkelerinin ve Öfke İfade Tarzlarının Umutsuzluk Düzeylerine ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Çapar, B. (2008). *Farklı Orta Öğretim Öğrencilerinde Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üni. Sosyal Bil. Enst., İzmir

Çapcıoğlu, İ. (2009). Sosyo-Politik Tutumlar ve Dindarlık: İlahiyat Fakülteleri Örneğinde Bir Alan Araştırması. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14 (1), 143-180

Çelikel, F.C. ve Erkorkmaz, U. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Umutsuzluk Düzeyleri ile İlişkili Etmenler, *Nöropsikiyatri Arşivi*, (45), 122-129.

Çetintürk, H. (2001). *Yatılı İlköğretim Bölge Okulu 2. Kademe Öğrencileriyle Normal İlköğretim Okulu 2. Kademe Öğrencilerin Depresyon Ve Umutsuzluk Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bil. Enst., Erzurum

Clifton, D.O. ve Rath, T. (2004). *'Every Moment Matters', How Full Is Your Bucket? Positive Strategies for Work and Life*. Gallup Press, New York

Compton, W.C. (2005). *An Introduction to Positive Psychology*. Cengage Learning Pub., New York

Crandall, J.E. ve Rasmussen, R.D. (1975). Purpose in Life As Related to Specific Values. *Journal of Clinical Psychology*, 31, 483-485.

Csikszentmihalyi, M. (2005). *Akış: Mutluluk Bilimi* (Çev: Semra KUNT AKBAŞ). HYB Yay., Ankara

Curran, K. ve Reivich, K. (2013). Goal Setting and Hope. <http://www.nasponline.org/publications/cq/39/7/goal-setting-and-hope.aspx> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Curry, L.A., Snyder, C.R., Cook, D.L. ve ark. (1997). Role of Hope in Academic and Sport Achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (6), 1257-1267.

Cüceloğlu, D. (2000). *Savaşçı* (2. Baskı). Sistem Yay., İstanbul

Dağlı, E. N. (2010). *Yaşlılarda Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bilimler Enst., Konya

Dalmış, Leyla (2009). *Dindarlık Düzeyi ile Dinî Pratiklerin İlişkisi: Ankara Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üni. Sosyal Bilimler Enst., Ankara

Davis, L., Kerr, B.A., ve Kurpius, S.E.R. (2003). Meaning, Purpose and Religiosity in at-risk Youth: The Relationship Between Anxiety and Spirituality. *Journal of Psychology and Theology*, 31, 356-365.

Derebaşı, İ. (1996). *Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Geliştirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üni. Sosyal Bil. Enst., İzmir

Dezutter, J., Soenens, B. ve Hutsebaut, D. (2006). Religiosity and Mental Health: A Further Exploration of The Relative Importance of Religious Behaviors Versus Religious Attitudes. *Personality and Individual Differences*, 40 (4), 807-818.

Diyanet İşleri Başkanlığı (2006). *Dinî Kavramlar Sözlüğü*. DİB Yay., Ankara

Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1), 34-43.

Diener, E., Oishi, S., ve Lucas, R. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.

<http://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Duckworth, A. L., Steen, T.A., ve Seligman, M.E.P. (2005). Positive Psychology in Clinical Practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 629-651.

Dünyaogulları, Ö. (2011). *Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin Kendilerini Gerçekleştirme Engelleriyle Genel Erteleme Eğilimi ve Umutsuzluk Düzeyleri*

Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üni. Eğitim Bil. Enst., İzmir

Ebu'l-Fadl Cemaluddin Muhammed b. Mukrim İbn Manzur (ts.). *Lisanu'l-Arab* (12.cilt). Daru Sadr Yay., Beyrut/Lübnan

Ellison, C.W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330-340.

<http://psycnet.apa.org/psycinfo/1984-27646-001> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Emmons, R.A. (1986). Personal Strivings: An Approach to Personality and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058–1068.

Emmons, R. A., ve Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as a Human Strength: Appraising the Evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 56-69. <http://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.2000.19.1.56>. [Ziyaret Tarihi: 26 kasım 2013].

Emmons, R. A. (2006). Spirituality: Recent Progress (Ed: Csikszentmihalyi, Mihaly ve Csikszentmihalyi, Isabella Selega). *A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology* içinde, New York, NY, US: Oxford University Press, 62-81.

Emmons, R.A. (2009). Gratitude (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 442-446

Erdem, A.R. (2003). Üniversite Kültüründe Önemli Bir Unsur: Değerler. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1 (4), 55-71.

Erikson, E.H. (1993). *Childhood and Society*. Paladin Books, London

Erol, H.C. (2009). *Kemoterapi Alan Hastalarda Algılanan Stresin Umutla İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sağlık Bilimleri Enst., İstanbul.

Esenay, F.I. (2007). *Sağlıklı ve Kansersiz Hastalarda Umut*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üni. Sağlık Bil. Enst., İzmir

Fehring, R.J., Miller, J.F. ve Shaw J. (1997). Spritual Well-Being, Religiosity, Hope, Depression and Other Mood States in Elderly People Coping with Cancer. *Oncology Nursing Forum*, 24, 663-671.

<http://europepmc.org/abstract/MED/9159782/reload=0;jsessionid=FCtPtU0yVoxicwlymeBb.44> [Ziyaret Tarihi: 26 kasım 2013].

Fromm, E. (1993). *Psikanaliz ve Din* (Çev: Aydın Arıtan). Arıtan Yay., İstanbul

Fromm, E. (2006). *The Art of Loving*. Choun Publishing Company, China

Gable, S. ve Haidt, J. (2009). What (and Why) is Positive Psychology?, *Review of General Psychology*, 9, 103-110.

Gallagher, M.W. (2009). Well-Being (Ed: Shane Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* (2. Cilt) içinde, West Sussex: Wiley-Blackwell Pub, 1030-1034.

Garcia, J.A. ve Sanchez, D.T. (2009). Collective Self-esteem (Ed: Shane J. Lopez) *The Encyclopedia of Positive Psychology* (1. Cilt) içinde Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 194-199.

Gelir, E. (2009). *Ana Baba Tutumları, Aile Sosyal Atomu ve Cinsiyete Göre İlköğretim Altıncı Sınıf Öğrencilerinin Öğrenilmiş Çaresizlik ve Akademik Başarılarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üni. Sosyal Bilimler Enst., Adana

George, L.K., Larson, D.B., Koenig, H.G. ve McCullough (2000). Spirituality and Health: What We Know, What We Need to Know. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1), 102-116.

Gottschalk, L.A. (1974). A Hope Scale Applicable to Verbal Samples. *Archives of General Psychiatry*, 30, 779-785.
<http://archpsyc.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=491151> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Gottschalk, L.A. (1985). Hope and Other Deterrents to Illness. *American Journal of Psychotherapy*, 39 (4), 515-524.

Göçen, G. (2013). Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dinî Yönelim İlişkisi. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7 (13), 97-130

Göller, L. (2010). *Ergenlerin Akılcı Olmayan İnançları ile Depresyon-Umutsuzluk Düzeyleri ve Algıladıkları Akademik Başarıları Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üni. Sosyal Bilimler Enst., Erzurum

Gün, E. (2012). *Stresle Başa Çıkma Bilişsel Süreçler ve Dindarlık Üzerine Bir İnceleme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üni. Sosyal Bilimler Enst., Bursa

Güngör, E. (2006). *İslam'ın Bugünkü Meseleleri*. Ötüken Neşr., İstanbul

Güngör, E. (2010). *Değerler Psikolojisi Üzerine Araştırmalar*. Ötüken Neşr., İstanbul

Gürsu, O. (2011). *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bilimler Enst., Konya

Güven, H. (2008). *Depresyon ve Dindarlık İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bilimler Enst., İstanbul

Harris, A.J., Remmers, H.H. ve Ellison, C.E. (1932). The Relation Liberal and Conservative Attitudes in College Students and Other Factors. *The Journal of Social Psychology*, 3 (3) 320-3336.
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00224545.1932.9919155#preview> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Hasankahyaoğlu, H. R. (2008). *Dindarlık ve Empati İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bilimler Enst., Konya

Hayta, A. (2002). İbadetler ve Ruh Sağlığı (Ed: Hayati Hökelekli). *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, Ankara Okulu Yay., Ankara, 117-152

Hefferon, K. ve Boniwell, I. (2011). *Positive Psychology: Theory, Research and Applications*. Open University Press, Berkshire/England

Horozcu, Ü. (2010). Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık Ve Maneviyat İle Ruhsal Ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal*, 7 (1), 209-240.

Hökelekli, H. (2010). *Din Psikolojisine Giriş*, DEM Yay., İstanbul

Hökelekli, H. (2011). *Değerler Psikolojisi ve Eğitimi*, Timaş Yay., İstanbul

Hökelekli H. (2001). *Din Psikolojisi* (4. Baskı). TDV Yay., Ankara

Hökelekli, H. (1985). Dinî Kişiliğin Kuruluşunda İradenin Rolü, *Diyanet Dergisi*, 21 (2), 20

Irving, L.M. ve Snyder, C.R. ve Crowson Jr. J.J. (1998). Hope And Coping with Cancer by College Women. *Journal of Personality*, 66 (2) , 196-214

İmamoğlu, A. ve Yavuz, A. (2011). Üniversite Gençliğinde Dinî İnanç Ve Umutsuzluk. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13 (23), 205-244

İnce, M. A. (2007). *İntihar: Din Psikolojik Bir İnceleme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üni. Sosyal Bil. Enst., Kayseri

James, W. (2002). *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. Pennsylvania State University Press, Pennsylvania/ABD

Joseph, S., Linley A.P. ve Maltby J. (2006). Positive Psychology, Religion, and Spirituality. *Mental Health, Religion ve Culture*, 9 (3), 209-212

Jung, C.G. (1923). *Psychological Types*. (İngilizce'ye Çev: H. Godwyn Baynes and Harcourt Brace, Oxford/England, <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1923-15021-000> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Jung, C.G. (2010). *Psikoloji ve Din* (2. Baskı). (Çev: Raziye Karabey). Okyanus Kitabevi, İstanbul

Kahneman, D. ve Krueger, A.B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *The Journal of Economic Perspectives*, 20 (1), 3-24

Karabulutlu E., ve Erdem E. (2003). Hemodiyaliz Hastalarında Umutsuzluk Ve Yaşam Doyumu. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1303-5134

Karaca, F. (2001). Din Psikolojisinde Metot Sorunu ve Bir Dindarlık Ölçeğinin Türk Toplumuna Standardizasyonu. *EKEV Akademi Dergisi*, 3 (1), 187-201

Karaca, R. (2008). *İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Değer Yönelimleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Karagöz, S. (2010). *Otistik Çocukların Anne Babalarında Anlamlandırma ve Dinî Başaçıkma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Karakaya, S. (2008). *Dindarlık ve Kişilik Arasındaki İlişki: Allport ve Fromm'un Karşılaştırmalı Analizi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üni. Sosyal Bil. Enst., Adana

Karasar, N. (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (11. Basım). Nobel Yay. Dağ., Ankara

Karataş, Z. (2011). *Evde Bakım Hizmeti Sunan Aile Bireyi Bakıcıların Moral Ve Manevi Değerlerinin Başaçıkmadaki Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Rize Üni. Sosyal Bil. Enst., Rize

Kartopu, S. (2006). *Dinî Yaşayışta Hayatı Sorgulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üni. Sosyal Bilimler Enst., Adana

Kaya, M. (1991). Değişen Toplum Ve Değişmeyen Değerler. *Tartışmalı İlmî Toplantılar Dizisi: Sosyal Değişme ve Dinî Hayat*, İlmî Neşriyat A.Ş., İstanbul, 1-7

Kayıklık, H. (2011). Din Psikolojisi: Bireysel Dindarlık Üzerine. *Karahan Kitabevi*, Adana

Keleş, H.N. (2011). Pozitif Psikolojik Sermaye: Tanımı, Bileşenleri ve Örgüt Yönetimine Etkileri, *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3 (2). 343-350.

Kemer, G. (2006). *Öz-Yeterlik, Umut ve Kaygının Onbirinci Sınıf Öğrencilerinin Üniversite Giriş Sınavı Puanlarını Yordamadaki Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üni., Sosyal Bilimler Enst., Ankara

Kepir, D.D. (2011). *Üniversite Adaylarında Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar, Mesleki Olgunluk ve Umut Düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üni. Sosyal Bil. Enst., Ankara

Kılıç, B. (2011). *Kendini Aldatma ve Dindarlık Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üni. Sosyal Bilimler Enst., Bursa

Kıllıoğlu, İ. (1990). Değer. *Sosyal Bilimler Ansiklopedisi*, (1.cilt) içinde, Risale Yay., İstanbul

Kıllıoğlu, İ. (1990). Değer Teorisi. *Sosyal Bilimler Ansiklopedisi*, (1.cilt) içinde, Risale Yay., İstanbul.

Kımtır, N. (2008). *Benlik Saygısı ve Dindarlık İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üni. Sosyal Bilimler Enst., Bursa

Kıraç, F. (2007). *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üni. Sosyal Bil. Enst., Ankara

Kızıroğlu, M. (2012). *Sınıf Öğretmenlerinin Sosyo-Demografik Özelliklere Göre Umutsuzluk Düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üni. Eğitim Bil. Enst., Erzurum

Koç, M. (2010). Demografik Özellikler ile Dindarlık Arasındaki İlişki: Yetişkinler Üzerine Ampirik Bir Araştırma. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19 (2), 217-248

Koç, M. (2008). *Yetişkinlik Döneminde Dindarlık ile Benlik Kavramı Değişkenleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Uludağ Üni. Sosyal Bilimler Enst., Bursa

Koç, M. (2004). Uludağ Üniversitesi'nde Din Psikolojisi ile İlgili Yapılan Tezler (1980-2002) Üzerine Bir Araştırma. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9, 43-66

Konukbay D. (2005). *Engelli Çocuk Ebeveynlerinin Umutsuzluk Düzeyleri ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Sağlık Bilimleri Enst., Ankara.

Köktaş, M.E. (1993). *Türkiye'de Dinî Hayat-İzmir Örneği*. İşaret Yay., İzmir

Köktuna, Z.S. (2007). *Çözüm Odaklı Kısa Terapi Tekniğinin Alt Sosyo-Ekonomik Seviyedeki Kadınların Geleceğe Umut ile Bakabilme ve Boyun Eğici Davranışlara Etkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üni, Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Kula, E. (2008). *Endüstri Meslek Lisesi Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri ve Saldırganlık Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Krech, D. ve Crutchfield, R.S. (1994). *Sosyal Psikoloji* (Çev: Erol Güngör) (2. Baskı). Ötüken Neşr., İstanbul

Lazarus, R.S. (1999). Hope: An Emotion and a Vital Coping Resource Against Despair. *Social Research*, 66 (2) , 653-678

Linley, P. A., Joseph, S., Harrington S. ve ark. (2006). Positive Psychology: Past, Present, and (Possible) Future. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 3-16.

Linley, P. A., Harrington, S. ve Garcia, N. (2010). *Oxford Handbook of Positive Psychology and Work*. Oxford University Press, New York, NY, USA

Lopez, S.J. (2008). *Positive Psychology: Exploring The Best People*. Greenwood Publishing Group, Westport

Lord, R.G. ve Kanfer, R. (2002). Emotions and Organizational Behavior. *Emotions in the workplace: Understanding the Structure and Role of Emotions in Organizational Behavior*, 5-19.

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.116.260&rep=rep1&type=pdf> [26 Kasım 2013]

Luthans, F., Avey, J.B., ve Patera, J.P. (2006). Experimental Analysis of a Web-Based Training Intervention to Develop Positive Psychological Capital. *Academy of Management Learning & Education*, 7 (2), 209-221

Luthans, F., Avolio B.C., Avey, J.B. ve ark. (2007). Positive Psychological Capital: Measurement and Relationship with Performance and Satisfaction. *Personnel Psychology*, 60 (3), 541-572

Lüle, D.Y. (2009). *Şizofren Hastaların Umut Düzeyinin Yaşam Kalitesine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sağlık Bil. Enst., İstanbul

Magaletta, P. R. ve Oliver, J. M. (1999). The Hope Construct, Will and Ways: Their Relations with Self-Efficacy, Optimism and General Well-Being. *Journal of Clinical Psychology*, 55 (5), 539-551.

Maslow, A. (2001). *İnsan Olmanın Psikolojisi* (Çev: Okhan Gündüz). Kuraldışı Yay., İstanbul

Maslow, A.H. (1987). *Motivation and Personality* (3. Baskı). (Yayınevi ve Yayın Yeri yok).

Muz, S. (2009). *Bilişsel Terapi ve Dinî Başaçıkma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst., Konya

Marianne D. ve Zelle, E.D. (2006). Social Exchange Theories: Interdependence And Equity (Ed: Dawn O. Braithwaite ve Leslie A. Baxte). *Engaging Theories in Family Communication: Multiple Perspectives*, içinde, 243-257, Sage Pub.: California

Masten, A.S. ve Reed, M.G.J. (2002). Resilience in Development (Ed: Charles R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press: New York, NY, USA, 74-88.

McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R.A. ve ark. (2001). Is Gratitude a Moral Affect? *Psychological Bulletin*, 127 (2), 249-266.

McCullough, M.E. ve Witvliet, C.O. (2002). The Psychology of Forgiveness (Ed: Charles R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press, New York, NY, USA, 446-458.

McCullough, M.E., Tsang, J. ve Emmons, R.A. (2004). Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86 (2), 295-309.

Mehmedoğlu, A. U. (2004). *Kişilik ve Din*. DEM Yay. İstanbul

Mehmedoğlu, A. U. (2007). *Tanrıyı Tasavvur Etmek*. DEM Yay., İstanbul

Miller, G., Chen, E. ve Cole S.W. (2009). Health Psychology: Developing Biologically Plausible Models Linking the Social World and Physical Health, *The Annual Review of Psychology*, (60), 501-24.

Myers, D. G., ve Diener, E. (1995). Who Is Happy? *Psychological Science*, 6 (1), 10–19.

Newcomb, T. ve Svehla, G. (1937). Intra-Family Relationships in Attitude. *Sociometry*, 1 (2), 180-205. <http://www.jstor.org/stable/2785265> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Odağ, C. (1995). *İntihar*. Psikiyatri Derneği Yay., İzmir

Ok, Ü. (2011). Dinî Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması. *Uluslararası İnsan ve Bilimler Dergisi*, 8 (2), 528-549

Onay, A. (2004). *Dindarlık, Etkileşim ve Değişim*. D.E.M. Yay., İstanbul

Ong, A.D., Bergeman, C.S., Bisconti, T.L. ve ark. (2006). Psychological Resilience, Positive Emotions and Successful Adaptation to Stress in Later Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 730–749.

Ottekin, N. (2009). Ailelerinden Ayrı Olarak Öğrenim Görmekte Olan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, *Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst.*, Konya

Overwalle, F. V., Mervielde, I., ve DeSchuyter, J. (1995). Structural Modeling of the Relationships Between Attributional Dimensions, Emotions, and Performance of College Freshman. *Cognition & Emotion*, 9, 59–85. <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02699939508408965#.Um4T4HBSi8o>. [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Öz F. (2004). *Sağlık Alanında Temel Kavramlar*. Hacettepe Üniversitesi Yay., Ankara

Öz, H. (2006). *Miyokart İnfarktüsü Geçiren Hastalarda Umut, Moral ve Algılanan Sosyal Desteğin Yaşam Kalitesine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sağlık Bil. Enst., İstanbul

Özdoğan, Ö. (2005). Din Psikolojisi ve Manevi Değerler. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2 (15), 159-180.

Öztürk, Ö. (2007). *Kur'an Kursu Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üni. Sosyal Bil. Enst., Konya

Öztürk, M. (2006). Kur'an'ın Değer Sisteminde Dünya ve Dünyevi Hayatın Anlamı. *Tasavvuf*, (16), 65-86

Pargament, K. I. (1999). The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and No. *International Journal for the Psychology of Religion*, 9, 3–16. http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327582ijpr0901_2#.Um4axXBSi8o [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Pargament, K.I. ve Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and Conserving the Sacred (Ed: C. R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Handbook Of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press, New York, NY, US, 646-659.

Park, N. (2009). Character strengths (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 135-141

Peker, H. (2010). *İdare Edemem Anne: Ailede Şükür ve Kanaat Eğitimi*, Timaş Yay., İstanbul.

Peker, H. (2011). *Din Psikolojisi* (5. Baskı). Çamlıca Yay., İstanbul

Peterman, A.H., Min, G.F.D., Brady, M.C. ve ark. (2002). Measuring Spiritual Well-Being in People with Cancer: The Functional Assessment of Chronic Illness Therapy-Spiritual Well-Being Scale. *Annals of Behavioral Medicine*, 24 (1), 49-58

Peterson, C. Ve Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strengths And Virtues: A Handbook And Classification*, Oxford University Press, New York.

Peterson, C. ve Steen T.A. (2002). Optimistic Explanatory Style (Ed: Charles R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press, New York, 244-256

Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye Giriş* (Çev: Tamer Geniş). Kaknüs Yay., İstanbul

Plutchik, R. (2000). *Emotions in the Practice of Psychotherapy*, APA, Washington DC/USA

Rand, K.L. (2009). Hope and Optimism: Latent Structures and Influences on Grade Expectancy and Academic Performance. *Journal of Personality*, 77, 231-260

Rand, K.L. ve Cheavens, J.S. (2009). Hope theory, (Ed: Charles R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Oxford Handbook of Positive Psychology* (1. Baskı) içinde, Oxford University Press, New York, 323-335.

<http://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780195187243.001.0001/oxfordhb-9780195187243-e-030> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Rashid, T. (2009). Authentic Happiness (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 71-75

Rogers, C. (1961). *On Becoming A Person: A Therapists View of Psychotherapy*, Houghton Mifflin Company, Boston/USA

Ryff, C.D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081

Sancaklı, S. (2006). Hz. Peygamber'in Erdemli İnsan Yetiştirme Bağlamında Îsâr (Diğerkâmlık) Kavramına Verdiği Önem. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 7 (17), 29-56.

Santrock, J.W. (2007). *A Topical Approach To Life-Span Development*. McGraw-Hill Incorporated Pub., New York, NY, USA

Santrock, J.W. ve Ross, M. (1975) Effects of Social Comparison on Facilitative Self-Control in Young Children. *Journal of Educational Psychology*, 67 (2), 193-197

Sarı, S.V. (2011). *Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Mesleğe Karar Verme Öz-Yeterliliklerini Yordamada Umut, Kontrol Odağı ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üni., Sosyal Bil. Enst., Trabzon

Sayar, B. (2012). *Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üni. Eğitim Bil. Enst., Sakarya

Sayar, K. ve Dinç, M. (2008). *Psikolojiye Giriş*. DEM Yay, İstanbul

Sayar, K. (2011) *Merhamet*. Timaş Yay., İstanbul

Scioli, A., Chamberlin, C.M., Samor C.M. ve ark. (1997). A Prospective Study of Hope, Optimism and Health. *Hope Optimism and Health*, (81), 723-733

Scheier, M.F. ve Carver, C.S. (1985). Optimism, Coping and Health: Assesment and Implications of Generalized Outcome Expectancies. *Health Psychology*, 4 (3), 219-247.

Seligman, M.E.P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

Seligman, Martin E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. (Ed: Charles R. Snyder R. ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press, New York, 3-9

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., ve Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60 (5), 410-421.

Seligman, M.E.P. (2006). Learned optimism: How to Change Your Mind and Your Life, *Vintage Books Pub*, New York.

Seligman, M.E.P. (2011). Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being, *Free Press*, New York, NY, USA

Shorey, H. S., Snyder, C. R., Rand, K. L., Hockemeyer, J. R. ve Feldman, D. B., (2002). Somewhere Over the Rainbow: Hope Theory Weathers its First Decade. *Psychological Inquiry*, 13 (4), 322-331.

Shorey, H.S., Snyder, C.R., Yang, X. ve ark. (2003). The Role of Hope as a Mediator in Recollected Parenting, Adult Attachment and Mental Health. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22 (6), 685-715.
<http://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.22.6.685.22938> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Sin, N. L. ve Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing Well-Being and Alleviating Depressive Symptoms With Positive Psychology Interventions: A Practice-Friendly Meta-Analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 65 (5), 467-487.
<http://www.faculty.ucr.edu/~sonja/papers/SL2009.pdf>. [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson J.R. ve ark. (1991). The Will and the Ways: Development and Validation of an Individual-Differences Measure of Hope, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (4), 570-585.

Snyder, C. R., Irving, L. M. ve Anderson, J. (1991). Hope and health (Ed: Charles R. Snyder ve D. R. Forsyth). *Handbook of Social and Clinical Psychology: The Health Perspective* içinde, New York: Pergamon Press, 285-305.
<http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=search.displayRecord&uid=1991-97237-014>
 [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder C.R. (1991). *Hope for the Journey: Conference of Cognitive Coping in Families Who Have a Member With a Developmental Disability: Theoretical and, Empirical Implications and Direction*. University of Kansas, U.S.A.

Snyder, C.R. (1994). *The Psychology of Hope: You Can Get There From Here*. Free Press, New York, NY, USA.

Snyder, C.R. (1995). Conceptualizing, Measuring and Nurturing Hope, *Journal of Counseling and Development*, 73 (1), 355-360.
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/j.1556-6676.1995.tb01764.x/abstract>
 [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder, C. R., Simpson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A. ve Higgins, T. F. (1996). Development and Validation of The Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 321-335.

Snyder, C., Cheavens J. ve Simpson S.C. (1997). Hope: An Individual Motive for Social Commerce. *Group Dynamics: Theory, Research and Practise*, 1 (2), 107- 118.

Snyder, C. R., Hoza, B., Pelham, W. E., ve ark. (1997). The Development And Validation of the Children's Hope Scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 22, 399-421.

Snyder, C. R., Lapointe, A. B., Crownson, J. J. Jr. ve Early, S. (1998). Ppreferences of High and Low Hope People for Self Referential Input. *Cognition and Emotion*, 12, 807-823.

<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/026999398379448#.Um1jRHBSi8p>.
[Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder C. R. (1999). *Coping: The Psychology of What Works* (Ed: Charles, R. Snyder). Oxford University Press, New York/ABD

Snyder, C.R. (2000). *Handbook of Hope*. Academic Press, Florida/ABD

Snyder, C. R., Sympson, S. C., Michael, S. T. ve Cheavens, J. (2000). *The Optimism and Hope Constructs: Variants on a Positive Expectancy Theme*. Washington: American Psychological Association.

<http://psycnet.apa.org/books/10385/005> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder, C. R., Feldman D., Taylor, J.D. ve ark. (2000). The Roles Hopeful Thinking in Preventing Problems and Enhancing Strengths. *Applied & Preventive Psychology*, 9, 249-270.

Snyder, C.R., Ilardi S.S., Cheavens, J. ve ark. (2000). The Role Of Hope İn Cognitive – Behaviour Therapies. *Cognitive Therapy and Research*, 24 (6), 747-762.

Snyder, C.R., 2000a. The Past and Possible Futures of Hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1), 11-28.

<http://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.2000.19.1.11> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder, C.R. (2000b). *Genesis: The Birth and Growth of Hope* (Ed: Charles R. Snyder). *Handbook of Hope: Theories, Measurement and Applications* içinde, Academic Press, San Diego/USA, 25-38.

Snyder, C. R., Rand, K. L. ve Sigmon, D.R. (2002). Hope Theory: A Member of the Positive Psychology Family (Ed: Charles R. Snyder, ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, Oxford University Press, New York, NY, USA, 257-276.

Snyder, C.R. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13 (4), 249-275. <http://www.jstor.org/stable/1448867> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J. ve ark. (2002). Hope and Academic Success in College. *Journal of Educational Psychology*, 70 (2), 321-335.

Snyder, C. R., Feldman, d. B., Shorey, H. S. ve Rand, K. L. (2002). Hopeful Choices: A School Counselor's Guide To Hope Theory. *Professional School Counseling*, 5 (5), 298-307.

Snyder, Charles R., Lopez, S.J., Shorey H.S. ve ark. (2003). Hope Theory, Measurements, and Applications to School Psychology. *School Psychology Quarterly*, 18 (2), 122–139.

Snyder, Charles, R. (2005). Teaching: The Lessons of Hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (1), 72-84.

Snyder, C. R. ve Lopez, S.J. (2007). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Sage Pub., California/ABD

Soderstrom, D. ve Wright, E. (1977). Religion Orientation and Meaning in Life. *Journal of Clinical Psychology*, 33, 65-68.

Solak, H.S. (2012). *Fobik ve Omurilik Felçlisi Yetişkinlerde Dinî Başa Çıkma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Stagner, R. (1936). Fascist Attitudes: An Exploratory Study. *The Journal of Social Psychology*, 7 (3), 309-319.
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00224545.1936.9919882#.Umxxk0HAXHz4> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Strizenec M. ve Sezen A. (2010). Dindarlık ve bilişsel süreçler. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10 (3), 273-286

Staats, S.R. (1989). Hope: A Comparison of Two Self-Report Measures for Adults. *Journal of Personality Assessment*, 53, 366-375.
http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327752jpa5302_13#.Um3FZXBSi8o [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Starbuck, E.D. (1900). *The Psychology of Religion: An Empirical Study of the Growth of Religious Consciousness*. Walte Scott Pub., New York, NY, USA

Lechner, S.C. (2009). Benefit Finding (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia Of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex / UK, 99-102

Şahin, A. (1999). *İlahiyat Mühendislik Ve Tıp Fakültelerinde Okuyan Öğrencilerde Dinî Hayatın Boyutları Üzerine Bir Araştırma*, Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üni. Sosyal Bil. Enst., İzmir

Şahin, A. (2005). Ergenlerde Dindarlık-Benlik Saygısı İlişkisi, *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (19), 187-197

Şahin, A. (2005). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (13), 143-157

Şahin, S. (2007). *Diyaliz Tedavisi Alan Bireylerin Umut-Umutsuzluk Ve Sosyal Destek Düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üni. Sağlık Bilimleri Enst., Kayseri

Şahin, A. (2008). Ergenlerde Dindarlık ve Empati. *Marife: Dinî Araştırmalar Dergisi*, 8 (1), 149-166

Şentepe, A. (2009). *Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dinî Başa Çıkma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Tan, M., Okanlı, A., Karabulutlu, E., Erdem, N. (2005). Hemodiyaliz Hastalarında Sosyal Destek ve Umutsuzluk Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 8 (2), 32-39.

Taner, D. (2008). *Öğretmenlerin Umutsuzluk Düzeyi İle Okul Kültürü Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Tangney, J.P. (2002). Humility (Ed: Charles Snyder R. ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, *Oxford University Press*, New York, 411-419

Tarhan, N. (2010). *İnanç Psikolojisi*. Timaş Yay., İstanbul

Türk Dil Kurumu (2009). *Türkçe Sözlük*. Türk Dil Kurumu Yay, Ankara

Türkiye Bilimler Akademisi (2011). *Türkçe Bilim Terimleri Sözlüğü-Sosyal Bilimler*. Türkiye Bilimler Akademisi Yay., Ankara

Tevfik, M. (1985). *Ruhi Bunalımlar ve İslam Ruhiyatı*. Güven Mat., Ankara

Uğur, D. (2007). *Dünyayı Adil Algılama ve Geleceğe Dair Umut/Umutsuzluk: Depresyon Tanısı Alan ve Almayan Kişilerde Adil Dünya İnancı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üni., Sosyal Bil. Enst., Mersin

Ulu, M. (2006). *Üniversite Gençliğinin Dinî İnanış ve Davranışları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üni. Sosyal Bil. Enst., Kayseri

Utsch, M. (2008). Pozitif Psikolojide Güdüler: Din Psikolojisi Araştırmaları Ve Terapik/Manevi Yardım Uygulamaları (Çev: Abdülkerim Bahadır). *Selçuk Üni. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 25, 169-180

Uysal, V. (1996). *Din Psikolojisi Açısından Dinî Tutum, Davranış ve Şahsiyet Özellikleri*. M.Ü.İ.F.V. Yay., İstanbul

Ünal, A. (2006). *İlköğretim Öğrencilerinin Gelecek İle İlgili Umutlarının Yapısal Eşitlik Modelleriyle Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üni. Eğitim Bil. Enst., Eskişehir

Üngüren, E. (2007). *Lise ve Üniversitelerde Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Umutsuzluk ve Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üni. Sosyal Bil. Enst., Antalya

Valle, M. F., Huebner, E.S. ve Suldo, S. M. (2006). An Analysis Of Hope As A Psychological Strength. *Journal of School Psychology*, 44 (5), 393-406

Vergote, A. (1999). *Din, İnanç ve İnançsızlık* (Çev: Veysel Uysal). İstanbul: M.Ü.İ.F.A.V. Yay.

Vidinlioğlu, S.Ö. (2010). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Benlik Algısı Ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üni. Sosyal Bil. Enst., Sakarya

Walker, L. J., ve Pitts, R. C. (1998). Naturalistic Conceptions of Moral Maturity. *Developmental Psychology*, 34 (3), 403–419.

Walsham, A. (2006). Charitable Hatred: Tolerance and Intolerance in England, 1500–1700, *Manchester University Press*, Manchester/England
<http://ehr.oxfordjournals.org/content/CXXIII/500/188.short> [Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Watson, D. ve Clark, L. A. (1993). Behavioral Disinhibition Versus Constraint: A Dispositional Perspective (Ed: Daniel M. Wegner ve James W. Pennebaker). *Handbook of Mental Control* içinde, Prentice-Hall, New Jersey/USA, 506-527.
<http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=search.displayRecord&uid=1993-97355-023>
[Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Williams, C.R. (2009). Hope and first Generation College Students: An Examination of Academic Success and Persistence, Yayınlanmamış Doktora Tezi, *University of Florida*.

Wood, A.M., Maltby J., Steward N. ve ark. (2008). A Social Cognitive Model of Trait and State Levels of Gratitude. *Emotion*, 8 (2), 281-290.

Wright, B.A. ve Lopez, S.J. (2002). Widening the Diagnostic Focus (Ed: Charles R. Snyder ve Shane J. Lopez). *Handbook of Positive Psychology* içinde, *Oxford University Press*, New York, 26-44

Wroblewski, K.K. ve Snyder, C.R. (2005). Hopeful Thinking In Older Adults: Back To The Future. *Experimental Aging Research*, 31 (2), 217-233.
<http://www.tandfonline.com/doi/ref/10.1080/03610730590915452#tabModule>.
[Ziyaret Tarihi: 26 Kasım 2013].

Yalom, I.D. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi* (Çev: Zeliha İ. Babayiğit). Kabalcı Yay., İstanbul

Yapıcı, A. (2006). Yeni Bir Dindarlık Ölçeği Ve Üniversiteli Gençlerin Dinin Etkisini Hissetme Düzeyi: Çukurova Üniversitesi Örneği. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 6 (1), 65-115

Yapıcı, A. (2007). *Ruh Sağlığı ve Din*. Karahan Yay., Adana

Yaran, C.S. (2010). *Ahlak ve Etik*. Rağbet Yay., İstanbul

Yavuz, A. (2009). *18-25 Yaş Üniversite Gençliğinde Dinî İnanç ve Umutsuzluk İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üni. Sosyal Bil. Enst., Sakarya

Yavuz, K. (2012). *Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*. Boğaziçi Yay., İstanbul

Yerlikaya, İ. (2006). *Bilişsel - Davranışçı Yaklaşım ve Hobi Terapiye Dayalı "Umut Eğitimi Programları"nın İlköğretim Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyine Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üni, Eğitim Bil. Enst., Ankara

Yıldırım, S. (2007). *Anaokulu Öğretmenlerinde Tükenmişlik Düzeyi ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Yıldız, M. (1998). *Dinî Hayat ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üni. Sosyal Bil. Enst., İzmir

Yıldız, M. (2006). Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü. *DEÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23, 87-127

Yıldız, M. ve Çapar, B. (2010). Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10 (1), 103-131

Yıldız, D. (2009). *Okul Öncesi Dönem Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Çocuklarını Kabullenişleri ile Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Eğitim Bil. Enst., İstanbul

Yoğurtçu, F. (2009). *Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üni. Sosyal Bil. Enst., Sakarya

Yüce, F. (2009). *Gençlerde Dinî Yönelim ve Kişilik*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üni. Sosyal Bil. Enst., İstanbul

Zinnbauer, B.J. (2009). Religiousness (Ed: Shane J. Lopez). *The Encyclopedia of Positive Psychology* içinde, Wiley-Blackwell Pub., West Sussex/UK, 834-837

Zinnbauer, B.J. ve Pargement, P.I. (2005). Religiousness and Spirituality. Ed: Raymond F. Paloutzian ve Crystal L. Park, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* içinde, Guilford Press, New York/USA, 21-42

Zwingmann, C., Grom, B., Schermelleh, K. ve ark. (2010). Münchner Motivasyonel Dindarlık Envanteri: Boyutsal Kontrol ve Denetim (Çev: Halil APAYDIN). *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10 (2), 287-312.

Ek-1:

ÖRNEKLEMİN FREKANS VE YÜZDE DAĞILIMI

DEĞİŞKEN		Örneklemin Cinsiyet, yaş, öğrenim görülen fakülte, sınıf, aile gelir durumu ve yerleşim yerine göre dağılımı																																	
		Eğitim Fakültesi								İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi								İlahiyat Fakültesi								Mühendislik Fakültesi								Genel Toplam	
		Sınıf Düzeyi				Sınıf Düzeyi				Sınıf Düzeyi				Sınıf Düzeyi																					
		1		2		3		Toplam		1		2		3		Toplam		1		2		3		Toplam		1		2		3		Toplam			
N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%				
Cinsiyet	Kız	26	96.3	33	66.0	17	53.1	76	69.7	50	67.3	39	62.9	45	66.2	134	65.6	16	59.3	5	71.4	6	37.5	27	54	9	16.1	19	39.6	5	17.9	33	25	270	54.5
	Erkek	1	3.7	17	34.0	15	46.9	33	30.2	24	32.4	23	37.1	23	33.8	70	34.3	11	40.7	2	28.6	10	62.5	23	46	47	83.9	29	60.4	23	82.1	99	75	225	45.4
	Toplam	27		50		32		109		74		62		68		204		27		7		16		50		56		48		28		132			
Yaş	19'dan küçük	1	3.7	0	0.0	0	0.0	1	0.9	10	13.5	0	0.0	0	0.0	10	4.9	4	14.8	0	0.0	0	0.0	4	8	5	8.9	0	0.0	0	0.0	5	3.7	20	4.0
	19 - 21 arası	25	92.6	38	76.0	14	43.8	77	70.6	59	79.7	40	64.5	29	42.6	128	62.7	20	74.1	5	7	5	31.3	30	60	49	87.5	28	58.3	8	28.6	85	64.3	320	64.6
	22 - 24 arası	1	3.7	10	20.0	16	50.0	27	24.7	4	5.4	18	29.0	37	54.4	59	28.9	2	7.4	1	14.3	8	50.0	11	22	2	3.6	19	39.6	20	71.4	41	31.0	138	27.8
	24'ten büyük	0	0	2	4.0	2	6.3	4	3.6	1	1.4	4	6.5	2	2.9	7	3.4	1	3.7	1	14.3	3	6.3	5	10	0	0	1	2.1	0	0.0	1	0.7	17	3.4
	Toplam	27		50		32		109		74		62		68		204		27		7		16		50		56		48		28		132			
Aile Gelir Durumu	1000 TL'den düşük	10	37.0	20	40.0	18	56.3	48	44.0	23	31.1	25	40.3	26	38.2	74	36.2	10	37.0	3	42.8	8	50.0	21	42	13	23.2	4	8.3	2	7.1	19	14.3	162	32.7
	1000-2000 TL arası	10	37.0	19	38.0	10	31.2	39	35.7	22	29.8	21	33.9	25	36.7	68	33.3	11	40.7	3	42.8	4	25.0	18	36	15	26.8	25	52.1	13	46.5	53	40	178	35.9
	2000 TL'den fazla	7	25.9	11	22.0	4	12.5	22	20.0	29	39.2	16	25.8	17	25.0	62	30.3	6	22.2	1	14.2	4	25.0	11	22	28	50	19	39.9	13	46.5	60	45.3	155	31.3
	Toplam	27		40		32		109		74		62		68		204		27		7		16		50		56		48		28		132			
Yerleşim yeri	İl Merkezi	12	44.4	31	62.0	14	43.8	57	52.2	36	48.6	32	51.6	32	47.1	100	49.0	12	44.6	3	42.9	6	37.5	21	42	24	42.9	26	54.2	15	53.6	65	49.2	243	49.0
	İlçe Merkezi	10	37.0	13	26.0	12	37.5	35	32.1	20	27.0	16	25.8	16	23.5	52	25.4	7	25.9	2	28.6	5	31.3	14	28	24	42.9	15	31.3	12	42.9	51	38.6	152	30.7
	Kasaba	0	0.0	1	2.0	2	6.3	3	2.7	2	2.7	2	3.2	2	2.9	6	2.9	3	11.1	0	0.0	0	0.0	3	6	3	5.4	2	4.2	1	3.6	6	4.5	18	3.6
	Köy	5	18.5	5	10.0	4	12.5	14	12.8	16	21.6	12	29.4	18	26.5	46	22.5	5	18.5	2	28.6	5	31.3	12	24	5	8.9	5	10.4	0	0.0	10	7.5	82	16.5
	Toplam	27		50		32		109		74		62		68		204		27		7		16		50		56		48		28		132			

Ek-2:**ANKET FORMU**

Bu ankette sizden aşağıdaki maddeleri dikkatlice okuyup her birinde belirtilen duygu, kanaat ve davranışların sizin için uygun olup olmadığını veya söz konusu ifadelere katılıp katılmadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Vereceğiniz samimi ve gerçeğe uygun cevaplar için şimdiden teşekkür ederiz. Size uygun seçeneği (X) koyarak işaretleyiniz.

1-Yaşınız:

- 19 yaşından küçük
 19 - 21 yaş arası
 22 - 24 yaş arası
 24 yaşından büyük

2-Cinsiyetiniz:

- Kız
 Erkek

3-Fakülteniz:

- Eğitim Fakültesi
 İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
 İlahiyat Fakültesi
 Mühendislik Fakültesi

4-Sınıfınız:

1. sınıf
 2. sınıf
 3. sınıf

**5-Hayatınızın en uzun süresini
nerde geçirdiniz?**

- İl Merkezi
 İlçe Merkezi
 Kasaba
 Köy

**6- Ailenizin sosyo-ekonomik
durumu hangi düzeydedir?**

- 1000 TL'den düşük
 1000-2000 TL arası
 2000 TL'den fazla

**7-Okuduğunuz bölümü
seçmenizdeki en etkin faktör
hangisidir?**

- Kendim
 Yakın çevrem (anne, baba,
kardeşler)
 Uzak çevrem (akraba ve arkadaşlar)
 Okul ve dersane öğretmenlerim
 Diğer

**8-Hayat amacınız açısından
kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?**

- Hayatımda oldukça çok amacım var
 Hayatta belli başlı birkaç amacım
var
 Hayatta hiçbir amacım yok
 Hayatta amacım olmadığı gibi
herhangi bir amaca da ihtiyacım yok
 Diğer

**9-Hayatınızın anlamı açısından
kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?**

- Hayatımı çok anlamlı buluyorum
 Hayatımı biraz anlamlı buluyorum
 Hayatımı normal düzeyde anlamlı
buluyorum
 Hayatımı anlamsız buluyorum
 Hayatımı çok anlamsız buluyorum

Ek-3:**DİNİ HAYAT ÖLÇEĞİ**

Bu bölümde ilk dört madde ile ilgili olarak sizden, maddelerde ifade edilen yargılara katılıp katılmadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Lütfen sizin için en uygun olan şıkkın altındaki harfi çarpı (x) işareti koyarak işaretleyiniz.

	<i>Katılıyor</i>	<i>Kararsız</i>	<i>katılmıyor</i>
1. Allah vardır	a	b	c
2. Hz. Muhammed Allah'ın Peygamberidir.	a	b	c
3.Öldükten sonra ahiret denilen sonsuz bir hayat olacaktır	a	b	c
4.Kur'an Allah'ın gönderdiği kutsal kitaptır	a	b	c

Beşten onbire kadar (5-11) olan maddelerle ilgili olarak sizden, söz konusu maddelerde ifade edilen duyguları ne yoğunlukla yaşadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Lütfen sizin için en uygun olan şıkkın altındaki "harfi" çarpı işareti (x) koyarak işaretleyiniz.

	<i>Hiç</i>	<i>Biraz</i>	<i>Çok</i>	<i>Pek çok</i>
5.İbadet ederken Allah'ın huzurunda bulunduğumu düşünerek duygulanırım	H	B	Ç	PÇ
6. Dua ettiğimde Allah'ın duamı kabul edeceğini ümit ederek ferahlık duyarım	H	B	Ç	PÇ
7. Büyük bir camiye girdiğimde her zaman yaşamadığım manevi bir hava hissederim.	H	B	Ç	PÇ
8.Bir kimseye yardım ettiğimde, içimde bir coşku ve huzur duyarım	H	B	Ç	PÇ
9.Günah işlediğimi düşündüğümde, pişmanlık ve huzursuzluk duyarım	H	B	Ç	PÇ
10. Ölümü hatırlatan bir durumla karşılaştığımda, ahirette başıma gelebilecek şeyleri düşünerek bir ürperti ve heyecan duyarım	H	B	Ç	PÇ
11.Tabiattaki her şeyin son derece düzenli olması karşısında Allah'ın kudretine hayranlık duyarım	H	B	Ç	PÇ

On ikiden yirmi bire kadar (12-21) olan maddelerle ilgili olarak sizden, söz konusu maddelerde ifade edilen davranışları hangi sıklıkta yaptığınızı belirtmeniz istenmektedir. Lütfen sizin için en uygun olan şıkkın altındaki harfi çarpı işareti (X) koyarak işaretleyiniz

	<i>Her zaman</i>	<i>Çoğu zaman</i>	<i>Bazen</i>	<i>Hiç</i>
12.İnancımın gereği olan ibadetleri yerine getiriyorum	H Z	Ç Z	B	H
13.Dinde yasak edildiği için içki içmekten kaçınıyorum	H Z	Ç Z	B	H
14.Kumar oynamak günah olduğu için kumar oynamaktan kaçınıyorum	H Z	Ç Z	B	H H
15.Evlilik dışı cinsel ilişki (zina) dinde yasaklandığı için bu tür ilişkiden uzak duruyorum	H Z	Ç Z	B	H
16. Rüşvet alıp vermek günah olduğu için rüşvet alıp vermiyorum	H Z	Ç Z	B	H
17.İnsanları aldatmak dînî inancıma aykırı olduğu için kimseyi aldatmamaya özen gösteriyorum	H Z	Ç Z	B	H
18.Dînî inancıma göre doğru sözlü olmak gerektiğinden, doğru söylemeye gayret ediyorum	H Z	Ç Z	B	H
19.Ana-babaya iyi davranmayı Allah emrettiği için anne babama iyi davranıyorum	H Z	Ç Z	B	H
20.Söz verildiği zaman sözünde durmak dînî bir kural olduğundan, verdiğim sözü tutuyorum	H Z	Ç Z	B	H
21.Dînî inancıma göre komşulara iyi davranmak gerekli olduğundan komşularıma iyi davranıyorum.	H Z	Ç Z	B	H

Aşağıdaki maddelerle ilgili olarak sizden, verilen bilgilerin doğru olup olmadığını belirtmeniz istenmektedir. Eğer okuduğunuz ifade doğru ise "D" (doğru) seçeneğini yanlış ise "Y" (yanlış) seçeneğini çarpı işareti (X) koyarak işaretleyiniz.

	Doğru	Yanlış
22.Cuma namazını tek başına kılmak mümkündür	D	Y
23.Oruçlu kimse yalan söylerse orucu bozulur	D	Y
24.Kâbe Hz. Muhammed'in kabrinin bulunduğu yerdir	D	Y
25.Kur'an 114 süreden meydana gelmiştir	D	Y
26.Hz. Ali Hz. Muhammed'in Hz. Hatice'den doğan oğludur.	D	Y
27.Akşam namazının farzı 3 rekâttir	D	Y
28.Kur'an'ı Arapça metninden okumayı bilmek her Müslüman için farz değildir	D	Y
29.Cinlerin varlığı Kur'an'da belirtilmiştir	D	Y
30.Dînî bilgiler diğer bilgilerden daha değerlidir	D	Y
31.Zengin olsun fakir olsun her Müslüman'ın hayatında bir defa hacca gitmesi farzdır	D	Y

Ek-4:**UMUT ÖLÇEĞİ**

Aşağıda verilen ölçekte, sizi en iyi tanımlayan rakamın üzerine çarpı (x) koyarak işaretleyiniz.

4: Kesinlikle Katılıyorum,

3: Kısmen Katılıyorum,

2: Kısmen Katılmıyorum,

1: Kesinlikle katılmıyorum.

		Kesinlikle Katılıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1	Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim	4	3	2	1
2	Enerjik bir biçimde amaçlarıma ulaşmaya çalışırım	4	3	2	1
3	Çoğu zaman kendimi yorgun hissederim	4	3	2	1
4	Herhangi bir problemin pek çok çözüm yolu vardır	4	3	2	1
5	Tartışmalarda kolaylıkla yenik düşerim	4	3	2	1
6	Sağlığım için endişeliyim	4	3	2	1
7	Benim için çok önemli olan şeylere ulaşabilmek için çeşitli yollar düşünebilirim	4	3	2	1
8	Başkalarının pes ettiği durumlarda bile, sorunu çözecek bir yol bulabileceğimi bilirim	4	3	2	1
9	Geçmiş yaşantıları beni geleceğe iyi biçimde hazırladı	4	3	2	1
10	Hayatta oldukça başarılı olmuştumdur.	4	3	2	1
11	Genellikle endişelenecek birşeyler bulurum	4	3	2	1
12	Kendim için koyduğum hedeflere ulaşırım	4	3	2	1

Ek-5:

DİNDARLIK ÖLÇEĞİ KULLANMA İZİNİ

Re: Dini hayat ölçeğini kullanmak için izin isteği...

Murat Yildiz (muratyildiz_my@yahoo.com)

17.05.2013

Kime: abduallah dagci



Merhaba Abdullah,

Ölçeği kullanabilirsin. Başarılar, selam ve sevgilerimle...

Doç. Dr. Murat YILDIZ
Bölüm Başkanı
Cumhuriyet Üniversitesi
Edebiyat Fakültesi
Sosyal Hizmet Bölümü
SİVAS-TÜRKİYE

--- On Thu, 5/16/13, abduallah dagci <abduallahdagci0127@hotmail.com> wrote:

From: abduallah dagci <abduallahdagci0127@hotmail.com>
Subject: Dini hayat ölçeğini kullanmak için izin isteği...
To: "muratyildiz_my@yahoo.com" <muratyildiz_my@yahoo.com>
Date: Thursday, May 16, 2013, 12:24 PM

Sayın Murat Hocam,
Geliştirdiğiniz *Dini Hayat Ölçeği*'ni, *Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi* adlı yüksek lisans tezimde kullanmayı düşünüyorum.
Bu ölçeği kullanmak için sizden izin talep ediyorum.

Abduallah DAĞCI
Konya Necmeddin Erbakan Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Ek-6:

UMUT ÖLÇEĞİ KULLANMA İZİNİ

Re: Umut ölçeğini kullanmak için izin isteği...

Yasemin AKMAN KARABEYOĞL
U (akman@mehmetakif.edu.tr)
27.05.2013

Kime: abduallah dagci



2013-05-27 02:14, abduallah dagci yazmış:

Sayın Dağcı,
Duyarlılığınız için teşekkür ederim,
ölçeği kullanabilirsiniz.

Sayın Yasemin Hocam,
Fidan Korkut ile birlikte Türkçe'ye
uyarladığımız *Umut Ölçeği*'ni, *Pozitif
Psikoloji Bağlamında Umudun
Dindarlıkla İlişkisi* adlı yüksek lisans
tezimde kullanmayı düşünüyorum.
Bu ölçeği kullanmak için sizden izin
talep ediyorum.

Abduallah DAĞCI
Konya Necmeddin Erbakan Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Re: Umut ölçeğini kullanmak için izin isteği...

Fidan KORKUT (korkut@hacettepe.edu.tr)
23.05.2013

Kime: abduallah dagci

Bilgi: akman@mehmetakif.edu.tr



2013-05-27 02:14, abduallah dagci yazmış:

Sayın Dağcı
Sayın Akman ile uyarladığımız ölçeği
kullanmanızda benim açımdan sorun
yok.
Kolaylıklar dilerim
FKO

Sayın Fidan Hocam,
Yasemin Akman ile birlikte Türkçe'ye
uyarladığımız *Umut Ölçeği*'ni, *Pozitif
Psikoloji Bağlamında Umudun
Dindarlıkla İlişkisi* adlı yüksek lisans
tezimde kullanmayı düşünüyorum. Bu
ölçeği kullanmak için sizden izin talep
ediyorum.

Abduallah DAĞCI
Konya Necmeddin Erbakan Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Ek- 7:

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Abdullah DAĞCI
Uyruğu : T. C.
Memleketi : KARAMAN
Telefon :
Faks :
Email : abdullahdagci0127@hotmail.com

EĞİTİM

Derece	Adı, İlçe, İl	Bitirme Yılı
Lise	Meram Dr. A.Rıza Bahadır İ.H.L., Meram, KONYA	2005
Üniversite	Selçuk Üniversitesi, Meram, KONYA	2010
Yüksek Lisans	Necmeddin Erbakan Üniversitesi, Meram, KONYA	2014

Doktora

İŞ DENEYİMLERİ

Yıl	Kurum	Görevi
2006-2008	Diyanet İşleri Başkanlığı	İmam-Hatip
2010-2011	Milli Eğitim Bakanlığı	Öğretmen

UZMANLIK ALANI

Din Psikolojisi, Dindarlık, Pozitif Psikoloji, Psikoloji, Umut,

YABANCI DİLLER

İngilizce, Arapça, Almanca. İspanyolca

BELİRTMEK İSTEĞİNİZ DİĞER ÖZELLİKLER

YAYINLAR