

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**YETİŞKİNLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA YÖNTEMİ
OLARAK DUÂ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yunus Emre TEMİZ

**Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri
Enstitü Bilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri**

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Erkan YAMAN

MAYIS – 2014

T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

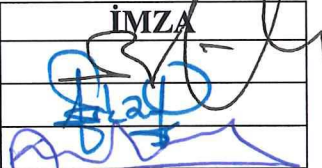
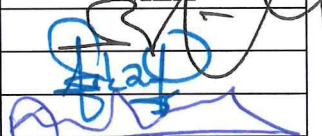

YETİŞKİNLERDE DİNİ BAŞA ÇIKMA YÖNTEMİ
OLARAK DUÂ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yunus Emre TEMİZ

Enstitü Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri
Enstitü Bilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri

Bu tez 22.05/2014 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği/~~Oyçokluğu~~ ile kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Prof. Dr. Ali Ulvi MEHMEĞOĞLU	BAŞARILI	
Doç. Dr. Erkan YAMAN	BAŞARILI	
Doç. Dr. Kemal Batak	Başarılı	

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Yunus Emre TEMİZ

22.05.2014

ÖNSÖZ

Psikologlar, insanoğlunun yaşadığı ve gözlemediği olayları anlamaya çalışmasının, onun en temel eğilimlerinden biri olduğunu ifade etmektedirler. İnsana özgü olan bu eğilim, onun yaşamını sürdürdüğü ortamı anlamlı hale getirme ve sonuç olarak da ona egemen olma güdüsünü içinde barındırmaktadır. Anlam ve egemenliğin sarsıldığı durumlardaysa birey, problemlerin üstesinden gelebilmek için başa çıkma sürecine girer. Birey bu süreçte, bir takım zihni kategorilerden faydalanır. Bunlar bireyin yaşam tarzına göre dini veya seküler temelli olabilir. Şüphesiz ki bu süreçte en önde gelen yardımcı unsurlardan biri dini inanç ve değerlerdir. Din, sorunlarla baş etmede, olup biten olumlu ya da olumsuz durumları aydınlatıp anlamlandırmada bilişsel bir şema sunar. Bu bağlamda bireylerin zor zamanlarında dini referans olarak serdettikleri gayret ve faaliyetler dini başa çıkma olarak isimlendirilmektedir. Dini başa çıkmanın kabullenme, tevekkül, riayet, sakınma, sabır, tevazu, affetme, şükür ve dua olmak üzere bir takım unsurları vardır. Ancak bu unsurlar içerisinde dinin özü, ruhu, kalbi ve merkezi olarak nitelendirilen dua, güç durumda kalan insanların sıklıkla ve öncelikle başvurdukları bir etkinliktir.

Bu çerçevede çalışmanın ana konusunu bir dini başa çıkma yöntemi olarak dua teşkil etmektedir. Araştırmada başta dua olmak üzere, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim değişkenlerinin cinsiyet, yaş, medeni hal, sosyal çevre, gelir algısı, eğitim durumu, sağlık durumu, maruz kalınan sorunlar, öznel dindarlık algısı gibi değişkenlerle olan ilişkileri ele alınarak konu teorik ve ampirik düzlemde etraflıca incelenmiştir.

İlk yetişkin örneklem gurubu üzerinde gerçekleştirilen bu araştırmanın konusunu, bireylerin karşı karşıya kaldıkları problemler karşısında başvurdukları dini başa çıkma etkinliklerinden biri olan dua oluşturmaktadır. Çalışma teorik çerçeve, bulgu ve yorumlar olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde öncelikle çalışmanın konusu, problemleri, amacı, önemi, hipotezleri, ön kabulleri, sınırlılıklarına değinilmekte ve devamında araştırmanın yöntemi ele alınmaktadır. Burada ise araştırma modeli, ampirik uygulamada kullanılan ölçekler, katılımcıların nitelikleri ve veri toplama süreci üzerinde durulmaktadır. Daha sonra konu ile ilgili teorik bulgular etraflıca ele alınmakta ve kavramsal çerçeve çizilmektedir. Çalışmanın ikinci bölümde araştırma verileri ve bu verilere ait yorumlar benzer çalışmalarla karşılaştırmalı olarak verilmektedir. Sonuç kısmında ise çalışmaya ait genel sonuçlar sunulmaktadır.

değerlendirilmekte ve ileride konu ile alakalı olarak yapılabilecek araştırmalara dair önerilerde bulunmaktadır.

şüphesiz bu araştırmanın gerçekleşmesinde pek çok kişinin katkısı olmuştur. Öncelikle araştırma suresince her zaman yanımda olan, tezimi her aşamada yakından takip eden ve maddi manevi katkılarını daima gördüğüm değerli danışman hocam Doç. Dr. Erkan YAMAN'a çok teşekkür ediyorum. Alana ilk adım attığımda yanımda olan, yüksek lisans ders döneminde beraber olduğum, ilgi ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen kıymetli hocalarım Prof. Dr. Abdulvahit İMAMOğLU ve Prof. Dr. Recep KAYMAKCAN'a şükranlarımı sunuyorum. Konuyu araştırma sürecinde ve araştırmanın analiz kısmında yardımlarını esirgemeyen Prof. Dr. Veysel UYSAL, Prof. Dr. Ali Ulvi MEHMEDOğLU, Doç. Dr. A. Faruk KILIÇ ve Doç. Dr. Ali AYTEN hocalarıma müteşekkirim. Ayrıca yine araştırmanın analiz kısmında ve teknik konularda desteklerini gördüğüm Arş. Gör. Ayşe şENTEPE, Arş. Gör. Mithat TAKUNYACI ve Arş. Gör. Ziya ERDİNÇ'e, anketleri uygularken yardımcı olan Arş. Gör. Kübra CEVHERLİ, Arş. Gör. Feyza DOğRUYOL, Arş. Gör. Zehra ZLİ'ye minnettarlığımı ifade ederim. Yine anketleri dikkatle doldurarak araştırmanın gerçekleşmesinde desteği olan, Sakarya halkına teşekkür ediyorum. Son olarak da çalışmalarım sırasında kendisini ihmal etmeme rağmen büyük bir sabır ve fedakrlık gösteren ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen eşim Merve Hanım'a şükranlarımı sunarım.

Yunus Emre TEMİZ

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	iv
TABLO LİSTESİ	v
ŞEKİL LİSTESİ.....	ix
ÖZET.....	x
SUMMARY	xi

GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: TEORİK ÇERÇEVE.....	13
1.1. Dua'ya Genel Bakış	13
1.1.1. Duanın Kavramsal Çerçevesi	13
1.1.2. Dua-İnsan İlişkisi.....	15
1.1.3. Duanın Mekâmı ve Zamanı	19
1.1.4. Duanın Türleri	21
1.1.5. Dua'nın Adabı/Usulü ve Dua'ya İcabet	23
1.1.6. Fiziki ve Psikolojik Yönden Dua'nın Tesirleri	30
1.2. İlk Yetişkinlik Dönemi Genel Özellikleri Ve Temel Problemleri	35
1.2.1. Yetişkinlik Kavramı	35
1.2.2. Yetişkinlik Dönemi	38
1.2.3. İlk Yetişkinlik Dönemi	43
1.2.3.1. Fiziksel Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi	47
1.2.3.2. Psikolojik Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi	50
1.2.3.3. Duygusal Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi	52
1.2.3.4. Bilişsel Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi.....	55
1.2.3.5. Sosyal Özellikleri Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi.....	59
1.2.3.6. Ahlaki Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi.....	65
1.2.3.7. İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Hayat	67
1.2.4. İlk Yetişkinlik Dönemi Temel Problemleri	71
1.3. İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua.....	74
1.3.1. Stres	74
1.3.2. Başa Çıkma.....	79
1.3.3. Başa Çıkma Tarzları	81
1.3.4. Dini Başa Çıkma.....	83
1.3.5. İlk Yetişkinlerde Dini Başa Çıkmanın Bir unsuru Olarak Dua	90
1.3.5.1. Problem Odaklı ve Duygusal Odaklı Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua	93

1.3.5.2. Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua	94
---	----

BÖLÜM 2: BULGULAR VE YORUMLAR.....97

2.1. Araştırmaya Katılanlar ve Nitelikleri.....	97
2.2. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim: Genel Profil	101
2.2.1. Dua Ölçeği.....	102
2.2.2. Başa Çıkma Tarzları Ölçeği	102
2.2.3. Dinsel Eğilim Ölçeği	103
2.3. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim ve Sosyo-Demografik Yapı	104
2.3.1. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Cinsiyet.....	104
2.3.1.1. Dua ve Cinsiyet.....	104
2.3.1.2. Başa Çıkma ve Cinsiyet	106
2.3.1.3. Dinsel Eğilim ve Cinsiyet	107
2.3.2. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Yaş	108
2.3.2.1. Dua ve Yaş	109
2.3.2.2. Başa Çıkma Tarzları ve Yaş.....	111
2.3.2.3. Dinsel Eğilim ve Yaş	114
2.3.3. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Medeni Durum.....	115
2.3.3.1. Dua ve Medeni Durum.....	115
2.3.3.2. Başa Çıkma Tarzları ve Medeni Durum	116
2.3.3.3. Dinsel Eğilim ve Medeni Durum	117
2.3.4. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Sosyal Çevre	118
2.3.4.1. Dua ve Sosyal Çevre	118
2.3.4.2. Başa Çıkma Tarzları ve Sosyal Çevre.....	120
2.3.4.3. Dinsel Eğilim ve Sosyal Çevre	122
2.3.5. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Gelir Algısı	124
2.3.5.1. Dua ve Gelir Algısı	124
2.3.5.2. Başa Çıkma Tarzları ve Gelir Algısı.....	125
2.3.5.3. Dinsel Eğilim ve Gelir Algısı.....	126
2.3.6. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Eğitim Durumu	127
2.3.6.1. Dua ve Eğitim Durumu	127
2.3.6.2. Başa Çıkma Tarzları ve Eğitim Durumu.....	129
2.3.6.3. Dinsel Eğilim ve Eğitim Durumu	131
2.3.7. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Öznel Sağlık Algısı.....	132
2.3.7.1. Dua ve Öznel Sağlık Algısı.....	133
2.3.7.2. Başa Çıkma Tarzları ve Öznel Sağlık Algısı	134
2.3.7.3. Dinsel Eğilim ve Öznel Sağlık Algısı	135

2.3.8. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler	136
2.3.8.1. Dua ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler	136
2.3.8.2. Başa Çıkma Tarzları ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler	138
2.3.8.3. Dinsel Eğilim ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler.....	140
2.3.9. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim ve Dua Etme Davranışı	142
2.3.9.1. Dua Ölçeği ve Dua Etme Davranışı	143
2.3.9.2. Başa Çıkma Tarzları ve Dua Etme Davranışı	145
2.3.9.3. Dinsel Eğilim ve Dua Etme Davranışı	148
2.3.10. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Öznel Dindarlık Algısı.....	149
2.3.10.1. Dua ve Öznel Dindarlık Algısı.....	149
2.3.10.2. Başa Çıkma Tarzları ve Öznel Dindarlık Algısı	150
2.3.10.3. Dinsel Eğilim ve Öznel Dindarlık Algısı	151
2.4. Dua, Başa Çıkma ve Dinsel Eğilim Arasındaki İlişki ve Etkileşim.....	152
2.4.1. Dinsel Eğilim ve Dua	153
2.4.2. Dinsel Eğilim ve Başa Çıkma Tarzları	154
2.4.3. Dua ve Başa Çıkma Tarzları.....	157
SONUÇ VE DEĞERLENDİRME	159
KAYNAKÇA	171
ÖZGEÇMİŞ.....	180

KISALTMALAR

Akt.	:Aktaran
ANOVA	:Analysis of Variance
Ark.	:Arkadaşları
Bkz.	:Bakınız
c.	:Cilt
çev.	:Çeviren
DİA	:Diyanet İslam Ansiklopedisi
diğ.	:Diğerleri
Ed.	:Editör
TDK	:Türk Dil Kurumu
TDV.	:Türkiye Diyanet Vakfı
sy.	:Sayı
vb.	:Ve benzeri
Yay.	:Yayımları

TABLO LİSTESİ

Tablo 1 : Cinsiyete göre dağılım	97
Tablo 2 : Yaş guruplarına göre dağılım.....	97
Tablo 3 : Medeni duruma göre dağılım.....	98
Tablo 4 : Sosyal çevreye göre dağılım	98
Tablo 5 : Gelir algısına göre dağılım.....	99
Tablo 6 : Eğitim durumuna göre dağılım	99
Tablo 7 : Sağlık algısına göre dağılım.....	100
Tablo 8 : Son bir yıl içerisinde yaşanan problemlere göre dağılım	100
Tablo 9 : Dua tutum ve davranışına göre dağılım	101
Tablo 10 : Dua ölçeği	102
Tablo 11 : Başa çıkma tarzları ölçeği	103
Tablo 12 : Dinsel eğilim ölçeği	103
Tablo 13 : Dua tutumu bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar (t test)	104
Tablo 14 :Başa çıkma tarzları bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar (t test)	106
Tablo 15 : Dinsel eğilim bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar(t test) ...	107
Tablo 16 : Yaş Dönemlerine Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	109
Tablo 17 : Dua Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve Scheffe Testi Sonuçları	110
Tablo 18 : Yaş Dönemlerine Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	111
Tablo 19 : Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları.....	113
Tablo 20 : Yaş Dönemlerine Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	114

Tablo 21: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları	115
Tablo 22: Dua Tutumu Bakımından Bekârlar ile Evliler Arasındaki Farklar(t test)....	115
Tablo 23: Başa Çıkma Tarzları Bakımından Bekârlar İle Evliler Arasındaki Farklar(t test).....	116
Tablo 24: Dinsel Eğilim Bakımından Bekârlar İle Evliler Arasındaki Farklar (t test)	117
Tablo 25: Sosyal Çevreye Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	118
Tablo 26: Dua Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA ve Scheffe Testi Sonuçları	120
Tablo 27: Sosyal Çevreye Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	120
Tablo 28: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA Ve Scheffe Testi Sonuçları	122
Tablo 29: Sosyal Çevreye Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	123
Tablo 30: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları	124
Tablo 31: Dua Tutumu Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test).....	124
Tablo 32: Başa Çıkma Tarzları Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test)	125
Tablo 33: Dinsel Eğilim Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test).....	126
Tablo 34: Eğitim Durumuna Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	127
Tablo 35: Dua Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları	128
Tablo 36: Eğitim Durumu Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	129
Tablo 37: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre ANOVA Ve LSD Testi Sonuçları.....	131

Tablo 38: Eğitim Durumuna Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	131
Tablo 39: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları.....	132
Tablo 40: Dua Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t- Test Sonuçları	133
Tablo 41: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t- Test Sonuçları.....	134
Tablo 42: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t- Test Sonuçları	135
Tablo 43: Yaşanılan Problemlere Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	137
Tablo 44: Dua Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Problemlere Göre ANOVA Ve LSD Testi Sonuçları	138
Tablo 45: Yaşanılan Problemlere Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	139
Tablo 46: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Problemlere Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları.....	140
Tablo 47: Yaşanılan Problemlere Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	141
Tablo 48: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Probleme Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları	142
Tablo 49: Dua Etme Davranışına Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	143
Tablo 50: Dua Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları.....	145
Tablo 51: Dua Etme Davranışına Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri	145

Tablo 52: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları.....	147
Tablo 53: Dua Etme Davranışına Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	148
Tablo 54: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları	149
Tablo 55: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Dua Tutumu Bakımından Farklar (t Test).....	149
Tablo 56: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Başa Çıkma Tarzları Bakımından Farklar (t Test).....	151
Tablo 57: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Dinsel Eğilim Bakımından Farklar (t Test).....	152
Tablo 58: Dua'nın Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları.....	153
Tablo 59: Dua Ölçeği ve Alt Boyutları İle Dinsel Eğilim Ölçeği Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi).....	154
Tablo 60: Başa Çıkma Tarzlarının Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları	155
Tablo 61: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Alt Boyutları İle Dinsel Eğilim Ölçeği Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi).....	156
Tablo 62: Dua Ölçeği ve Alt Boyutları İle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi).....	157

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1	: Araştırmanın Modeli.....	9
---------	----------------------------	---

Tezin Başlığı: İlk Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Duâ

Tezin Yazarı: Yunus Emre TEMİZ **Danışman:** Doç. Dr. Erkan YAMAN

Kabul Tarihi: 22 Mayıs 2014 **Sayfa Sayısı:** xi (ön kısım) + 180 (tez)

Anabilimdalı: Felsefe ve Din Bilimleri **Bilimdalı:** Felsefe ve Din Bilimleri

Bu araştırmada, ilk yetişkinlik döneminde olan bireylerin dua ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişki bazı değişkenlerle (cinsiyet, yaş, medeni hal, sosyal çevre, gelir algısı, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yıl içerisinde yaşanan problem, öznel dindarlık algısı, dua tutum davranışı, dinsel eğilim) birlikte karşılaştırmalı olarak incelenmiş ve aralarındaki ilişki açıklanmıştır.

Araştırmanın örneklemini, 2013 yılında Sakarya ilinde, ilk yetişkinlik çağında bulunan ve tesadüfi olarak seçilen 415 birey oluşturmaktadır. Teorik çerçeve ve bulgu ve yorumlar olmak üzere iki bölümden oluşan araştırmanın birinci bölümünde öncelikle çalışmanın konusu, problemleri, amacı, önemi, hipotezleri, ön kabulleri, sınırlılıklarına değinilmiş, devamında araştırmanın yöntemi ele alınmıştır. Yöntem kısmında araştırma modeli, ampirik uygulamada kullanılan ölçekler, katılımcıların nitelikleri ve veri toplama süreci üzerinde durulmuştur. Daha sonra konu ile ilgili teorik bulgular etraflıca ele alınmış ve kavramsal çerçeve çizilmiştir. Çalışmanın ikinci bölümde araştırmaya katılanlar ve nitelikleri tablolar halinde verilmiştir. Daha sonra elde edilen verilerin analizi yapılmış, elde edilen analiz verileri ışığında bulgular yorumlanmış ve benzer çalışmalarla karşılaştırmalı olarak sunulmuştur. Sonuç kısmında ise çalışmaya ait genel sonuçlar sunularak değerlendirilmiş ve ileride konu ile alakalı olarak yapılabilecek araştırmalara dair önerilerde bulunulmuştur.

Sonuç olarak, olgusal değişkenlerden cinsiyet, yaş, gelir algısı, eğitim durumu, yaşanan problem, öznel dindarlık algısı ve dua tutum davranışının dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim düzeylerini etkilediği tespit edilmiş. Dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim ölçekleri arasındaki pozitif ve anlamlı ilişkilerin varlığı da duanın problemlerle baş etmede olumlu katkıda bulunan bir dini başa çıkma yöntemi olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Dua, İlk Yetişkinlik, Dini Başa Çıkma

Title of the Thesis: Prayer as a Coping Strategy Among Young Adults

Author: Yunus Emre TEMİZ

Supervisor: Doç. Dr. Erkan YAMAN

Date: 22 May 2014

Nu. of pages: xi (pre text) + 180 (main body)

Department: Philo. & Theo. Sci.

Subfield: Philo. & Theo. Sci.

This study investigates the relation between prayer and coping styles of young adults according to some variables (gender, age, marriage status, social environment, income status, educational level, health, the problem within the last year, pray attitudes and behaviour, religious tendencies) comparatively.

This study was done over 415 young adults who were chosen by randomly in Sakarya, in 2013. This study consists of two parts: theoretical framework and findings and interpretations. The first part deals with methodological issues of the study and includes the conceptual framework of prayer, adulthood, coping styles. The second part is about the findings and interpretations. After the sample presented in the second part the research results and analysis are shown in comparison with similar studies. According to the interpretations of the result in light of the analysis are drawn afterward. The conclusion presents the findings and discuss. It hereby gives some advices for the future studies.

Finally it was found that some independent variables such as gender, age, income status, educational level, the problem within the last year, pray attitudes and behaviour affected on the levels of prayer, coping styles and religious tendencies. According to the results there is a positive and significant relation between prayer, coping styles, and religious tendencies.

Keywords: Prayer, Young Adult, Religious Coping

GİRİŞ

Bireyin, gerek kendisinin yaşadığı gerekse etrafında gözlemlediği olaylara bir anlam vermeye ya da olup biten olayları bir kısım nedenlere ve sebeplere (causes and reasons) yükleyerek açıklamaya, dolayısıyla anlamaya çalışması, onun en temel eğilimlerinden birisidir. Psikologlar (Bkz. De Charms, 1968; White, 1959; Wortman, 1976), bu çabanın altındaki nedenin, insanın içinde yaşadığı çevreyi anlamlı bir yapıya kavuşturma ve sonuçta da kontrol edilebilir bir hale getirme güdüsü olduğunu iddia etmektedirler (Yaparel, 1994: 275). Böyle bir anlam arayışı ve kontrol etme çabası içerisinde birey, kendine özgü olan yönelim sisteminden faydalanır. Bu yönelim sistemi dini veya dünyevi temelli olabilir. Bu sistem, bireylerin maruz kaldıkları sorunlarla ilgili yapacakları nedensel açıklamaları ve yaşamda karşılaştıkları sorunları ne şekilde yorumlayacakları hususunda belirleyici olur. Dinin, bireyin yönelim sistemini oluşturması veya bireyin yönelim sisteminin bir parçası olması durumunda din, bireyin kendisiyle veya diğer insanlarla ilgili sorunların/olayların çözülmesinde ve anlamlandırılmasında etkili olur. Nitekim olayların realitedeki anlamının ötesinde, bireyin algısı ve yorumlaması, olaylara bakış açısı hayatına yön verir. Yani bireyin yaşama dair sahip olduğu bilişsel yapısı, zihinsel örüntüsü olayları algılamada ona özgü bir yön sunar. Bu bağlamda Pargament (1997: 193), karşı karşıya kalınan problemlere bir anlam vermede ve onları filtre etmemizde dinin, bilişsel bir şema (a cognitive schema) ve zihinsel bir temsil (a mental representation) sunduğunu ifade eder. Brown (1966) da dinsel inançların, karşılaşılan belirsizlikleri aydınlatmada, etrafta olup biten olumlu ya da olumsuz olayları anlamlandırmada, sorunlarla baş etmede (coping), onları yorumlayabilmek ve açıklayabilmek için bireylerin başvurup kullandıkları zihni kategoriler olduğunu söyler (Akt: Yaparel, 1994: 279).

Anlam, bireyin hayata tutunmasını sağlayan şeydir. Anlam ve kontrolün tehdit edildiği durumlarda, problemlerin üstesinden gelmek için birey, başa çıkma sürecine girer. Bu süreçte ise çeşitli unsurlardan yardım alır. Böyle bir süreçte en önde gelen yardımcı unsur şüphesiz dini inanç ve değerlerdir. İnsanların sıkıntılı durumlarda problemlerinin üstesinden gelmek için dini referans olarak serdettikleri gayret ve faaliyetler *dini başa çıkma* olarak adlandırılmaktadır. Bu gayret ve faaliyetler içerisinde en belirgin olanı, dinin ruhu ve özü olarak nitelendirilen *duâ*'dır. Dini başa çıkma sürecinde şükür, affetme, sabır, itaat ve tevekkül gibi birçok unsur olmakla beraber dua, problemlerin

çözümünde sıklıkla ve öncelikle başvurulan bir dini etkinliktir (Ayten, 2012: 42-11). Sonuç olarak bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları problemleri aşmada, en büyük dini desteklerden biri olan dua bu araştırmada bir dini başa çıkma yöntemi olarak ele alınmıştır.

Evrensel olması itibarıyla dua, ilgi çekici bir kavram olmuştur. Bundan ötürüdür ki dua üzerine teorik çalışmaların (Heiler, 1932; Bebek, 1998; Kayıklık, 2001; Horozcu, 2010) yanında ampirik çalışmalar (Banziger ve ark., 2008; Luckow ve ark., 1997; Yapıcı, 2005; Albayrak, 2013) da sıklıkla yapılmıştır. Bu araştırmada ise dua bir dini başa çıkma yöntemi olarak ele alınmıştır. Burada, dua ve başa çıkma ile ilgili ülkemizde ve yurt dışında yapılmış çalışmalara kısaca değinmek yerinde olacaktır. Yurtdışında yapılan teorik çalışmalar arasında Heiler'in (1932) *Prayer A Study in the History and Psychology of Religion* başlıklı çalışması bu konunun klasik bir örneğini teşkil etmektedir. Rowlett (1981)'in *A Process Theology of Prayer* adlı çalışmasında ise genel olarak dua, ilahi boyutu bakımından ele alınmıştır. Kılıç (1991) tarafından *Dua Üzerine Düşünceler (Psikofizyolojik Sebepleri ve Sonucu)* adı ile dilimize çevrilen Marinier'in eseri ise duayı psikolojik yönü ile ele almaktadır. Yine Yücetürk (1961) tarafından Türkçeye çevrilen Carrel'in *Dua* isimli eseri ise genel olarak Hristiyan perspektifinden duaya özlü bir bakış sunmaktadır. Bu çalışmaların yanında dua üzerine ampirik araştırmalar da yapılmıştır. Luckow ve ark., (1997) tarafından *Structure of Prayer Scala* adlı bir dua ölçeği geliştirilmiştir. Yine Banziger ve ark. (2008) tarafından ise *Duch Prayer Scala* adlı bir dua ölçeği geliştirilmiş ve dua türleri ile dini başa çıkma tarzları arasındaki ilişkisi araştırılmıştır. Grossoehme ve diğ. (2011) tarafından ise *Written prayers and religious coping in a paediatric hospital setting (Pediatrik hastane ortamında yazılı dualar ve dini başa çıkma)* başlıklı bir araştırma gerçekleştirilmiştir.

Ülkemizde yapılan teorik çalışmalar arasında Bebek'in (1998) *Din ve Düşünce Açısından Dua* adlı eseri kelami perspektiften duayı ele almaktadır. Kayıklık (2001) tarafından ele alınan *Kur'an'daki Dualar üzerine Psikolojik Bir Değerlendirme* adlı makalede ise dua psikolojik yönü bakımından değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Horozcu (2010) tarafından kaleme alınan *Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları* adlı çalışma ise istek dualarını din psikolojisi açısından ele almıştır. Bu araştırmalarla beraber dua konusunda ampirik çalışmalarda yapılmıştır. Yapıcı (2005) tarafından gerçekleştirilen *Güdü ve İçerik Açısından Çocuk Duaları ve Dualara*

Yansıyan Sorunlar adlı çalışmada, ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin dua güdülleri ile dualarının içerikleri araştırılmış ve dualar üzerinden sorunları tespate çalışılmıştır. Arıcı (2005) tarafından hazırlanan *Ergenlerde Dini başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua* adlı çalışmada dua, spesifik olarak bir başa çıkma yöntemi olarak ele alınmış ve ergen örneklem gurubunun, temel olarak duayı başa çıkma yöntemi olarak kullanıp kullanmadıkları test edilmiştir. Albayrak (2013) tarafından gerçekleştirilen *Gençlerde Dua Psikolojisi* adlı çalışmada ise gençlerin dua tutumu çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir.

Araştırmanın Konusu ve Problemleri

İnsanların sıkıntılı durumlarda sorunların üstesinden gelmek üzere dini referans olarak ortaya koydukları gayret ve faaliyetler *dini başa çıkma* başlığı altında toplanmaktadır. Bu gayret ve faaliyetler içerisinde belki de en belirgin olanı, dinin ruhu ve özü olarak nitelendirilen *duâ*'dır. Dini başa çıkma sürecinde birçok unsur olmakla beraber dua, problemlerin çözümünde sıklıkla ve öncelikle başvurulan bir dini etkinliktir (Ayten, 2012: 42). Konunun bir diğer boyutu ise ilk (genç) yetişkinlerle ilgilidir. Genç yetişkinlik çağı hemen hemen her açıdan insan yaşamının en yoğun olduğu dönemlerden birisidir. Yirmi yaş civarında bireyler temel yetişkinlik kimliğini oluştururlar. Genç yetişkinlik bireyin artık kendi görevlerini yaptığı, sorumluluklarını üstlendiği ve topluma katkıları olduğu bir dönemdir. İlk yetişkinlik yılları pek çok önemli değer yargılarının açıklığa kavuştuğu, önemli kararların alındığı ve hayat planlarının yapıldığı bir zamandır. Bu dönemde, toplumun bireyden istek ve beklentileri artık belirginleşmiştir (Köylü, 2004: 55). Ancak burada ifade etmek gerekir ki insan hayatının tüm evreleri konusunda herkes tarafından kabul edilmiş kesin ayrımlar bulunmamaktadır (Köylü, 2004: 44). Bu bağlamda yetişkinlik, toplumsal norm ve rollere göre tanımlanan bir kavramdır. Yani yetişkinlik farklı coğrafyalarda, kültürlerde ve zamanlarda farklı tanımlanabilen bir kavramdır (Duman, 2007: 145). Sonuç olarak hayatın ikinci kısmında olduğu kabul edilen yetişkin bireyler bu çalışmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Bu çalışmada ise yetişkinlikle ilgili kuramlar dikkate alınarak 20-45 yaşlar arasında olan bireyler araştırmanın örneklem grubunu teşkil etmektedir. Yine çalışmada, katılımcıların yaşları ilk yetişkinlik gelişim dönemlerine uygun olarak kategorileştirilmiştir (Bkz. Onur, 2011: 82; Eryılmaz, 2012: 67)

Yapılan açıklamalar doğrultusunda bu çalışmanın ana konusunu, ilk yetişkinlik çağında bireylerin karşı karşıya kaldıkları problemler karşısında başvurdukları dini başa çıkma etkinliklerinden biri olan dua teşkil etmektedir. Bu çerçevede araştırmada, ilk yetişkinlik döneminde olan bireylerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri belirlenen bazı demografik değişkenler dikkate alınarak ortaya konmuş ve aralarındaki ilişkiler tespit edilmiştir. Yani çalışmada, bir dini başa çıkma etkinliği olan duanın değişik göstergeleri ile diğer başa çıkma etkinlikleri ve dinsel eğilim arasındaki ilişki incelenmektedir. Ayrıca cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, eğitim durumu, gelir durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü, dua etme tutum ve davranışı gibi niteliklerin dua, başa çıkma ve dindarlık eğilimi değişkenleri ile olan ilişkisi incelenmektedir.

Araştırmada “bir dini başa çıkma etkinliği olan dua ile diğer başa çıkma etkinlikleri arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorusu temel problem edinilmiştir. Ayrıca araştırmada, elde edilecek birincil veriler doğrultusunda temel probleme bağlı olarak belirlenen alt problemler ise şunlardır:

1. Demografik değişkenler bağlamında dua tutumunda farklılıklar oluşmakta mıdır?
2. Demografik değişkenler bağlamında başa çıkma tarzlarında farklılıklar oluşmakta mıdır?
3. Demografik değişkenler bağlamında dindarlık eğiliminde farklılık oluşmakta mıdır?
4. Dua tutumu ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır?
5. Başa çıkma tarzları ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır?
6. Dinsel eğilim ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır?
7. Dua tutumu ve dinsel eğilim arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? Dinsel eğilim duanın anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
8. Başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? Dinsel eğilim başa çıkma tarzlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
9. Dua tutumu ve başa çıkma tarzları arasında nasıl bir korelasyon vardır?

Çalışmanın Amaç ve Önemi

Bu çalışmanın temel amacı, genç yetişkinlik düzeyinde, başa çıkmanın değişik boyutları ile duanın değişik göstergeleri arasında ne tür bir bağlantının olduğu ve bu ilişkinin farklı demografik değişkenlere bağlı olarak nasıl bir değişme gösterdiğini incelemektir. Bireyler günlük hayatlarında kendilerini psikolojik, fiziksel ve sosyal olarak etkileyen bir takım sorunlarla karşı karşıya gelirler. Yaşanılan bu sorunları aşmada, doğru ve sağlıklı bir anlamlandırma büyük önem arz eder. Böyle durumlarda din, pek çok birey için bir sığınma ve teselli kaynağı olur (Ayten, 2012: 15; Kula, 2005: 29). Nitekim insanların sıkıntılı zamanlarda sorunları ile baş ederken dini referans olarak serdettikleri etkinliklerden biri olan dua, böyle bir aşamada önemli bir yer tutar. Bu nedenle genç yetişkin bireylerin karşılaştıkları problemlerle baş etmede dini referans olarak başvurdukları etkinliklerden biri olan dua ile başa çıkma tarzları aralarında nasıl bir ilişkinin olduğunu araştırmak bireylerin duygu, düşünce ve davranışları üzerinde etkiye sahip olan dinin anlam ve öneminin daha iyi bir şekilde anlaşılmasını sağlayacaktır.

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmada “ilk yetişkinlerin karşılaştıkları problemlerle başa çıkmalarında bir dini başa çıkma yöntemi olan dua olumlu katkıda bulunur.” ifadesi temel hipotez olarak belirlenmiştir. Ayrıca araştırmanın modeli ve temel hipotezi ile bağlantılı olarak ileri sürülen alt hipotezler iki grup halinde aşağıda sunulmaktadır.

1.) Dua, başa çıkma, dindarlık ve demografik değişkenler:

A) Katılımcıların dua tutumları; cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir durumu, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü, dua etme davranışı gibi değişkenlere göre farklılık gösterir. Bu bağlamda;

- (a) Cinsiyet faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.
- (b) Yaş faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa sebep olmaz.
- (c) Medeni durum değişkeni dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.
- (d) Sosyal çevre değişkeni dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.
- (e) Yüksek gelir algısına sahip olanların dua ölçeğinden aldıkları ortalamalar daha düşüktür.
- (f) Eğitim seviyesi yüksek olanların dua ölçeğinden aldıkları ortalamalar daha düşüktür.
- (g) Öznel sağlık algısı iyi olanların dua ölçeğinden aldıkları ortalamalar daha düşüktür.

- (h) Dua tutumu son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.
- (i) Deneklerin dua etme davranışları ile dua ölçeğinden almış oldukları ortalama puanlar arasında anlamlı bir fark vardır.
- (j) Deneklerin dindarlık algılamaları ile dua tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

B) Örneklem gurubunun başa çıkma tarzları; cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir durumu, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü, dua etme davranışı gibi değişkenlere göre farklılık gösterir. Bu çerçevede;

- (a) Erkekler aktif başa çıkma tekniklerine (problem odaklı) kadınlardan daha fazla başvururken kadınlar pasif başa çıkma tarzlarına (duygusal odaklı) daha fazla başvurumaktadırlar.
- (b) Yaş faktörü başa çıkma tarzlarında anlamlı bir farklılığa neden olur.
- (c) Evliler daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarını tercih ederken bekârlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına başvurumaktadırlar.
- (d) Hayatının çoğunu kırsal çevrede geçirenler duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırken, kentlerde geçirenler problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvururlar.
- (e) Düşük gelir algısına sahip olanlar, duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha fazla başvururlar.
- (f) Eğitim seviyesi düşük olanlar, yüksek olanlara göre daha çok duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.
- (g) Sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenler, problem odaklı başa çıkma tarzlarını; kötü olarak değerlendirenler duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.
- (h) Başa çıkma tarzlarına başvurma son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.
- (i) Sıklıkla dua edenler daha fazla duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarına başvururken, daha az dua edenler daha fazla problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurumaktadırlar.
- (j) Yüksek dindarlık algısına sahip olanlar, duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını; biraz daha düşük dindarlık algısına sahip olanlar problem odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.

C) Örnekleme grubunun dinsel eğilim düzeyleri; cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü, dua etme davranışı gibi değişkenlere göre farklılık gösterir. Bu bağlamda:

- (a) Kadınlar erkeklere,
- (b) Evliler bekârlara,
- (c) Yaşça büyük olanlar daha gençlere,
- (d) Yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenler kentlerde geçirenlere,
- (e) Düşük ve orta gelir algısına sahip olanlar, yüksek olanlara,
- (f) Eğitim seviyesi düşük olanlar eğitim seviyesi yüksek olanlara,
- (g) Sağlık algısı kötü ve orta olanlar iyi olanlara,
- (h) Problemi olanlar olmayanlara,
- (i) Daha sık dua edenler daha az dua edenlere,
- (j) Yüksek öznel dindarlık algısına sahip olanlar, zayıf olanlara göre daha iç güdümlü dindardır.

2.) Dua, başa çıkma ve dindarlık ilişkisi ile ilgili hipotezler:

- (a) Dinsel eğilim ile dua tutumu arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır.
- (b) Dinsel eğilim ile başa çıkma tarzları arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır.
- (c) Başa çıkma tarzları ile dua tutumu arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır.

Araştırmanın Ön Kabul ve Sınırlılıkları

Araştırmada dua ve başa çıkma gibi çok kapsamlı ve boyutlu konular ele alınmaktadır. Bu nedenle, araştırmanın sağlıklı bir şekilde gerçekleştirilebilmesi ve geçerli sonuçlar elde edilebilmesi için bir takım ön kabul ve sınırlılıklarla hareket edilmiştir.

Ön Kabuller

Dua ile hem başa çıkma tarzları hem de dinsel eğilim arasında bir ilişki ve etkileşimin olduğu kabul edilmektedir. Araştırmanın örnekleme grubunu teşkil eden 415 katılımcının, kendilerinden istenilen bilgileri samimiyetle ve doğru olarak cevapladıkları kabul edilmektedir. Ayrıca örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır. Son olarak ise araştırmada kullanılan Dua Ölçeği, Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Dinsel Eğilim Ölçeğinin ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

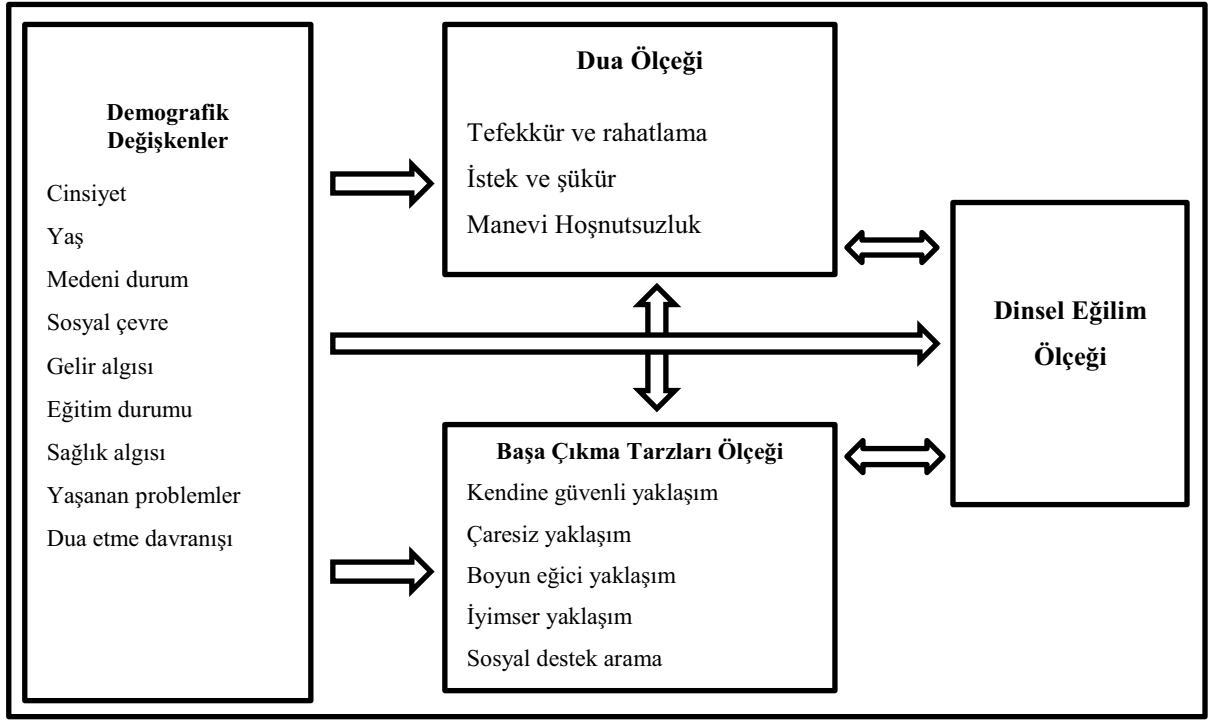
Araştırma 2013 yılında Sakarya ilinde basit tesadüfi örnekleme tekniği kullanılarak ulaşılan genç yetişkinleri kapsamaktadır. Çalışma, kesitsel yani belirli bir zaman diliminde gerçekleştirilmiş olmasından ötürü, zaman içerisinde deneklerin inanç, duygu, düşünce ve tutumlarının değişebileceği dikkate alındığında, bu araştırmada elde edilen bulgular, araştırmanın yapıldığı dönemle sınırlıdır. Çalışma, ilk yetişkinlik döneminde olan 415 bireye uygulanan anket sonuçlarını içermektedir. Araştırmada elde edilen dua, başa çıkma tarzları ve dindarlık düzeylerine ait bulgular, ilgili ölçeklerin ölçme kapasitesi/gücü ile sınırlıdır. Çalışmada elde edilen veriler, deneklerin ölçeklere verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.

Araştırmanın Yöntemi

Araştırmanın Modeli

İlk yetişkinlik çağında olan bireylerin karşı karşıya kaldıkları problemler karşısında başvurdukları dini başa çıkma etkinliklerinden biri olan dua'yı konu edinen bu araştırmanın modeli, nicel araştırmalar kapsamında tanımlanan, tarama ve korelasyonel (correlational) araştırma modelidir. Bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre görece daha büyük örneklemler üzerinde yapılan araştırmalara tarama araştırmaları denir (Büyüköztürk ve diğ., 2012: 177). Kısaca sosyal araştırmada sosyal olay ve olguların olduğu gibi, değiştirilmeden ortaya konmasıdır (Arslantürk, 2004: 100). Korelasyonel araştırma ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden sonuç ile ilgili ip uçları elde etmek amacı ile yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk ve diğ., 2012: 15).

Araştırmada, korelasyonel araştırma modeline uygun olarak, örneklem gurubunun dua tutumu, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri arasındaki ilişki ele alınmaktadır. Araştırmanın amacına ve modeline uygun olarak geliştirilen, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki muhtemel ilişkiler Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1: Araştırmanın Modeli

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini 2013 yılında Türkiye’deki ilk yetişkinlik çağında olan bireyler oluşturmaktadır. Ancak araştırma kapsamında bütün evrene ulaşmak zaman, ulaşım ve ekonomik vs. gibi imkânlar bakımından mümkün olmadığından, incelenecek olan büyük gurubun (evren) niteliklerini temsil eden bir bölümünün bir takım kurallar çerçevesinde seçilmesi işleminden ibaret olan örneklem alma yoluna gidilmiştir (Bkz: Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012: 80-81; Altunışık ve diğ., 2012: 132-133). Bu çerçevede araştırmanın örnekleme olarak, tarafımızca daha ulaşılabilir olması bakımından Sakarya ili seçilmiştir. Türkiye’nin değişik kesimlerinden göç olarak farklı görüşlerden ve farklı bölgelerden bireyleri barındıran bir il olması sebebiyle de araştırmanın evreni temsil gücü artırmıştır.

Araştırmanın örneklemini, ilk yetişkinlik çağında bulunan 415 kişi temsil etmektedir. Araştırma örneklemine giren bireyler basit tesadüfi örnekleme tekniği (Altunışık ve diğ., 2012: 139) kullanılarak belirlenmiştir.

Araştırmada Veri Toplama Araçları

Araştırmada bilgi toplama ve ölçme amacıyla anket tekniğine başvurulmuştur. Diğer veri toplama tekniklerine (görüşme, gözlem) göre farklı yerlerden çok daha büyük gruplara hızlı ve pratik uygulama olanağının olması ve maliyetinin daha düşük olması gibi avantajları (Bkz: Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012: 124) nedeni ile anket tekniği tercih edilmiştir.

Araştırmada veri sağlama amacı ile anket formunda *kişisel bilgi formu*, *dua ölçeği*, *başta çıkma tarzları ölçeği* ve *dinsel eğilim ölçeği* kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kullanılan anket formunun ilk bölümünde bireylerin dua tutumu, başta çıkma tarzları ve dinsel eğilimleriyle ilişkili olduğu düşünülen bağımsız değişkenlere yer verilmiştir. Yani anket formunun bu bölümü, araştırma evrenini temsil etmesi hedeflenen örneklemin demografik özelliklerini (cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir algısı, eğitim durumu, sağlık algısı, problemler, dua etme davranışı) betimlemeye yönelik olgusal sorulardan oluşmaktadır.

Dua Ölçeği

Araştırmada katılımcıların dua tutumlarını ölçmek için Yaman ve Temiz tarafından geliştirilen Dua Ölçeği kullanılmıştır. Dua ölçeği 23 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları *tefekür ve rahatlama*, *istek ve şükür ile manevi hoşnutsuzluk* boyutlarıdır. Manevi hoşnutsuzluk boyutundaki maddeler ters puanlanmıştır. Bu boyuttan alınan yüksek puanlar olumlu dua tutumunu göstermektedir. Maddelerin derecelendirilmesinde, çift sayıda kategori içeren ve 1-Hiç Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Katılıyorum, 4-Tamamen Katılıyorum kategorilerinden oluşmak üzere 4'lü Likert tipi bir derecelendirme kullanılmıştır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi olumlu dua tutumuna sahip olmayı gösterirken, puanların düşmesi ise olumsuz bir dua tutumunu ortaya koymaktadır (Yaman ve Temiz, 2014).

Araştırmamızda ölçeğin yapı geçerliğini test etmek üzere yapılan faktör analizi neticesinde, Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) örneklem uygunluk katsayısının ,944; Barlett Sphericity Testi χ^2 değerinin 4463.799 ($p < .001$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin üç boyuttan oluştuğu ve varyansı açıklayıcılık oranının % 54.21 olduğu hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacı ile yapılan iç tutarlık analizi neticesinde ise, Cronbach Alpha değeri ,917 olarak hesaplanmıştır. Bu şekli ile ölçek güvenilir ve geçerli olup araştırmada kullanılması uygundur.

Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Folkman ve Lazarus'un "Başaçıkma Yolları Envanteri" (Ways of Coping Inventory), 66 maddelik 4'lü likert tipi bir ölçektir. Bu ölçek ülkemizde öncelikle Siva (1988) tarafından kullanılmış ve kültüre özgü maddeler eklenerek 74 maddelik bir ölçek haline getirilmiştir. 74 maddelik "Başaçıkma Yolları Envanteri"nin Şahin ve Durak tarafından yapılan kısaltma çalışması sonunda ölçek 30 maddeye indirilmiştir. Kısaltılmış ölçek *kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma* olmak üzere 5 faktörden oluşmaktadır. Sosyal desteğe başvurma boyutundaki 1. ve 9. maddeler ters maddelerdir. Ölçek kapsamlı bir çözümlenmeye tabi tutulduğunda ölçeğin 5 alt boyutu, Problem odaklı/aktif başa çıkma tarzları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama) ve Duygusal odaklı/pasif başa çıkma tarzları (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) olmak üzere 2 üst faktörde toplanmaktadır (Şahin ve Durak, 1995: 57-70).

Çalışmamızda ölçeğin yapı geçerliğini test etmek üzere yapılan faktör analizi neticesinde, Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) değerinin ,800; Barlett Sphericity Testi χ^2 değerinin 2952.153 ($p < .001$) olduğu bulunmuştur. Ölçeğin 5 boyuttan oluştuğu ve 5 boyutun birlikte açıkladığı varyans oranının % 43,47 olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacı ile yapılan iç tutarlık analizi neticesinde ise, Cronbach Alpha değeri ,602 olarak hesaplanmıştır. Bu haliyle ölçek güvenilir ve geçerli olup araştırmada kullanılması uygundur.

Dinsel Eğilim Ölçeği

Araştırmada katılımcıların dinsel eğilim düzeylerini ölçmek için Gordon W. Allport ve Ross tarafından geliştirilen ve Hasan Kayıklık tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan *Dinsel Eğilim Ölçeği* (Religious Orientation Scale) kullanılmıştır. Kayıklık tarafından yapılan Türkçe'ye uyarlama çalışmaları sonucunda ölçek, 10 maddeli, tek faktörlü bir ölçme aracı haline gelmiştir. 4., 5., 7. ve 10. maddeler ters maddelerdir. Maddelerin derecelendirilmesinde, çift sayıda kategori içeren ve 1-Hiç Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Katılıyorum, 4-Tamamen Katılıyorum kategorilerinden oluşmak üzere 4'lü Likert tipi bir derecelendirme kullanılmıştır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi iç güdümlü dindarlığın arttığını gösterirken, puanların düşmesi de dış güdümlü dindarlığın arttığını göstermektedir (Kayıklık, 200: 61-64).

Araştırmamızda ölçeğin yapı geçerliğini test etmek üzere yapılan faktör analizi neticesinde, Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) örneklem uygunluk katsayısının ,854; Bartlett's Test of Sphericity değerinin ($\chi^2=979,530$; $p<.001$) olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin tek boyuttan oluştuğu ve varyansı açıklayıcılık oranının % 36,49 olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacı ile yapılan iç tutarlık analizi neticesinde ise, Cronbach Alpha değeri ,789 olarak hesaplanmıştır. Bu şekli ile ölçek güvenilir ve geçerli olup araştırmada kullanılması uygundur.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin toplanması amacı ile bilgi toplama ve ölçme amacıyla oluşturulan anket formları 2012-2013 Eğitim-Öğretim yılı Bahar Döneminde Sakarya ili genelinde ilk yetişkinlik çağında olan 600 kişiye uygulanmıştır. Analizler kullanılabilir durumda olan 415 anket formu üzerinde yapılmıştır.

Araştırmada bilgi toplama ve ölçme araçları ile elde edilen bilgilerin bilgisayar ortamına aktarılması ve analizleri SPSS 20 paket program yardımı ile yapılmıştır. Aktarılan veriler üzerinde yapılan veri temizleme işleminden sonra, anketi oluşturan bazı maddelere atanan sayısal değerler yeniden kodlama (recode) yoluyla değiştirilmiştir. Bazı değişkenler yeniden tanımlanmış ve veri dönüştürme işlemleri uygulanmıştır.

Araştırmada bağımsız iki grup arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığını tespit etmek için bağımsız grup t-test (independent samples t-test) uygulanmıştır. İki'den fazla grubun karşılaştırılmasında, tek yönlü varyans analizi (one way ANOVA) kullanılmıştır. Gruplar arasındaki farkın kaynağını tespit etmek üzere ise çoklu karşılaştırma testlerinden genellikle LSD testi ile Scheffe ve Dunnett C testi uygulanmıştır. İki sürekli değişken arasındaki korelasyonun yönünü ve derecesini tespit etmek için Pearson korelasyon değerinden (Pearson Correlation Coefficients), iki sürekli değişken arasındaki etkileşimi belirlemek üzere ise basit regresyon analizi tekniğinden faydalanılmıştır.

BÖLÜM 1: TEORİK ÇERÇEVE

1.1. Dua'ya Genel Bakış

1.1.1. Duanın Kavramsal Çerçevesi

Dua sözcüğü, kişinin kendisinden çıkan bir ses veya sözle bir şeyi kendisine meylettirmesi (İbn-i Faris, 1979: 279) anlamına gelen *deave* (دعو) fiilinin masdarı olup, Allah'a yalvarmak (Firûzâbâdî, 1979: 321; Zebîdî, 1965: 46), nida (el-İsfahânî, 1961: 169) isimlendirme (el-İsfahânî, 1961: 170; Zebîdî, 1965: 47), istemek (el-İsfahânî, 1961: 170), istiğase (yardım istemek) (İbn-i Manzur, 1999: 359; el-İsfahânî, 1961: 170), bir şeye çağırma (el-İsfahânî, 1961: 170), ibadet (İbn-i Manzur, 1999: 359), yönlendirmek (Zebîdî, 1965: 47) ve dâvet (Firûzâbâdî, 1979: 322) gibi anlamları içermektedir. Küçükten büyüğe, aşağıdan yukarıya vâki olan talep ve niyaz, anlamında isim olarak da kullanılan dua kelimesi ayrıca Allah'a sunulacak talepleri sözlü ve yazılı olarak dile getiren metinler için de kullanılır (Cilacı, 1994: 529). Öz *Türkçe Sözlük (1966)* isimli eserinde Püsküllüoğlu (2004: 280) duanın, tanrıya yalvarma, tanrıdan yardım dileme ile namaz ve benzeri tapınma eylemlerinde dile getirilen ya da tanrıya yakarmak amacıyla okunan dinsel değeri olan sözler olduğunu belirtmiştir. Püsküllüoğlu ile paralel şekilde Doğan (1996: 304) da *Büyük Türkçe Sözlük (1981)* adlı eserinde duanın, Allah'a yalvarma, ondan dilekte bulunma, niyaz, yakarma ile birlikte çağrı, nida ve dâvet anlamına geldiğini söylemiştir. *Din ve İnanç Sözlüğü* isimli eserinde Gündüz (1998: 101) ise duanın, tanrıya, herhangi bir tanrısal varlığa ya da bir üstün şahsiyete yönelik hamd, şükran, rica, dilek veya tövbe içerikli yakarış; insanın kutsalla iletişim kurması olduğunu ifade etmiştir. Aydın (2005: 185) da duanın batılı dillerindeki, *prière* kelimesinin karşılığı olduğunu, yalvarmak manasına gelen Latince *perx* veya *precis* kelimesinden alındığını ve duanın lütuf elde etmek için bir takım güçlere ve ilahlara bir başvuru olduğunu belirtir ve daha genel bir ifade ile duanın, ferdin kendi iradesini ilahi irade ile aynılaştırma çabası olduğunu söyler.

İfade edilen tanımlamalar göz önünde bulundurulduğunda genel olarak duanın, küçükten büyüğe, aşağıdan yukarıya doğru bir talep, bir yalvarma yakarma anlamında kullanıldığı göze çarpmaktadır. Özel olarak İslami literatürde dua, Allah'ın yüceliği karşısında kulun aczini itiraf etmesini, sevgi ve tazim duyguları içinde lütuf ve

yardımını dilemesini ifade eder (Cilacı, 1994: 529). İbn Manzur da kavram olarak duanın, ilk sırada Allah'ın birlik ve yüceliğini dile getirmek, ikinci sırada ise O'ndan maddi ve manevi lütuf ve nimetler ihsan etmesini istemek şeklinde iki anlamı olduğunu ifade etmiştir (Akt: Parladır, 2007: 328).

Terim olarak çeşitli din ve geleneklerde dua farklı şekillerde ele alınıp değerlendirilmiştir. Fikir adamları kendi bakış açılarına göre farklı dua tarifleri yapmışlardır. Bundan ötürü terim olarak geniş bir dua tanımı çerçevesi meydana gelmiştir.

Duanın önde gelen hususiyetlerinden birinin Tanrıdan istek ve talepte bulunma olduğu söylenebilir. Nitekim İslami literatürde duayı Cilacı (1994: 529) kulun bütün benliği ile yüce yaratana yönelerek ondan istek ve dilekte bulunması anlamında dini bir terim ve bu amaçla icra edilen bir ibadet şekli olarak belirtmiştir. Seyyid Muhammed Tantavi de duayı samimiyetle yalvararak Allah'tan bir isteğin yerine getirilmesini, talep edilen bir şeyi, katındaki bir hayrı vermesini istemek olarak tanımlamıştır (Akt: Horozcu, 2010: 17).

Bir kısım dua tanımlamalarında ise duanın dinin özü olduğuna vurgu yapılmıştır. James (1962: 444) duayı, dinin ruhu ve özü olarak tanımlamıştır. Benzer şekilde Heiler (1932: 362) de duanın dinin kalbi ve merkezi olduğunu ifade etmiştir. İslam Peygamberi Hz. Muhammed (s.a.s) ise duayı, “dua, ibadetin ta kendisidir¹” şeklinde tanımlamıştır. Yine duanın diğer bütün ibadetler içindeki konumu ve mertebesini ise “dua ibadetin özüdür²” ifadesi ile ortaya koymuştur (Kılıç, 1991: 8). Bu ifadeler açıkça göstermektedir ki dua din içerisinde merkezi bir yer ve öneme sahiptir.

Duanın ana hedefi, insanın Allah'a halini arz etmesi ve O'na niyazda bulunması olunca (Albayrak, 2013: 37) duanın iletişim yönü ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda bazı fikir adamları ise duanın iletişim boyutuna dikkat çekmişlerdir. İslam mütefekkirlerinden Muhammed İkbâl (2013: 126) dua ve ibadetin, kâinatın dehşet verici sessizliği içinde insanoğlunun kendisine bir cevap bulmak için hissettiği derin hasret ve arzunun ifadesi olduğunu söyler. Ona göre ilmi olarak tabiatı araştırmak, bizi mutlak hakikat ile temas haline getirir. Bu ise bir yönüyle dua ve ibadettir, der. Alexis Carrel (1961: 22) duayı,

¹ Tirmizî, De'avat, 2

² Tirmizî, De'avat, 2

ruhun iç âleme doğru bir gerilimine benzetmektedir. Duanın, bir şikâyetten, bir ıstırap çığığından, bir yardım dilemeden ibaret olduğunu dile getirir. Ona göre dua hakikaten insanın görünmez bir varlıkla, kâinatın yaratıcısıyla, hepimizin kurtarıcı ve hamisiyle fikren ve hissen münasebete geçmek için yapılan gayreti temsil eder. Heiler'e göre ise dua, kendisiyle bir fert veya grubun, sözlü veya zihinsel olarak tanrı ile haberleşmeye girmeye teşebbüs ettiği bir vasıta olduğunu ifade eder (Akt: Sharpe, 2000: 19). James (1962: 444) de duanın iletişim yönüne vurgu yaparak duayı kutsal addedilen güçle meydana gelen her türlü birliktelik ve konuşma olarak betimler. Benzer şekilde Hökeleli (2010: 212) ise duayı, insan ile Allah arasında bir haberleşme ya da iletişim olarak tanımlamaktadır. Gündüz (1998: 101) ise duayı, insanın kutsal ile iletişim kurması şeklinde tarif etmiştir.

Yalın haliyle denebilir ki ibadetin öz ögesi olan dua, kutsalın yardımını sağlamak, merhametini celp etmek ve bunları harekete geçirmek için bireyin içinde bulunduğu hale göre o anki seslenişidir. Buradan da duanın önemli ve önde gelen gayelerinden biri olarak bireyin yaratıcıya durumunu sunması yani bir yakarış ve sığınma olduğu söylenebilir. Dolayısı ile dua, birey ve yaratıcı arasında bir diyalog anlamı taşımaktadır.

1.1.2. Dua-İnsan İlişkisi

Yukarıda ifade edildiği üzere, bir yönü ile dua, insanın kutsal ile iletişim kurmasıdır. Bu bağlamda Toshihiko Izutsu (1975: 182) duanın, birey ile yaratıcısı arasında dolaylı bir diyalog olduğuna değinmiştir. O, Kur'an'daki vahiy kavramını tahlil ederken onun Allah'la insan arasında cereyan eden, yukarıdan aşağıya, Allah'tan insana doğru olan bir çeşit özel konuşma olduğunu söyler. Burada Allah, kendi kelimelerini insana yöneltir. Lakin Allah ile insan arasındaki bu lisani münasebet tek yönlü değildir. Yani birey bu münasebette daima pasif kalmaz, bazen o da Allah ile sözlü bir ilişki başlatır. Nihayetinde bu ilişkinin neticesinde öyle bir olay doğar ki bu, yapı bakımından vahye benzer, ancak bunda konuşma doğrultusu yukarıdan aşağıya değil, aşağıdan yukarıya doğrudur. Vahiy gibi bu da olağan üstü şartlar altında ve özel bir biçimde meydana gelir. Normal olarak insan doğrudan doğruya Allah'a hitap etme vasıtasına sahip değildir. Normal kelime alışverişi olabilmesi için iki taraf arasında ontolojik eşitlik bulunmalıdır. Ancak insan zihni çeşitli durumlarda günlük durumun üstüne çıkar; gerilir, gerilir ve kırılma derecesine vardığında; bu durumda insan, Tanrıya doğrudan

doğruya söz söyleme noktasına varmış olur. Dolayısı ile ona göre dua, olağan üstü durum içinde geçen böyle bir konuşma olayıdır. Douglas ise bu türlü iletişime dolaylı olarak değinerek duanın Allah'ın durmadan taşan sevgi ve alakasına kulun verdiği bir cevap olduğunu ifade etmiştir (Akt: Parladır, 2007: 330).

Burada yeri gelmişken şunu da belirtmek gerekir ki duada iletişim kurulmaya duyulan ihtiyaç değişken bir faktördür ve tamamen temel tanrı doktrinine dayanır. Bir bütün olarak dua, bir arka plan olarak politeist veya teist tanrı inançlarını gerektirir. Teist olmayan sistemler elbette Mutlak'a ilişkin metot belirtir, fakat normal anlamda iletişim meydana gelmez ve dinin yapısı içerisinde duanın yerini tefekkür alır (Sharpe, 2000: 21). Albayrak (2013: 41) da duayı izah ederken bu duruma değinerek, dua ve ritüelin, sınırları belli veya belirsiz olan herhangi bir Tanrı'nın varlığı ve gücünü kabul etmesiyle insanın, hayatında doğaüstü olduğunu düşündüğü bir varlıkla ilişkiye geçmesini tanımlamakta olduğunu söylemiştir. Benzer şekilde Bebek (1998:13) ise duanın, her şeyden önce bu kâinatın bir yaratıcı, yönetici, bakıcı, koruyucu ve kollayıcısının olduğuna inanmak anlamını taşıdığını ifade ederek bu noktaya işaret etmiştir. Bu ifadelerden de çıkarılabileceği gibi, dua daima duyular üstü bir dünyanın varlığına, Tanrıya ve Tanrı ile temasa girmenin imkânına inanmayı gerektirir.

Izutsu (1975: 182), insan zihninin çeşitli durumlarla günlük durumun üstüne çıktığında, Tanrıya doğrudan doğruya söz söyleme durumuna geldiğini belirtir ve el-Kirmani'den de kaydettiğine göre böyle bir durumda insan kendi benliğini üstün bir varlığa değiştirmiştir. Marinier (1991: 27) da benzer şekilde *kriz anları* diye nitelendirilebilecek buhranlı durumlarda, sıkıntı anında, acizlik veya hastalık durumunda, bir tehlike veya suçluluk hissine cevap olarak, insanların duaya yöneldiğini belirtir ve bu durumlarda meydana gelen şeylere karşı koymak için normal şuurun yetersiz olduğunu da sözlerine ekler. Izutsu ve Kirmani ile aynı yönde olan bu ifade aynı zamanda duanın bireyde oluşturmuş olduğu yoğun hale de dikkat çekmektedir. Öyle anlaşılmaktadır tasviri yapılan bu dua, bireyin kendisini hayatın keşmekeşliklerinden uzak tutarak yapmış olduğu bir duadır. Carrel'in de dediği gibi, bu tür duâ'nın temeli yoksulluğa ve aşka dayalı olmalıdır (Şeriati, 2010: 18). Bu tür bir duayı Şeriati (2010: 51) *Dua* isimli eserinde şu şekilde betimlemiştir: “ Öylesine bir dua ki şiddetli olmalıdır, sürekli içten ve ısrarlı olmalıdır. Bu haldeki dua bir dil alışkanlığı ve laklaktan ibaret olmamalıdır.

Yani dil ve dudak kendi işini görürken, Allah'ı kandırmaya çalışanların yaptığı gibi zihin ve kalp başka şeylerle meşgul olmamalıdır. Bu şuna benzer: hani insanlar bir vaaz, taziye ve yas meclisine katılırlar da orada bu meclise katılmanın sevabını alırlar. Ama aynı zamanda hatibin sözlerine kulak vermek yerine, dua ederek ve Kur'an okuyarak bunların da sevabını alırlar. Yani iki kat sevap almak isterler. Hatta bu sırada daha kurnaz olanların kulakları minberde iken gözleri Kur'an metinleriyle, dilleri de dua ve zikirle meşguldür, yani üç kat sevap alırlar! Oysa bilmezler ki bu iki, üç işi aynı anda yapmak birbirini geçersiz kılar.” Aynı şekilde Yahudilikte de duada içtenlik konusu vurgulanmıştır. Tevrat'a göre dua içten, yürekte gelmeli, sadece ağızla söylenmemelidir (Bebek, 1998: 42).

Yukarıda ifade edildiği üzere insanı, insan zihnini bu duruma sokan, böylesine bir yoğunlaşmayı meydana getiren faktörler çeşitlidir. Bireylerin dua etme zamanları incelendiği zaman, insanların büyük çoğunluğunun, genellikle mahrumiyet ve çaresizlik zamanlarında Tanrı'ya yöneldikleri tespit edilmiştir. Bu noktada Kılıç (2000: 243) insanların daha çok aciz ve çaresiz kaldıkları zaman duaya yöneldiklerini, rahatlık zamanlarından ise duanın keyfiyet ve kemiyetinde azalma olduğunu ifade etmiştir. 11-18 yaş arası öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada, Allah'a dua etmelerine sebep olarak %41'i manevi sorunları, %15 i maddi problemleri, %11'i mutluluk anlarını, %7'si tabiatın güzelliğini saymışlardır (Vergote, 1999: 47). Yukarıda değinilenlere paralel olarak Hökelekli ise; gençlerin duaya yönelişinde gelecek endişesi, günahlarını affettirme ümidi, sınavlarda başarılı olma arzusu, sevilen birinin ölümünden duyulan üzüntü, hastalık ve tehlikeli durumlarda yardım ve güvenlik isteği gibi sebeplerin büyük önem arz ettiğine işaret etmiştir (Hökelekli, 1983: 87).

Görüldüğü gibi kriz anları diye nitelenen kayıplar, sıkıntılı zamanlar, tehditler ve ölüm tehlikesi ile yine bunlarla birlikte Allah'a karşı duyulan derin sevgi ve zühd insanı normal şuur düzeyinin üstüne çıkararak yaratıcıyla diyaloga girmeye sevk eder. Bu konuda, Kur'an'da, Allah'a inanmayan müşrik Arapların durumunun tasvir edildiği pasaj, çarpıcı bir örnek oluşturmaktadır. Onlar Allah'a inanmadıkları halde dahi bir tehlike anında halisane bir halde Allah'a yalvarmaktadırlar;

İnsana bir sıkıntı dokundu mu, gerek yan üstü yatarken, gerek otururken, gerekse ayakta iken (her hâlinde bu sıkıntıdan kurtulmak için) bize dua eder. Ama biz onun bu

sıkıntısını ondan kaldırdık mı, sanki kendisine dokunan bir sıkıntı için bize hiç yalvarmamış gibi geçer gider. İşte o haddi aşanlara, yapmakta oldukları şeyler, böylece süslenmiş (hoş gösterilmiş)tir (Yunus 10/12).

Bir diğer ayette ise;

(Geminin batmasıyla öleceklerini anladıkları son anda) dini bize özgü kılarak-tam içtenlikle- Allah'a yalvarırlar: Eğer sen bizi bundan kurtarırsan mutlaka şükredenlerden olacağız-derler-(Yunus 10/22).

Görüldüğü gibi bu tür bir dilsel hareket tarzı, insanı normal düşünce tarzı dışına çıkaran olağanüstü hallerde oluyor. Zira insan kalbi bu olağan üstü hallerde bayağı düşüncelerden, maddi gayelerden arınır ve konuştuğu dil, ruhsal olarak yüksek bir nitelik kazanır. Sonuç itibarı ile dua, kalbin Allah'la konuşmasıdır; fakat insan kalbi yüksek bir duruma geldiği zaman dua olabilir (Izutsu, 1975: 183).

Duanın sonradan kazanılmış tarafını gösteren jestler, malzeme ve muhteva, inançtan inanca ve kültürden kültüre değişkenlik arz etmekle beraber, çeşitli dua tarzlarının paydaş noktası doğuştan ve fitri bir refleksle, insanın temel niteliğine ait bir ruhi potansiyele tanıklık etmektedir. Yani dua yapısal bir özelliktir (Kılıç, 1991: 15). Dua insanın yemek, içmek, büyümek, üremek, çoğalmak boyutlarına ilave bir dördüncü boyuttur. Dua vasıtasıyla ruh ve fitratında meydana gelen derin ve köklü etki sebebiyle insan, artık içine sığamayacağı çevre ve kalıtım elbiselerini aşan bir olgunluğa ulaşır, metafizik realitenin bilincine girer (Mariner, 1991: 28; Carrel, 1961: 37). Bu şekilde duayı insanın ruhi faaliyetlerinin bir boyutu haline getiren de onun fitri ve tabii bir tepki türü olmasıdır. Her türlü dini inancı ve sadece akli bir hayat tarzını benimseyen birçok kişi ezici tehlike durumlarında, yani bir kaza anında veya bir hastalık sırasında yahut da ecel vaktinde dua ve yalvarmalara koyulurlar. Nihai olarak öyle ki, dua ihtiyacı ile iç darlığı arasında bir irtibat kurulabilir; bu iç darlığı ister harici bir tehlike tarafından ister şuurlu ya da şuursuz suçluluk duygusu ile tahrik edilmiş olsun değişmez (Marinier, 1991: 22). Bu da duanın yaratılıştan gelen bir refleks olduğuna işaret etmektedir (Marinier, 1991: 24).

1.1.3. Duanın Mekânı ve Zamanı

Duanın kabulü için şart olmamakla birlikte uygulamada bazı şekli unsurlar gözetilmiştir. Bunlar daha çok zaman, mekân ve dua şekilleri ile ilgilidir. Dua her yerde yapılabildiği halde tarih boyunca çeşitli dinlerde dua için özel mekânlar tespit edilmiş veya buralarda dua etmenin daha etkili olacağı düşünülmüştür. Dua ve ibadetlerin cemaatle yerine getirilmesi amacıyla yapılan mabetlerin dışında, ilahi kudretin muhtelif vesilelerle tecelli ettiği yüksek yerler, kayalar ve dağlar bazı ağaçların çevresi, gibi mekânlar da dua yeri olarak rağbet görmüştür (Cilacı, 1994: 529).

Peker (2011: 129), İslam dininde, dua edebilmek için özel mekânlara ihtiyaç olmadığını, ancak duanın ruhsal bir hal olduğuna göre, insana sükûn veren, kalp huzuru getiren şartların elverişliliğinin önemli olduğuna dikkat çekmiştir. Bir cami, sessiz bir mekân, gecenin sessizliği gibi dış etki ve uyarıcılardan uzak, insanın içe dönüşünü ve Allah'a yaklaşmasını daha çok sağlayan bir yerde yapılan dua şüphesiz daha verimli olur. Gece vaktinde Allah'a yönelmenin ise ayrı bir yeri vardır. Nitekim Kur'an'da gece ibadeti teşvik edilerek, önemine işaret edilmiştir³. Muhammed İkbal'de özellikle gece vakti, dua ve ibadet ile Allah'a niyazda bulunmanın gerekliliğine inanmaktadır (Akt: Albayrak, 2013: 92). Hristiyan inancına göre bu hususu Carrel (1977: 26) şu şekilde ifade etmiştir: Sokakta, otomobilde, trende, işyerinde, okulda, fabrikada dua etmek mümkündür. Ancak en iyisi herkesin odalarda, dağlarda, ormanlarda veya odasının sessizliği ve yalnızlığı içerisinde dua emesidir. Elbette kiliselerde özel merasimler eşliğinde icra edilmesi gereken dualar da vardır. Ancak duanın mekânı her neresi olursa olsun, içini bir huzur kaplamadıkça Tanrı insanla konuşmaz. İç huzuru ise bedensel ve fiziksel duruma ve içinde yaşadığımız çevre koşullarına bağlıdır. Sonuç olarak, dua etmek için mekân konusunda bir kısıtlama olmamakla birlikte, belli mekânlar, kişinin uygun ve verimli dua etmesi için psikolojik toparlanma bakımından zaman zaman olumlu etkiler yapabilmektedirler (Bebek, 1998: 35).

Yukarıda duanın vaktine dair kısaca değinilmekle beraber daha da detaylandırılacak olunursa, zaman itibarı ile duanın özellikle ferdi olanı her zaman yapılabildiği halde daha muteber olması için belirli zamanların seçilmesine de itina gösterilmiştir. Dua ve ibadetlerin zamanını tespitinde çeşitli dini ve tarihi olaylar etkili olduğu kadar tabiatın

³ Secde 32/15-16, Zümer 39/9, Zariat 51/17-18

ritmi de rol oynamaktadır. Örneğin hemen hemen bütün ilkel kabile dinlerinde güneş doğarken ve batarken, ekin ve hasat zamanlarında kurallara bağlı olarak dua etme geleneği mevcuttur (Cilacı, 1994: 529). Carrel'in (1961: 27) şu ifadesi ise ferdi duanın her zaman yapılabileceğini gösteren bir ifadedir: "Beyinden geçen anlık bir düşünce veya gizlice zihinden geçen bir istek insanı Allah'a yöneltebilir. Bu durumda Tanrı'ya herhangi bir yol bulmak için duadan ilham alınabilir. Bundan dolayıdır ki dua bizzat bir yaşam biçimidir". Bu, ferdi olarak yapılacak duanın her zaman yapılabileceğini göstermektedir. Bebek (1991: 34) de duanın asıl zamanının, kişinin bütün benliği ile ihtiyaç duyup Allah'a yöneldiği zaman olduğunu ifade etmiştir.

Yukarıda ifade edilenler göstermektedir ki mekân bakımından olduğu gibi zaman açısından da dua, kulun yaratıcısına serbestçe ve vakitsizce her an yönelebilmeye imkân vermektedir. Ancak, İslami literatürde, bir kısım *hadislerde* daha makbul olması bakımından dua için belirli vakitlere işaret edilmektedir. Bu bakımdan, Buhari ve Müslim, *Sahih*'lerinde gecenin son üçte birlik kısmında yapılan duanın⁴; Tirmizi, *Sünen*' de Cuma günü içerisinde yapılan duanın⁵; Müslim, *Sahih*'de secde anlarında yapılan duanın⁶ üstünlüğüne dikkat çeken hadisleri zikretmişlerdir. Şunu da ifade etmek gerekir ki Peygamberin yaşamında dua, kendisi ile Allah arasında olan sağlam bir ilişki anlamına gelmekteydi. Dolayısıyla dua sadece belirli zamanlarda ve mekânlarda yapılan bir davranış olmayıp, yaşam süresi içerisinde süreklilik gösteren bir durum olmaktadır (Şentürk, 2008: 107).

Yahudi inancına göre ise günde iki, üç veya yedi defa ve seher vakti dua etmek daha uygun görülmüştür. Ayrıca sinagogda cumartesi (sabbat) ve bayram günlerinde, ayrıca bunlara ek olarak uyku, yolculuk, sünnet, dine giriş, hastalık ve ölü için, sıkıntı, fenalık, kuraklık gibi çeşitli vesilelerle de dua edilir. Yahudilikte dua, herhangi bir yerde yapılabilmekle birlikte, mümkünse Kudüs'te, değilse oraya yönünü dönerek yapılması tavsiye edilir⁷. Yani Yahudilikte de dua için zorunlu bir mekân yoktur. Yine Hıristiyanların da günlük (sabah, öğle, akşam), haftalık (pazar) ve yıllık (paskalya) olarak keşişler ve rahipler gözetiminde manastırlarda yaptıkları dua geleneği oldukça uzun bir geçmişe sahiptir. Ayrıca Rabbin duası, Katolik kilisesinde günde yedi kez

⁴ Buhari, De'avât, 14; Müslim, Müsâfirîn, 168

⁵ Tirmizi, Cuma, 2

⁶ Müslim, Salat, 215

⁷ Mezmumlar, 5

okunan dua ve Ortodoks geleneğindeki gün batarken okunan vesperum duası ve hayatın akışı içerisinde önemli olaylar karşısında edilen dualar da önemli yer tutmaktadır (Bebek, 1998: 45- 42-43; Cilacı, 1994: 530).

Sonuç olarak dua için asli mekân ve zaman, ferdin samimiyetle Allah'a yöneldiği andır (Bebek, 1991: 34). Ancak, duanın tabiatı itibarı ile de belirli mekân ve zamanlarda yapılan duaların önemine de dikkat çekilmiştir.

1.1.4. Duanın Türleri

Dua evrensel bir tutum ve davranış olduğu için çok farklı yönde çeşitlilik göstermektedir. Duada, dini, coğrafi ve kültürel farklılıklardan bahsedilebileceği gibi, dua pratiğinin biçimi veya içeriği açısından da türlerinden bahsedilebilir. Bazı dualarımız şükranlarımızın ifadesi iken bazı dualarımız isteklerimizin ifadesidir (Albayrak, 2013: 56). Dinlerde dua, muhteva, şekil ve anlatım biçimine göre bazı türlere ayrılır. Asıl ve en yaygın olanı yalvarıp yakarmaktır. Bu tür duada insan bir kötülükten kurtulmayı veya bir iyiliğe kavuşmayı diler. Bahsi geçtiği üzere duanın diğer bir türü de şükür ve hamd etmektir. Bu ise kabul ettiği bir istek ve dilekten dolayı Tanrı'yı üstün vasıflarını sayarak yüceltmektir. Şükür ve hamd ise genelde yalvarış duasının başında yer alır (Cilacı, 1994: 529). Yine dua; söz ve kalple, fiil ve hâl ile de yapılır. Dua, "hayır dua" ve "beddua" şeklinde olabilir. Dua, insanın kendisine veya başkasına yönelik olabilir. İçeriği açısından dua, maddi veya manevi isteklere, dünyevi ve uhrevi isteklere yönelik olabilir (Karagöz, 2011: 38). Örneğin işyerinde maruz kalınan psikolojik şiddet (mobbing) karşısında mağdurun kendini bu olgunun olumsuz etkilerinden korumak için dua ettiği bulgular arasındadır (Yaman, 2007). Bu yönleri itibarı ile dua, farklı türlere tabi tutulmuştur.

İbn Manzur, Allah'ın birliğini dile getirme ve O'nu övgü ile anma, Allah'tan af, merhamet gibi manevi isteklerde bulunma ve son olarak da kendisinden dünyevi nimetler isteme tarzında duanın üç şeklinin bulunduğunu belirtmiştir. Ayrıca aynı müellif, genellikle "Yâ Rabbi, Allah'ım" gibi hitap ve çağrı ifadeleri ile başlayan veya Allah'ı övgü ile anan her sözün -içinde bir dilek ve istek bulunmasa da- dua olduğuna işaret etmiştir (Akt: Parladır, 1994: 530). Şeriatî ise İslami duaların iki bölümden oluştuğunu söyler. Birincisi, Allah'a hitap eden dualardır. İsteyici veya duacı bu

durumda Allah'a dua ederken O'nun sıfatlarını, makamını, zatını, evren ile ilişkisini, insan ile ilişkisini ve bireyin Allah ile ilişkisini; Allah'ın iradesinin, tedbirinin, azametinin ve sıfatlarının niteliğini dua dili ile beyan eder ikincisi ise bunun daha küçük aşaması olan istemektir. Bu isteyişler, bizim aramızda yaygın olan şekli ile maddi ihtiyaçları talep etmekten ibaret olmayıp O'ndan razı olunan huyları ve insani erdemleri istemek olduğunu dile getirir (Şeriati, 2010: 69-70). Burada, İbn Manzur ve Şeriati, duayı yapılışında güdülen amaç bakımından bir tasnife tabi tutmuşlardır. Bunun yanında dua bir de şekli, yani yapılışı bakımından ele alınmaktadır. Bu türde olan dua da genellikle, sözlü ve fiili olarak taksim edilmektedir. Sözlü dua, sözle ve kalple yapılan duadır. Bu tür dua, kalp ve dil ile Allah'ı anmak, O'na saygı ifade eden cümleleri okumak, dünya ve ahiretle ilgili isteklerde bulunmak, af ve mağfiret dilemek şeklinde yapılır. Fiili dua ise insanın sözlü olarak Allah'tan istediği şeylerin zeminini hazırlaması ve Allah'ın koyduğu kanunlara uyması demektir (Karagöz, 2011: 62-38).

M. M. Poloma ve B. F. Pendleton duayı, derin düşünce anlamında dua (Meditative), dini pratik olarak dua (Ritualistic), istekte bulunma anlamında dua (Petitionary) ve konuşma diline ait dua (Colloquial) olarak dördü bir sınıflamaya tabi tutmuşlardır (Akt: Argyle, 2006: 330).

Glenn Mosley ve Joanna Hill ise duanın beş türünden bahsetmektedir. Bunlardan birincisi kalıpsız (informal) duadır. Bu dua türünde herhangi bir kalıp gözetilmez ve sanki bir danışmanla konuşuyormuşçasına Tanrı'ya hitap edilir. Samimi hitap duasına benzeyen bu duaya, karşılıklı konuşma duası da denir. İkincisi ise istek duasıdır. Bu dua türünde kişi kendisi veya başkaları için Tanrı'dan isteklerde bulunur. Üçüncü dua türü, törensel duadır. Belirli kalıpların kullanıldığı bu türde, resmiyetinden dolayı bireysel olarak yapılan kalıpsız duaların samimi havasını yakalamak güçtür. Dördüncü dua türü ise, şükran duasıdır. Bahsetmiş olduğu nimetlerden ötürü Tanrı'ya hamd ve teşekkür edilir. Mosley ve Hill'in sözünü ettiği son dua türü ise meditasyondur (Akt: Horozcu, 2010: 37).

Mosley ve Hill'in tasvir ettikleri birinci ve üçüncü dua türüne benzer şekilde, tek başına yapılan ve topluluk halinde yapılan dualarda önemli yer tutmaktadır. Bireysel duaların önemli bir kısmı istek dualarıdır. İstek duası, insanın temel dini eğilimlerini ortaya

koyar (Albayrak, 2013: 58). Bireysel dualarda basmakalıp ifade şekillerine toplumsal ve kurumsal dualara nispetle daha az rastlanmaktadır. Yani bireysel yapılan dualarda doğaçlama ifadeler daha ağırlıktadır. Toplumsal ve kurumsal dualar ise daha mekanikseldir ve içeriği de bireysel dualara göre daha uzundur (Albayrak, 2013: 60). Toplu duaların bireysel dualardan ayrılan bir yönü de topluluk halinde yapılan dualarda birey zihinsel olarak, yalnız bir noktadan uyarılmak yerine, aynı anda birçok noktadan uyarılır ve bu şekilde gittikçe artan bir canlılık meydana gelir (Marinier, 1991: 60).

İlkel topluluklarda görülen toplu dua, aile reisi, kabile başkanı veya rahibin yakarışlarına cemaatin katılması (âmin demesi) şeklinde olmaktadır. Yahudilerde ise II. Tapınağı'n yıkılışından sonra toplu dua daha da yaygınlaşmıştır. Hristiyanlarda "Rabbin Duası" toplu ibadet için doruk noktasını teşkil eder (Cilacı, 1994: 530). İslam dininde de Arafat meydanında büyük topluluklar halinde yapılan dualar gibi Mevlana düşüncesinde önemli bir yeri olan sema ayin-i şerifleri örnek olarak bu kategoride değerlendirilebilirler (Albayrak, 2013: 61). Sonuç olarak, kurumsal duaların zihinleri kaynaştırmak ve ahenk ve birlik duygusunu uyandırmak yönünde önemli etkileri vardır (Albayrak, 2013: 61). Ayrıca böyle bir kaynaşmanın meydana gelmesi bireysel varlığın bütün içerisinde kaybolması anlamına da gelmez. Çünkü onun kimliği ancak kendi ferdiyeti içerisinde varlığını sürdürebilir.

1.1.5. Dua'nın Adabı/Usulü ve Dua'ya İcabet

Kaynaklarda (Gazali,1989; Yazır,1992), duanın adabı diye tabir edilen ve dua için tamamlayıcı bir işlev gören bazı hususlar vardır. Öncelikle şunu ifade etmek gerekir ki dua fiilinin ifa edilmesi için önceden büyük bir çaba gerektirmez; aksine dua eylemi zayıflığın güce bir çağrısıdır (Marinier, 1991: 63). Ancak dua sırasında dinlerce öngörülen bazı belirlenmiş şekiller de yok değildir (Peker, 2011: 126). Ayakta durma, diz çökme, eğilme, secde etme, başını eğme, elleri gökyüzüne doğru kaldırma, iki yana açma, kavuşturma kenetleme, gözleri yukarıya dikme, elleri bir birine vurma, göğse veya alına vurma, ayakların çıplak veya giyinik, başın açık veya örtülü olması, vücudun bir yere yönelmesi, hareket etmesi (dans), jestlere sözün katılması, musiki aletlerinin kullanılması gibi haller çeşitli dini çevrelerde dua esnasında görülen farklı davranışlardır (Cilacı, 1994: 529).

Dua esnasında kutsal kabul edilen eşyanın öpülmesi, okşanması, çıplak ayakla etrafında dönülmesi gibi özellikler ilkel kabile dinlerinin aşikâr vasıflarındandır (Cilacı, 1994: 530). İlk toplumlar, hastalık, deprem, kuraklık gibi dünyevi ihtiyaçlar, şükretmek, bağışlanmak, yardım talep etmek gibi maddi ve manevi isteklerin doğrudan veya bazı araçlar vasıtası ile bireysel ya da toplu halde, düzenli yahut da düzensiz olarak bir vesile ile tabiat güçlerine, ata ruhlarına yönelik sözlü veya törensel bir takım dualar yapmışlardır (Bebek, 1998: 40). Yunan dinine gelince dua, geleneksel temizlikle başlar ve klasik yakarma ile sonlanırdı. Sümerler, dua sırasında ellerini başlarının üzerine koyarlar sevinçlerini göstermek ve duanın inandırıcı olmasını sağlamak için ellerini alınlarına çarparlar, bu şekilde ölülerine de saygıda bulunmuş olurlardı. Böyle bir durum Hint yogasında Doğu Asya’da da görülmektedir (Cilacı, 1994: 530).

Musevilerde ise dua, tazarru ve niyaz hâlinde, inanç ve ümitle, tek başına veya toplu halde, diz çöküp⁸, el açarak⁹, baş eğip¹⁰ secdeye varılarak¹¹ veya ayakta¹² ve Kudüs’e yönelmek suretiyle yapılır. Dua öncesinde temizlik yapılır, özel ayin elbisesi giyilir ve dua esnasında dize bakılır. Ayrıca toplu halde dua etmek de önemlidir (Bebek, 1998: 42; Cilacı, 1994: 530).

Hristiyan inancına gelince, İnciller’ de Hz. İsa’nın tavsiye ettiği belli bir dua türü bulunmamaktadır; ancak putperestler gibi dua edilmesi yasaklanmıştır¹³ (Cilacı, 1994:530). Bununla birlikte İnciller’ de Hz. İsa’nın dua ederken bazen diz çöktüğü¹⁴, bazen secdeye kapandığı¹⁵, yahut da yüzünü göklere çevirmiş¹⁶ olarak dua ettiği belirtilmektedir (Bebek, 1998: 44). Hz. İsa’nın dua etmek için ıssız yerlere gitmesi¹⁷ de İncillerde bahsedilen hususlardan biridir. Bunların yanı sıra imanla dua edilmesi¹⁸,

⁸ I. Krallar, 8/54; Daniel, 6/11; Ezra, 9/5

⁹ I. Krallar, 8/23; Tekvin 8/22; Mezmumlar, 28

¹⁰ Tekvin, 24/26

¹¹ Hoşea, 7/6

¹² I. Samuel, 1/26; I. Krallar, 8/22

¹³ Matta, VI/7

¹⁴ Luka 22/41

¹⁵ Markos, 14/35

¹⁶ Yuhanna, 17/1

¹⁷ Markos, 1/35; Luka, 5/16; Luka, 6/12

¹⁸ Matta, 21/22

duada gösterişe yer verilmemesi¹⁹ ve duanın kesin sonuç vereceğine inanılması²⁰ da Matta ve Markos İncillerin’de duanın adabına dair geçen hususlardan bir kaçıdır.

İslamiyet’e gelince duanın adabı diye tabir edilen müstakil hususlar bulunmaktadır. Oruç tutmak, sadaka vermek, abdest alıp namaz kılmak; yalnız, ıssız, karanlık, dini duyguların yoğun olduğu uygun bir zaman ve yer seçmek gibi duaya hazırlanmak ve abdestli bir şekilde yüzü kıbleye dönerek elleri semaya kaldırıp alçak sesle, düz, kafiyesiz ve secisiz dua etmek gibi dua esnasında uyulması duanın adabından olan haller vardır (Bebek, 1998: 31). Gazzali ise şerefli vakitleri aramak, şerefli hallerden istifade etmek, duaya besmele ile başlamak, kıbleye dönerek elleri kaldırıp gizlice, kısık bir sesle dua etmek, yapmacık sözlerden sakınmak, huşu içinde Allah’tan korkarak ve kabulünü umarak dua etmek, duada azimli olmak ve kabulünde ümitli olmak, duada ısrarlı olmak ve tövbe etmek, helalleşmek ve bütün himmetini Allah’a bağlayarak dua etmek şeklinde duanın on adabı bulunduğunu söylemiştir (Gazzali, 1989: 877-887).

Sonuç olarak, duanın var olduğu dinlerde, duanın özünden olmamakla birlikte dua için tamamlayıcı olarak telakki edilen bir takım hususlar, birbirlerini andıran şekilde, duanın yapıldığı her mekân ve zamanda yukarda kısaca ifade edildiği şekilde karşımıza çıkmaktadır.

Dini işlemlerdeki gaye, Tanrı’yı etkilemektir (Argyle, 2005: 87). Birey duası aracılıyla yaratıcının yardımını elde etmeye çalışır. Vergote bu duruma “Dua eden kişiler büyük bir ihtimalle dualarının kabul olacağına inanırlar. Aslında, duayı ortaya çıkaran onun gerçekleşeceğine olan bu inançtır. Zaten bu inanç zayıflamaya başladığı andan itibaren, dua da birey için anlamını kaybetmeye başlar.” sözü ile değinmektedir (Akt: Hökelekli, 2010: 223).

Kutsal metinler yalnızca dua edilmesi gerektiği üzerinde durmamış ayrıca gereğince yapılan dualara karşılık verileceği de belirtilmiştir. Tevrat’ta Allah’ın duaları kabul ettiği hususu üzerinde ısrarla durulmakta ve buna dair birçok örnek verilmektedir. Nitekim Musa, Danyal, Süleyman ve İbrahim gibi peygamberlerin dualarının kabul olunması bunlardan bazılarıdır (Bebek, 1998: 43). Örneğin I. Krallar ’da geçen

¹⁹ Matta,23/13-14

²⁰ Markos,11/24

Süleyman kıssasında, Süleyman'ın alçak gönüllü, içten yaptığı bilgelik duasını Tanrı'nın kabul ettiği bu örneklerden biridir²¹.

Hristiyanlığa gelecek olunursa, Hz. İsa, tıpkı bir babanın evladının veya bir arkadaşın dostunun yalvarma ve ricasını geri çevirmeyeceği gibi, Allah'ın da kendisine dua ve yakarıшта bulunanların dualarını kabul edeceğine inanarak, teslimiyet, samimiyet ve ihlas içerisinde yapılan duaların mutlaka kabul olunacağını haber vermiştir (Bebek, 1998: 44). Nitekim Markos İncilindeki “...duayla dilediğiniz her şeyi daha şimdiden almış olduğunuza inanın, dileğiniz yerine gelecektir.” (Markos, 11/24) ifadesi açıkça bu duruma işaret etmektedir. Yine insanları bağışlamanın ve Allah'a muti olmanın, duanın kabulüne etkide bulunacağını da belirtmiştir (Bebek, 1998: 44). Başka bir İncil ayetinde ise “Dua ettiğinizde, putperestler gibi boş sözler tekrarlayıp durmayın. Onlar söz kalabalığıyla seslerini duyurabileceklerini sanırlar” (Matta, 6/7) denmektedir. Bu durum ise dua ederken samimi ve içten olunmasına işaret etmektedir. Nitekim bu durumu destekleyici mahiyetteki bir başka İncil ayeti “İmanla dua ederseniz, dilediğiniz her şeyi alırsınız.” (Matta, 21/22) demek suretiyle duanın kabulü noktasında sağlam bir inanç ve samimiyete vurguda bulunmaktadır.

İslamiyet inancına göre de usulüne uygun bir şekilde yerine getirilen duanın Allah tarafından kabul edileceği açıkça belirtilmiştir. Nitekim “Kullarım, beni senden sorarlarsa, (bilsinler ki), gerçekten ben (onlara çok) yakıным. Bana dua edince, dua edenin duasına cevap veririm. O hâlde, doğru yolu bulmaları için benim davetime uysunlar, bana iman etsinler.” (Bakara, 2/186) ayeti duanın kabulü konusuna, inananlar için belirgin bir açıklama getirilmiştir. Ancak bazı ayetlerde, kabulün ilahi iradeye bağlanmış olması (Enam, 6/41), bu kabulün yapılan her duanın otomatik ve zorunlu olarak kabul edileceği anlamında olmadığını göstermektedir. Nitekim bunun böyle olması da olağandır. Zira Allah'ın herhangi bir şekilde zorunlu ve gayr-ı ihtiyari olarak bir şey yapması düşünülemez (Bebek, 1998: 50). Duaya icabet noktasında Nursî (2011: 286-287) ise Kur'an'daki “bana duâ edin size cevap vereyim” (Mü'min, 40/60) ayetini örnek vererek bu ayetin genel olduğunu, her duaya cevap verileceğini söyler. Fakat

²¹...1.Kr.3: 9 Bu yüzden bana öyle sezgi dolu bir yürek ver ki, iyi ile kötüyü ayırt edip halkımı yönetebileyim. Başka türlü senin bu büyük halkımı kim yönetebilir!" 1.Kr.3: 10 Süleyman'ın bu isteği Rab'bi hoşnut etti. 1.Kr.3: 11-12 Tanrı ona şöyle dedi: "Madem kendin için uzun ömür, zenginlik ve düşmanlarının ölümünü istemedin, bunların yerine adil bir yönetim için bilgelik istedin; isteğini yerine getireceğim. Sana öyle bir bilgelik ve sezgi dolu bir yürek vereceğim ki, benzeri ne senden öncekilerde görülmüştür, ne de senden sonrakilerde görülecektir.

burada bir ayırım yaparak cevap vermenin ayrı, kabul etmenin ayrı olduğunu söyler. O, istenilen şeyin ya kendisinin ya daha iyisinin verileceğini veya istenilen şey zararlı olduğu için hiç verilmeyeceğini ve bu şekilde duasına icabet edildiğini söyler.

Burada şunu da ifade etmek gerekir ki, Kuran'da, Allah'tan başka hiçbir kimsenin dualara cevap vermesinin mevzu bahis olmadığı açıkça belirtilmektedir²². Kuran duaya icabet etmeye büyük bir önem verir ve duaya cevap vermemeyi, sahte tanrılığın en belirgin vasfı sayar (Izutsu, 1975: 185).

Yukarda değinildiği üzere gereğince yerine getirilen dualara karşılık verilmesi meselesi dinlerde yer almaktadır. Bu bağlamda duanın kabul olması için bir takım şartlar dile getirilmiştir. İbn Allan, duaya icabet edilmesi için duanın, samimi bir şekilde doğrudan Allah'a yönelme, duanın tabiatı gereği ihlaslı bir şekilde niyazda bulunma ve üçüncü olarak da istenen sonuca ulaşmak içinde bir takım davranışlarda bulunma olmak üzere duanın bu üç koşulu içermesi gerektiğini belirtmiştir (Akt: Bebek, 1998: 65). Müfessir Elmalılı Hamdi Yazır (1992: 64-67) ise kabulü kuvvetle umulan bir duada yerine getirilmesi gerekli şartların teslimiyet halinde bulunmak, saygılı hareket etmek, dileğini boyun bükerek arz etmek, sessiz ve gizli olarak duada bulunmak, bağırıp çağırarak dua etmek suretiyle gösterişe sapmamak, duada ruhi bir haz duymak olduğunu dile getirmiştir. Bu bağlam içerisinde, Carnel, muhtaç olduğumuz şeyleri Allah'tan istemenin meşru bir hareket olduğunu, yalnız bir ihtirasın mükâfatlandırılması veya kendi gayretimizle rahatça elde edeceğimiz bir şeyi Allah'tan dilemenin abes ve manasız olduğunu (Akt: Peker, 2011: 126) ifade etmesi de göstermektedir ki bireyin kendi çabasıyla ulaşabileceği şeyleri alışkanlık haline getirilen dua vasıtası ile dilemesi kabul olunmayacak bir davranış olarak tasvir edilmiştir. Nitekim Şeriati (2010: 45) de tam da bu noktaya işaret etmiş ve genellikle düşünmek, çabalamak, cihat etmek, mücadeleye katlanmak, zorluklara ve güçlüklerle göğüs germek, bireysel ve toplumsal hayatın sorumluluğunu üstlenmek yerine dua edilebileceğinin zannedilmekte olduğunu söylemiş ve bundan dolayı kelimenin yaygın anlamı ile duanın, dua eden bireyin çalışarak, çaba göstererek, eziyet ve sıkıntı çekerek elde etmesi gereken şeyleri tembelliği ve acizliği yüzünden Tanrı'dan dilemesi haline geldiğine işaret etmiştir.

²² Bkz: Şuara26/213; Rad13/14

Heiler, duanın, başlangıcı itibarıyla, kendiliğinden olan duygusal bir boşalma halinde, kalbin hür bir şekilde taşması olduğunu ifade etmiştir. Dua, gelişmenin seyrinde, sabit bir formül haline gelir ki insanlar bu formülü duygusuz bir şekilde yahut da zihinlerine ve kalplerine deşmeksizin, adanmamış bir ruh hali ile ezbere okurlar. Başlangıçta dua Tanrı ile samimi bir ilişkidir; fakat yavaş yavaş, ayin atalardan kalma adetler ile takdis edilen katı, kişisel olmayan, törensel hale gelir (Heiler, 1932: 65). Gerçek çehresinden uzak düşen ve Heiler'in de deşindiğı gibi adanmamış bir ruh hali ile ezbere okunan dualar, aşağıda da izah edileceğı gibi, algılama ve bilinç düzeyi üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmayarak, arzu edilen fiilleri yapmaya teşvik edecek bir canlılık meydana getirmemekte ve beklenen sonucu çıkmaktadır. Buradan sonuç olarak, duaların kabul edilmesinde, dua edilirken yaşanan dini şuur yoğunluğunun büyük önem arz etmekte olduğunu (Parladır, 2007: 338) çıkarabiliriz.

Öte yandan Bebek (1998: 26), duanın kabulünün, amiyane bir anlayış ve mucizevi bir şekilde değıl; bilelim veya bilmeyelim, sebep-sonuç ilişkisi içinde olduğı, diğere bütün şartlara, ayrıca elden gelen fiili duayı yapmaya bağılı olduğunun da unutulmaması gerektiğini belirtir. Gazzali de olayların belli sebeplere bağlanmış olduğunu, örneğın kalkanın oktan korunma, suyun bitkilerin büyümesi için birer sebep olması gibi duanın da sıkıntı ve belayı def etmek için yaratıcının şefkatini çekmek için bir sebep olduğunu belirtmiştir (Akt: Parladır, 1994: 533). Bu çerçevede, dua sonucu meydana gelecek bir değışikliğin, tabii sebep-sonuç ilişkisi içerisinde meydana geldiğı ortaya çıkmaktadır.

Duaya icabet edilmesi meselesine gelince, buna teolojik plan üzerine kurulu bir yaklaşımla yanıt verilecek olursa; inanan birisi için bu mesele pek fazla güçlük arz etmez ve hatta üzerinde durulmaz. Çünkü o, her şeyi bilen ve Kadir-i Mutlak olan; diğere taraftan bir insan gibi duayı işiten reddeden ve her şeyden hakkıyla haberdar bir iradeyi devreye sokan şahsi bir varlığa yönelir (Marinier, 1991: 45). Bu bağlamda duaya icabet edilir. Ancak yukarıda belirtildiğı üzere böylesi açıklamalar teolojik zemin üzerine kuruludur ve yerleşmek istediğimiz psikolojik alana dair bize pek bilgi vermez.

Marinier (1991: 46), *Dua Üzerine Düşünceler* adlı eserinde, duanın kabulü hususunda, öncelikle, fertte bir değışim meydana getirmeyi amaçlayan duayla, ferdi çevreleyen harici şartlarda onun faydasına bir değışiklik elde etmeye çalışan dua arasında bir ayırım

yapmanın daha uygun olacağını belirtmiştir. O, ahlaki ya da ruhi sağlık elde etmek için dua edildiğinde; normal şuurun, kendisinin de içinde bulunduğu ruhi bütünlüğe; yani ego'nun, onu şartlandıran ve çevreleyen ben'e bir çağrısı meydana gelir. Bu sürecin, kendi kendine telkin ile bir münasebeti vardır; şu anlamda ki, ruh kendisi hakkında görünen varlığa ait olandan farklı olan, ama onun imkânlarından birine de münasip gelen bir tasavvur geliştirir. Bu tasavvur varlığın bütünlüğünde tedrici bir biçimde değişiklik sağlayarak fonksiyonunu icra eder. Süjenin derinliklerinde çok güçlü direnç gösteren bölgeler vardır. Bu direnç, ancak, arzu edilen değişimin zihni tasavvuru en iyi bir açıklıkla hazırladığı bir ölçüde, alt edebileceği mümkün görünmektedir. Arzunun tasavvur edilmesindeki canlılık ve yoğunluk, duanın değişikliklerini kendisi vasıtasıyla icra ettiği psikolojik ifade yollarıdır. Bu tasavvurun ruhun meçhul bölgelerine inmesi ve faaliyet göstermesi ile netice elde edilir. Bu bağlamda duanın müessiriyeti de özel psikolojik şartlara bağlıdır: Bunlar, özellikle konunun açık bir şekilde belirlenmesi, açık olarak formüle edilmesi ve doğru olarak tasavvur edilmeleridir.

Hökelekli (2010: 215-217) ve Peker (2011: 124), dua ile yaratıcıya yönelen insanın ruhunda oluşan bu psikolojik durumları şu şekilde ifade etmiştir: Kendi üzerine dikkati toplama şeklinde ruhi bir yoğunlaşma, arzu gücünün canlanması, yaratıcının mevcudiyetini kuvvetle hissetmeye imkan veren hazır bulunma duygusu, yüce gücün sonsuz varlığına kendini bırakma, iki yönlü iletişim ve son olarak da dileme yani talep ve istektir.

Duanın insan fizyolojisi üzerine etkileri hakkında yoğun çalışmalar yapmış Dr. Herbert Benson, beyin MR görüntülemelerinde dua halindeki insanın beyninde kompleks aktivitelerin meydana geldiğini tespit etmiş ve dua ederken insan bedeninde uyarılma hisleri yaşanması sonucu algılama düzeyinin keskinleşmekte olduğunu ve böylece de bilinç düzeyinin yükselmekte olduğunu tespit etmiştir (Akt: Tarhan, 2009: 102). Bu bulgu da açıkça ortaya koymaktadır ki dua sırasında insanın beynindeki karmaşık faaliyetler ve bedenindeki uyarılma hisleri beraberinde algı düzeyinin artmasıyla birlikte -Marinier'in de işaret ettiği gibi- dua esnasında ferdin bu şuurlu arzusu, yavaş yavaş ruhun tabakalarına nüfuz eder, bu tabakaları değişime uğratar ve tedrici olarak dirençleri kırarak arzu edilen fiilleri yapmaya teşvik edecek gizli bir canlılık yaratır. Ve nitekim Marinier (1991: 38) da kusursuz yapılan duanın şuur düzeyini yükselttiğini ve idrak kapasitesini artırdığını söylemiştir.

Ferdi çevreleyen harici şartlarda bir değişiklik elde etmeye çabalandığı zaman dua etkili midir sorusuna gelince; yukarıda işaret edildiği gibi, etkili duada şekillenen arzunun tasavvuru, süjeyi değiştirir; ancak fert kapalı ve bölünmüş bir fenomen değildir. Fert olgusu, çevreyle olan bir münasebettir, aynı zamanda onda oluşan her hadise, dünyada meydana gelen bir olaydır . Bu olay varlığın dünya ile olan ilişkisini ve sonuç olarak da harici faktörleri değiştirir. Nitekim bizlerin aynı anda hem bir bedenın uzuvları hem de birbirimizin bedenlerinin uzuvları olduğumuzu söyleyen St. Paul'ün bu sözü veya "Ben benim, sen bensin!" şeklindeki eski Hint deyişi bu durumu özetler niteliktedirler (Marinier, 1991: 47-49).

1.1.6. Fiziki ve Psikolojik Yönden Dua'nın Tesirleri

Tanrı'ya dua aracılığı ile yaklaşan insanoğlunun (Carrel, 1961: 37) icra ettiği dini işlemlerdeki gaye, Tanrıyı etkilemektir (Argyle, 2005: 87). Yalnız bu etkilemede dua etmenin Tanrı'yı değil, dua edeni değiştireceğini söyler Kierkegard (Bkz: Albayrak, 2013: 39). Uygun şartlar altında duanın etkisinin mutlak ve kesin olduğu, kişide hem bedensel hem de ruhsal değişikliklere yol açtığı, bu etkilerin öznel olduğu kadar nesnel verilerle de doğrulandığı çok sayıda araştırmacı tarafından belirtilmiştir (Hökelekli, 2009: 72). Carrel, duanın niteliği, şiddeti ve sıklığı ile bağlantılı olarak ruh ve beden üzerinde etkili olduğunu söylemiştir (Carrel, 1961: 29). Bilim adamlarının yaptıkları pek çok araştırma da dua eden ve dini pratiklerini yerine getiren dindarların, hem ruh hem de beden sağlığı açısından iyi bir düzeyde oldukları belirlenmiştir (Albayrak, 2013: 76). Bu bağlamda dua ile ruhi gelişme arasında paralel bir ilişkinin varlığı ortaya çıkmaktadır. Ruhi gelişmeyi sağlayan dualarda, insanın kendi varlığı üzerinde yoğunlaşmasına bağlı olarak derin bir tefekkür vardır. Yani insan bu seviyede, dini tecrübe biçimi olarak varoluş tecrübesini yaşamaktadır. Bu tür dualar sayesinde ruhi olgunluğa ulaşmanın verdiği güvenle birey hayatını öncekinden daha dengeli ve mutlu olarak sürdürmeye başlar. Yalnız burada şunu da belirtmek gerekir ki ruhi gelişmeyi sağlayacak dualar, insanın saf benliğinden kaynaklanan dua formlarıdır (Albayrak, 2013: 75).

Bir Fizyolog olan Carrel (1961: 30), dua üzerine yapmış olduğu araştırmalar neticesinde, duanın gitgide bir iç huzuru ve barış; manevi ve sinirsel faaliyetler arasında güzel bir uyum ve uzlaşma; mahrumiyet, suçlanma ve üzüntüye karşı büyük bir

dayanma kapasitesi; her şeyini yitirdiğinde bile acılar, hastalık ve ölüm karşısında yenilmez, yılmaz ve gevşemez bir sabır gücünün oluşmasını sağladığını söyler. Ancak o burada dua ile morfinin de eşdeğer sayılmaması gerektiğini belirtir; çünkü dua bir yandan huzur verirken, insanın zihinsel faaliyetlerinde de bir tür açılım, içsel bir genişleme sağlamakta olduğunu söyler. Yine Marinier'ın (1991: 38) da belirttiği gibi dua kusursuz yapıldığında şuur düzeyinin yükselmesine ve idrak kapasitesinin keskinleşmesine imkân verir ki bu durumda dua morfinle eşdeğer sayılamaz. Yine dua eden insan, sanıldığı gibi aksine pasif değil, isyan halinde bulunan aktif bir bireydir (Albayrak, 2013: 70). Atmaca (2009: 30) da yakarış ve sığınma duygusunun dışa yansımaları olan duanın, yaşamda karşılaşılan problemlerden pasif bir şekilde kaçma yöntemi değil; aksine aktif olarak bir katılım yani üstesinden gelme anlamında olup, kişiye manevi bir destek sağlamakta olduğunu ifade etmektedir.

Burada şunu da ifade etmek gerekir ki duanın etkisi, duanın kabulü ve tesiri konusundaki kesin bir inanç ve teslimiyetle birlikte olmaktadır (Albayrak, 2013: 70). Nitekim Carrel de duanın niteliği, şiddeti ve sıklığı ile etkili olur demek suretiyle buna dikkat çekmiştir.

Dua esnasında genel olarak ruhi bir yoğunlaşma yaşanır. Dua eden kimse dikkatini belli konular üzerinde toplayarak, dış dünya ile olan temasını azaltır. Bu durumda bütün ruhsal enerjinin faaliyete geçmesiyle beşeri varlığın özünün gücünde bir artış söz konusu olur. Böylece dua, normal bir durumda kişinin gücünü artırmakta, faaliyetlerine canlılık katmakta, şuur düzeyinin yükselmesine yol açmaktadır (Hökelekli, 2009: 73). Poloma ve Pendleton'un (1991), 560 kişilik yetişkin bir örneklem grubu ile gerçekleştirdikleri araştırma neticesinde, meditasyon (tefekkür) tarzı duanın, bireye dua tecrübesi kazandırdığını, dolayısıyla fertte dua esnasında bir şey yapmayı ilham eden değişken bir duygunun belirdiğini, dua sayesinde şuur düzeyinin artması ile dini hakikatlerin iç yüzünün daha derinlemesine kavrandığını, Tanrı'nın duaya bir karşılık vermesinin hissedildiğini ve bu esnada ise derin bir iç huzuru ve mutluluk duygusunun yaşandığını tespit etmişlerdir (Akt: Argyle, 2005: 95). Dua ettikçe algı seviyesi yükselmektedir. Dolayısıyla dua, ruhun derinliklerini ve sınırsızlığını keşfedebilmek için büyük bir imkândır. Bir başka ifade ile belirtecek olunursa, insan dua ile varoluş sınırlarını zorlamaktadır (Albayrak, 2013: 40).

Dua, kişiliğin yeniden yapılanması ve bütünleşmesi konusunda da etkili bir rol oynamaktadır (Wulf, 1991: 167-168). İnsanların karşı karşıya kaldıkları sorunların üstesinden gelebilmek için dua ederek Tanrı'ya yönelmeleri, kendilerini psikolojik açıdan dinginliğe kavuşturabilir. Bu münasebetle Tanrı'ya yönelmenin insanın gelişmesinde kişilik bütünlüğünü koruyan olumlu bir etken olduğu belirtilmektedir. Yapılan çalışmalarda (Argyle ve Beit-Hallahmi 1975; Spilka ve diğ., 1985), duanın, bireyin kriz zamanlarında rahatlatıcı, teselli edici ve kaygıları azaltıcı tesirleri olduğu belirlenerek, böyle zamanlarda özellikle duanın bilhassa önemli bir rol oynadığı tespit edilmiştir (Kirkpatrick, 1995: 457). Tarhan (2009: 102) ise duanın, bireye ilahi bir güç tarafından korunduğunu hissettirmekle bireyde sarsılmaz bir güveni var ettiğini kaydetmekle beraber duanın insan psikolojisi açısından en fonksiyonel yönünün de kişiye yalnız olmadığını hissettirmekle ondaki ümit duygusunun canlı kalmasını ve böylece hayata bağlanmasını sağlamak olduğunu belirtmektedir. Yine dua, insanda eksiklik şuurunun oluşturduğu gerginlikleri azaltmasını sağlamaktadır (Hökelekli, 2010: 213). Birey dua ederken kendi eksikliklerinin farkına varır, aynı zamanda bu eksikliklerini gidermek için dua aracılığıyla aşkın varlıktan destek alır ve eksikliklerini gidererek kendini gerçekleştirme yolunda ilerler (Ayten, 2005: 187).

Duanın, ahlak ve karakter üzerindeki etkilerine gelince, düzenli bir şekilde dua edildiğinde dua, çoğu bireyi ahlaki arınmaya ve yücelmeye, faziletli bir yaşayışa götürmekle beraber karakter olgunlaşması ve şahsiyetin tamamlanmasında ise kayda değer katkılar sağlayan önemli bir unsur olabilmektedir (Gazali, 1989/I: 297; Yaparel, 1987: 28-33; Hökelekli, 2009: 74). İnsan dua ettikçe olgunlaşır; çünkü duada kendi boyutlarını kavrar, kendi gerçeği üzerine eğilir, kendi varoluşunun temelini araştırır. Yine dua dönüştürücü ve umut vericidir, insanlara anlam kazandırır. Dua, ne olduğumuzu gösterir ve ne olabileceğimiz hakkında bir perspektif kazandırır (Albayrak, 2013:70-55). Osman Pazarlı'nın (1982: 194) duada, hürmet, itaat, sevgi gibi üç esaslı özelliğin bulunduğunu belirtmesi, Elison'un, dua ve ibadetlerini yapanların, yapmayanlara oranla daha mutlu, daha anlamlı ve sağlıklı bir hayata sahip olduklarını ortaya koymasıyla paraleldir (Akt: Albayrak, 2013: 78).

Psikolojik faktörler ile sağlık arasında sıkı bir ilişkinin varlığı geçmiş zamanlardan beri biline gelen bir husustur. Nitekim duanın hastalıkları tedavi etmede kullanılması tarih

boyunca yaşanmış bir olaydır. Örneğin İslam öncesi Arabistan'da ortaya çıkan bir takım hastalıkların, rahatsızlıkların iyileşmesi için bazı dua formüllerinin okunup üflendiği, kutsal sayılan bir takım şeylerin kişinin yanında taşındığı bilinmektedir. Ayrıca bu dönemde o yöre insanların, zamanın tıp ilmine vakıf bazı kimselerin yardımı ile tedavi oldukları da bilinmektedir (Bebek, 1998: 91).

Olumlu duyguların, fiziksel hastalıklara karşı bir tür bağışıklık kazandırmakta veya hastalığın iyileşme hızını artırdığı görülmektedir (Hökelekli, 2009: 75). Tıp fiziksel hasar ve hissedilen ağrı arasında birebir doğrudan bir ilişki olmadığını yıllardır dile getirmektedir. Burada söz konusu olan hissedilen acıdır. Hissedilen ağrı sadece acı veren ciddi bir uyarıcı tarafından değil aynı zamanda psikolojik ve duygusal faktörler tarafından da etkilenmektedir. Ağrı hem fiziksel hem de psikolojik bir olgudur (Ayten, 2012: 78). Bu bağlamda olumlu duygular hastalığın iyileşmesine yardımcı olurken, diğer yandan olumsuz duygular ise ani ölümlere varan sonuçlar doğurabilmektedir. Carrel (1961: 30) de hastanın dua etmesinin memnuniyet verici bir durum olduğundan bahseder. Çünkü duanın ona armağan ettiği huzur, kendisinin tedavisi yolunda hatırı sayılır katkı yapar.

Her medeniyette muhteva değişik olduğu halde, dua benzer etkiler meydana getirir. Bunlar, bir taraftan özel dine göre dogmatik veya belirlenmiş entelektüel bir inançla özdeşleşen İlahi doğru ve umumi bir can atışı; diğer yandansa, ritmik ve her yerde aynı olan titreşim unsurudur (Marinier, 1991: 37). Marinier (1991: 38), lafızları tane tane telaffuz edilmiş bir duanın, özellikle hastalık, fizik ya da zihni sarsıntı, duygusal veya hissi bulanıklık durumlarında etkili olduğu söylemektedir. Böyle bir dua, sükûnet temin ederek, varlığın karanlık bölgelerine nüfuz eder. Burada o, duanın uyarlandığı ses tonuna, yani her medeniyette duanın benzer etkiler meydana getiren yönü olan ritmik ve her yerde aynı olan titreşim unsuruna dikkat çekmektedir. Ona göre tok ve pek sesler, her şeyden önce, ruhi hayatın alt bölgeleri üzerinde, varlığın içgüdüsel bölümü ve ondaki geçmiş ve gelecekle alakalı her şey üzerinde müessir olmaktadır. Böylece duanın da meydana getirdiği etkilerden söz etmektedir. Yalnız bu hususta Mariner'ın kendisinin de belirttiği gibi, şimdilik, tecrübeye dayanmaktan başka bir yol yoktur.

Depresyonla başa çıkmada, stresi yenmede, nevrotik ve psikotik birçok hastalıklarda, hatta fiziksel hastalıkların şifa bulmasında bile insanların duadan büyük ölçüde fayda

gördüklerini ortaya koyan çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Albayrak, 2013: 79). Kendisi Tıpçı Fizyolog olan Carrel (1961: 31), *Dua* isimli eserinde Lourdes Tıp Kurumunun bu tür şifaların gerçekliğini kanıtlayarak bilime yaptığı katkılardan bahseder ve şöyle der: “Dua adeta infilaki bir tesire sahiptir. Öyle hastalar olmuştur ki bunlar anlık olarak cüzzam, kanser, böbrek enfeksiyonu, kronik yaralar, pritoneal akciğer ve kemik vereminden şifa bulmuşlardır.” Yalnız o, bunların oluşumunu derin ve içtenlikle dolu maneviyat ortamında yapılan dualara bağlamaktadır.

California’da Redlands Üniversitesinin Speech Kliniğ’in’de William Parker ve Elaine St. Johns (1957) tarafından yapılan bir başka araştırmada, duanın kırk beş sinirsel ve psikosomatik hasta üzerinde etkisini incelemek üzerine resmi bir deney gerçekleştirilmiştir. Kırk beş kişi eşit üç gruba ayrılmıştır. Birinci gruba haftalık iki saat olmak üzere dua terapisi uygulanmıştır. Diğer on beş kişiye ise dinden ve duadan bahsedilmeksizin haftalık psikoterapi uygulanmıştır. Son on beş kişilik grup ise her gece yatmadan önce rastgele dua etmiştir. Dokuz ay sonra sonuçların ele alındığı araştırmada; birinci grupta yüzde 72 iyileşme, ikinci grupta yüzde 65 iyileşme olurken son grupta bir iyileşme gözükmemiştir. Bunun inandırıcı gözüktüğünü söyleyen Parker ve St. Johns, dua terapisinin sadece en etkili iyileşme etkeni olmadığını, onun uygun bir şekilde anlaşıldığı vakit bireyin kişiliğinin yapılandırılmasında en etkin vasıtalarından biri olabileceğini belirtmişlerdir. Kendilerinin bilgisi dâhilinde veya onlardan habersizce kendilerine dua edilen ile dua edilmeyen hastalardan oluşan gruplar üzerinde gerçekleştirilen bir diğer klinik araştırmasında ise, dua edilen hastaların edilmeyenlerden daha erken ve daha çok iyileştikleri gözlenmiştir (Akt: Wulff, 1997: 173-174). Başkası için yapılan dua konusunda bir diğer çalışmada Byrd tarafından A.B.D.’de 393 hasta üzerinde yapılan bir araştırmadır. Bu çalışmada hastane yakınındaki bir kilisede hastalar için kendilerinin haberi olmadan 192 kişi tarafından dua edilmiş, hastaların ismi zikredilmeden yapılan dua sonucunda onların şikâyetlerinde azalma tespit edilmiştir. Çünkü dua eden kişinin çevresindeki insanların beyin dalgaları kendisinin beyin dalgaları ile birleşerek son derece güçlü dalgalar meydana getirebilir. Nitekim Brown (1994) dua anında insanın kendi içine yönelmesinden kaynaklanan, uyku ve uyanıklıktan farklı, beyindeki alfa ve beta dalga boylarının yayıldığı farklı bir bilinç durumu oluştuğunu belirtmiştir (Akt: Albayrak, 2013: 59).

Dua ve tedavi konusundaki bir diğerk yaklaşımda ise Bebek (1998: 93) öncelikle Gazali'nin (1967), “inanç ve moralin, psikolojik olsun, fiziki olsun hastaların direncini artırdığı ve iyileşmelerine en azından yardımcı olduğu bilinmektedir.” görüşüne katılarak ona yer vermekte ardından ise “ancak gerek din gerekse aklın bize öğrettiğine göre işin aslı bugün bizlerin Allah'ın kâinata koyduğu kurallara uygun hareket etmemizden, vücuda giren bir zehir veya orada meydana gelen bir arıza sebebiyle yaşadığımız acıyı bir nevi hipnoz diyebileceğimiz okuma vs. ile bir ölçüde hafifletebilirsek bile, bütünüyle bir iyileştirme yolu olmadığını artık herkesin görmesi gerekmektedir. Burada unutulmaması gereken husus kâinattaki ilahi düzene aykırı istek ve duaların kabul olunmayacağıdır.” bağlamında konunun anlaşılıp uygulanması gerektiğine vurgu yapmıştır.

Dua ve tedavi konusunda yukarıda ifade edilenleri dikkate alarak sonuç itibarı ile şunu söyleyebiliriz ki; Carrel'in de ifade ettiği gibi (1961: 36), duanın tesiri hususunda şimdiye kadar kesin olarak bildiğimiz husus, duanın kendine özgü, elle tutulur sonuçlar doğurduğudur.

1.2. İlk Yetişkinlik Dönemi Genel Özellikleri Ve Temel Problemleri

1.2.1. Yetişkinlik Kavramı

Yetişkin kavramı, eski Türkçede “kalil” sözcüğü ile ele alınmaktadır. Kalil sözcüğünün anlamı, “erişkin”dir. Erişkin sözcüğü, “beden gelişimi tamamlanmış olan kişi”, “evlenme çağına gelmiş olan kişi” ve “olgun, gelişmiş, büyümesi sona ermiş kimse” olarak tanımlanmaktadır (Eryılmaz, 2012: 51). Psikolojide yetişkin (adult) kavramının kökeni latince büyümek (adolescere) fiilinin geçmiş zaman ortacından türemiştir, dolayısıyla *yetişkin* bir kişi *büyümüş* bir kişi sayılır. Adult kavramı, İngilizcede isim olarak “tamamen büyümüş erkek ve kadın” ile “olgun insan” anlamlarına gelmektedir. Yetişkin kavramı TDK güncel sözlüğünde ise “evlenme çağına gelmiş (kimse); beden, ruh ve duygu bakımlarından olgunluğa erişmiş olan (kimse); gelişimin herhangi bir yönünde veya tümünde duraklama düzeyine erişmiş olan; kanunların belirttiği belli bir yaşı aşmış, toplumsal sorumluluklarını bilme durumunda olan genç” anlamlarında kullanılmaktadır (TDK, 2013).

Kavramsal yönden bir başka tanım ise yetişkinliğin, fiziksel ve zihinsel olarak büyümenin yavaşladığı ve doruğuna ulaştığı bir dönem olduğudur. Bu durum farklı kültürlerde oldukça değişkendir. Örneğin henüz gelişmemiş toplumlarda ergenlikten hemen kısa bir süre sonra ferdin yetişkinliğe vardığı kabul edilir; oysa gelişmiş toplumlarda ise ergenlikten çok daha sonraları yetişkinliğe ulaştığı benimsenir. Diğer bir deyişle yetişkinliğe geçiş konusunda kültürel farklılıklar söz konusudur (Matsumoto, 2009: 19; Eryılmaz, 2012: 52; Kurt, 2008: 3). O zaman, “Yetişkin kimdir? Yetişkinlik nedir ve özellikleri nelerdir? Bu özellikleri niçin yetişkinin özellikleri olarak alıyoruz?” bu sorulara verilecek cevapların hepsi normatif ve değişken olmak durumundadır. Çünkü yetişkinlik, toplumsal norm ve rollere göre tanımlanan bir kavramdır. Bu demektir ki, yetişkinlik farklı coğrafyalarda, kültürlerde ve zamanlarda farklı tanımlanabilen bir kavramdır. Yetişkin olma durumunu anlatan yetişkinlik, genel olarak olgunlaşma, bağımsızlaşma, kendisi ile ilgili uygun kararlar alabilme ve özgünleşmeyi çağrıştırmaktadır (Duman, 2007: 145).

Birçok toplumda yetişkinliğin başlangıcı, öğrenim yaşamını bitirmiş, tam zamanlı bir işe girmiş ve evlenmiş olmakla tanımlanmaktadır. Bununla birlikte, bir yetişkin olmak toplumun farklı kesimleri için çok farklı bir konudur (Onur, 2011: 56). Bu görüşlere paralel olarak Okçabol’da (2006: 19) yetişkinliğin yaşa bağlı olarak tanımlanmasının bir ülkeden öteki ülkeye ve bireyin işlevine göre değişmekte olduğunu belirtir. Kimi ülke 15 yaşı yetişkinliğin alt sınırı sayarken, bir başka ülkede bu sınır 18 ya da 21 olmaktadır.

Yetişkinlik işlevine göre de yaş sınırı değişmektedir. Seçimde oy kullanma yaşı 18 olan ülke olduğu gibi 19 ya da 21 olan ülkeler de vardır. Yasal sorumluluk alma açısından yetişkinlik ülkemizde 18 yaşında başlar. Kişi 18 yaşına girince ergin (reşit) olur; ailesinin izni olduğunda da 16 yaşında evlenebilir. Oy verme yaşı ise neredeyse bir seçim döneminden ötekine 18 ile 21 yaş arasında değişmektedir. Dolayısı ile yetişkin kavramında yalnız yaş ayrımına bağlı kalmak geçerli olmamaktadır. Yaş olgusu yanında ruhsal durum ve toplumsal işlevler de yetişkinliği belirleyen nitelikler olmaktadır. Buradaki tanım sorunu, yetişkinin sadece fiziksel özellikler bakımından değil, psikolojik özellikler bakımından da dikkate alınması gereğinden doğmaktadır. Nitekim yetişkin kişinin fiziksel ve psikolojik bakımdan olgunlaşmış olduğu varsayılır. Burada

ise fiziksel ve özellikle psikolojik olgunlaşmayı ölçmek güçlüğü ile karşı karşıya kalınmış ve bundan dolayı da yaş ve yaş sınırları konusunda tam bir anlaşmaya varılamamıştır (Onur, 2011: 56; Eryılmaz, 2012: 51).

Yukarıdaki tanımlara bakıldığında, yetişkin kavramının içerisinde hem büyümenin hem de olgunlaşmanın yer aldığı görülür. Bu tanımlar dâhilinde, yetişkin birey denildiğinde, akla “büyümüş kişi” gelir. Oysaki gelişim psikolojisinde büyüme terimi, vücudun boy, kilo ve hacim olarak artması anlamında kullanılmaktadır. Yetişkin olmak anlamında büyüme, yalnızca fiziksel büyümeleri içermez. Bu nedenle, yetişkinlik kavramı bağlamında büyüme, hem fizyolojik açıdan hem de biyolojik açıdan olgunlaşmak demektir (Eryılmaz, 2012: 52).

Yaygın olarak yasal, biyolojik, toplumsal ve psikolojik yetişkinlik olarak dört tür yetişkinlikten söz edilir.

Hukukta, yetişkinliğe karar verme konusunda kronolojik yaş önemlidir. Bu yaş genellikle 18 ile 21 yaş arası kabul edilirse de, bu durum ülkeden ülkeye, kültürden kültüre farklılık gösterebilir. Yasal yetişkinlik oy kullanabileceğimiz, sürücü belgesi alabileceğimiz, herhangi bir kimsenin yasal izni olmaksızın evlenebileceğimiz vb. şeyleri yapabileceğimiz yaşa gelmemizi ifade eder. Yasal olarak yukarıda sözü edilen eylemleri kendi başımıza yapma hakkına sahip olduğumuz zaman, yetişkin sayılırız. Bu yaş genellikle de 18'dir. 18 yaşını bitiren herkesin (istisnai durumlar hariç örneğin; zihinsel ya da işitme engelli olmak gibi) akli başında bir varlık olarak hareket etme yeteneğine sahip olduğu varsayılır ve bu kişiye reşit denir. Ancak bazı durumlarda reşit olan, 18 yaşın altına inebilir (evlenme vb.) ya da 18 yaşın üzerine çıkabilir (sağır ve işsiz olma vb.) (Köylü,2004: 50;Duman, 2007: 146).

Biyolojik yetişkinlik ise biyolojik olarak kendi türümüzü üretecek olgunluğa erişmeyi ifade eder. Başka bir deyişle kadınlar çocuk doğurabilecek, erkekler çocuk yapabilecek olgunluğa eriştikleri zaman biyolojik olarak yetişkin sayılabilirler. Bu, genellikle ilk ergenlik dönemine rastlar. Bazı din ve toplumlara göre biyolojik yetişkinlik önemlidir. Bunun için de, biyolojik olarak yetişkin olan kişi evlenebilir ve dinsel sorumlulukları yerine getirmesi beklenir (Duman, 2007: 146; Kurt, 2008: 5).

Sosyal bakımdan ise kişiler kendilerini, kendi kültürlerinin yetişkinlik yıllarına münhasır rolleri icra etmeyi uygun buldukları zaman sosyal olarak yetişkin sayılabilirler (Köylü, 2004: 49; Kurt, 2008: 5). Örneğin evlenme hem toplumsal hem de yasal olarak yetişkin kabul edilme için önemli bir gösterge olarak kabul edilir. Bunun yanında anne-baba olma, meslek sahibi olma da genel olarak çeşitli kültürlerde sosyal açıdan yetişkin kabul edilme açısından önemli bir yer tutar.

Son olarak psikolojik yetişkinlik ise kendi yaşamımızdan sorumlu olmaya, öz-yönetimli olmaya başladığımız ve kendimize özgü bir benlik kavramına eriştiğimiz zaman yetişkin sayılırız (Duman, 2007: 146). Bu yetişkinlik kavramı tedrici olarak gelişir. Kişinin psikolojik bakımdan kendini yetişkin kabul etmesi büyük ölçüde onun biyolojik ve sosyal gelişimlerini de içermektedir (Köylü, 2004: 49).

1.2.2. Yetişkinlik Dönemi

Psikoloğlara göre yetişkinlik, “öncesi ve sonrası olan, özel hayat basamakları ile ilintili bir hayat süreci”dir (Mehmedoğlu, 2004: 93). Yetişkinlik dönemi evreleri konusunda kabul edilmiş bir ayırım olmasa da, genellikle kabul edilen görüşe göre bu dönem ilk yetişkinlik (20- 35), orta yetişkinlik (35- 55) ve son yetişkinlik (55 ve yukarısı) olmak üzere üç temel safhaya ayrılmıştır. Ancak Daniel Levinson’un da belirttiği gibi, insan hayatı basamakları öyle keskin olarak belli bir noktada başlayıp belli bir noktada sona ermez. O, insanın gelişim basamaklarının birbirlerine bağlı olduğunu, birbirlerini kapsadığını, daha doğrusu bir birleriyle örtüştüğünü ifade etmektedir. Bundan ötürüdür ki Levinson, 0-3 ilk çocukluk geçiş dönemi, 17-22 yaş arasını ilk yetişkinlik geçiş dönemi, 40-45 yaş arasını orta yaş geçiş dönemi, 60-65 yaş arasını da son yetişkinlik geçiş dönemi olarak değerlendirmektedir (Akt: Köylü, 2004: 44).

Psikoloji ve eğitim alanındaki ilk çalışmalara bakıldığında, büyük çoğunluğunun çocukluk dönemine ait olduğu ve çocuk-ergen gelişimini açıklayan pek çok kuramın olduğu görülecektir. Buna karşın yetişkin gelişimini açıklayan kuramların sayısı oldukça kısıtlıdır (Köylü, 2004: 43; Eryılmaz, 2012: 60). Bilimsel yayınlarda da yetişkinlik terimi, genellikle, bebeklik, çocukluk, ergenlik terimleri kadar açık ve somut olmamıştır. Çocuk gelişimi araştırmalarının Freud ve Piaget gibi önemli adları, gelişimin ergenliğin sonunda büyük ölçüde tamamlandığını ileri sürerler; bu sayılıya dayanarak yetişkin gelişimiyle ya da bir bütün olarak yaşam döngüsüyle ilgilenmezler

(Onur, 2011: 74). Son zamanlara kadar süren bu ilgisizliğe, psikologların ergenlik ve yaşlılık dönemleri arasında önemli bir değişikliğin olmadığı ve nispeten dengeli bir hayatın yaşanacağı konusundaki beklentilerin yol açtığı söylenebilir (Yaparel, 1987: 1). Nitekim William James “çoğumuzda karakter otuz yaşın gelmesi ile birlikte alçı gibi katılaşır ve bir daha asla yumuşamaz” der (Akt: Mehmedoğlu, 2004: 93). Bu beklentinin kaynaklarından biri ise, yetişkinliğin ileri düzeyde bir gelişmenin gerçekleştiği bir dönem olmaktan çok, bilinçsiz çatışmaların tekrar kendini gösterdiği bir platform gibi görme ve değerlendirme eğilimi gösteren Freud’un derinlik psikolojisinde yatmaktadır (Yaparel, 1987: 1). Nitekim Freud, yetişkin hayatını, daha önce oluşmuş kişilik yapısının yüzeyinde oluşan bir dalgalanmadan ibaret görür. Piaget ise ergenlikten sonra önemli bilişsel değişimlerin olmadığını varsayar; Kohlberg’de ahlâk gelişiminin erken yetişkinlik yıllarında tamamlandığını kabul eder (Mehmedoğlu, 2004: 93). Netice itibarıyla Freud, Piaget ve Kohlberg’e göre yetişkinliğin bir “varlık durumu” olduğu anlayışı hâkimken, zamanla, bilim dünyası Jung, Bühler, Erikson gibi psikologları izleyerek, yetişkinliğin tek başına duran bir evre olmadığını; aksine yetişkinliğin bir “oluşum süreci” olduğu görüşünü benimsemektedir. Hatta Levinson ve arkadaşları yetişkinliğin temel görevinin yaşam boyu süren bir yapı yaratmak olduğunu kabul ederler (Onur, 2011: 57-57).

Yetişkin gelişiminin çağdaş anlamda gerçek babası olarak Carl G. Jung (1875-1961) kabul edilmektedir. Freud, çok dar bir şekilde çocuk gelişimi ve onun yetişkin problemlerine etkisi üzerine yoğunlaşırken, Jung insan hayatının tüm alanlarına ağırlık vererek “hayatın ikinci” kısmı olarak kabul ettiği yetişkinlik dönemine ayrı bir önem vermiştir (Köylü, 2004: 43). Jung’un analitik psikolojisine göre, yetişkinlik döneminin problemlerini, çatışmalarını ve yaratıcılıklarını çocukluk döneminin etkisi ile sınırlandırmak doğru değildir (Akt. Yaparel, 1987: 1). Jung yaşam evrelerine ilişkin görüşü öncelikle klinik çalışmalarına ve kendi psikoloji kuramına dayanmaktadır. Jung yaşam evrelerini açıklamaya “gençlik” ile başlar ve bu evreyi erinlik sonrasından orta yıllara (35-40 yaşları) dek uzatır. Jung’a göre kişilik, yaşam döngüsünün birinci ve ikinci döneminde farklı yönlerde gelişir. Birinci dönemde birey dış dünyaya açılır, dış dünya ile ilişki kurma kapasitesini genişletir, toplumsal ödüller kazanmaya çalışır. Birinci dönemde fertlerin görevleri yalnızca dış dünyanın istemlerini karşılamaktır. İkinci dönemde de ruhsal yaşamda 40 yaşına doğru başlayan değişimde birey artık

hedeflerinin ve hırslarının önemini yitirdiğini hisseder, kendisini durgun, çökkün ve eksik olarak algılar. Ancak kişi bu bunalımdan çıkış yolu bulabilir. Bilinç dışı kişiyi iç dünyasına dönmesi ve yaşamın anlamını araştırması için yüreklendirir. Ve bu dönemde enerjimizi dış dünya ile baş etme çabasından uzaklaştırıp iç dünyamızda odaklaştırmaya başlarız (Onur, 2011: 67).

Bu alandaki diğer önemli şahsiyet hiç şüphe yok ki Erik Homburger Erikson'dur. Erikson'un, Freud ve Jung arasında tarihi ve entelektüel bir bağ oluşturduğu söylenebilir (Köylü, 2004: 44). O, yaşlılık dönemi de dâhil olmak üzere, insan gelişimini ele alan kendisine ait Aşamalı- Türeyim şemasıyla ünlüdür. Erikson, teorisini çocuklar, gençler, öğrenciler, yetişkinler ve yaşlılar üzerinde gerçekleştirmiş olduğu uzun süreli gözlemlere dayandırır (Holm, 2007: 98-99).

Aşamalı-Türeyim şemasına göre insan gelişimi, sekiz aşamaya ayrılır. Erikson da Freud gibi çocukluk gelişimine ağırlık vermekle birlikte insan yaşamının bütününe içeren gelişim dönemlerini ortaya koymuştur. Her aşamada, karşılanması gereken birincil bir ihtiyaç olmakla beraber (Holm, 2007: 98), yine her evrede, o evreye özgü olan iki karşıt özellikle gelişim gerçekleşmektedir. Birey, her evrede o evreye özgü bunalımı çözümlenerek bir üst gelişim aşamasına geçmektedir (Eryılmaz, 2012: 64).

Konumuz ilk yetişkinlik dönemi olduğundan Erikson'un Aşamalı-Türeyim şemasında bu döneme denk gelen aşamaları ele alacağız. Aşamalı-türeyim şemasının altıncı dönemi 18-35 yaşlar arası olan "Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık" dönemidir. Yakınlık, bireyin kendi kimliğini bir başkası ile bütünleştirebilmesi anlamına gelmektedir. Yakınlık kurmak için birey bir önceki dönemde kimliğini güçlü bir şekilde yapılandırmış olmalıdır. Zayıf kimlik geliştiren bireylerin kurdukları ilişkiler, sağlıklı bir şekilde gelişmez ve ilerlemez. Bu durumun sonucu olarak bireyler yalnızlık ya da yalıtılmışlık yaşarlar (Eryılmaz, 2012: 65; Onur, 2011: 68). Erikson'un psikososyal gelişim dönemlerinin yedinci evresi ise "üretkenliğe karşı verimsizlik" dönemidir. Bu dönem 35-60 yaş arasını kapsar. Bu dönemin önemli bir vasfı olan üretkenlik, gelecek nesilleri inşa etmek ve onlara rehberlik etmekle ilişkilidir (Eryılmaz, 2012: 65). Yani üretkenlik, yaratıcılık, neslini devam ettirme, nesne ve fikir üretimini kapsamaktadır (Karacoşkun, 2012: 103). Bu durumda da döneme ait temel eğilimler, yaratıcılık ya da durgunluk olmaktadır. Kişilik, ailede ve toplumda sürdürülen faaliyetlerle geliştirilir ve

geleceğe yönelik gayret sarf edilir (Holm, 2007: 100). Bu evrenin olumsuz çözümü ya da çözümsüzlüğü, durgunluk sıkılma ya da yoksullaşma duygularıyla ve bireyin fiziksel ve psikolojik gerileyişleriyle aşırı uğraşması ile kendini gösterir (Onur, 2011: 69).

Yetişkin gelişimini açıklayan kuramlardan biri de Charlotte Bühler'in "İnsan Yaşamının Akışı" kuramıdır (Eryılmaz, 2012: 70). Charlotte Bühler ve öğrencileri yaşam akışını 1930'larda Viyana'da topladıkları yaşam öyküsü ve öz yaşam öyküsü (biyografiler ve otobiyografiler) verilerini kullanarak incelemiştir. Bu çalışmalar neticesinde beş biyolojik dönem saptamışlardır. Bunlar; 15 yaşına kadar olan ilerleyici büyüme, 15-25 yaşlar arası büyümenin cinsel üretme yeteneği ile birlikte sürmesi, 25-45 yaş arası büyümede kararlılık döneminde kişiler yaşamlarında gerçekleştirmeyi düşündükleri amaçları son kez gözden geçirirler ve yeni amaçlar belirlerler (Eryılmaz, 2012: 71), 45 - 65 yaşlar arası cinsel üretme yeteneğinin yitilmesi, 65 yaş ve ötesi ise gerileyen büyüme ve biyolojik iniş dönemleridir. Bühler ve ekibi, bu beş biyolojik döneme karşılık olan beş yaşam dönemi önermişlerdir. Bühler'in görüşü büyüme, kararlılık kazanma ve inişe geçme gibi biyolojik süreçler ile etkinlik ve başarılarında genişleme, yükselme ve daralma gibi psiko-sosyal süreçler arasındaki koşutluğu vurgular (Onur, 2011: 63).

Yetişkin gelişimini açıklayan bir diğer kuram ise 1970'lerde Daniel J. Levinson ve Yale araştırmacılarının orta yaş erkekleri üzerine çalışmalar yaparak geliştirdikleri "Yaşam Yapısı Kuramı" dır (Eryılmaz, 2012: 66). Levinson yetişkinlik dönemi gelişim basamaklarını ön yetişkinlik çağı 0-22, ilk yetişkinlik çağı 17-45, ilk yetişkinlik geçişi 17-22, orta yetişkinlik çağı 40-65, ilk yetişkinlik için yaşam yapısına giriş 22-28, 30 yaş geçişi 28-33, ilk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma 33-40, orta yaş geçişi 40-45, son yetişkinlik çağı 60 ve üzeri, orta yetişkinlik için yaşam yapısına giriş 45-50, 50 yaş geçişi 50-55, orta yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma 55-60, ileri yaş geçişi 60-65 olarak ifade etmiştir (Köylü, 2004: 44).

1970'lerde Levinson ve meslektaşları yetişkinlikteki gelişim evrelerini saptamaya çalışmış ve erkek yetişkinlerin gelişiminde altı evre belirlemiştir (Onur, 2011: 57). Onlara göre yetişkin gelişim dönemlerinin birinci evresinde birey 16-18 ile 20-24 arasında *aileden bağımsız olma* çabası içerisindedir. Bu dönem aile merkezli ergen hayatı ile yetişkin dünyasına girme arasındaki bir geçiş dönemidir. 20'lerin başlarından

28'e değin, yeni/ayrı bir ev, yetişkin rollerinin keşfi ve üstlenilmesi ve ilk yaşam yapısının biçimlendirilmesi olan *yetişkin dünyasına katılma* evresidir. Bu dönem erkeğin yaşamında ailesinin odak noktası olmaktan çıkması ile başlar. Otuz yaş dolaylarında ise yaşamın getirdiği baskılarla birlikte bunalımı artıran bir başıboşluğa kapılabilir. 28 ve 30 yaş arası ise yaşam yapısının yeniden değerlendirildiği *otuz yaş geçiş* dönemidir. 30'lu yaşların başlarından 38'e kadar ise fert başına buyruk olma, kararlı bir yuva kurma evresi olan *durulma* dönemine girer. Bu dönemde toplum içinde bir yer edinilmiş, bir yuva kurulmuş, uzun vadeli planlar yapılmıştır. *Orta yaş geçişi* olan 38 ve 40'lı yaşlar arası da yaşam yapısının yeniden değerlendirildiği zaman dilimi olan bir evredir. Bu dönem, daha kararlı iki dönem arasında gelişimsel bir geçiş dönemi, dönüm noktası ve sınırdır. Bu dönemde, de genel olarak "şimdi elimde ne var?" sorusu ile "gerçekten istediğim ne?" sorusu arasındaki farklılık fertte bir ruh arayışı ara dönemi yaratır. Kırk beş yaş dolaylarında orta yetişkinliğin *kararlılık kazanması* evresinde ise yaşama temel oluşturacak yeni bir yaşam yapısı biçimlenmeye başlar ve üç dört yıl sürer. Bu evrede orta yetişkinliğin kararlılık kazanması olarak adlandırılır. Aynı zamanda bu dönem, yeni bunalımların yaşandığı, benliğe yönelik tehdidin olduğu bir dönemdir. Yalnız burada şunu belirtmek gerekir ki Levinson bu evreleri erkek yetişkinin gelişiminde saptamıştır. Bu evreler kadın yetişkine birebir uygulanamamakla beraber kadınların da benzer evrelerden bir takım önemli farklılıklarla geçtiklerini ifade etmek gerekir (Onur, 2011: 59-60; Eryılmaz, 2012: 68-69; Kurt, 2008: 27-28-29).

Yetişkin gelişimini açıklayan başka bir kuram da Roger Gould'a ait olan "Dönüşümler Kuramı" dır. Gould, yetişkin gelişimi konusunda dönüşümler kuramını ortaya koyan bir psikiyatrdır. O, yetişkinin gelişmesine ilişkin kuramında, bu gelişimin bir dizi dönüşümden geçerek oluştuğunu kabul etmektedir. İnsanlar her dönüşümde benlik kavramlarını yeniden biçimlendirir, çatışmaları yeniden çözerler (Onur, 2011: 83; Eryılmaz, 2012: 74). O, dönüşümlerin gelişimine dayandırdığı kuramında evre ile bunalım arasında ilişki kurar ve orta yaşlarda da ergenlik gibi kargaşa yaşandığını kabul eder (Onur, 2011: 84).

Gould'un yetişkin gelişimi dönemlerinden birincisi 16-22 yaşları arasında yaşanmakta olan "ebeveynlerimizin dünyasını terk etme dönemi" dir. Bu dönemde, bireylerin ebeveynlerinin denetiminden kurtulma isteği hâkimdir. 22- 28 yaşları arasında ise

bireyler bağımsızlık geliştirmeye çalışarak bir mesleğe yönelirler. 28-34 yaşları arasında, birey benliğini sorgulamaya başlar, rol karmaşaları üzerinde düşünür ve mesleki doyum açısından kendisini değerlendirir. Orta yaş dönemi olan 35-45 yaşları arasında bireyler zamanın sınırsız olmadığını farkında olarak yaşam amaçlarına ulaşmak için koşuşturmaca içerisinde hareket ederler. 43-53 yaş aralığında yaşamı bütün çıplaklığı ile gören bireyler bir alışma dönemine girerler. Son olarak yaklaşık olarak 53-60 yaş aralığında birey yaşamın geçiciliğinin farkında olaraktan daha fazla hoşgörü sergiler, geçmişi kabullenerek genel bir olgunluk düzeyine ulaşır (Onur, 2011: 85; Eryılmaz, 2012: 75).

Bu bölümde yetişkinlik dönemi kuramlarını kısaca ele aldıktan sonra bu araştırmada dikkate alınan ve araştırmanın ana kütlesini oluşturan ilk yetişkinlik dönemine geçebiliriz.

1.2.3. İlk Yetişkinlik Dönemi

Yetişkinlik, genellikle dönem olarak ele alınır. Psikologlar yetişkinliği, yaş dönemleri farklı da olsa, genellikle ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve son yetişkinlik olarak üçe ayırmışlardır (Mehmedoğlu, 2004: 93; Duman, 2007: 148). Belirtilen yetişkinlik dönemlerinin yaş sınırları, içinde yaşanan toplumsal koşullara ve içinde bulunulan toplumsal veya mesleki guruba bağlı olmakla beraber, genç yetişkinlik olarak da anılan ilk yetişkinlik dönemi, genellikle öğrenimin tamamlanıp iş ve aile yaşamına girişin yapıldığı dönem olarak kabul edilir. Sosyal bilimciler kronolojik olarak ilk yetişkinliği yaklaşık olarak on sekiz yaşından kırk yaşlarına kadar olan bir devreyi kapsayan bir yaş dönemi olarak tarif ederler. Bazen bu dönemin başlaması yükseköğrenimin tamamlandığı 23-24 yaşlarına kadar kayabilmektedir (Duman, 2007: 147; Köylü, 2004: 54). Genç yetişkinlik dönemi, yetişkinliğe girişi temsil ettiği için insan yaşamındaki en önemli dönüm noktalarından biridir. Bu sebeple, ergenlikteki gelişim bir bakıma yetişkinliğe hazırlanma olarak görülebilir. Ancak kişi ergenlikten çıkıp hemen yetişkinliğe giriyor da değildir. Bu çerçevede yetişkinlik döneminin evreleri ve yaş sınırları araştırmacılarca farklı biçimde belirtilmiştir. Yukarıda da ifade edildiği gibi Neugarten ve Moore'de (1968) yetişkinlikte genç yetişkinlik (20-30 yaşlar), orta yetişkinlik (40lar, 50'lerin başları) ve yaşlılık (65 ve sonrası) olarak üç dönem ayırt etmişlerdir (Onur, 2011: 101).

Her ne kadar genç yetişkinliğin yaş aralığı kabaca 18-40 civarı kabul edilmişse de bu döneminin yaş aralığı konusunda tam bir anlaşmanın olduğu söylenemez. Havighurst'e göre 18-35, Erikson'a göre 20-40, Bühler'e göre 25-45 yaşları arası genç yetişkinlik dönemidir. Doğal olarak bu farklılıklar, değişik sosyoekonomik sınıfların, ulusların, kültürel koşullar, tarihsel olaylar, kişilik farklılıkları gibi etkenlerden kaynaklanmaktadır. Bu olağan değişkenlik nedeniyle yetişkinlik evrelerini yaş olarak kesin bir biçimde göstermek çok güçtür.

Bir başka güçlükte günümüz gençliğinde görülen değişimlerden kaynaklanmaktadır. Birçok birey için yetişkin olmak oldukça uzun bir süreçtir. Günümüzde üniversite diploması, yetişkinliğe bir adım atma ve yaşam süreci içerisinde aktif bir rol alma olarak görülen iş bulma güvencesi olmaktan çıkmıştır. Bu nedenle gençliğin karşılaştığı sorunlar artmakta, bunları çözmeye harcanan sürede uzamaktadır. Bu yüzden kimi araştırmacılar ergenliğin son dönemi ile genç yetişkinlik arasında bir *ara dönemden* söz etmektedir ve son yıllarda da ergenlikten yetişkinliğe geçiş yaklaşık 18-25 yaşları arasında "yetişkinliğe geçiş" (emerging adulthood) kavramı ile ifade edilmektedir. Bu ara dönemde bir yandan ergenliğe göre daha kararlı özellikler gösterilmekte, ama öte yandan genç yetişkinliğin normatif özelliklerine (işe girme, evlenme, ana-baba olma) tam anlamıyla ulaşamamaktadır (Onur, 2011: 102; Santrock, 2012: 416).

Yaş sınırlarını belirlemedeki güçlük nedeniyle, genç yetişkinliği psikolojik olarak farklı bir faktör açısından değerlendirmek uygun olacaktır. Bu faktör ise psikolojik olgunluktur. Kişilik kuramlarının çoğunda genç yetişkinlik sırasında gelişen bir olgu olan olgunluk, bireylerin yaşamın gereklerine ve zorunluluklarına başarılı bir biçimde uyum sağlamaları ve bunlarla esnek bir biçimde başa çıkabilmek için sürekli değişim gösterme yeteneği olarak tanımlanır (Onur, 2011: 104). Bu yeteneğe erişmiş olan bireyler genç yetişkinler olarak kabul edilmeyi hak etmeye başlarlar. Nitekim araştırmalar, sorumluluk alabilmeyi yetişkinliğin önemli bir belirleyicisi olarak göstermektedir. Nelson ve arkadaşları (2007) tarafından gerçekleştirilmiş olan bir çalışmada, bireyin yaptıklarının sorumluluğunu alması ve duygusal kontrol geliştirebilmesi, yetişkinliğin önemli boyutları olarak ortaya konmuştur (Santrock, 2012: 417).

Kişinin kendi kendisi ile yüz yüze geldiği, o ana kadar farkında olmadığı gerek kişiliğinin gerekse hayatın bilinmeyen yönleri ile tanıştığı ya da gelişme basamaklarının daha yukarlarına çıkabilmek için tanımak, bilmek, zorunda olduğu dönemler, birer *kriz* olayını meydana getirmektedir. Bu kriz dönemlerini ve etkilerini daha iyi anlayabilmek için bu gelişim döneminde bireylerin görevlerinin neler olduklarının bilinmesi gerekmektedir (Yaparel, 1987: 6). İlk yetişkinlik yıllarını kapsayan dönem aşağı yukarı her açıdan insan hayatının en yoğun olduğu dönemlerden birisidir. İlk yetişkinlik kişinin artık kendi görevlerini yaptığı ve topluma katkıları olduğu bir dönemdir. İlk yetişkinlik yılları pek çok önemli değer yargılarının açıklığa kavuştuğu, önemli kararların alındığı ve hayat planlarının yapıldığı bir zamandır. Bu dönemde toplumunda bireyden istek ve beklentileri artık belirginleşmiştir (Köylü, 2004: 55).

Bu çerçevede, bu dönemi Havighurst'un gelişim psikolojisine kazandırdığı "gelişim görevleri" kavramı açısından ele almak yerinde olacaktır. Gelişim görevi, bireyin yaşamında belirli bir dönemde ya da o dönem konusunda, başarılması bireyin mutluluğuna ve sonraki görevleri başarmasına rehberlik eden; başarılmaması bireyde umutsuzluğa, toplumca onaylanmamaya ve sonraki görevlerde güçlük çekmeye yol açan bir görevdir. Havighurst, gelişim görevlerini çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemleri ve bunların alt dönemleri için birer birer açıklamıştır. Havighurst'un ilk yetişkinlik dönemine ait belirlediği görevler eş seçimi, eşle birlikte yaşamayı öğrenme, bir aile kurma, çocuk yetiştirme, bir evin işlerini yürütme, bir uğraş başlatma, yurttaşlık sorumluluğunu üstlenme ve uygun bir toplumsal guruba katımadır (Onur, 2011: 113; Köylü, 2004: 55).

Duman (2007: 148) ise genç yetişkinlik olarak da anılan ilk yetişkinlik döneminin gelişme ödevlerinin öğrenimini tamamlamak, askerlik hizmetini yapmak, eş seçmek, evlenmek, eşi ile beraber yaşamayı öğrenmek, ev ile ilgili işleri yürütmek, çocuk sahibi olmak ve büyütme, çalışma yaşamına atılmak, değişik toplumsal gurupların içinde yer almak, yurttaşlık haklarının bilincinde olmak ve yurttaşlık sorumluluklarını yerine getirmek olduğunu söylemiştir.

Genç yetişkinlik çağının yaklaşık olarak 18 ve 35 yaşlar arasına düştüğünü söyleyen Baymur ise (1972: 66), bu çağın başlıca gelişim ödevlerini ise bir eş seçme, evlilik ve evlendiği kişi ile hayatını sürdürebilme, ana-baba olma, çocuk yetiştirme, ev idare

edebilme, geçim sağlayacak bir iş sahibi olabilme, sosyal sorumluluklarını karşılayabilme ve durumuna uygun bir sosyal guruba katılabilmek olarak ifade etmiştir.

Arnett (2006) ise genç yetişkinlik için, aşk ve iş konularında kimlik arayışı; aşk, iş ve eğitim konularında kararsızlık; yaşamlarına şekil vermede öze-dönüklük, ne ergen ne de tam bir yetişkin olamama içinde kararsız duygular ve bireylerin yaşamlarını değiştirme fırsatını yakalayabildikleri olasılıklar dönemi olmak üzere beş temel özellik sıralamaktadır (Akt: Santrock, 2012: 416).

Belli başlı kuramlar açısından ilk yetişkinlik dönemini ele alacak olursak; öncelikle karşımıza yetişkinlik döneminin babası ismini almayı hak eden Jung gelmektedir.

Jung insan hayatının tüm alanlarına ağırlık vererek “hayatın ikinci” kısmı olarak kabul ettiği yetişkinlik dönemine ayrı bir önem vermiştir (Köylü, 2004: 43). Jung’un analitik psikolojisine göre, yetişkinlik döneminin problemlerini, çatışmalarını ve yaratıcılıklarını çocukluk döneminin etkisi ile sınırlandırmak da doğru değildir (Yaparel, 1987: 1). Bühler’in insan yaşamının akışı kuramında ise bu dönemi ilgilendiren evre 25-45 yaş arasını kapsayan büyümede kararlılık dönemidir. Bu dönemde bireyler ideallerini gözden geçirirler ve bu ideallerin peşlerinden koşarlar (Eryılmaz, 2012: 71). Erikson’un psikososyal gelişim kuramındaysa ilk yetişkinlik dönemi gelişimini ilgilendiren iki psikososyal gelişim dönemi vardır. Birincisi 18-35 yaş arasında yaşanan yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemi, ikincisi ise 30-60 yaş arasını kapsayan üretkenliğe karşı verimsizlik dönemidir. Levinson’un araştırmalarına göre ilk yetişkinlik döneminde bireyler aileden ayrılma, yetişkin dünyasına katılma, otuz yaş geçişi, durulma, orta yaş geçişi ve orta yetişkinliğin kararlılık kazanması şeklinde altı evre yaşamaktadır. Gould’un dönüşümler kuramında bu döneme ilk olarak 28-34 yaşları arasında, bireyin benliğini sorguladığı, rol karmaşaları üzerinde düşündüğü ve mesleki doyum açısından kendisini değerlendirdiği “şimdi kimsenin çocuğu değilim” dönemi denk gelir. İkinci olarak ise 35-45 yaşları arasında bireylerin zamanın sınırsız olmadığını farkına vardığı ve yaşam amaçlarına ulaşmak için koşuşturmaca içerisinde hareket ettikleri “orta yaş dönemi” denk gelir (Eryılmaz, 2012: 75).

İlk yetişkinliği böylece ele aldıktan sonra bu çağın fiziksel, psikolojik, duygusal, bilişsel, sosyal, ahlaki ve dini özelliklerine geçebiliriz.

1.2.3.1. Fiziksel Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

Bedensel fonksiyonların yaş ilerledikçe nasıl değiştiği üzerinde araştırma yapan psikologlardan biri olan Shock, insan bedeninin en verimli çalışma devresinin 25-30 yaşları arasında olduğunu gözlemlemiştir. 30 yaşından sonra bireyin bedensel faaliyetlerinde yavaşlama gözlenir. Bu yavaşlama ise bireyin organlarının yenilenmemesinden kaynaklanır. 25-30 yaşlarına kadar insanların ciğer ve kalplerinde bol miktarda yedek hücre bulunur. Otuz yaşından sonra yedek hücre sayısı azalır ve ölen hücrelerin yerine yenisi konmaz. Azalan hücreler ise kalp ve ciğer kapasitesini düşürür. Bireyin bedensel ve zihinsel faaliyeti ise, hücre kaybının az ya da çok olmasını etkiler. Bedenen faal olan insanlarda hücre kaybı az olur; hatta bazı 50 yaşındakiler faal olmayan 30 yaşındakilerden çok daha iyi konumdadır. Aynı durum beyin hücreleri için de geçerlidir (Cüceloğlu, 2010: 364).

Çoğumuz fiziksel performansımızın doruk noktasına 30 yaşına varmadan, 19-26 yaşları arasında ulaşırız. Yani ergenliğin son yıllarında ve ilk yetişkinliğin başlarında aşağı yukarı tüm fiziksel ve gelişme ve olgunlaşma zirveye ulaşmış olur. Özellikle ilk yetişkinlik yıllarını oluşturan zaman dilimi ise hayatın en aktif ve parlak dönemi olur (Santrock, 2012: 419; Köylü, 2004: 55). Genç yetişkinler fiziksel gelişimlerinin doruğundadırlar. Birçok erkek yetişkin en yüksek boya aşağı yukarı yirmi bir yaşlarında ulaşır. 25-30 yaşlarında yetişkinler kas gücünün en üst düzeyine ulaşır, 30-60 yaşlarında da güçlerinin %10'unu yitirirler (Onur,2011: 114; Köylü, 2004: 55; Kurt, 2008: 34). Fiziki açıdan 17-18 yaşına kadar kas ve kemik gelişimi tamamlanır ve potansiyel olarak güç ve kuvvetteki artış 30 yaşına dek devam eder (Köylü, 2004: 55).

Genç yetişkinlik fiziksel gelişmede, yani hız, eşgüdüm, güç, dayanıklılık ve genel sağlıkta tepe noktası olarak görülmektedir. Fiziksel güç bu tepe noktasından sonra derece derece azalmakta, ancak bu düşüş kırklı yaşlardan itibaren önem kazanmaktadır. Dolayısı ile genç yetişkinliği bir düşüş dönemi olmaktan çok bir kararlılık dönemi olarak nitelenebilir. Genç yetişkinlikte duyuların işleyişinde de yaşa bağlı köklü değişimler yoktur (Onur,2011: 116). Diğer bir deyişle genç yetişkinlik dönemi, fiziksel açıdan, fiziki performansın en üst seviyeye çıktığı dönem olmakla birlikte, aynı zamanda fiziksel performansın düşmeye başladığı dönemi de yansıtmaktadır. Otuz yaş civarında kasların niteliğinde ve kuvvetinde zayıflama

belirtileri görülmeye başlamaktadır (Santrock, 2012: 419). Kas ve iç organlar bakımından 19 ile 26 yaşları arasında maksimum fiziki potansiyele erişen vücutta dolaşım sistemi kalp ve kan damarları tamamen olgunlaşmış durumdadır. Yetişkin bir ferden organizması, çocuk ve gençlere göre belli bir düzene girmiştir (Kurt, 2008: 34). Sinir sistemi ise organizmanın bir embriyo olmasından itibaren gelişme ve olgunlaşma sürecindedir (Köylü, 2004: 56).

Yetişkin bireyler çevrelerini örgütlemeye ve uyum sağlamada duyuşal yeteneklerine bağımlıdır. İnsanlar arası etkileşimde etkili bir iletişim kurma yetisi büyük ölçüde duyular vasıtası ile gerçekleşmektedir. Görme ve görme uyumu 20 yaşında en üst düzeydedir; bu yaş aynı zamanda ilk özürlerin ve kalıtsal bozuklukların ortaya çıktığı yaşıdır. Görme keskinliği çocuk ve ergenlikte artar, 20-50 yaşlar arasında kararlılık gösterir, elli yaşından sonra yavaş fakat artan bir düşüş gösterir. Sonuç olarak görme ile ilgili özelliklerde genç yetişkinlerde çok az değişim vardır. Benzer şekilde işitmede çok az değişim gösterir ve ancak kırklı yaşlardan itibaren dramatik değişimler başlar. Yetişkinlik çağının başında bulunanlar saniyede 2000 frekanslı sesleri işitebildikleri halde 40 yaşından sonra, saniyede 1200 frekansı aşan sesleri işitememeye başlamaktadırlar (Onur, 2011: 115; Kurt, 2008: 35; Kahveci, 2012: 148).

Dokunma duyusu genç yetişkinlikte en yüksek hassasiyete sahip olmakta ve bu dönemde çarpıcı değişimler olmamakla birlikte 50'li yaşlardan sonra duyarlılığını yitirmeye başlamaktadır. Paralel olarak tat alma ve koklama duyularında da yetişkinlikte kararlılık olmakla birlikte 50'lerden sonra kayda değer düşüşler gözlenmektedir (Kurt, 2008: 34; Kahveci, 2012: 148). Yani genç yetişkinlikte dokunma, tatma, koklama, duyularında belirgin değişimlerin olmadığı bir kararlılık dönemidir. Böylece genç yetişkinlik sağlık açısından da tepe noktasını temsil etmektedir (Onur, 2011: 116; Kahveci, 2012: 146).

Genç yetişkinlerde etkinlik kısıtlanması, yetersizlik, ölüm gibi olgular öncelikle ani koşullardan doğar. Kırk yaşından önce ölümlerin çoğu bulaşıcı hastalıklardan ve kazalardan, kırk yaşından sonra ise kronik koşullardan kaynaklanır (Onur, 2011: 114). Genç yetişkinlik dönemindeki ölüm oranı ergenlik döneminin iki katıdır. Genç yetişkinlik dönemi ölüm oranı erkeklerde kadınlara kıyasla iki kat daha fazladır (Santrock, 2012: 419). İlk yetişkinlik döneminde ergenliğe oranla çok daha yüksek

ölüm oranı görülmekle birlikte, bu dönemde oldukça az sayıda kronik sağlık sorunları sergilenmektedir. Genç yetişkinler çocuklarına oranla çok daha az sayıda soğuk algınlığı ve solunum sorunları yaşamaktadırlar (Santrock, 2012: 419).

Levinson, yirmi ile kırk yaşlarını kapsayan bu dönemin, en büyük biyolojik zenginliklerin olduğu kadar, en büyük tezat ve stresin de yer aldığı bir dönem olduğunu ifade etmiştir (Köylü, 2004: 57). Bütün bu sorunlarda beraberinde çeşitli problemleri yanlarında getirmektedirler.

Harris tarafından gerçekleştirilen boylamsal bir araştırmada, ergenlik döneminde ortaya çıkan kötü sağlık alışkanlıklarının çoğunun genç yetişkinlikte artışa geçtiği belirlenmiştir. Bu dönemde hareketsizlik, kötü beslenme, obezite, madde bağımlılığı ve üreme sağlığı gibi konularda sorunlar yaşanmakta, sağlığa ayrılan bütçe artmaya başlamaktadır (Santrock, 2012: 420). Yetişkinliğe girmekle birlikte birçoğumuz kahvaltı yapmamaya, düzenli öğün yemekleri yememeye, gün boyunca ağırlıklı olarak aperatif (fast-food) türü tüketmeye, hızla kilo almaya, orta ya da çok miktarda sigara içmeye, orta ya da aşırı miktarda alkol almaya ve geceleri birkaç saat uyumaya başlarız. Bu tür sağlık biçimleri ise birçok sağlık sorunlarını artları sıra sürüklemektedir (Santrock, 2012: 420). Ağırlık özellikle de boy 20-21 yaş civarına kadar hızlıca artar fakat daha sonra sadece ağırlık artmaya devam eder (Kurt, 2008: 34). Bu durumda sağlıklı beslenme yapılmadığında obeziteye yol açar. Obezite ise gün geçtikçe yaygınlaşan sağlık sorunlarından biridir. Yapılan araştırmalar obezitenin yaygınlık oranının hızla yükselmekte olduğuna işaret etmektedir. Kilolu ve obez olmak, tansiyon, diyabet ve kalp damar hastalıklarında artışa neden olmanın yanı sıra zihinsel sağlık sorunlarına etkileri de söz konusudur (Santrock, 2012: 420). Uzmanların bireylerden ısrarla egzersiz yapmalarını istemelerinin temel sebepleri; egzersizlerin kalp ve damar hastalıklarını ve diyabeti önler, kaslarda olan kaybı en düşük seviyeye indirir. Bunların ardı sıra egzersiz, benlik algısını yükseltir, anksiyete ve depresyonu azaltır; hata meta analiz sonuçları, egzersizlerin depresyonu azaltmada psikoterapi derecesinde etkili olduklarını ortaya koymaktadır (Santrock, 2012: 422; Kahveci, 2012: 148).

Son olarak genç yetişkinlerin alkol ve nikotin tüketimine karşı konulmaz bir arzuya sahip oldukları da yapılan araştırmalar neticesinde bulgulanmıştır; hatta gelişim sürecinde, içki kullanımı 21-22 yaşlarında doruğa ulaştığı da tespit edilmiştir (Santrock,

2012: 419). Bu durumda genç yetişkinliğin sağlıklı, dinamik yapısına gölge düşürmektedir.

İlk yetişkinlik dönemindeki fiziki özellikler yaklaşık olarak 40 yaş civarına kadar aynı derecede hemen hemen en üst seviyede kalmaya devam eder. Biyologlar genellikle 30 yaş, yetişkinlik dönemi yaş değişiklikleri için bir dönüm noktası olarak görürler. Bunu nedeni ise birçok biyolojik fonksiyonun o döneme kadar aşağı yukarı en yüksek seviyede kalması ve ondan sonrada tedrici olarak bir düşüş göstermesidir (Köylü, 2004: 56).

1.2.3.2. Psikolojik Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

İlk yetişkinlik dönemi psikolojik açıdan en yoğun dönemlerden biridir. Bu dönemdeki temel verileri ortaya koyan Erik Erikson, bu dönemdeki fertlerin psikolojik çatışma ve bunalımlar içerisinde olduğunu savunur. Erikson genç yetişkinlerin, bu dönemde kendi kimliklerini oluşturma konularında merkezileştiklerini ve bunun devamı olarak bu kimliği diğer fertler ile geliştirdiklerini ve samimi bir dostluk ve yakınlık arayışı içerisinde olduklarını ifade etmektedir (Köylü, 2004: 57).

Genç yetişkinleri daha iyi bir şekilde anlamak için, bu grubu oluşturan fertleri diğer gruplardan ayıran temel özellikleri ele almalıyız. Bunlar bağımsızlık, kişilik ve yakın ilişkidir. Bu hususlar çeşitli sosyal görevlerle ilgilidirler (Holm, 2007: 100; Köylü, 2004: 57). Bu dönemin belli başlı uğraşı alanlarını evlilik, yükseköğretim, askerlik, bir iş arama veya bir işte karar kılma, aile ve toplumla yeni bir ilişki kurma gibi çeşitli bireysel ve toplumsal görevler oluşturmaktadır. Bu görevler yalnızca genç yetişkinlik için geçerli olmamakla beraber bunların çoğunlukla bu dönemde yoğun bir şekilde meydana gelmesi bu evreyi diğer evrelerden belirgin bir şekilde ayırmaktadır.

Bunlardan biri ve en temel olanı bağımsızlıktır. Bu dönemde genç bireyler, kendilerini aile bağlarından ayırma ve toplumda kendi kişiliklerini kurma çabası içerisindeyler. Bu gayret bir taraftan ebeveynler ile çatışmaya diğer taraftan da bir ayrılma hissine ve yalnız kalma duygusuna götürebilir. Birey kendi bağımsızlığını kurdukça da ebeveyninkinden farklı bir değer sistemi oluşturabilir (Kurt, 2008: 27; Köylü, 2004: 58). Aileden ayrılma onlu yılların sonu ve yirmili yılların başlarında başlayan bir dönemdir. Bu dönem aile odaklı ergen yaşamı ile yetişkin dünyasına girme arasındaki geçiş

dönemidir. Genç yetişkin ya eğitim ya da meslek yolu ile bir geçiş kurumu seçebilir. Bu dönemde ailenin sınırlarını aşmak temel bir gelişim görevidir. Takip eden süreçte genç yetişkinin yaşamında ailesi, odak nokta olmaktan çıkmaya başlar (Onur, 2011: 59).

Bu dönemin ikinci psikolojik özelliği kişilik problemidir. Kendine özgü bir kişiliğin araştırılması ya da kurulması ergenlik döneminden gençliğe geçişin bir parçasıdır (Köylü, 2004: 58). Araştırmacılar çocukluk yıllarındaki farklı kişilik boyutlarının yetişkinlik dönemi kişilik özellikleri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yapılan boylamsal araştırmalarda 3-5 yaşlarındaki kolay ve zor mizaç yapısının genç yetişkinlikteki kişilik yapısını etkilediği, yine çocukluğunda engelleyici mizaca sahip olan çocukların yetişkinliklerinde diğer bireylere göre daha az atılgan oldukları, daha az sosyal destek edindikleri belirlenmiştir. Üçüncü olarak ise 3-5 yaş civarında duygu kontrolünde başarılı ve strese karşı dayanıklılık sergileyen çocukların yetişkinlikte de duygularla baş etmede başarılı oldukları belirlenmiştir (Santrock, 2012: 446). Kişilik insanları birbirinden ayıran, her insanın kendine mahsus bedeni ve ruhi özelliklerinin tümüne denir. İnsan bu özelliklerin bir kısmını kalıtımla alırken, bir kısmı ise sonradan kazanılır. Bu nedenle kişilik, insanın doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı özelliklerin karmaşık bir bileşkesidir (Hökelekli, 2011: 142). Kişilik, genç bir kişinin çocukluk ve ergenliğindeki ben merkezli dünyasından çeşitli seçeneklerin ve değerlerin bulunduğu daha geniş bir dünyaya geçiş yapmasıdır (Köylü, 2004: 58).

Bu dönemin bir diğer temel özelliği de yakın ve samimi bir ilişki ve dostluk kurma duygusudur. Fakat bu sürecin sağlıklı işleyebilmesi için kişilik probleminin üstesinden gelmiş olunması gerekir. Bu çerçevede, kimlikle dostluk kurma arasında sıkı bir ilişki vardır. Erikson'un psikososyal gelişim teorisinde altıncı dönem olan "Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık Dönemi" 18-35 yaş arasıdır. Yakınlık, bireyin kendi kimliğini bir başkası ile bütünleştirebilmesi anlamına gelmektedir. Yakınlık kurmak için birey bir önceki dönemde kimliğini güçlü bir şekilde yapılandırmış olmalıdır. Zayıf kimlik geliştiren bireylerin kurdukları ilişkiler, sağlıklı bir şekilde gelişmez ve ilerlemez. Bu durumun sonucu olarak bireyler yalnızlık ya da yalıtılmışlık yaşarlar (Eryılmaz, 2012: 65; Onur, 2011: 68). Bunun sonucunda ise yukarıdaki bu psikolojik özelliklere ek olarak genç yetişkinlik yıllarında sıkça görülen toplumdansoyutlanma (isolation) ortaya çıkar. Toplumdan soyutlanma ekseriyetle korku ile karakterize edilir. Soyutlanma bir fert

olarak görünmeme ve gözden kaybolma korkusudur. O aynı zamanda ayrı ya da tanınmamış bir kişi olarak kalma korkusudur. Bu açıdan genç yetişkinler psikolojik bir bunalıma düşmektedirler (Köylü, 2004: 59).

İlk yetişkinlik döneminde yakınlaşma ve dostluk ilişkisi geliştiremeyen bireylerde toplumdan soyutlanma ortaya çıkar. Bu çerçevede, Erikson'un yakınlığa karşı yalıtılmışlık döneminin olumlu veya olumsuz sonuçlanması, daha doğrusu ilk gençlik döneminin ayırıcı özelliklerinden olan samimi bir ilişki ve dostluk kurma duygusu, bağlanma stilleri ile yakından alakalıdır. Kişilikte olduğu gibi, bağlanmada çocukluk hatta bebeklik yıllarında ortaya çıkmaktadır ve sosyal duygusal gelişim alanında önemli rol oynamaktadır (Santrock, 2012: 448). Üç tür bağlanma stilinden bahsedilmektedir. Bunlardan birincisi olan güvenli bağlanma stiline sahip olan bireyler ilişkilerine ilişkin daha olumlu görüşleri olan, diğerlerine yaklaşmayı kolay bulan ve romantik ilişkilerle aşırı derecede ilgilenmeyen ve bu nedenle aşırı stres altına girmeyen yetişkinleri tanımlayan bir bağlanma stilidir. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireyler başkalarına kolaylıkla yaklaşmayıp tamamen güvenmekte ve bağlanmakta zorlanan bireylerdir. Son olarak kaygılı bağlanma stiline sergileyen bireyler ise yakınlık kurmak isteyen fakat az güvenen ve daha fazla duygusal, kıskanç ve tahakküm edici fertlerdir. Sonuç itibarıyla güvenli bağlanmaya sahip bireyler daha başarılı ve sağlıklı benlik algısı, öz-saygı, öz-yetkinlik düzeyleri sergilemektedirler. Ayrıca güvenli bağlanma stiline sahip olan genç bireyler, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip bireylerden daha sağlıklı ve rahat ilişki kurarken, güvensiz bağlanmada, bireylerin ilişkilerindeki problemler iki kat daha artmaktadır (Santrock, 2012: 449).

1.2.3.3. Duygusal Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

Psikolojik özellikleri açısından ilk yetişkinlik döneminde yakın ve samimi bir ilişki ve dostluk kurma duygusundan bahsedilmişti. İlk yetişkinlik döneminin ayırıcı özelliklerinden olan yakınlık kurma beraberinde duygusal gelişimi de getirmektedir; ancak burada şunu ifade etmek gerekir ki duygusal gelişim sadece bununla da sınırlı değildir.

Köylü (2004: 59), duygusal gelişimin uğraşı alanınının kalp konuları (hisler, davranışlar, değerler, sevgi) olduğunu belirterek, duygusal gelişim konusunun psikoloji alanında zor problemlerden biri olduğunu ifade etmiştir. Alfred Adler'e göre de duygular,

anlaşılması mümkün olmayan esrarlı olaylar olmamakla birlikte, bireyin hayata karşı takındığı tavra ve davranış kalıbına uygun durumlarda ortaya çıkmaktadır (Akt: Kurt, 2008: 55).

Duygu, belirli nesne, olay ya da kişilerin bireyin iç dünyasında uyandırdığı izlenimler olarak tanımlandığı gibi (Kurt, 2008: 55), öznel olarak yaşanan duygusal bir durumun dışavurumu olan gözlenebilir bir davranış yapısı olarak da ifade edilebilir. Bunun en sıradan örnekleri arasında üzüntü, sevinç ve öfke sayılabilir (Budak, 2009: 221). Duygu bireyin iç ve dış dünyadan etkilenmesi neticesinde genel olarak haz duyma ya da acı duyma şeklinde beliren davranışlardır ve bireyin bütün faaliyetleri duyguları ile birlikte bulunur. Sıkıntı, keder, korku, nefret, sevinç, ümit, neşe, şüphe, öfke günlük konuşmalarda çok kullanılan kelimelerdir. Bireydeki bu türlü yaşantılar duygusal hayat deyiminin kapsamına alınabilir (Kurt, 2008: 55).

Duyguların gelişimi, diğer gelişim boyutlarından tamamen ayrı olarak düşünülemez. İşitme, görme vs. duyarındaki değişiklik duyguları da doğrudan etkiler(Kurt, 2008: 55). Bu itibarla, genç yetişkinlik yıllarında duygulardaki tepki, keskinlik, belirginlik diğer bir değişle verimlilik en yüksek düzeyde iken, ileriki yaşlarda duygusal ifadelerde fiziksel değişmelere bağlı olarak yavaşlık ve tepkisizlik meydana gelmektedir.

Duygusal açıdan bireysel farklılıklardan söz edilebildiği gibi cinsiyetler arasında da farklılıklardan bahsedilebilir. Yetişkinlik çağı boyunca, kadınlar genellikle duygusal olarak erkeklerden daha canlı olması bunun örneklerinden birisidir (Kurt, 2008: 55).

Erikson'un yaşamı sekiz evrede incelediği kişilik gelişimi kuramının altıncı evresi olan genç yetişkinlik dönemi ergenlik sonrası başlayıp otuzlu yaşların sonlarında sona ermektedir. Genç yetişkinlikte bireyin başka kişilerle yakın ilişkileri geliştirmesi gerekmektedir. Şayet genç yetişkinler, özellikle yakın bir ilişki yaşayamıyorlarsa ya da onları mutlu kılan bir arkadaşına sahip değillerse yalnızlık ile karşı karşıya kalırlar. Bunun yanında kişilik özellikleri de yalnızlığa yol açabilir (Karaçanta, 2012: 193). Bu çerçevede bağlılık, ilişkilerin devam edip etmeyeceğini belirleyen önemli bir faktördür (Karaçanta, 2012: 193). Bağlanma, çocukluk hatta bebeklik yıllarında ortaya çıkmaktadır ve sosyal duygusal gelişim alanında önemli rol oynamaktadır (Santrock, 2012: 448). Sosyal açıdan kaygılı olan ya da ebeveynleri ile güvenli bağlanma

yaşamayan genç yetişkinler, yoğun bir yalnızlık yaşamaya daha eğilimlidirler (Karaçanta, 2012: 193). Sonuç itibarı ile bu dönemde genç yetişkinin aşması gereken çatışma yakınlığa karşı yalıtılmışlıktır. Feldman'a göre bu evredeki krizi başarı ile aşan genç yetişkinler başkaları ile fiziksel, entelektüel ve duygusal düzeyde yakın ilişkiler kurabilirler (Karaçanta, 2012: 188; Santrock, 2012: 452).

İnsanın hayatı boyunca arkadaşlığın önemli bir rolü olduğunu ortaya koyan araştırmaların sayısı gün geçtikçe artmakta olduğu görülmektedir (Santrock, 2012: 453). Arkadaşlık yetişkin yaşamının büyük bölümünde önemli bir yer tutar. Arkadaşıktaki en önemli nedenlerden biri yakınlıktır. Erişilebilir olmaları nedeniyle yakında olan kişilerle birliktelikte bireyler arkadaşlığın sosyal onay, yardım gibi ödülleri düşük bir maliyetle elde ederler (Karaçanta, 2012: 190). İşte genç yetişkinlikte bazen sırların bazen de nasihatlerin paylaşıldığı arkadaşlık, genellikle iş ve aile yaşamının merkezinde yer alır. Arkadaşlığın anlamı kişiden kişiye de değişebilir. Bazı arkadaşlıklar çok fazla yakınlık ve destek içerirken diğerleri çatışma içerebilir (Karaçanta, 2012: 190). Arkadaşıktaki cinsiyet farklılıkları da bulunmaktadır. Erkeklerle karşılaştırıldıklarında kadınların daha fazla sayıda yakın arkadaşları bulunmakta ve arkadaşlıklarında daha fazla kendilerini açtıkları ve karşılıklı destek gördükleri ortaya konmuştur (Santrock, 2012: 453).

Yetişkinlik dönemi duygusal gelişiminde arkadaşlık ve dostluğun yanında aşk da önemli bir yer tutmaktadır. İki kişi sık ve uzun süreli etkileşime girer ve giderek daha çok birlikte olmak isterlerse aralarında aşk gelişiyor denilebilir. Bu bireylerin arasında fiziksel yakınlık olmaya başlar ve birbirleri ile çok özel bilgileri paylaşırlar (Karaçanta, 2012: 191). Burada şu soruya yanıt bulmak gerekir "İnsanlar birbirlerini nasıl çekici bulmaktadırlar?". Yakın ilişkilerin gelişmesi için öncelikle tanıdıklık ve benzerliğin gerekli unsurlar olduğu belirtilmektedir. Tanıdıklıkla birlikte bireyler kendi kendini doğrulayan (tamamlayıcılık), diğer bir ifade ile tutum ve değerler yönünden kendini destekleyen bireyleri kendilerine daha yakın, çekici bulurlar. Çekicilikteki diğer bir unsur ise fiziksel yönden olmaktadır. Fakat güzellik ölçütleri kültürden kültüre ve hatta aynı kültürde bile zaman içerisinde değişebilmekte olan bir yöndür. Netice itibarı ile yapılan araştırmalarda erkeklerin fiziksel çekiciliğe kadınlardan daha fazla önem verdikleri de belirlenmiştir (Santrock, 2012: 452; Onur, 2011: 142; Karaçanta, 2012: 197; Cüceloğlu, 2010: 541). Aşk konusunda Sternberg, Üçgen Aşk Kuramı'nı öne

sürmektedir. Bu kurama göre aşk yakınlık, tutku ve bağlanma olmak üzere üç temel boyutu olan bir üçgen gibidir. Tutku, karşı tarafa cinsel ve fiziksel çekicilik içermektedir. Yakınlık, ilişkilerde sıcakkanlılık ve paylaşımı içermektedir. Bağlanma ise ilişki hakkında bilişsel boyutu ve sorun yaşandığında ilişkinin akıbetine yönelik düşünceyi kapsamaktadır. Buna göre Strenberg'in kuramındaki boyutların üçünün de var olduğu ilişkide mükemmel aşk ortaya çıkmaktayken; sadece tutku boyutu ilişkide varsa o zaman delicesine aşk yaşanmakta; samimiyet ve bağlılığın bulunduğu ancak tutkunun bulunmadığı ilişkilerde samimi aşk söz konusu olmakta, tutku ve bağlılığın olduğu fakat samimiyetin olmadığı durumlarda ahmak aşkı ortaya çıkmaktadır ki bu aşk türünde tarafların birbirlerini uzaktan da olsa taparcasına sevmeleri söz konusudur (Santrock, 2012: 453-454; Karaçanta, 2012: 192-193).

Genç yetişkinlerin duygusal gelişimlerini ana hatları ile ele aldıktan sonra bilişsel gelişim açısından ilk yetişkinlik dönemine geçebiliriz.

1.2.3.4. Bilişsel Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

İlk yetişkinlik yıllarının önde gelen özelliklerinden birisi de bireyin zihinsel kapasite açısından en zirveye ulaşmasıdır (Köylü, 2004: 56). Ancak şöyle de bir durum mevcut ki yetişkinlerin öğrenme yeteneğini değerlendirmek için henüz elimizde gerçekten yeterli araçların ya da testlerin olmadığı kabul edilmektedir. Bu duruma sebep olarak, yetişkin zekâ testlerinin, yetişkinin zekâsını gerçekten anlamaya çalışmaktan çok, çocuk ve ergen testleri ile karşılaştırma yolu ile elde edilmiş olmaları; boylamsal araştırmalardaki problem ise değişik yaş kesimlerindeki kişilerin değişik yönlerden (eğitim, ekonomi, sağlık vb.) denkleştirilmemiş olmasıdır (Onur, 2011: 117; Cüceloğlu, 2010: 365; Karaçanta, 2012: 220).

Bir kişinin yaşam süresince bilişin nasıl geliştiği konusuna dikkatimizi çevirdiğimizde, bu konuda yeni ufuklar açmış çalışmaları ile İsviçre'li bilim adamı Jean Piaget'i karşımızda bulmaktayız. Jean Piaget'e göre çocuğun zihinsel gelişimi, dört basamaktan oluşur. Birincisi iki yaşına kadar olan duyusal-devinimsel basamaktır. İkinci dönem yedi yaşına dek süren işlem öncesi dönemi kapsamaktadır. Yaklaşık 11-12 yaşına kadar olan dönem ise somut işlemler dönemidir. Sonraki aşamayı ise Piaget, soyut işlemler evresi olarak adlandırır. Bu evrede birey soyut olarak düşünebilir ve teorik fikir yapıları gerçekleştirebilir (Akt: Holm, 2007: 91). Zihin gelişiminde soyut işlem yeteneği kişiyi

yetişkinlerin dünyasına girmeye hazırlayan en önemli etkidir. Ancak bütün yetişkinlerin soyut işlemlere tam anlamıyla ulaşamadıkları da bir gerçektir (Santrock, 2012: 432; Onur, 2011: 129).

Piaget'e göre ergenler ve yetişkinler niteliksel olarak benzer düşünce yapılarına sahiptir. Bununla beraber, Piaget, genç yetişkinlerin ergenlere göre düşünme süreçlerinde niceliksel olarak daha ileri düzeyde ve daha fazla bilgiye sahip olduklarını vurgulamaktadır. Bu da bilgi-işlem psikologlarının belirttiği üzere, yetişkinlik döneminde fertlerin belli alanlarda bilgilerinin artması ile yakından ilişkilidir. Piaget'e göre soyut işlemler dönemi, bilişsel gelişimin son aşaması olarak ergenlerde olduğu gibi yetişkinlerinde bilişsel düzeylerini yansıtmaktadır (Santrock, 2012: 432). Belirtildiği gibi Piaget'in bilişsel gelişim evreleri soyut düşünce ile son bulmaktadır. Soyut işlem evresinde kişi varsayımlı tümdengelimli akıl yürütmeyi başarabilmektedir. Ancak bu evreye ulaşabilmesi için ergenin olgunlaşması ve eğitim deneyimini tamamlaması gerekmektedir. Ancak bu noktada önemli bazı sorunlar baş göstermektedir. Yetişkinlerin gündelik yaşamlarında kullandıkları düşünce türü bu mudur? Bu düşünce türü ile gerçek yaşam sorunları çözülebilir mi? Araştırmalar soyut düşüncenin kapalı bir sistemdeki sorunları çözebileceğini ancak açık bir sistem olan (aile, iş, arkadaşlar, toplum) ve yetişkinin gündelik yaşamının problemlerinin çoğunun ortaya çıktığı sorunlara cevap veremeyeceği sonucuna ulaşılmıştır. Yani kimi araştırmacılara göre soyut düşünce açık sistemlerle baş etme konusunda çok soyut ve katı kalmaktadır. Bu durum soyut düşüncenin ötesinde dinamik bir düşünce türü saptamanın gereği ortaya çıkmaktadır (Onur, 2011: 128).

Patricia Arlin, Piaget'in kuramına yeni bir evre katarak bu kuramı genişletmektedir. Arlin'in araştırmalarına göre, Piaget'nin soyut işlemler evresinden sonra, üretici sorular sorarak yeni çözümler geliştirme evresi gelmektedir. Arlin'e göre Piaget'in soyut işlem dönemi kişiden bir sorunu çözmesin istemektedir; oysa yeni bir sorun bulmak ya da yeni sorular keşfetmek de bilişsel açıdan büyük bir önem arz etmektedir (Akt: Onur, 2011: 124).

Gerçekçi ve pragmatik düşünme çerçevesinde kimi gelişim kuramcıları genç yetişkinlik döneminde, iş yaşamına başlamakla birlikte düşünme yapılarında değişimlerin söz konusu olduğunu öne sürmektedir (Santrock, 2012: 432). Genç yetişkinin iş yaşamında

edindiği deneyimleri ile birlikte yaşamın sınırlılıkları ile yüzleşmesi ile beraber idealizm gibi görüşlerinde azalmalar söz konusu olmaya başlamaktadır. Belirtilen dönemde, düşünme sürecine yönelik değişimlerin sonucu olarak, genç yetişkinlerin soyut işlemler döneminin özelliklerinden biri olan bilimsel düşünme sürecin fazla sergilemediği öne sürülmektedir (Santrock, 2012: 432).

Baltes'in iki süreçli model kuramında zekanın işleyişi *mekanik* ve *pragmatik* süreçlerden ibarettir. Mekanik zekâ, bilgi işlemede ve sorun çözmede kullanılan temel düşünce işlemlerini içerir. Bu tür zekâ, tam gelişimine büyük olasılıkla ergenliğin sonlarında ulaşmakta ve bundan sonra görece sabit kalmaktadır. Pragmatik zekâ ise biriken bilgilerle, uzmanlıkla, gündelik yaşamdaki temel bilişsel becerilerle ilgili yöntemleri içerir. Bu işlevler ve yetenekler yetişkinlik dönemi boyunca gelişmeyi sürdürmektedir (Akt: Onur, 2011: 120). Baltes'in pragmatik süreci, ilerki kısımlarda bahsedileceği üzere, aynı zamanda formel işlemler sonrası düşünme (postformel thinking) unsurlarından düşünmenin sadece soyut bir olgu olmadığına, hatta gerçekçi ve pragmatist olması gerektiğine vurgu yapmaktadır (Santrock, 2012: 433).

Zihin gelişiminin evrelerinin ergenlikte tamamlandığı bilinmektedir. Ancak yetişkinin düşüncesi ergenin düşüncesinden birçok açıdan farklı görünmektedir. Yetişkin düşüncesini daha az kendine dönük, daha akıcı, daha pratik olduğu kabul edilir. Bu değişikliğin kaynağı nedir? Yetişkinlikte ortaya çıkan bilişsel örüntülerin bireyin yetişkin yaşamında üstlendiği sorumlulukların ve bağlantıların sonucu olduğu düşünülmektedir. Bu görüş özellikle K. Warner Schaie tarafından savunulmaktadır. Schaie'nin modeli sosyal bir bağlamda zekânın kullanımlarına bakmaktır. Schaie'nin modelinde ilk yetişkinliği ele alacak olursak: Schaie göre çocukluk ve ergenlik tek bir evrede yer alır. Bu evre ise *kazanım* evresidir. Bu evrede genç insanlar yeni beceriler öğrenmeye ve bilgi biriktirmeye çalışırlar ve ardından ikinci evre gelişir. Bu evre *başarma* evresidir. Bu evre ise yıllar içerisinde edinilmiş bilginin uygulandığı evredir. Bu evrede genç yetişkinler edindikleri bilgileri mesleki amaçları ve özel yaşamları doğrultusunda kullanırlar. Bu evreyi ise bireyin birlikte çalıştığı insanlara karşı yükümlülüklerini bildiği *sorumlu evre* takip eder. (Onur, 2011: 122; Santrock, 2012: 432; Karaçanta, 2012: 220). Schaie'nin yetişkin düşüncesine dair yapmış olduğu tasvir genç insanların somut ya da soyut işlemsel düşüncesini aşan özellikler sergilemektedir.

Bununla birlikte Piaget'ye göre, formel işlemler bilişsel gelişimin son evresinde oluşmaktadır. Bu durumda buradaki soru “beşinci bir düzey, formel işlemler sonrası bir dönem (postformal) var mıdır?” (Karaçanta, 2012: 218; Onur, 2011: 123).

Günümüzde, soyut sonrası (postformal thinking) diye adlandırılan bir düşünce yapısının varlığı tartışılmaktadır. Bazı kuramcılar, genç yetişkinlikte sergilenen değişimleri bir araya toplayarak *formel işlemler sonrası düşünme* (postformal) ile yeni bir bilişsel gelişim evresi ileri sürmektedirler. İfade edilen düşünce biçimi, soruların doğru yanıtlarının yansıtıcı düşünme gerektirdiğinin ve koşuldan koşula değişebildiğinin, doğruyu ortaya çıkarma sürecinin hiç sona ermeyen sürekli bir zaman dilimi olduğunun kavranmasını kapsamaktadır (Santrock, 2012: 432; Onur, 2011: 123). Daha olgun ergenler ve yetişkinler, problemlerin insani boyutunu dikkate alır; en olgun düşünceler aynı problemi yorumlamanın çok çeşitli yolları olduğunu ve insanların bu tür problemlere bakma şeklinin çoğunlukla yaşam deneyimlerine dayandığını fark eder. Bu gibi durumlar postformel düşüncenin varlığına işaret etmekle beraber, bu kavramın yeterince araştırılmadığına ilişkin eleştiriler de söz konusudur (Karaçanta, 2012: 220). Sonucu itibarı ile kimi araştırmacılar bu evreyi yeni bir evre olarak görürken kimileri ise bunu yeni bir evre olarak değil düşüncenin bir üslubu olarak görmektedirler (Onur, 2011: 124).

William Perry'de araştırmalarında genç yetişkinin düşüncesinin ergenin düşüncesinden bazı yönlerden farklılaştığını saptamıştır. Ona göre ergenler genellikle dünyayı iki kutuplu (dualistic thinking) olarak görmektedirler. Doğru-yanlış, iyi-kötü vb. buna karşın fert olgunlaştıkça ve yetişkinliğe doğru ilerledikçe başkalarının değişik görüşleri olabileceğini fark etmekte ve böylece çoklu düşünmeye (multiple thinking) doğru ilerlemektedir. Kişisel kanıtlar eleştirildikçe bu kez çoklu düşünme de yerini göreceli bağıl düşünmeye (relative subordinate thinking) bırakmaktadır. Bunu izleyen tam görecelilik (full relativism) aşamasında birey artık doğrunun göreceli olduğunu, bir olayın anlamının içinde olduğu ve bağlama bağlı olduğunu tam olarak kavrar. Bu aşamada yetişkin, göreceliliği yaşamın bütün yönlerine yayar, bilginin verili değil kurgulu olduğunu, mutlak değil bağlamsal olduğunu anlar (Santrock, 2012: 433; Onur, 2011: 125).

Ergenlikten sonra yeni bir takım bilişsel değişimler olup olmadığı sorunu genç yetişkinlik döneminin zihinsel işlevler alanındaki temel problemidir. Arlin'in sorun bulma evresi ya da Riegel'in dialektik evresi Piaget'in kuramına beşinci bir evrenin eklenebileceğini göstermektedir. Diyalektik görüş Piaget'in yaptığının aksine platoryu vurgulamamakla birlikte gelişimi sürekli bir süreç olarak görür. Diyalektik gelişim anlayışı durağan düzeyler, evreler olmadığını kabul etmektedir. Diyalektik düşünme, mantık kuralları ile sınırlı olan soyut akıl yürütmenin tersine daha sezgiseldir, değer yargılarına daha bağlıdır (Onur, 2011: 131).

Ancak kimi araştırmacılar Riegel'den farklı olarak dialektik düşünmeyi Piaget'e karşı bir alternatif olarak sunmaktan çok onun soyut evresinden doğan bir süreç olarak görmektedirler. Pascual-Leone yetişkinin bilişsel gelişiminin soyut işlem düşüncesi ile sonuçlanmadığını, soyut işlemden sonra *geç soyut evre, diyalektik-öncesi eve, diyalektik evre, aşkın evre* olarak dört farklı evrenin ortaya çıktığını ileri sürmektedir. Pascual-Leone'ye göre soyut düşünce yapısı ve ondan önceki evreler yetişkin yaşamının gündelik çelişkileri ile baş etmeye uygun değildir; bu çelişkiler ve çatışmalar düşüncede farklı biçimlerin ortaya çıkmasını zorunlu hale getirmektedir (Onur, 2011: 133).

Sonuç olarak, günümüzde psikologlar, bilişsel gelişimin yaşam boyu devam eden bir süreç, ancak 40'lı yaşları geçtikten sonra yaygın olarak kabul gören bir bakış açısı olduğunu ileri sürmektedirler (Akt: Karaçanta, 2012: 219).

1.2.3.5. Sosyal Özellikleri Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

İnsan gelişimini sekiz evrede inceleyen Erikson, psiko-sosyal gelişim aşamasının altıncı sırasında yer alan *yakınlaşma evresinde* yetişkinlikte sosyal ilişkilerin öneminden bahseder. Erikson'a göre ergenlik döneminden sonra genç yetişkinlik çağı başlar. Bu çağda, birey artık kendi kimliğini bir başkasının ya da başkalarının kimliği ile birleştirebilmeye hazırlar. Bu da yakın ilişkiler kurma evresidir. Bu evredeki tehlike yakın ilişkiler kurabilmenin karşıtı olan yalnızlık duygusudur (Kurt, 2008: 48).

Birey, normal olarak, tek başına değil, belli bir zaman ve yerde, bir takım sosyal ve kültürel geleneklerin egemen olduğu bir ortamda yaşar. İnsan fiziksel çevresi ile olduğu gibi toplumsal çevresi ile de sürekli bir etkileşim, karşılıklı alışveriş halindedir (Baymur, 1972: 293). Toplumsal ilişki ağları genç yetişkinlikte bir diğer gelişim

boyutunu oluşturur. Toplumsal ilişkiler ağı da bireylerin ve ailelerin koşullarına göre değişiklik gösteren durumlardır. Genç yetişkin, bağımsızlığını elde etmiş bir fert olarak kişiler arası ilişkilere girebilen, toplumsal, kültürel, siyasi etkinliklere katılabilen kişidir (Onur, 2011: 170). Yani sosyal çevre oluşturmak yetişkinin bir başka özelliğidir. Bu çevre arkadaş gurupları, karşılıklı ziyaretler, dini, siyasi, toplumsal ve gönüllü kuruluşlara katılma şeklindedir. Yetişkin bu şekilde pek çok roller kazanmaktadır (Kurt, 2008: 40). Toplum her insandan bir takım görevler beklerken, birey, hayatında çocukluk, öğrencilik, analık, babalık, memurluk, amirlik vb. çeşitli rolleri öğrenip benimsemek durumunda kalır. Kısacası toplumsallaşabilmek için hayatta bir takım rolleri öğrenmek ve benimsemek zorunluluğu vardır (Baymur, 1972: 297).

Belirli bir mekân ve zamanda, bir takım sosyal ve kültürel geleneklerin egemen olduğu bir ortamda hayatını idame ettiren bireyin kişiliği, içinde bulunduğu toplumun özelliklerine, gelenek ve göreneklerine göre biçimlenir. Bireyin duygu, düşünce ve davranışları üzerinde, içinde bulunduğu toplumun büyük etkisi vardır. Birey bir yandan biyolojik bakımdan olgunlaşırken, bir yandan da içinde bulunduğu toplumun kültür değerlerini kazanma ile toplumsallaşır (Baymur, 1972: 294). Bazı teorisyenler, biyolojik gelişmede olduğu gibi, belirli yaşlarda, özellikle delikanlılığın son dönemleri ile sosyalleşmenin de tamamlandığını; toplumdaki değerlerin, inançların belirli yaşlarda bütün olarak özümsemiğini, bireyin toplumdaki rolleri, görevleri karşılayabileceğini söylemektedirler (Kurt, 2008: 40).

Genç yetişkin özerk bir bireydir. Bunu yaşamının önceki dönemlerinde elde etmiş olduğu fiziksel, zihinsel ve toplumsal birikimine borçludur. Bireyin elde ettiği birikimler onu dışarıya açılmaya yöneltmektedir. Yetişkinlikte gelişim sürecini özellikle toplumsal etkileşimler sağlar. Genç yetişkin aile içinde, iş dünyasında ve arkadaş topluluğunda yeni bir ilişkiler örüntüsü içindedir. Tüm yetişkin bireyler, karmaşık, çeşitli yaşam biçimleri ve katılma olanakları sunan toplumsal bir çerçevede yaşarlar. (Onur, 2011: 134). Yetişkinlik çağını diğer çağlardan ayıran en önemli özellik ise, bu dönemin, meslek seçme, çalışma, evlilik, evi idare etme, çocuk yetiştirme, vatandaşlık sorunlarını üstlenme ve sosyal çevreye ayak uydurma gibi pek çok ve karmaşık yetişkin rol ve sorumluluğunu kapsıyor olmasıdır (Köylü, 2004: 60). Bütün bu rol ve

sorumluluklara rağmen enerjilerinin önemli bir bölümünü toplumsal bir kurum olan aileye ayırırlar.

Yetişkinin sosyalleşmesinde ailenin yeri unutulamaz ve hatta biricik faktör olarak dahi ifade edilebilir. Aile toplumdaki bütün değişmelere rağmen, birincil küme özelliğini korumaktadır. Çünkü birey toplum içinde aile ortamında doğar, büyür (Kurt, 2008: 41). Toplumun temelini oluşturan aileyi, büyük aile ve çekirdek aile olarak sınıflamak yaygın bir yöntemdir; ancak bu tasnif biçiminin günümüzdeki aile yapılarını tam anlamı ile yansıttığı söylenemez. Çünkü günümüzde genç çiftler ana-babasından ayrı bir ev kurmasına karşın aile bağları korunur, akrabalık ilişkileri içerisinde karşılıklı yardımlaşma ve irtibat ise devam ettirilir. Bu durum bahsedilen sınıflamanın dışında bir durumdur. Yine aile yapılarında kuşaklararası ilişkiler dışında da farklılıklar görülmektedir. Örneğin bazı ailelerin boşanma, dulluk ya da terk edilmişlik nedeniyle tek ana-babalı olması gibi. Günümüzde en yaygın aile biçiminin, *genişlemiş çekirdek aile* (extended nuclear family) olduğu söylenebilir. Bu aile yapısı, çeşitli seçeneklere olanak verdiği, coğrafi hareketlilik sağladığı, değer ve tutumları yeni kuşaklara iletmede aracı olduğu, hızlı toplumsal değişimlerin yol açtığı gerilimlere karşı bireylere duygusal destek sağladığı için yaygındır (Onur, 2011: 136-137).

Aile, yetişkin ve çocukların etkileşimde buldukları, dolayısı ile birbirlerini etkiledikleri bir birimdir. Yani bir bireyin rahatsızlığı, aslında içinde yaşadığı rahatsız bir ailenin ve kötü işleyen bir aile etkileşiminin belirtisidir; yani ailede bir şeyler ters gitmektedir. O halde, temel nokta, ailenin etkileşen kişilikler birimi olduğudur. Bu kişiliklerden birinde ya da ilişkilerde ortaya çıkacak bir bozukluk aile sisteminin diğer yönlerini de bozacaktır. Örneğin eşlerden birinin alkolik olması, psikolojik sorunlarının bulunması, şiddet sergilemesi, sadakatsizliği ve ev işlerini yeterince paylaşamaması boşanma olasılığını artırmaktadır (Onur, 2011: 139; Santrock, 2012: 460).

Aile yaşam döngüsü, yetişkin rollerinde bir takım geçişler ve evrelerle belirlenir. Aile döngüsü içinde en önemli dönüm noktaları evlenme, ilk çocuğun doğumu, son çocuğun doğumu, son çocuğun evden ayrılması ve dulluktur. Ancak aile döngüsünü oluşturan olaylar toplumsal ve kültürel değişimlerin etkisi altındadır (Onur, 2011: 141) ve toplumdan topluma, kültürden kültüre değişiklik arz edebilmektedir. Yalnız sabit olan

bir durum var ki o da bütün dönüm noktalarında birey yeni bir toplumsallaşma ve uyum süreci yaşamaktadır. Yani yeni roller üstlenmek durumunda kalmaktadır.

Kimmel'in aile döngüsü şeması evlilik öncesi dönemin de katılması ile birlikte 9 evreden oluşmaktadır. Bunlardan ilk altı dönem ilk yetişkinlik çağına denk gelmektedir. İlki evlilik öncesidir. Bu dönemde sevgi ilişkisi ve eş seçimi olmak üzere iki sorun incelenir. Daha sonra evlilikle başlayan ve ilk çocuğun dünyaya gelmesine kadar süren kuruluş dönemi gelmektedir. Ardı sıra yeni ana-babalık dönemi olan ve ilk çocuğun doğumu ile başlayan evre gelir. Bundan sonra okulöncesi ailesi gelir. Ardından ailenin en büyük çocuğunun okula başlaması ile okul çağı ailesi dönemi gelir. İlk yetişkinlik döneminde son olarak ise en büyük çocuğun ergenliğe ulaşması ile ergen çocuklu aile dönemi başlar (Onur, 2011). Psikolog Ellen Galinsky de ebeveynin hayal safhası, bakma ve besleme basamağı, otorite basamağı, bütünleştirme basamağı, bağımsız ergenlik yılları ve ergenlik yılları olmak üzere ebeveynliğin altı basamağının olduğunu belirtmiştir (Köylü, 2004: 61).

Genç yetişkinleri *aile yaşamı döngüsü* içinde düşünmek alışıla gelmiş bir yoldur. Oysa bundan farklı ve en azından sözü edilen yaşam biçimleri kadar geçerli olan yaşam biçimleri de vardır. Hiç evlenmemiş yalnız yaşayan yetişkinler, birlikte yaşayan yetişkinler, önceden evli olanlar (boşanmış dul), çocuksuz çiftler, komün yaşamı sürdürenler vb. diğer yaşam biçimleridir. Özellikle son zamanlarda yalnız yaşayan yetişkinler, evli olmaksızın birlikte yaşayan yetişkinler ve boşanmış yetişkinlerin sayısı giderek artmaktadır (Onur, 2011: 151; Karaçanta, 2012; Cüceloğlu, 2010).

Son otuz yılda bekâr yetişkinlerin sayısında büyük bir artış görülmektedir. Bu durumun nedenleri arasında yaşama ilişkin bağımsız kararlar alma, hedeflerine ulaşmak için kişisel kaynaklar geliştirme, bağımsızlık, kendi ilgilerine zaman ayırma, yeni yerleri keşfetme, yeni deneyimler kazanma olanağı bulma ve gizlilik sayılabilir. Yalnız bekâr yetişkinler bu avantajlarla birlikte yetişkinlerle yakın ilişkiler kurma, tek kalma ile mücadele etme ve evlilik yaklaşımı toplumun içinde yer edinme gibi sorunlarla da yüz yüze kalmaktadırlar (Santrock, 2012: 456).

Birlikte yaşam evlenmeden cinsel ilişkinin yaşandığı birliktelikleri kapsamaktadır. Son yıllarda birlikteliklerde kayda değer değişimler olmakla birlikte hızlı bir artış söz

konusudur. Ayrıca evlenmeden öce birlikte yaşam evrensel bir olgu haline gelmektedir. Boşanma ise bir salgın halinde dalga dalga artmaktadır. Boşanmada, genç yaşta evlilik, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir, dini inanca sahip olmamak, boşanmış ebeveyne sahip olmak, evlilik öncesi bebek sahibi olmak artışa sebep olan önde gelen unsurlardır. Boşanmanın bir nedeni de çiftlerin birbirlerini idealleştirmesi fakat evlendikten sonra bu ideallerin gerçeği yansıtmadığını görmeleridir (Karaçanta, 2012: 203; Santrock, 2012: 460). Bunların yanında sosyal baskının az olduğu büyük şehirlerde boşanma sıklığının daha yüksek olduğunu gözlenmektedir. Sonucu itibarı ile boşanma hem çocuğu hem de ana-babayı derinden etkileyen bir olaydır (Cüceloğlu, 2010: 381). Bütün bu yaşam biçimlerinin getirdiği bunalıma karşı birey, bunlarla başa çıkma yöntemleri edinmekte ve yeni bir uyum ve toplumsallaşma süreci yaşamakla yeni bir takım roller üstlenmektedir.

Genç yetişkinlik dönemi yaşam boyu etkileri süren kararların alındığı bir dönemdir. Bu alınan kararlardan birisi de meslek tercihidir (Karaçanta, 2012: 205). Nitekim hayatımızı yoluna koymak, iş seçmek, kariyer oluşturmak ve bunda gelişmek erken yetişkinlik döneminin önemli konularıdır (Santrock, 2012: 436). İnsan yaşamının her döneminde olduğu gibi ilk yetişkinlik dönemi de ancak içerisinde belirlediği toplumsal çerçevede layığı ile anlaşılabilir. İş ve meslek yaşamı da bunlardan biridir. Çalışma yaşam süresinde en önemli yeri almaktadır. Öyle ki çalışma insan mutluluğunun, yaşam doyumunun, ruh sağlığının temellerinden birini oluşturmaktadır. Herr ve Cramer, ekonomik, toplumsal, psikolojik olmak üzere çalışmanın amacını üç temel alanda belirtmektedir. Çalışmanın ekonomik işlevi fiziksel gereksinimleri karşılamakken toplumsal amacı toplumsal etkileşim fırsatlarının yaratılmasıdır. Çalışmanın psikolojik gayesi ise, toplumsal amacıyla bağlantılı olarak kendine güveni ve benlik saygısını geliştirmektir (Akt: Onur, 2011: 159).

Herr ve Cramer'e benzer bir yaklaşımı Stacey ve Lange de serdetmişlerdir. İnsanların somut ödülleri elde etmek üzere çalıştıklarını belirtmişlerdir. Nitekim dış güdü, para ve prestij gibi somut ödülleri elde etmeye yöneltilir. Bununla beraber insanlar iç güdü ile bağlantılı faktörler içinde çalışırlar. İç güdü insanların kendi zevkleri için çalışmasına yol açar. Sonuç itibarı ile çalışma psikolojik ve manevi iyi oluş ve tatmin sağlayan anlamlı bir davranıştır (Karaçanta, 2012: 206). Bireyin sahip olduğu iş, yaşamını ciddi

bir halde biçimlendirmektedir. Bireyin işleri, nerede ve nasıl bir evde yaşadığını, vaktinin çoğunu nasıl harcadığını, arkadaşlarının kimler olduğunu ve sağlık durumunu etkilemektedir. Hatta bazı insanlar kimliklerini yaptıkları işe göre tanımlarlar. Aynı zamanda iş, insanların yaşamını düzene sokmakta ve onlara ritim kazandırmaktadır. Fakat belirli bir süre düzenli işi olmayanlar belirtilen ritmi kaçırmaktadır. Çalışmama durumunda insanların çoğu duygusal stres yaşar ve düşük benlik algısına sahip olurlar. İş yaşamını bu kadar etkili olmasını sebebi ise insanların yaşamlarının üçte birlik bir kısmını işlerinde geçirmeleridir (Santrock, 2012: 437). Burada şunu da belirtmek gerekir ki işsizlik dönemsel ya da kalıcı olmasına bakılmaksızın strese yol açmaktadır. Bankalarda yaşanan krizler ve 21.yy.'ın ilk on yılında yaşanan durgunluk, yüksek işsizlik oranlarına sebep olmuştur. Hatta aşırma sonuçları, işsizliğin çeşitli fiziksel, ruhsal sorunlarla, evlilik sorunlarıyla ve cinayetlerle ilişkili olduğunu açığa çıkarmıştır (Santrock, 2012: 438).

Bireyin çalıştığı meslek kategorisi, bu kategorinin düzenli ve yahut düzensiz olması onun toplumsal yaşamını önemli derecede etkiler. Gelişimsel bağlamda iş hayatında bunalım ya da dönüm noktaları mevcuttur. Tıpkı aile yaşam döngüsünde olduğu gibi meslek yaşamı döngüsünde de bunalım noktaları önemli rol oynar. Bu noktalar düzenli mesleklerde daha belirgin; aksine düzensiz mesleklerde her işten çıkış ve yeni bir işe adım atma bir bunalım noktası sayılır. İş döngüsünde ilk dönüm noktalarından biri, bir işe girmedir. Her meslek kategorisinde bireyler işlerinin gerçeği, diğer bir deyişle o mesleğin gereği ile yeni bir toplumsallaşma ve uyum süreci yaşar. Bu süreçte birey yeni bir benlik geliştirir ve bunu içsel benliğine de uygun hale getirmeye çalışır. Eğer içsel benlik ile işteki benlik arasında büyük farklar varsa bireyin yaşadığı bunalım da o ölçüde artar (Onur, 2011: 169-170).

Meslek konusunda bir diğer husus ise işyerlerindeki çeşitliliktir. İşyerlerindeki çeşitlilik giderek artmaktadır. Günümüzde gelişmiş ülkelerde kadınlar artan bir hızla iş gücüne katılmaktadır. Bugün birçok ülkede ulusal işgücünün yaklaşık yarısını kadınlar oluşturmaktadır. Ancak kadın işgücünün genişlemesi ekonominin geleneksel yapısında hala çözüm bekleyen pek çok problemi de birlikte getirmiştir (Santrock, 2012: 439; Onur, 2011: 164; Karaçanta, 2012: 211). Çiftlerin her ikisinin de çalıştığı durumlarda,

yine iş ve yaşam dengesinin oluşturulmasında sorunlara yol açmaktadır (Santrock, 2012: 439).

Sonuç olarak ilk yetişkinlik dönemi, temel olarak meslek seçimi, işe girme, evlenme, ev idaresi, çocuk yetiştirme, sosyal çevreye uyum sağlama şeklinde yaşam boyu etkileri süren görevlerin ikame edildiği, kararların alındığı yoğun bir dönemdir. Bu dönemlerin zamanı, sıralaması çeşitli faktörler sebebi ile toplumdan topluma farklılık gösterebilir. Ancak değişmeyen bir durum var ki oda her bireyin bütün bu dönüm noktalarında yeni bir uyum süreci ve toplumsallaşma yaşayarak yeni roller üstleniyor olmasıdır.

1.2.3.6. Ahlaki Gelişim Açısından İlk Yetişkinlik Dönemi

Ahlaki olgunlaşma, çocuğun kendi vicdanının buyruklarını dinlemeye başlaması ile meydana çıkar. Bu olgunlaşma, birey günlük etkinliklerinde ve yaşamının örgütlenmesinde kendi yargısına dayandıkça ilerler. Birey, ahlak kurallarını içselleştirdiği ve etkili bir davranış düzenlemesi geliştirerek eylemde bulunduğu zaman karakter ortaya çıkmaya başlar (Onur, 2011: 175).

Ahlak gelişimi konusunda önde gelen üç büyük çağdaş psikolojik yaklaşım vardır. Birincisi Sigmund Freud'un kuramıdır. İkincisi ahlak gelişimini koşullanmanın ve yaşantıların bir sonucu olarak gören toplumsal öğrenme kuramıdır. Üçüncüsü ise Jean Piaget ve Lawrence Kohlberg'in geliştirmiş oldukları bilişsel gelişim kuramıdır. Ahlak gelişimi konusunda ilk psikolojik modeli getiren psikanalitik kurama göre ahlak gelişimi, süperego'nun meydana çıkması ve ana- baba yasaklarının içselleştirilmesi sürecinden ibarettir. Toplumsal öğrenme kuramcıları ahlak gelişimini, ani hiçbir değişim olmadan derece derece ve sürekli biçimde ilerleyen birikimli bir toplumsallaşma olarak görürler. Bilişsel gelişim kuramcıları ise ahlak gelişimini, belirgin değişimlerle yol alan ve birbirinden temel farklılıklarla ayrılan evrelere dayandırır (Onur, 2011: 173; Karaca, 2007).

Piaget'nin bilişsel gelişimle ilgili teorisinin bir parçası niteliğinde olan ahlaki muhakeme teorisi, çocukların ahlaki gerçeklik ve ahlaki bağımsızlık olmak üzere iki ahlaki muhakeme evresinden geçtiklerini öne sürmektedir (Karaca, 2007: 72; Holm, 2007: 94). Ancak Piaget'nin ahlaki muhakeme teorisi yetişkinliğe kadar uzanmamaktadır. Fakat Kohlberg, Piaget'in ahlak kuramını ele alarak genişletmiş, ilave

evreleri ile yetişkinliği de kapsar hale getirmiştir. Yine Kohlberg’de ahlak gelişimi açıklamasını, Piaget gibi, ahlaki eylemden çok ahlaki yargını gelişmesine dayandırmaktadır (Onur, 2011; Karaca, 2007; Holm, 2007). Kohlberg’e göre, ahlak yargısının gelişmesinde altı evre mevcuttur ve bunlar üç temel düzede toplanır. Bu teorideki aşamalar, değişmez karakterde, ardışık, hiyerarşik ve evrensel özelliklere sahiptir (Karaca, 2007: 74). Her düzey, bireyin benliği ile toplumun kuralları ve beklentileri arasındaki farklı ilişki türünü ortaya koyar. Gelenek öncesi düzey daha çok dokuz yaşın altındaki çocukların, bazı ergenlerin ve suçluların bulunduğu düzeydir. Bu düzeyde kurallar ve beklentiler benliğe dışarıdan yöneltilmektedir. Geleneksel düzey, ergenlerin ve yetişkinlerin çoğu için tipik düzeydir. Bu düzeyde benlik geniş toplumun kural ve beklentilerini içselleştirmiştir. İnsanların az bir kısmının ulaşabildiği gelenek ötesi düzeyde ise bireyler kendileri ile başkalarının kuralları ve beklentileri arasında farklılık oluşturmakta ve kendi ahlaki değerlerini kendilerinin seçtiği ilkelere göre akılcı yollardan tanımlamayı yeğlemektedir (Onur, 2011: 173; Holm, 2007; Köse ve Ayten, 2012; Karacoşkun, 2012).

Ahlak gelişimi üzerindeki tartışmalar, ahlak gelişimi çizgisinin en azından düzenli bir sıra –hiyerarşi- izlediğini ortaya koymakla beraber, toplumsal tesirler sonucu olarak, gelişim düzeninde ve belirli düzeylere ulaşma hızında bireyler arasında farklılıklar olduğunu da ortaya çıkarmıştır (Holm, 2007: 95; Onur, 2011: 174).

Gelişimsel açıdan yetişkinlerin ahlakına egemen olan temel düzey *geleneksel* düzeydir. Bu düzeyde *kişiler arası uyum veya iyi çocuk olma yönelimi* ile *hukuk ve düzen yönelimi* bulunmaktadır (Karaca, 2007; Köse ve Ayten, 2012). Geleneksel düzey, soyut düşünme ve rol alma yeteneğinin ortaya çıkıp gelişmeye başladığı ergenlik döneminde belirir ve yetişkinlik süresince de önde gelen düzey olma vasfını muhafaza eder. Zihinsel gelişim yetişkinlikten önce tamamlandığına göre, yetişkinlerin ahlaki yargı farklılığı zihinsel gelişimle açıklığa kavuşturulamaz. Yetişkinlikteki bu değişimin tecrübe ve bilgi birikimine bağlanması daha doğrudur (Onur, 2011: 176). Kohlberg’e göre ahlaki akıl yürütmenin üçüncü düzeyi olan ilkeli ahlak anlayışına geçiş ise bütünü ile deneyimin bir işlevidir (Karaçanta, 2012: 223).

Sonuç olarak, yetişkinlikte yeni bir ahlaki düşünme yapısı oluşmamaktadır. Araştırmalar yüksek evre özelliği gösteren her yetişkinin bunu ergenlik dönemindeyken

göstermeye başladığını ortaya koymaktadır. Yetişkinlik yılları daha önce varılan en son evrenin tutarlılık elde etmesinde imkân vermektedir. Kişilik psikolojisi perspektifinden de bakıldığında yetişkinlikte görülen ilerlemenin, ahlak evresi değişimi değil, ego güçlenmesi süreci olduğu söylenebilir (Onur, 2011: 176).

1.2.3.7. İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Hayat

Bu dönemi daha iyi kavrayabilmek için ergenlik dönemine kısaca değinmek faydalı olacaktır. Dini uyanış dönemi olarak kabul edilen ergenlik dönemi, zihinsel gelişim bakımından soyut düşüncenin geliştiği bir dönemdir. Zihinsel açıdan bu gelişme bireye dinin özünü daha iyi kavrayabilme imkânı sunmaktadır. Bu dönemde zekânın gelişmesi ve muhakeme gücünün artması, çocukluk döneminde şüphe etmeden kabul edilen dini inançlar üzerinde düşünmeye yol açar. Bu durum, dini kavramların şuurlu bir şekilde yerleşmesine olanak sağlar (Özbaydar, 1970: 13).

İlk yetişkinlik döneminde gelindiğinde ise, ergenlik döneminde yaşanan dini şüphe, kararsızlık, duygusal coşkunsuluk ve çalkantıların nispeten durulmaya başladığı görülmektedir. Dini hayatta bir durulma ve dengelenme sağlanmakta, önceki dini tecrübeler, bilgi, inanç ve alışkanlıklar gözden geçirilmekte, yeniden yapılandırılmaktadır (Dam, 2002: 37). Pratt'a göre ilk yetişkinlik döneminde, birey ergenlik çağının duygusal, zihinsel ve ahlaki çalkantısından kurtularak yirmi yaşlarının ortalarına doğru, yetişkinliğin nispeten daha dengeli yapısına kavuşmaktadır. Starbuck da 20-30'lu yaşlar arasında gözlenen bu değişikliğe işaret ederek, bu dönemde dini tecrübenin yeniden yapılandırıldığını, düzenlendiğini ve tashih edildiğini ileri sürmektedir (Akt: Yaparel, 1987: 54).

Bu dönemde birey, ya dini şüphelerini çözümleyerek hayatının sonuna kadar ufak tefek değişikliklerle tatminkâr olacak bir hayat felsefesi geliştirmiş veya dini tamamen reddetmiştir. Her iki durumda da din, artık birey için birincil derecede ilgi alanı olmaktan çıkmakla birlikte özellikle bu döneminin başları bireyin hayatında en az dini olan dönem olarak yerini almaktadır (Yaparel, 1987: 55; Özbaydar, 1970: 16-17; Köylü, 2004: 152). Bu ilgi kaybının sebepleri olarak vatandaşlık görevlerini üstlenme, meslek, bağımsızlık ve evlilik gibi insan hayatının önde gelen sorumluluklarını oluşturan durumlar ifade edilebilir (Yüksel, 2012: 123; Topuz, 2003: 28). Dini ilgide gözlemlenen

azalma daha çok ibadetlerde ve dini faaliyetlere katılma ya da ibadet mekânlarına devam gibi göstergelere dayanmaktadır (Yaparel, 1987: 55; Dam, 2002: 38).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda, 16-30 yaşlar arasında dini ilginin, uygulamaların en düşük seviyeye inmekte olduğu, daha sonra yaşın ilerlemesi ile paralel olarak bir artış dönemine girdiği tespit edilmiştir (Taplamacıoğlu,1962; Mehmedoğlu, 2004). Benzer şekilde yurtdışında yapılan birçok araştırma da bu veriyi desteklemekte ve 18-30 yaşlar arasında dini faaliyetlerde bir azalmanın olduğunu, bunu ise otuzlu yaşlardan sonra sürekli bir artışın takip ettiği ortaya koymuştur (Argyle ve Beit-Hallahmi, 1975: 64; Yaparel, 1987: 58). Uysal (1995: 269) ise yaptığı araştırmada, yaş ilerledikçe bireylerin dine karşı daha olumlu tutum ve davranışlar gösterdiklerini ortaya koymuştur.

Genç yetişkinlerin ilk etapta dine karşı olan bu ilgisizlikleri, evlenip anne-baba olunca kaybolmaya başlar ve yeniden bir dine dönüş görülür. Bunun sebeplerinden biri çocuklara iyi birer örnek olarak onların iyi bir şekilde yetiştirilmesine yönelik olan arzudur (Özbaydar, 1970: 17). Yine ilerleyen yaş ile beraber edinilen tecrübeler bireyi kendisi ile daha yoğun bir şekilde karşı karşıya getirmektedir. Böylece bu dönemin ortalarından itibaren ruhi yaşayışta bir derinlik ortaya çıkmaktadır (Hökelekli, 2010: 283). Yani birey yaşının ilerlemesi ile gençlik çağının hayalci, romantik dünya görüşünden sıyrılmaktadır. Bu durumda dini hayat üzerinde bir takım etkiler yapmaktadır. Yine birey kendisi ve çevresi ile hesaplaşarak hayatının da genel bir değerlendirmesini yaparak edindiği deneyimlerle dini gerçeği daha derinden kavramaya başlar ve dini hakikati benimseyip içselleştirmeye çalışır (Armaner, 1980: 129-113; Yaparel, 1987: 56; Hökelekli, 2010: 283; Dam, 2002: 38).

Sonuç olarak, içselleştirilmiş bir dini yaşantının, artacaksa otuzlu yaşlardan sonra artacağı düşünülebilir. Bununla birlikte birey kişilik ve benlik gelişiminde de önemli mesafeler kat etmiş olduğundan dine karşı bambaşka ve dışlayıcı bir tutum da edinmiş olabilmektedir (Mehmedoğlu, 2004: 94; Yaparel, 1987: 56).

İlk yetişkinlik dönemi dini hayatı daha iyi anlamak için ana hatlarıyla kuramlar ekseninde konuya eğilmek faydalı olacaktır.

1.2.3.7.1. Ronald Goldman'ın Dini Gelişim Kuramı

Ronald Goldman'ın dini gelişim kuramı, dini gelişimin çocuktaki zihinsel gelişime paralel olduğu fikri üzerine kuruludur. Piaget'nin terminolojisi ile ifade edilen Goldman teorisi, Piaget'nin bilişsel gelişim teorisini dini düşünceye uyarlayarak, dini düşüncenin biçim ve gelişim sırası itibarı ile dini olmayan düşünceden farklı olmadığını ileri sürmüştür. O, araştırmasında elde etmiş olduğu verileri Piaget'nin bilişsel gelişim şemasına dayalı olarak analiz etmiştir. Goldman, dini düşüncenin gelişiminin, ikisi geçiş evresi olmak üzere toplam beş aşamada gerçekleştiğini öne sürmüştür. Onun teorisinde son evre 13-14 yaş ve üstü olan *soyut dini düşünce* aşamasıdır. Bu evrede somut nesnelere bağlı olma sınırları aşılarak hipotetik ve tümdengelimli düşünme kapasitesi oluşmaktadır. İngiliz eğitimcisi Goldman'a göre dini gelişim bu evrede birçok faktörün de bir araya gelmesi ile oluşur. Yine bu sebepten dolayı da bireysel farklılıklarda ortaya çıkmaktadır (Karaca, 2007: 50; Yüksel, 2012: 117).

1.2.3.7.2. James Fowler'ın İnanç Gelişimi Kuramı

Amerikalı bir teolog olan James W. Fowler öğrencileri ile birlikte, yüzlerce insanla geniş görüşmeler yapmış ve imandaki değişim ve gelişim süreçlerinde yedi temel evrenin bulunduğu sonucuna ulaşmışlardır (Yüksel, 2012: 112). Fowler, genç yetişkinlik dönemini, bireysel/düşünsel inanç (son ergenlik ve genç yetişkinlik) ve bütünleşmiş inanç (orta yaş ve sonrası) evresi olarak iki evreye ayırmıştır (Karaca, 2007: 194-195). O, ilk evre için benliğin iki faaliyetinin meydana gelmesi gerektiğini belirtir. Birincisi hayatımızı onlara göre şekillendirdiğimiz inanç ve değerleri sorgulamak, tecrübe etmek ve onları yeniden yapılandırmaktır. Yani bu dönemde insan mevcut inanç ve değerlerini eleştirel bir gözden geçirme ile sorgular ve yeniden yapılandırır. Bunun sonucunda ise bu değer ve inançlar artık düşünülmemiş, incelenmemiş ve eleştiriye tabi tutulmamış örtülü bağlılıklardan ziyade bilinçli olarak seçilmiş ve eleştirel olarak desteklenmiş açık bağlılıklar olurlar. İkinci olarak ise büyük oranda kendisinin rolleri ve ilişkileri ile şekillenmiş olan bireyin kimliği kendine özgü bir hal alarak, onun rolleri ve başkalarının attığı manaların kompozisyonundan öte bir şey oluverir. Fowler'e göre, hayatın ortalarında veya biraz daha ötesinde bütünleşmiş inanç (conjunctive faith) evresi olarak isimlendirilen altıncı evrenin ortaya çıkmasını görürüz. Bu evre hayatımızdaki zıtlıkların veya kutupların bütünleşmesi ve

benimsenmesiyle ilgilidir. Bütünleşmiş inanç evresinde, hayatımızın kutuplarını yeniden bütünleşmesine yönelik dini boyutlar mevcuttur. Bu evrede kişi, karmaşık bir dünyanın çok boyutlu bakış açılarına açık hale gelir. Birey bu evrede bir önceki evre olan bireysel/düşünsel inanç (individuative-reflective faith) evresinde gelişen inanç sınırlarının ötesine geçerek, gerçeğin hem çok boyutlu hem de kaynağı itibarı ile birbiri ile bağlantılı olduğunu anlar. Bir birine zıt kutuplar arasındaki uyumsuzlukların ortadan kaldırılması ve uyumlu olarak kabul edilmesi için çaba sarf eder. Yine birey, bir önceki evrede eleştirdiği dini sembol, hikaye, metafor ve mitler üzerinde düşünerek onları yeniden yapılandırır (Mehmedoğlu,2004: 95-96; Karaca, 2007: 194-195; Yüksel, 2012: 114; Köse ve Ayten, 2012: 71-72; Topuz, 2003: 34-35).

1.2.3.7.3. Oser-Gmünder'in Dini Yargı Gelişim Kuramı

İsviçreli psikolog ve din eğitimcisi Fritz K. Oser ve yine İsviçreli teolog Paul Gmünder'in Tanrı ile ilgili dinamik, bilişsel ve interaktif bir yapı sergileyen teorileri dini gelişimin dini yargı denilen yönü üzerine odaklanmıştır. Onlara göre dini yargı, dini bilgi veya basit dini bir duygudan farklı olarak, hayatın herhangi bir deneyiminin Tanrı ile girilen ilişki ekseninden yorumlanması olarak tanımlamışlardır. Onlara göre, bu tür yargıların herhangi bir anda meydana gelme olasılıkları az olmasa da, özellikle kriz anlarında ortaya çıkma olasılıkları daha fazladır. Gerçekleştirmiş oldukları araştırma sonucunda dini yargı gelişimine yönelik beş evre ortaya koymuşlardır. Birincisi olan ve özerk olmayan dini yönelimle karakterize edilen bu evrede Tanrı aktiftir ve dünyaya müdahale ederek tüm varlığı doğrudan etkileyen mükemmel bir varlıktır. *Almak için ver* yönelimi ile karakterize edilen ikinci evrede Tanrı, iyi ve kötü işlere bağlı olarak ödül ve ceza veren ve her şeye gücü yeten bir varlıktır. Bu dönemde sınırlı bir özerk de bu evrede görülmekte ve çeşitli yollarla (dua, adak) da Tanrı'yı etkilemek mümkündür. *Özerk benlik ve tek taraflı sorumluluk yönelimi* ile karakterize edilen üçüncü evrede Tanrı, kişinin dünyasından belli ölçüde ayrı ve onun üzerinde daha az etkiye sahip olmaktadır. Orta düzeyde otonomluk ile karakterize edilen dördüncü evrede birey, nihai var oluştan gelen yaşam ve özgürlüğün farkına vararak bağımsızlığın hem gerekli, hem de sınırlı olduğunu fark ederler. Hayata anlam veren bir ilahi plan fikrine sahip olan birey hayat ve hürriyetin Tanrı'dan geldiğini fark eder. Son olarak ise içsel dini öznellik ve özerklik yönelimi ile karakterize edilen bu dönemde Tanrı-insan ilişkisi tüm varoluşu kuşatmakta ve birey sevgi, ilgi objesi olarak gördüğü

Tanrı ile şartsız bir ilişki içerisine girmektedir (Karaca, 2007: 205-206-207; Straughan, 2008: 24; Yüksel, 2012: 117-118).

Oser ve Gmünder, teorilerindeki evreler için bir yaş sınırlamasına gitmemişlerdir. Onlar, dini yargı gelişiminin bu evrelere göre artması ile bireyin özerklik anlayışı ve Tanrı'ya olan derin bağlılığın da doğru orantılı olarak arttığını söylerler (Yüksel, 2012: 118).

1.2.4. İlk Yetişkinlik Dönemi Temel Problemleri

İlk yetişkinlik dönemine fiziksel açıdan baktığımız zaman, genç yetişkinlerin fiziksel açıdan gelişimlerinin zirvesinde olduklarını görürüz. Nitekim bedeni fonksiyonlar üzerinde çalışma yapan Shock da insan bedeninin en verimli çalışma döneminin yirmi beş ile otuz yaşları arasında olduğunu gözlemlemiştir. Otuz yaşından sonra bireyin bedensel faaliyetlerinde tedrici bir şekilde yavaşlama gözlenir. Bu yavaşlama ise bireyin organlarının yenilenmemesinden kaynaklanır (Cüceloğlu, 2010: 364). Fiziksel güç bu tepe noktasından sonra derece derece azalmakta, ancak bu düşüş kırklı yaşlardan itibaren önem kazanmaktadır. Dolayısı ile genç yetişkinliği bir düşüş dönemi olmaktan çok bir kararlılık dönemi olarak nitelemek yerinde olacaktır. Genç yetişkinlikte duyuların işleyişinde de kırklı yaşlara kadar bir kararlılık söz konusudur ve bu aralıkta yaşa bağlı köklü değişimler yoktur (Onur,2011: 116).

Harris tarafından yapılan boylamsal bir çalışmada, ergenlik döneminde ortaya çıkan kötü sağlık alışkanlıklarının pek çoğunun genç yetişkinlikte artışa geçtiği ortaya konmuştur. Bu dönemde hareketsizlik, kötü beslenme, obezite, madde bağımlılığı ve üreme sağlığı gibi konularda sorunlar yaşanmakta, sağlığa ayrılan bütçe artmaya başlamaktadır. Yine yetişkinliğe girmekle birlikte birçoğumuz kahvaltı yapmamaya, düzenli öğün yemekleri yememeye, gün boyunca ağırlıklı olarak aperatif (fast-food) türü tüketmeye, hızla kilo almaya, orta ya da çok miktarda sigara içmeye, orta ya da aşırı miktarda alkol almaya ve geceleri birkaç saat uyumaya başlarız. Bu tür sağlık biçimleri ise birçok sağlık sorunlarını artları sıra sürüklemektedir (Santrock, 2012: 420). Bu sağlık sorunlarından biride obezitedir. Ağırlık özellikle de boy 20-21 yaş civarına kadar hızlıca artar fakat daha sonra sadece ağırlık artar (Kurt, 2008: 34). Bu durumda sağlıklı beslenme yapılmadığında obeziteye sebep olur. Obezite ise günden güne yaygınlaşan sağlık sorunlarından biridir. Yapılan araştırmalar obezitenin yaygınlık

oranının hızla yükselmekte olduğuna işaret etmektedir. Kilolu ve obez olmak, tansiyon, diyabet ve kalp damar hastalıklarında artışa neden olmanın yanı sıra zihinsel sağlık sorunlarına etkileri de söz konusudur (Santrock, 2012: 421). Genç yetişkinlerin alkol ve nikotin tüketimine karşı da karşı konulmaz bir arzuya sahip oldukları yapılan araştırmalar neticesinde ortaya çıkmıştır; hatta gelişim sürecinde içki kullanımının 21-22 yaşlarında zirveye ulaştığı da tespit edilmiştir (Santrock, 2012: 419). Bu durumda genç yetişkinliğin sağlıklı, dinamik yapısına gölge düşüren problemlerden biridir.

Genç yetişkinlerde herhangi bir şeye karşı yetersizlik, etkinlik kısıtlanması, ölüm gibi olgular öncelikle ani şartlardan dolayı ortaya çıkar. Kırk yaşından önce ölümlerin çoğu bulaşıcı hastalıklardan ve kazalardan, kırk yaşından sonra ise kronik koşullardan kaynaklanır (Onur,2011: 114).

Genç yetişkinler bu dönemde aile bağlarından sıyrılarak toplumda kendi kişiliklerini inşa etme çabası içerisinde bir bağımsızlık arayışı içerisinde dirler. Bu çaba bir taraftan ebeveynler ile çatışmaya diğer taraftan da bir ayrılma hissine ve yalnız kalma duygusuna götürebilir (Kurt, 2008: 27; Köylü, 2004: 58). İşte psikolojik açıdan da en yoğun dönemlerden biri olan ilk yetişkinlik dönemindeki temel verileri ortaya koyan Erik H. Erikson, bu dönemdeki fertlerin psikolojik çatışma ve bunalımlar içerisinde olduğunu savunur. Erikson genç yetişkinlerin, bu dönemde kendi kimliklerini oluşturma konularında merkezileştiklerini ve bunun devamı olarak bu kimliği diğer fertler ile geliştirdiklerini ve samimi bir dostluk ve yakınlık arayışı içerisinde olduklarını ifade etmektedir (Köylü, 2004: 57). İlk yetişkinlik döneminde yakınlaşma ve dostluk ilişkisi geliştiremeyen bireylerde toplumdaki soyutlanma ortaya çıkar. Bu çerçevede, Erikson'un yakınlığa karşı yalıtılmışlık döneminin olumlu veya olumsuz sonuçlanması, daha doğrusu ilk gençlik döneminin ayırıcı özelliklerinden olan samimi bir ilişki ve dostluk kurma duygusu, bağlanma stilleri ile yakından alakalıdır (Köylü, 2004: 59; Eryılmaz, 2012: 65; Onur, 2011: 68; Karaçanta, 2012: 193; Kurt, 2008: 48).

Toplum her insandan bir takım görevler beklerken, birey, hayatında çocukluk, öğrencilik, analık, babalık, memurluk, amirlik vb. çeşitli rolleri öğrenip benimsemek durumunda kalır. Kısacası toplumsallaşabilmek için hayatta bir takım rolleri öğrenmek ve benimsemek zorunluluğu vardır (Baymur, 1972: 297). İlk yetişkinlik dönemini diğer dönemlerden belirgin bir şekilde ayıran belli başlı uğraşı alanlarını ise evlilik,

yüksekokul, askerlik, bir iş arama veya bir işte karar kılma, aile ve toplumla yeni bir ilişki kurma gibi çeşitli bireysel ve toplumsal görevler oluşturmaktadır. İşte bu yaşam biçimlerinin getirdiği rolleri benimseyemeyen yani yeni bir uyum ve toplumsallaşma süreci yaşayamayan genç yetişkin bir takım bunalımlar karşı karşıya kalmaktadır. Bu bunalımların gözüktüğü yetişkin yaşam biçimlerinin önde gelen biri de aile yaşam biçimidir. Örneğin evlenip yuva kuran eşlerden birinin alkolik olması, psikolojik sorunlarının bulunması, şiddet sergilemesi, sadakatsiz olması boşanma gibi bir probleme yol açmaktadır (Onur, 2011: 139; Santrock, 2012: 460). Bu durumun sonucu olarak boşanma ise –varsa- hem çocuğu hem de ana-babayı derinden etkileyen sorunlara yol açmaktadır.

Evlilik dışında diğer yetişkin yaşam biçimleri arasında son yıllarda yalnız yaşam biçimi de giderek artış göstermektedir. Bu durumun getirdiği bir takım avantajların yanında bir de bunlarla birlikte yetişkinlerle yakın ilişkiler kurma, tek kalma ile mücadele etme ve evlilik yaklaşımı toplumun içinde yer edinme gibi sorunlarla da yüz yüze kalmaktadırlar. Yine son zamanlarda artış gösteren bir diğer yetişkin yaşam biçimi de evlenmeden cinsel ilişkinin yaşandığı birlikte yaşamdır. Son yıllarda birlikteliklerde kayda değer değişimler olmakla birlikte hızlı bir artış söz konusudur. Birlikte yaşayan çiftlerde bazı sorunlarla yüzleşmektedirler. Örneğin ebeveynler ve diğer aile bireylerinin bu tür yaşamı onaylamamaları birlikte yaşayan bireyler arasında duygusal baskı oluşturmaktadır. Bazı birlikteliklerde ise ortak mal edinmede sorunlar ortaya çıkmaktadır. İlişkinin bitiminde ortaya çıkacak sorunlara ilişkin yasal düzenlemeler boşanma durumunda olduğu gibi belirli değildir. Bir diğer problem ise birlikte yaşayan kadınların evli kadınlara oranla daha fazla şiddete maruz kaldıklarıdır (Santrock, 2012: 456).

Genç yetişkinlik döneminde görülen problemlerden bir diğeri ise iş yaşamında ortaya çıkan sorunlardır. Çalışmanın gayesinin -Herr ve Cramer'e göre- ekonomik, toplumsal, psikolojik olarak üç temel alanda olduğunu belirtmiştik. Öyle ki iş yaşamında ortaya çıkan sorunlar, insanların mutluluğunu, yaşam doyumunu, ruh sağlığı derinden etkilemektedir (Onur, 2011: 159). Nitekim işsizlik durumunda insanların çoğu duygusal stres yaşar ve düşük benlik algısına sahip olurlar. Hatta işsizlik dönemselsel ya da kalıcı olmasına bakılmaksızın strese yol açmaktadır. Yaşanan krizler ve 21.yy.'ın ilk on

yılında yaşanan ekonomik durgunluk, yüksek işsizlik oranlarına sebep olmuştur. Bu durum ise araştırma sonuçlarına yansımıştır ve araştırma sonuçlarında, işsizliğin çeşitli fiziksel, ruhsal sorunlarla, evlilik sorunlarıyla ve cinayetlerle ilişkili olduğunu açığa çıkarmıştır (Santrock, 2012: 437-438).

İşyerlerinde giderek artan çeşitlilik de beraberinde bir kısım problemleri getirmektedir. Günümüzde gelişmiş ülkelerde kadınlar artan bir hızla iş gücüne katılmaktadır. Ancak kadın işgücünün genişlemesi ekonominin geleneksel yapısında hala çözüm bekleyen pek çok problemi de birlikte getirmiştir (Santrock, 2012: 439; Onur, 2011: 164; Karaçanta, 2012: 211). Yine çiftlerin her ikisinin de çalıştığı durumlarda, iş ve yaşam dengesinin oluşturulmasında sorunlara yol açmaktadır (Santrock, 2012: 439).

İlk yetişkinlik döneminde ortaya çıkan problemlerden biri de bireyin dini hayatı ile ilgilidir. Yurtiçi ve yurt dışında yapılan birçok çalışmada bu döneminin başları bireyin hayatında dine karşı ilginin en az olduğu dönem olarak yerini almaktadır (Argyle ve Beit-Hallahmi, 1975: 64; Armaner, 1980: 129; Yaparel, 1987: 55; Özbaydar, 1970: 16-17; Köylü, 2004: 152). Bu dönemde dini ilgide gözlemlenen azalma daha çok ibadetler ve dini faaliyetlere katılma ya da ibadet mekânlarına devam gibi göstergelere dayanmaktadır (Yaparel, 1987: 55; Dam, 2002: 38).

Sonuç olarak genç yetişkinlik dönemi; biyolojik, psikolojik, fiziksel, sosyal açıdan birçok zenginliği içerisinde barındırdığı gibi, en büyük stres, tezat ve sıkıntıları da kapsayan bir dönemdir. Bütün bunlarda birçok problemi beraberinde getirmektedir.

1.3. İlk Yetişkinlik Döneminde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua

1.3.1. Stres

Baş çıkma kavramını irdelemeden önce başa çıkma ile yakın ilişki içerisinde olan stres olgusunu ele almak konunun daha iyi bir şekilde kavranmasına yardımcı olacaktır.

Lattice'den türemiş ve İngiliz dilinde kullanılan bir kavram olan *stres*, zorlanma, gerileme ve baskı anlamlarına gelen Latince'de *estricia*, eski Fransızca'da ise *estrece* kelimelerinden gelir. 17. yy'da bela, felaket, musibet, keder, dert, elem gibi anlamlarda kullanılmış, 18 ve 19. yy'a gelince ise kavrama yüklenen mana değişmiş ve güç, baskı,

zor gibi anlamlarda objelere, kişiye, organa veya ruhsal yapıya yönelik kullanılmıştır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 304; Şahin, 1998: 1).

Kavramsal yönü itibarıyla “stres kelimesi ne anlama geliyor?” sorusu iki açıdan cevaplanabilir. Çünkü bu kelime iki ayrı anlamda kullanılmaktadır. Bunlardan birincisi organizmanın durumudur. Bu, bireyin tehlike içinde olduğu şartlar ve etkenler karşısında denge mekanizmalarının bozulduğu zamandaki durumu ifade eder. Burada stres kelimesi ile kişinin fizyolojik, biyokimyasal, psikolojik stres tepkileri anlatılır. Stres kelimesinin ifade ettiği diğer anlam ise organizmanın dengesini bozabilecek etkenlerin tümüdür. Bilim dilinde stres vericiler (stressor) olarak adlandırılan bu etkenler fiziksel (travma, sıcak, soğuk), psikolojik (duygusal gerilimler), veya sosyal (çevre faktörleri) içerikli olabilir (Baltaş ve Baltaş, 2012: 303).

Cüceloğlu (2010: 321) stresin, bireyin fiziki ve sosyal çevreden gelen uyumsuz koşullar nedeni ile bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde sarf ettiği çabasının adı olduğunu söyler. Şahin (1998: 6) stresi, bireyin normal dışı bir tepki serdetmesini gerektiren bir koşul veya olay ile karşılaşması ve bu durumunda kişinin imkân ve gücünü zorlaması olarak tanımlar. Budak (2009: 677) ise stresi, bireyde farklı türden tepkilere yol açabilen her türlü çevresel veya içsel, geçici veya sürekli fiziksel, kimyasal ruhsal etken olarak tanımlanmaktadır. Lazarus ve Folkman (1984: 21) ise birlikte yapmış oldukları çalışmada stresin kişi ve çevre etkileşimi sonucunda oluştuğunu belirtmişlerdir. Bu etkileşimde önde gelen unsur ise fertlerin olayları ve kişileri stres kaynağı olarak algılamaları ve değerlendirmeleridir. Bu etkileşimde kişi olayları ve çevredeki kişileri stres kaynağı olarak değerlendirmese stres yaşamayacaktır. Zuhul ve Acar Baltaş (2012: 32) da Lazarus ve Folkman’a paralel bir şekilde, stresin belirli bir bireyle belirli bir olayın etkileşiminde ortaya çıktığını ifade ederek, özellikle günlük streslerin olayların kendisinden çok onu yaşayan insanın, önceki yaşantıları, kişilik özellikleri ve de en önemlisi algılama ve değerlendirme biçimleri ile ilintili olarak ortaya çıkmakta olduğunu belirtmişlerdir.

Bireyin, içeriden veya dışarıdan gelen ve mevcut dengeyi veya duygusal, bilişsel, sosyal işleyişi bozma eğilimi gösteren ve onu bu dengeyi korumaya veya bozulan dengeyi yeniden kurmaya yönelik yeni davranışlara zorlayan gerçek ya da algılanan uyarıcılara verdiği fiziksel-ruhsal-bilişsel tepkiler olarak tanımlanan stres, genellikle olumsuz bir

yaşantı olarak değerlendirilse de, evlilik, yeni bir işe girme, okula başlama gibi olumlu yaşantılardan da kaynaklanmaktadır (Budak, 2009: 677). Yani genellikle olumsuz bir içerikle özdeşleştirilen stresin her zaman kötü ve istenilmeyen bir şey olduğu da ileri sürülmemelidir. Stres, her zaman kaçınılması gereken kötü ve yıpratıcı olan olumsuz bir durum değildir. Hatta belirli düzeyde stres başarı için gerekli bir unsurdur.

Bu çerçevede hayatımızda stres meydana getiren olaylar olumsuz olabildiği gibi olumlu da olabilmektedir. Jessie Bernard stresi, yapıcı ve yıkıcı olmak üzere iki kısma ayırmıştır. Bunlardan ilki (eustress/zevk veren) yaşandıkça neşe, canlılık ve kazanç sağlayan, istenmesi gereken bir durumdur. Yıkıcı stres (distress/ zevk vermeyen) ise bireyin hoş gitmeyen durumlar karşısında hissettiği huzursuzluk duygusudur (Şentepe, 2009: 19).

Hayatın her aşamasında var olan stres gelişmek ve doyumlu bir hayat yaşamak için gerekli bir unsurdur. Sorun meydana getiren durum stresin bulunuşu veya bulunmayışı yönünde aşırılık sergilemesidir. Nitekim günlük hayatta istenen stresler vardır bunlar da gündelik yaşamda bizi endişelendiren aynı zamanda hoşumuza giden bazı şeyleri yapmaktır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 68).

Davranışçı psikologlar, stresi etki veya belli bir etkiye olan tepki şeklinde de tanımlamışlardır. Bu algılama fert-toplum ilişkisi içerisinde psiko-sosyal anlamda değerlendirilmektedir. Etki tanımları tabii afetler, aşırı heyecan verici durumlar, hastalık, işten çıkarılma gibi çevresel olaylar üzerinde odaklanmıştır. Bu yaklaşım biçimi belirli durumları stresli olarak varsayar. Olayların değerlendirilmesinde bireysel farkları göz ardı eder. Tepki tanımlarına gelince, onlar ise daha çok beden uyarılmışlık durumuna işaret eder (Tekin, 2005: 11).

Yapılan açıklamalardan yola çıkarak sonuç itibarı ile stres, kişi ve çevre arasındaki etkileşimdir. Yani belirli bir durum ile belirli kişi arasındaki bir işlemdir. Bu işlemde bireye özgü farklılıklar mevcuttur. Bireyin olayı algılaması ve değerlendirmesi stres yaşayıp yaşamayacağını belirleyen temel unsurdur. Bu durum olayın stres verici veya stres vermeyici olarak tanımlanmasını belirler.

Bir olayın stres kaynağı olarak değerlendirilmesi durumuna gelince bu çeşitli unsurlara bağlıdır. Bunlar; denetlenebilirlik, yenilik, belirsizlik, tahmin edilebilirlik, kişinin

sınırlarını zorlayıp zorlamaması ve yakınlık süresi belirleyici faktörler olarak görülmektedir. Yapılan araştırmalar denetlenebilirlik azaldıkça olayın stres yapıcılığı çoğaldığını ortaya koymuştur. Sevilen birinin ölümü, işten çıkarılma ya da ağır bir hastalık denetim hissini azaltıp stres yükünü artırır. Yine olayın sonuçlarının bilinip bilinmemesi de stresi yakından etkiler (Ekşi, 2001: 16; Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 495-496).

Holmes ve Rohe (1967), insan yaşamında pek çok yeni düzenleme ve uyum gerektiren değişikliğin stres yaratıcı olarak algılanabileceği ile ilgili bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. O, günlük yaşamdan kaynaklanan yoğun stres belirtileri olabileceği gibi, doğal afetler ve travmatik olaylardan kaynaklanan stresinde insan yaşamında problemler ortaya çıkardığını ortaya koymuştur (Akt: Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 496).

Bireyin yaşamında stres meydana getiren olayları temel olarak üç başlık altında ele almak mümkündür. Bunlar deprem, sel ve savaşlar gibi durumlardan kaynaklanan *doğal afetler*, evlenme, boşanma, ölüm, hastalık, ekonomik sorunlar gibi durumlardan kaynaklanan ve travmatik olaylar olarak adlandırılacak önemli hayat olayları ve tartışma, zaman kısıtlılığı, görevleri zamanında yetiştirememe gibi gündelik sıkıntılardır (Şahin, 1998: 35; Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 494). Burada şuna da yer vermek gerekir ki psikologlar açısından stres, onu zihninde taşıyan kişiye aittir. Bireyler gündelik, basit gözlemlerinden, aynı olaylara birbirinden farklı tepki ve yaklaşımlar sergilerler. Bu farklılıklar zihinsel şartlardan, sosyal şartlara kadar uzanan değişkenlerden kaynaklanır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 32; Bkz. Topuz, 2003: 59-60-61).

Yukarıda da yer verildiği üzere stres, hayatın her cephesinde ve her yaşantıda bulunmaktadır. Gelişmek ve doyumlu bir hayat yaşamak için stres gereklidir. Problem doğuran durumlardan birisi stresin çok fazla veya çok az olmasıdır. Nitekim günlük hayatta istenen stresler vardır bunlar da gündelik yaşamda bizi endişelendiren aynı zamanda hoşumuza giden bazı şeyleri yapmaktır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 68). Buradan da anlaşılacağı üzere İnsan hayatı için bir miktar stres gereklidir. Ancak çok yoğun ve uzayan stresin hem fizyolojik hem de psikolojik yönden yıkıcı etkileri olabilir (Hökelekli, 2008: 215; Ekşi, 2001: 16).

Strese karşı verilen tepkiler uzun bir zaman dilimi içinde kronik hastalıkların gelişmesine zemin hazırlar. Bu hastalıklar baş ağrısı, yüksek tansiyon, kalp rahatsızlıkları gibi bedensel hastalıklar olabildikleri gibi, psikolojik veya zihinsel hastalıklarda olabilir. İnsanlar edinmiş oldukları davranış kalıplarına ve zihinsel özelliklerine göre stres karşısında psikolojik tepki olarak, geri çekilme, kabullenme, karşı koyma veya korku, endişe, depresyon gibi duygusal problemler geliştirebilirler. Öte yandan dikkatin azalması, zihni bir konu üzerinde toplama güçlüğü, çeşitli konular arasında ilişki kurma güçlüğü, aşırı unutkanlık, takıntılı düşünceler zihinsel düzeydeki problemler bunlardan bazılarıdır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 31). Stresin uzun vadeli psikolojik sonuçları arasında yine akıl ve ruh sağlığının bozulması, kronik kaygı, ağır depresyon dönemleri, uykusuzluk ve nevrozlar yer almaktadır. Bir çalışmada ise stresin duygusal ve psikolojik sonuçları arasında depresyon, ruhsal durumun hızlı ve sürekli değişimi, asabilik, gerginlik, özgüven azalması veya güvensizlik, aşırı hassasiyet veya kolay kırılabilirlik, öfke patlamaları, saldırganlık veya düşmanlık ile duygusal tükenmişliğe yer verilmiştir (Ekşi, 2001: 17). Burada şuna değinmekte fayda var ki stres tepkisi, ortamda ne olduğuna bağlı olarak değil, insanın olana nasıl tepki verdiğine bağlı olarak ortaya çıkar (Baltaş ve Baltaş, 2012: 32). Nitekim bireylerin olaylardan etkilenişlerinde önemli farklılıklar mevcuttur. Bunlar eğitim düzeyi, kültürel yapı, ekonomik durum, hayatı anlamlandırma farkı gibi etkenlerle açığa kavuşturulabilir (Tekin, 2005: 13). Yani sonuç itibarı ile bireysel özellikler, stresli yaşam olaylarından etkilenmeyi farklı kılan unsurların başında yer almaktadır.

Stresle hastalık oluşumu arasındaki ilişki için şöyle bir model önerilmiştir: Stres kaynağı uygun başa çıkma yolları kullanılarak çözülyorsa hâkimiyet, eğer başa çıkma yolları genel olarak uygun fakat derece olarak yetersiz ise tükenme ortaya çıkar. İkinci durumda kişi ya yeni yollar dener ya da eski yolu kullanmaya devam eder. Bu süreç uzadıkça yorgunlukla beraber depresyon ve konsantrasyon güçlüğü gibi sonuçlar ortaya çıkabilir. Yetersiz başa çıkma tarzları ise başa çıkma tarzlarının düzenlenmesini engelleyen karışıklık meydana getirir. Bu durumda abartılmış savaş-kaç mekanizması merkezi uyum sisteminde çökmeye yol açıp, organizmayıda hastalıklara açık hale getirebilir (Ekşi, 2001: 17).

Sonuç olarak psikolojik stres ve başa çıkma karşılıklı etkileşim döngüsü içerisinde olan bir modeldir. Bu modele göre kişi ve çevre aktiftir ve ikisi arasında tam manası ile çift taraflı bir etkileşim vardır (Ekşi, 2001: 19). Stres konusunu ele aldıktan sonra artık konumuzun omurgasını oluşturan başa çıkmaya geçebiliriz.

1.3.2. Başa Çıkma

Strese yol açan durumların yarattığı duygular ve psikolojik uyarılma son derece rahatsız edicidir ve bu rahatsızlık kişiyi bunu azaltmak için bir şeyler yapmaya güdüler. İşte bu noktada başa çıkma terimi, bir kişinin stres yaratan durumlarla uğraşma sürecini anlatmak için kullanılır (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 515; Ayten, 2012: 37).

Lazarus ve Folkman (1984: 141) başa çıkmayı, bireyin kaynaklarını aşan veyahut da zorlayan bir şekilde değerlendirilen belirgin içsel ve/veya dışsal istekleri idare etmek için sürekli değişen davranışsal ve bilişsel gayretleri şeklinde tanımlamaktadırlar. Bir diğer deyişle başa çıkma, gerçek ile arzu edilip istenilen birbirinden belirgin bir şekilde ayrıldığında, bu durumu idare etme, kontrol altında tutma çabasıdır (Akt: Ayten, 2012: 38). Diğer bir tanımdaysa, yerine getirilmesi gereken bir kısım görevleri, aşırı zorlayıcı bir görevin üstesinden gelmek için ertelerken, olabilecek en verimli bir şekilde gayret sarf etmek ve yine hem içsel hem de dışsal streslerle baş etmek üzere gelişen stratejileri içeren, ağır koşullar altındaki bir idare etme süreci olarak ifade edilmektedir (Matsumoto, 2009: 134). Pargament ve Park ise başa çıkmanın; yaşamı tehdit eden hastalıklar, ani trajediler ve ölümler karşısında tepkisel bir yanıt olabileceği gibi gelecekle alakalı hedefe yönelik bir süreç de olabileceğini belirtmişlerdir. Onlar, netice itibarı ile başa çıkmanın, insanların en derinden önemsedikleri şeyleri korumaya, muhafaza edip sürdürmeye veya dönüştürmeye yönelik teşebbüsleri içerdiğini ifade etmişlerdir (Pargament ve Park, 1996: 44; Pargament, Van Haitsma ve Ensing, 1995: 48).

Tarihsel olarak bakıldığında stresle başa çıkma mekanizmalarının, beş farklı yönden ele alındığı görülmektedir. Bunlardan ilki Freud'un psikoanalitik kuramında önerdiği bilinç dışı savunma mekanizmaları ikincisi Erikson'un yaşam dönemleri yaklaşımında sözünü ettiği özgüven, öz yeterlilik ya da içsel kontrol gibi bireysel kaynaklarken üçüncüsü evrim kuramı ve davranışçı akımdaki, problem çözme çabalarıdır. Dördüncüsü, Cannon

Selye gibi araştırcıların ileri sürdüğü, hem insanların hem de hayvanların stres karşısında gösterdiği genetik olarak programlanmış bir tepki iken sonuncusu ise organizmanın, kendi fizyo-psikolojik kaynaklarının zorlanıp tükenmesi karşısında gösterdiği, uyum yapmaya yönelik, sürekli değişen bilişsel ve davranışsal çabalar olarak sıralanabilir (Şahin ve Durak, 1995: 57).

Başa çıkma mekanizmalarının tanımlarına yönelik bakış açıları değiştikçe, araştırma metodolojisinde de değişiklikler yapılmış, önceleri klinisyenlerin yorumlarına dayanılırken, sonraları kişilerin stres karşısında ne yaptıklarının sorulduğu görüşmelere, daha sonrada objektif ölçümlere doğru bir değişim gözlenmiştir. Bu ölçümler genellikle iki boyutlu ele alınmaktadır. Bunlardan biri *sürece yönelik*, ikincisi de bireyin kişilik yapısı, başa çıkma tarzları ve psikososyal çevresi gibi *kaynaklarına yönelik*'tir. Sürece yönelik modellerde stres, insan ve çevresi arasındaki dinamik bir etkileşim olarak kavramsallaştırılmakta; başa çıkma davranışları da bireyin her duruma özgü değerlendirmelerini ve bu değerlendirmeler sonucu seçtiği davranışları içermektedir (Şahin ve Durak, 1995: 58).

Başa çıkma önceleri bir kişilik özelliği olarak incelenmiştir. Başa çıkmanın kavramsallaştırılmasındaki değişiklik ise Lazarus'un (1966) önerdiği etkileşimsel yaklaşım doğrultusunda gerçekleşmiş ve büyük ölçüde kabul görmüştür. Bu yaklaşıma göre, başa çıkma bir kişilik özelliğinden çok belirgin stres durumlarına tepki olarak gösterilen biliş ve davranışlar olarak ele alınmaktadır (Aysan, 2003: 123). Stres verici durumlar karşısında bireyin kişisel değerlendirmesine ve başa çıkma stratejilerine yer veren çalışmalar stres sürecinin anlaşılmasında büyük katkı sağlamıştır. Nitekim Lazarus ve Folkman'ın başa çıkma modelinde, stres verici bir olay ya da durumla karşılaşan birey, bu stres uyarıcısının kendisi için ne anlama geldiğini *değerlendirme* sürecinde anlamlandırır (Tekin, 2005: 18).

1960'larda sonra öncülüğünü Lazarus ve Folkman'ın yaptığı bilişsel psikoloji temelli başa çıkma kavramı ile karşılaşmaktayız. Yukarıda da belirtilen karşılıklı etkileşimli bu model; kişi ve olay etkileşimi, değerlendirme (appraisal), başa çıkma etkinlikleri ve sonuçları olmak üzere bu dört unsuru kapsamaktadır (Ekşi, 2001: 19).

Bireyin kişi ve olay etkileşiminde diğer bir ifade ile kişi ve evre karşılaşmasındaki farklı Şekillerde ortaya çıkan hayat olaylarına dair yaptđđ bilişsel değerlendirmede iki aşama mevcuttur. Birincil/n değerlendirmede (primary appraisal) yaşanılan durum algılanması ve birey için ne anlam ifade ettiđđ değerlendirilir. Şayet stres oluşturan durum, birey tarafından bir tehdit olarak algılanırsa ikincil değerlendirme aşamasına geçilir. İkincil değerlendirmede (secondary appraisal) ise kişi, olayı stres verici olarak değerlendirmişe, problemin üstesinden gelecek yeteneğe sahip olduğuna inanır mı? Problemi zmenin kendi sorumluluğu olduğunu hisseder mi? Problemi zecek kaynaklara (sosyal, ekonomik) sahip olunup olunmadđđını algılar mı? Aslında sorunu zmeyi imknsız kılan ağır durumlar tarafından ezildiğini hisseder mi? İşte Lazarus ve Folkman bu çeşit değerlendirmeleri ikincil değerlendirmeler olarak kabul ederler (Pargament, 1997: 96-97-98; Lazarus ve Folkman, 1984: 32-37). Tabi burada Şunu da ifade etmeden geçmemekte fayda var ki değerlendirme süreçleri kişiden kişiye farklılık gösterebilir.

Sonuç olarak ise bu değerlendirmeler neticesinde stres verici duruma karşı stres algısı ortaya çıkar ve strese verilecek tepkiler olarak nitelendirilen başa çıkma etkinlikleri devreye girer.

1.3.3. Başa ıkma Tarzları

Başa ıkma mekanizmaları kaynaklar, tarzlar ve belirli çabalar Şeklinde sınıflandırılmaktadır. Başa ıkma kaynakları, bireyin problem zme becerilerini, kişiler arası ilişkilerde becerilerini, olumlu benlik kavramı gibi kişiliğin bazı yönlerini ve sosyal desteklerini oluştururken; başa çıkma tarzları belli durumlarda genellikle kullandđđı ya da benzer durumlarda zaman içinde tekrarladđđı başa çıkma yöntemlerini kapsamaktadır. Bunlar aynı zamanda kişinin tercihlerinin, dolaylı olarak da inançlarının ve değerlerinin yansımasıdır. Başa ıkma çabaları ise, belirli bir stres oluşturucu durumda kullanılan bilişsel ya da davranışsal stratejilerdir ve stresli olayın bağlamına göre değişmektedir (Şahin ve Durak, 1995: 57).

Başa ıkma tarzları, yukarıda da bahsedildiđđi üzere Lazarus'un etkileşimsel yaklaşımındaki değerlendirmeler neticesinde bireyin durumla ilgili bilişsel, davranışsal ve duygusal gayretleri anlamına gelen başa çıkma etkinliklerinin devreye girmesiyle ortaya çıkar (Ekşi, 2001: 22; Ayten, 2012: 38).

Yapılan deneysel araştırmalar sonucunda, başa çıkma stratejilerinin temel olarak problem odaklı (problem-focused) başa çıkma ve duygu odaklı (emotion-focused) başa çıkma olmak üzere iki kategoride toplandığı görülmüştür (Lazarus ve Lazarus, 2006: 57). Problem odaklı başa çıkma bireyin, durumu değiştirmek, stresin etkilerini azaltmak veya onu bertaraf etmek için nelerin yapılabileceği üzerinde odaklandığı başa çıkma tarzıdır. Problem odaklı stratejilerde, öncelikle sorunun tanınması gerekir. Daha sonra alternatif çözümler geliştirilebilir. Ardından bu alternatifler çeşitli açılardan (yarar, maliyet vs.) değerlendirilebilir. Sonuç olarak ise alternatif çözümler arasında seçim yapılır ve uygulamaya geçilir (Lazarus ve Lazarus, 2006: 57; Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 515; şahin ve Durak, 1995: 57). Burada şunu da ifade etmekte yarar var ki stres yaratan durumlarda problem odaklı başa çıkmayı kullanma eğiliminde olan bireyler, stres yaratan durum sırasında ve sonrasında daha düşük depresyon düzeyleri gösterirler (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 515).

İnsanlar olumsuz duyguların egemenliği altına girmeyi ve bu duyguların problem çözüme eylemlerini etkilemesini önlemek için bir diğer başa çıkma tarzı olan duygu odaklı başa çıkmayı uygulamaya çalışırlar. Duygusal odaklı başa çıkma, problem odaklı başa çıkma olduğu üzere bir değişim arama yerine, stres veren duruma ilişkin yaşanan duygularda ayarlamaya gitmeyi içerir. Bu başa çıkma stratejisi, stres veren durumlara yönelik, bilişsel süreçleri, direk duygusal tercihlere dönüştürerek, tehdit durumunu azaltma, basitleştirme, sorunun sadece bir yönü ile ilgilenme, olumlu karşılaştırmalar yapma, olumsuz durumları olumlu olabilecek yönleri ile görmeye çalışma gibi açıklamalar içerir (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 515; Tekin, 2005:21; Lazarus ve Lazarus, 2006: 57; Genç, 2005: 27). Duygu odaklı başa çıkma tarzları literatürün bir kısmında Freudyen savunma mekanizmaları ile özdeş tutulmuştur (Ekşi, 2001: 23).

Bir diğer sınıflama biçimi ise başa çıkma tarzlarının etkili ve etkisiz olarak ikiye ayrılmasıdır (şahin ve Durak, 1995: 57; Ekşi, 2001: 24). Etkililikten kastedilen başa çıkmanın kişinin yeniden uyumuna katkıda bulunup bulunmamasıdır. Etkisiz kabul edilen yöntemler ise saldırganlık, olumlu ve yapıcı olmayan düşünceler üretme, inkâr etme davranışı ve gerçeklerden kaçış gibi etkisiz yöntemleri içermektedir.

Hangi durumlarda ne tür başa çıkma tarzları kullanıldığı konusuna gelince, insanlar olumsuz duyguların tesirlerinden kurtulmak ve bunların problem çözmeyi etkilemesini engellemek için problem odaklı başa çıkmayı uygulamaya çalışırlar. Bir problem çözülemez hale geldiğinde ise duygu odaklı başa çıkmayı kullandıkları gözlemlenmiştir (Ekşi, 2001: 23). Yine ilerleyen yaşta, yalnızlık hissi gibi nedenlerden dolayı duygusal odaklı başa çıkmayı kullanmayı artıran bir unsur olarak tespit edilmiştir (Topuz, 2003: 64). Bunlarla beraber iyimser kişilik özelliğine sahip kişilerin problem odaklı başa çıkmayı, kötümser özelliğe sahip bireylerin ise duygusal odaklı başa çıkmayı kullandıkları gözlemlenmiştir. Bu durum belirli kişilik özelliklerinin belirli başa çıkma stillerini kullandığı anlamına gelmektedir. Ancak kişilik ve başa çıkma aynı şey demek de değildir (Tekin, 2005: 23; Ekşi, 2004: 83). Öte yandan çoğu insan ise stres yaratan bir durum ile karşı karşıya geldiği zaman hem sorun odaklı hem de duygu odaklı başa çıkmayı ya beraber ya da peş peşe kullanır (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 515; Kula,2005: 111).

Sonuç olarak başa çıkma tarzlarının kullanımı yaş, cinsiyet, statü, eğitim, ekonomik düzey gibi değişkenlere göre farklılık arz edebilir.

1.3.4. Dini Başa Çıkma

Her fert, hayat karşısında kendine özgü bir yönelim sistemine sahiptir. Bu yönelim sistemi, kutsal veya seküler temelli olabilir. Bireylerin karşılaştıkları olayları nasıl yorumlayacağı, başlarına gelenlere ilişkin yapacakları nedensel açıklamalar ve problemleri çözmelerinde nasıl bir tavır takınacakları konusunda bu sistem belirleyici olur. Din, bir yönü ile karşılaştığımız durumun ağır neticelerine bir anlam verme ve bu neticeleri filtre etmemize yardımcı olan zihinsel bir temsil, bilişsel bir şema sunar (Ayten, 2012: 40). Nitekim Geertz' e göre din, ilk ve önemli anlam kaynağıdır. Allport ise dinin, kişiyi kaygı, şüphe ve ümitsizliğe karşı güçlü kılarken, aynı zamanda her gelişim basamağında, ona kendisini anlamlı bir biçimde Varlık'ın tamamı ile ilişkilendirmeyi mümkün kılacak çaba ve enerjiyi sağladığını söyler (Tekin, 2005: 26). Böylece din, hayata anlam katan ve problemler karşısında bireyi koruyan bir sistem olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnsanların günlük hayatta yaşadıkları olaylar, onları fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak etkilediği gibi manevi olarak da etkiler. Başta yangın, sel, deprem gibi tabii felaketler

olmak üzere hayatın doğal akışını bozan sürpriz gelişmeler ve travmatik olaylardan akabinde din, pek çok insan için bir sığınma ve teselli kaynağı olur. Nitekim Erikson, dini, insanın temel güvensizliğini aşması, gerilim ve sıkıntıyı azaltabilmesi için duygusal bir sığınak olarak tanımlamıştır. Ancak dinin problemlerle başa çıkmadaki etkisi sadece depresyon, kaza, bir yakınının ölümü gibi insanları bütünüyle çaresiz bırakan travmatik olaylarla sınırlı değildir. İnsanlar gündelik yaşamlarında herhangi bir konuda karar verirken dahi dini yardıma başvurur (Mehmedoğlu, 2001: 94; Banziger, van Uden ve Janssen, 2008: 101; Ayten, 2012: 15-16).

Pargament ve Park (1996: 43), travma ve trajedinin bulunduğu her yerde hemen hemen dininde hep bulunduğunu ifade etmişlerdir. Bunun sebebini ise James'in din tanımında bulabiliriz. O, dini, en dayanılmaz keder ve üzüntüleri kolaylıkla ve kalıcı bir şekilde, bütün benliği kapsayan sürekli bir mutluluğa çevirmekte başarılı bir vasıta olarak görmektedir. Durum böyle olunca din, baş edilmesi en güç sorunlarla karşı karşıya geldiğinde hayati bir öneme sahip olmaktadır. Yine Pargament ve Park'a paralel şekilde psikolog Paul Johnson (1959, s.82) da kriz zamanlarında dinin ön planda geldiğini ifade etmiştir (Pargament, Ano ve Wachholtz, 2005: 479).

Gazali'ye göre dinin anlamı, din konuları çerçevesinde aydınlanan genel duygu, düşünce ve tepkilerden ibarettir (Tekin, 2005: 26). Dinin etkisiyse, onun, insanların hayatı ile bütünleşme düzeyine bağlıdır (Pargament, 2005: 304). Din, insanın hayatında ne kadar yer edinmişse, yani din bireyin yönelim sisteminin ne kadar önemli bir parçası olmuşsa o kadar başa çıkma sürecinde etkin ve baskın rol oynar. Aksine din, bireyin hayatında ne kadar az yer edinmişse de başa çıkma sürecinde de o kadar az önem arz eder. Diğer bir deyişle eğer bireyin dini bir yönelimi yoksa trajik ve olumsuz olaylar karşısında din, bu kişi için bir başa çıkma mekanizması olarak işlev görmez (Pargament ve Park, 1996: 48; Küçükcan ve Köse, 2006: 77; Ayten, 2012: 41).

İnsanlar stres oluşturan bir olay veya durumla karşılaştıklarında, bu stresli durum veya olaydan kurtulmak için inançlarından, dini pratiklerden ve insanlar arası ilişkilerden oluşan bir sistemden yararlanmaktadırlar (Topuz, 2003: 66). Başa çıkma teorisi stres altında bulunduğu zamanlarda dinin rolünü anlamak için bir çatı sağlar (Pargament ve Park, 1996: 43). Koenig, Pargament ve Nilsen (1998)'e göre, dini başa çıkma; dini inanç ve davranışların, dini/kültürel değerlerin zor zamanların getirdiği olumsuz

duygusal sonuçların engellenmesi veya hafifletilmesi, anlamın korunması veya dönüştürülmesi ve problem çözümünün kolaylaştırılması yolunda kullanılmasıdır (Ayten, 2012: 41). Sıkıntılı zamanlarında insanlar tarafından başvuru dinî yardım, başa çıkmanın önemli bir yöntemidir. Dinî yardıma başvurma, çeşitli toplumlar arasında yaygın olarak rastlanan bir durumdur. Ayrıca dinî yardım; farklı inanç ilişkileri, durumlar, kültürler ve mezhepler arasında bir takım değişik şekillerde alabilmektedir (Keister, 2009: 51). Dinî yardımdaki kutsallık unsuru, dinî yardımı seküler yöntemlerin yardımından ayıran bir unsurdur (Keister, 2009: 51; Pargament, 2005: 282). Seküler kaynaklar tükendiğinde din, başa çıkmada eşsiz bir yol sağlar (Pargament ve Park, 1996: 45; Pargament, 2003: 223; Keister, 2009: 52). Pargament ve meslektaşları (1990) başa çıkma sürecinde dinin yardımının üç alanda olabileceğini ortaya koymuşlardır. Bunlardan ilki, yaşanan olaylardan dinî bir ders çıkarma şeklinde dinin başa çıkma sürecinin her bir unsurunun bir parçası olması, ikincisi, bunalım durumunda veya madde bağımlılığı gibi durumlarda dinin destek kaynağı olması şeklinde başa çıkma sürecine katkıda bulunması, sonuncusu ise olumlu sonuçların Tanrının şefkatine, menfi sonuçlarında onun kızgınlığına yorulması şeklinde başa çıkma sürecinin bir ürünü olabilmesidir (Pargament, 2003: 214-223; Keister, 2009: 52).

Yine Pargament ve meslektaşları (1988) postulat olarak kendi kendini yöneten (self-directed), işbirlikçi (collaborative) ve ertelemeci (deferring) olmak üzere üç dinî başa çıkma tarzının olduğunu kabul etmişlerdir. Her bir stil de aktivite düzeyi ve sorumluluk odağı olmak üzere iki temel boyuttan oluşur. Kendini yönetme tarzı dinî başa çıkma, bireyin aktif bir problem çözme tavrı takındığı ve doğrudan Tanrıyı içermeyen aynı zamanda da din karşıtı olmayan bir başa çıkma tarzıdır. Bu tarzda tanrı, insanın kendi yaşamında kendini yönetmesi için imkânlar ve özgürlük veren bir güçtür. Bir diğer dinî başa çıkma tarzı olan ve dilimize Tanrıya havale edici olarak çevirebileceğimiz ertelemeci tarzda da birey karşı karşıya kaldığı problemi tanrıya havale eder ve onun tarafından çözülmesini bekler. Son olarak işbirlikçi dinî başa çıkma tarzına gelince ise burada da sorun çözme sürecinde hem Tanrı hem de birey aktif bir şekilde ortaklaşa çözüm sürecinde yer alır (Pargament, 1997:180-183; Pargament, 2005: 286; Pargament ve Park, 1996: 47; Keister, 2009: 55-56).

Duruma ve kişilik özelliklerine bağlı olarak, dini başa çıkma tutumlarındaki değişimleri incelemek amacı ile yapılan araştırmalarda, stresin güçlü olduğu durumlarda Tanrı ile işbirliği yapma eğiliminin arttığı, bununla beraber, kendini yönlendirme eğiliminin azaldığı, duruma bağlı olarak erteleme ve Tanrı ile işbirliği yapma eğilimleri azalırken, kişisel yönlendirme eğiliminin arttığı, uzun süreli stres durumlarında, dini tecrübenin en iyi başa çıkma metodu olduğu tespit edilmiştir (Topuz, 2003: 74). Kula'nın (2002: 244) depremzedeler üzerinde gerçekleştirmiş olduğu araştırmada, deprem esnasında ve sonrasında dini başa çıkma yöntemi olarak dua edenlere ne tür dua ettikleri sorulduğunda %56'sı Allah'ın kendilerini koruması için yardım istediklerini, %29'u Allah'ın kendilerine güç kuvvet vererek bir an evvel bu durumu atlatmayı sağlamasını, deprem bittikten sonra %15'i de kurtulduklarına sevindikleri için dua ettiklerini belirtmiştir. Depremzedeler, Allah'a dua ederek dini başa çıkma sürecindeki üç eğilimden ikisini gerçekleştirmiştir. Bazıları Allah'ın kendilerine yardım etmesini, güç, kuvvet vermesini isteyerek Allah'la işbirliği içerisinde problemi çözmeye çalıştığı, bir kısmı da Allah'ın kendilerini korumasını talep ederek Allah'ın duruma müdahale etmesini bekleme eğilimini gösterdiği söylenebilir.

Genel psikolojik yeterliliğin ölçülmesinde de erteleyici yaklaşım düşük puanlarla ilişkilendirilirken aksine hem kendini yönlendirme hem de işbirlikçi yaklaşım çok daha yüksek yeterlilik seviyeleri ile ilişkilendirilmiştir (Pargament ve Park, 1996: 47).

Geneli itibarı ile dindarlık ile dini başa çıkma arasında güçlü bir ilişki mevcuttur (Ayten, 2012: 94). Hatta karakteristik olarak dindarlık, yararlı bir stres tamponu olarak değerlendirilmektedir (Bjorck ve Thurman, 2007: 159). Pargament ve meslektaşları ise yaşamın kritik ve trajik olayları ile yüz yüze gelen bireylerin karşılaştıkları problemleri çözmeye, dindarlığın uzun vadede olumlu etkileri olacağını savunmaktadırlar (Pargament, Ishler, Dubow, stanic, Rouiller, Crowe, Cullman, Albert ve Royster, 1994: 359). Dini başa çıkma üzerinde yapılan araştırmalar, inancın bireylerin yaşamlarında kaybettikleri kontrolü yeniden kazanmalarında bir metot olabileceğini göstermiştir. Söz konusu yukarıda bahsedilen bu üç farklı tarzın da zihin sağlığı açısından farklı sonuçlarının olduğu görülmüştür (Ayten, 2012: 64). Kendini yönlendirici dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı ve daha büyük bir kişisel kontrol duygusu ile bağlantılı iken, psikologlar tarafından dinin bir formu olarak sıkça eleştirilen erteleyici dinî başa

çıkma, daha düşük öz saygı, şans tarafından daha yüksek bir kontrol duygusu, daha düşük kişisel kontrol, daha zayıf problem çözme becerisi ve insanlar arasındaki farklılıklar için daha büyük bir hoşgörüsüzlükle bağlantılı olduğu ortaya konmuştur. Buna karşın, fertle Tanrı arasında etkin bir alışveriş tarzını içeren işbirlikçi dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı, daha yüksek bir kişisel kontrol duygusu ve şans tarafından daha düşük bir kontrol duygusuyla ilişkilidir (Pargament, 2005: 286).

Pargament, Smith, Koenig ve Perez (1998) tarafından gerçekleştirilen araştırmalar neticesinde, dindar insanların genel olarak olumlu ve olumsuz olmak üzere iki tür başa çıkma yöntemine başvurduklarını tespit edilmiştir. Onlar pozitif dinî başa çıkma metotlarından oluşan örüntünün, Tanrı ile güvenli bir ilişkiden, bir maneviyat duygusundan, hayatta bir anlam bulunduğu inancından ve başkalarıyla manevî bir bağlanma duygusundan kaynaklandığını iddia etmişlerdir. Pozitif dinî başa çıkma metotları, olumsuz durumları hayra yoran (hayırhah) dinî değerlendirilişleri, işbirlikçi dinî başa çıkmayı, Tanrı'dan manevi destek arayışını, din adamı ya da cemaat üyelerinden destek arayışını, başkalarına dinî yardımı ve dinî affı kapsar. Buna karşılık negatif dinî başa çıkma metotlarından oluşan örüntü ise bir gerilim ve karmaşada Tanrı ile zayıf bir ilişki, yüzeysel ve uğursuz bir dünya görüşüdür. Negatif dinî başa çıkma yöntemleri Tanrı'nın gücünü sorgulamayı, Tanrı'ya karşı kızgınlık ifadelerini, cemaat ve din adamlarına yönelik hoşnutsuzluk ifadelerini, menfi durumların ceza kabilinden dinî değerlendirilişlerini ve bedhah (şerre yoran) dinî değerlendirilişleri kapsar (Pargament, 2005: 287; Lewis, Maltby ve Day, 2005: 1196).

Farklı araştırmalarda pozitif ve negatif dinî başa çıkmadan oluşan bu iki örüntü veya bu örüntülerin unsurları, ruh ve fizik sağlığı için farklı işaretler sergilemiştir. Pozitif dini başa çıkma, hastaneye yatırılmış yaşlı hastalar arasında daha düşük depresyon, daha kaliteli bir hayat, stres bağlantılı gelişme ve daha yoğun işbirliğini içeren dış derecelendirmelerle, kolej öğrencileri arasında daha düşük anksiyete ve depresyonla, kronik ağrısı olan hastalar arasında daha pozitif etki ile, açık kalp ameliyatı geçiren hastalar arasında 6 ayı aşan daha düşük ölüm riskiyle ve cinayet mağduru aile üyeleri arasında daha az düşmanlıkla ilişkili bulunmuştur. Diğer yandan negatif dinî başa çıkma yöntemleri, tıbbî rehabilitasyon altındaki hastalar arasında daha zayıf fiziksel iyileşmeyle, iki yılı aşkın süredir tıbben rahatsız olan yaşlı hastalar arasında daha zayıf

fizik sağlığı ve daha yüksek ölüm riskiyle, kolej öğrencileri arasında daha endişeli ve depresif ruh hali ve düşük öz saygıyla irtibatlı bulunmuştur (Pargament, 2005: 287). Araştırmalar ortaya koymaktadır ki, genel olarak, pozitif dini başa çıkma metotları, sağlık üzerinde olumlu bir etki sergilerken negatif dini başa çıkma metotları ise sağlığa olumsuz yönde etki etmektedir (Pargament, Koenig, Tarakeshwar ve Hahn, 2004: 725-727). Yine olumlu dini başa çıkma etkinliklerinin kullanılması bireylerin kaybolan anlam dünyasını yapılandırmasında, kontrol hissini kazanması ve teselli bulmasında faydalı olmanın yanı sıra manevi olgunlaşmasında da katkıda bulunur. Aksine olumsuz dini başa çıkma faaliyetlerine başvurulması hem problemin getirdiği stresle başa çıkmayı hem de o kişinin olgunlaşma sürecini olumsuz etkileyebilir (Ayten, 2012: 66).

Konuyla ilgili yapılan araştırmalarda, dini başa çıkmayı kimin ne zaman tercih ettiğini etkileyen pek çok faktör olduğu görölmüştür. Araştırmacılar dini başa çıkmanın cinsiyet, gelişim dönemleri, yaş, ırk, soy, sosyo-ekonomik durum, alınan eğitim, kişilik, ruhsal sağlık ve dini yönelimler tarafından biçimlendirildiğini tespit etmiştir (Ayten, 2012: 73). Bireylerin dini başa çıkma etkinliklerini kullanıp kullanmaması, yaşadığı problemlerden çok dinle olan ilişkisi ile irtibatlıdır. Dini hayatlarının en önemli parçası olarak gören ve daha çok içselleştirmiş bir şekilde dine yönelen ve dinlerini yaşayan insanlar, dini daha az içselleştirmiş insanlara oranla hayattaki durumların daha geniş bir alanına dini yayarlar. Yine dinin dış boyutuna (dış güdümlü) daha fazla yönelmiş bireyler, dinin dış boyutuna daha az yönelmiş bireylere oranla dinlerini hayatın çeşitli safhalarında daha sınırlı bir seviyede kullanırlar. Başa çıkma sürecinde dini bir tavır ortaya koymada, karşı karşıya kalınan olaydan olaya da farklılıklar vardır. Bireyler gündelik olaylara kıyasla hastalık, felaket, iş kaybı ve ölüm gibi olaylarda daha farklı bir dini tutum benimserler. Nitekim yapılan araştırmalarda, insanların %45'inin stresli anlarda dini davranışlara; hastalık, ölüm gibi olumsuz bir durum karşısında ise %78'inin dini değerlere yöneldiklerinin ortaya konması da yukarıda dile getirilen durumu desteklemektedir (Pargament, 2003: 223; Topuz, 2003: 66; Ayten, 2012: 107).

Dini başa çıkmada etkisi araştırılan diğer bir faktörde yaş değişkenidir. Yapılan araştırmalarda, yaşla birlikte dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığının arttığı tespit edilmiştir (Topuz, 2003: 108; Ayten, 2012: 97). Yaş ve dini başa çıkma arasındaki ilişki üzerine odaklanan araştırmaların sayısı sınırlı olmakla birlikte Gurin, Veroff ve

Feld'in (1960) yetişkinler üzerine yaptıkları bir araştırmada, başa çıkma yöntemi olarak duayı, yaşlıların genç yetişkinlerden daha sıklıkla kullandıkları tespit edilmiştir (Pargament, Van Haitsma ve Ensing, 1995: 53).

Bireyin Tanrı tasavvuru da dini davranışa tesir eden kişisel bir faktördür. Nitekim Schaefer ve Gorsuch (1991) da araştırmaları neticeisinde, dini davranışın kestiriminde, bireyin Tanrı tasavvuru (birinin inandığı Tanrının türü), dini bağlılık ve dini motivasyonun önemli roller oynadığını ileri sürmüşlerdir. Burada varsayım, merhametli, iyiliksever bir Tanrı inancı; cezalandırıcı, soğuk veya zalim bir Tanrı inancından farklı davranışlar ortaya ıkaracağıdır (Maynard, Gorsuch ve Bjorck, 2001: 67).

Dini başa çıkma ile ilişkilendirebileceğimiz diğer bir faktörde medeni durumdur. Evlilikle insanların üstlendiği sorumluluklar çoğalmakla birlikte evliliğin verdiği anlam ve gaye insanların hayata tutunma motivasyonlarını ve eğilimlerini artırabilmektedir. Ayten tarafından gerçekleştirilen çalışmada da netice itibarı ile evli bireylerin bekârlara göre dini başa çıkma etkinliklerine daha sık başvurdukları tespit edilmiştir (Ayten, 2012: 99). Ayrıca cinsiyet de dini davranışı sürekli etkiler. Öyle ki cinsiyet yaşanan olumsuz olay ve durumları anlamlandırmada ve onlarla başa çıkma sürecinde farklılık oluşturmaktadır (Ayten, 2012: 94). Yapılan çalışmalarda, genelde, kadınlar erkeklerden daha dindar olarak tasvir edilirler (Bason ve diğ., 1993; Hood ve diğ., 1996). Erkeklerle mukayese edildiğinde kadınlar daha sık dua eder ve ibadetlere katılırlar, geleneksel dini inançlara daha fazla bağlıdırlar ve dine daha büyük ilgi duyarlar. Maynard, Gorsuch ve Bjorck (2001: 67) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, önceki bulgularla uyumlu olarak, erkeklerden ziyade kadınların dine daha önemli olarak baktıkları ve dini katılımlarının daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Ekşi (2001:225) ve Ayten (2012: 95) de erkeklerin kızlara göre olumsuz dini başa çıkma tarzını daha fazla kullandığını bulgulamıştır. Kula (2005: 245) ise çalışmasında erkek ve kadınların dini başa çıkma etkinliklerini kullandıklarını belirterek, erkeklerin bir problem karşısında dini konularla ilgilenerek, Kur'an okuyarak vb. dini davranışlara odaklanarak sorundan kurtulmaya çalıştıklarını, kadınların ise Allah'a sevgi ve inancın ortaya konmasını sağlayan manevi temelli dini başa çıkma etkinliğini daha fazla kullandıklarını ortaya koymuştur. İmamoğlu (2004: 84) ise Sakarya ilinde 17 Ağustos depremi üzerine yapmış olduğu araştırmada, özellikle erkeklerin depremden sonra

camilere yönelerek içinde bulunan zor durumdan kurtulmaya çalıştıklarını ortaya koymuştur.

1.3.5. İlk Yetişkinlerde Dini Başa Çıkmanın Bir Unsuru Olarak Dua

Holmes ve Rohe (1967), insan yaşamında pek çok yeni düzenleme, uyum gerektiren bir değişikliğin stres yaratıcı olarak algılanması ile ilgili bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Buna göre, günlük yaşamdan kaynaklanan yoğun stres belirtileri olabileceği gibi, doğal afetler ve travmatik olaylardan kaynaklanan stresin de insan yaşamında problemler ortaya çıkardığını ortaya koymuştur (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren, 2012: 496). Bireyler karşı karşıya kaldıkları bu problemlerin (maddi, fiziki, sosyal, psikolojik vs.) üstesinden gelmek için sahip oldukları kendilerine özgü yönelim sistemiyle (Kutsal ve/veya seküler temelli) başa çıkma yoluna gitmektedir. Bu sistem, bireylerin karşılaştıkları olayları nasıl yorumlayacağı, başlarına geleceklere ilişkin yapacakları nedensel açıklamalar ve problemleri çözmelerinde nasıl bir tavır takınacakları konusunda belirleyici olur.

Dini başa çıkma konusunda da değindiğimiz üzere kutsallık, dini yardımı, seküler yöntemlerin yardımından ayıran bir unsurdur. Seküler kaynaklar tükendiğinde din, başa çıkmada eşsiz bir yol sağlar ve karşı karşıya kaldığımız durumun ağır neticelerine bir anlam verme ve bu neticeleri filtre etmemize yardımcı olan zihinsel bir temsil, bilişsel bir şema sunar (Keister, 2009: 51-52; Pargament, 2005: 282; Pargament ve Park, 1996: 45; Pargament, 2003: 223; Ayten, 2012: 40).

Dua, şükür, affetme, alçakgönüllülük, sabır, itaat, tevekkül ve kabul etme dini başa çıkmanın önde gelen unsurlarındandır (Pargament, 1997: 178). Bu unsurlar içerisinde belki de en belirgin olanı, Allah'a yönelerek O'ndan yardım istemenin somut ifadesi olan duadır. Pek çok psikoloğa göre de dinin özü ve ruhu olan dua, dini başa çıkma sürecinde başvuru olan tek dini uygulama olmamakla birlikte, zor durumda kalan insanların sıkıntılarında kurtulmak için öncelikle ve sıklıkla başvurdukları bir dini etkinliktir (Ayten, 2012: 42; Küçükcan ve Köse, 2006: 151; Banziger, van Uden ve Janssen, 2008: 103).

Topuz, duayı, dini başa çıkmanın başladığı “an” olarak nitelendirmektedir. O, insanın hemen duaya başlamasının sebebinin, ilahi bir güçten yardım alma isteği olduğunu

söyler. Yaş, cinsiyet, gelir durumu ve eğitim durumu gibi kişisel unsurlara bağlı olmadan, her türlü problemin çözümünde kullanılan dua, canlı ve anlamlı bir başa çıkma stratejisidir. Yapılan araştırmalar, bilimsel bilgilerin yetersiz olduğu durumlarda, insanların dua aracılığı ile durumu Allah'a bildirdikleri, tıbbi bilginin yetersiz olduğu durumlarda dua eden insanların daha rahat ve sakin oldukları, en fazla kızgınlık anlarında dua edildiğini göstermektedir (Topuz, 2003: 71). Diyebiliriz ki belirsizlik arttıkça, tahmin edilebilirlik ve denetlenebilirlik de azaldıkça dua etme sıklığı artmaktadır. Yine Spilka ve meslektaşları (1985) da bireyin, olayı kontrol yeteneğine sahip olmadığı veya bireyin olay hakkında bilgisi az olduğunda dine başvurulduğunu belirtir. Bu durumda dinin diğer öteki sistemler iflas ettiğinde devreye girebilecek olduğunu gösteriyor. Ancak Amerika'da Centralia'daki bir yangın felaketi bu bakış açısı ile incelendiğinde farklı bir durum ortaya çıkmaktadır. Netice itibarı ile bu yangın felaketinin menşeinin açık olmasına ve dini olmayan sistemlerin problemin çözümünü sağlayabilecek olmasına rağmen bu felakete din tamamen ilgisiz olmamıştır. Bu durumu idrak eden birçok sakin yine de felaket esnasında dua etmiştir. Bu durumda şunu ortaya koymaktadır ki onların duaları problemleri çözme fonksiyonundan ziyade akli koruma, umut ve kontrol etme gibi önemli manevi ve psikolojik amaçlara hizmet etmektedir (Pargament, 2003: 224). Nitekim sıkıntılı, bunalımlı ve gergin bir durumda duanın etkisi yatışma ve rahatlatma şeklinde kendini gösterir (Kula, 2002: 246; Albayrak, 2012: 80).

Yaparel (1987: 137), yirmi-kırk yaş arası yetişkinler üzerinde yaptığı, “dini hayat ile psiko-sosyal uyum arasındaki ilişki üzerine bir araştırma” konulu çalışmasında, bireylerin karşılaştıkları psikolojik ve sosyal problemlerle baş etmede, dinin duygu ve dua ile açığa vurulan boyutlarına yöneldiğini tespit etmiştir. Kula (2002: 244) da Türkiye’de 17 Ağustos depreminden sonra gerçekleştirmiş olduğu bir araştırmada, başvurulan dini başa çıkma metotları arasında, her türlü problemin çözümünde kullanılan aktif ve anlamlı bilişsel başa çıkma davranışı olan duanın, olumlu dini başa çıkma davranışı olarak ilk sırada yer aldığını ortaya koymuştur. Nitekim çalışmada, dini başa çıkma davranışını gerçekleştiren depremzedeler arasında deprem anında %58'nin Allah'a dua ettikleri ortaya konmuştur. İmamoğlu'nun (2004: 86) da 17 Ağustos depremi üzerine yapmış olduğu bir araştırma sonucunda elde ettiği bilgiler Kula'nın araştırma sonuçları ile örtüşmektedir. İmamoğlu, depremden hemen sonra sağ olarak

kurtulanların dini başa çıkma yöntemi olarak ilk sırada duayı kullandıklarını belirterek dua edenlerin oranının % 75,4 olduğunu ortaya koymuştur. Çarkoğlu ve Kayacıoğlu (2009: 30) ise, Türkiye genelindeki farklı yaş guruplarını içine alan “Türkiye’de Dindarlık: Uluslararası Bir Karşılaştırma” başlıklı araştırmalarında, katılımcıların hemen hemen %80 civarına ulaşan bir çoğunluğunun neredeyse her ailevi ve kişisel konuda dua etmekte olduklarını ortaya koymuşlardır. Bunların içinde felaketlerden korunmak için dua etmenin en fazla katılımcı tarafından başvuru olan bir uygulama olduğu da dikkat çekicidir. Ayten (2012: 90) ise, çalışmasında, katılımcıların zor zamanlarında sorunlarının çözülmesi ve doğru yoldan ayrılmamak için, sıkça, dini başa çıkmanın unsurlarından biri olan dua etmeye başvurduklarını tespit etmiştir. Ayrıca o, araştırmasında özellikle doğru yoldan ayrılmamak için Allah’a dua etmenin dini başa çıkma etkinlikleri içerisinde en sık tercih edilir olduğunu bulgulamıştır. Bu da başa çıkma sürecinde duanın insanlar için ne derece önemli olduğuna işaret etmektedir.

Yurt dışında yapılan çalışmalar ülkemizdekilerle benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Segall ve Wykle (1988-1989) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, duanın en sık ve yaygın kullanılan başa çıkma yöntemlerinden biri olduğu ortaya konmuştur (Akt: Pargament, Ano ve Wachholtz, 2005: 480). Conway (1985-1986) ise sağlık problemleri olan bir gurup üzerinde gerçekleştirmiş olduğu araştırmasında, onlara bu sorunları ile nasıl başa çıktıklarını sormuştur. Sonuç olarak %91’lik kısım duayı kullandığını ifade etmiştir. Çalışma neticesinde bütün başa çıkma mekanizmaları içerisinde duanın en sık kullanıldığı tespit edilmiştir (Akt: Pargament, 1997: 138). Ellison ve Taylor (2001) ise Amerika’da yetişkinler üzerinde yaptıkları bir araştırmada, hayatlarında çözmekte zorlandıkları olaylarla karşılaşanların % 80’i dua ettiklerini veya başkalarından kendilerine dua etmesini istediklerini, yani problemlerin üstesinden gelmede duayı başa çıkma aracı olarak kullandıklarını belirtmişlerdir. Yine Pargament’in (2007), Amerika’da yapmış olduğu bir araştırmada, katılımcıların %80’i problemlerle karşılaştıkları kriz zamanlarında dua ettiklerini belirtmişlerdir (Akt: Ayten, 2012: 43).

Bir başka araştırma da K. G. Soderstrom ve I. M. Martinson tarafından, 1987’de yapılmıştır. Bu çalışmada onlar, hastaların hastalıklarıyla başa çıkma yöntemleri üzerine gerçekleştirdikleri çalışmada 25 onkoloji hastası ve bunların hastanedeki bakıcılarıyla görüşmeler yapmışlardır. Bunun neticesinde katılımcıların en sıklıkla ifade ettikleri başa

çıkma yönteminin özel olarak kendileri için dua etmeleri ve yakınlarından onlar için dua etmelerini istemeleri olduğu bulgusuna ulaşmışlardır (Horozcu, 2010: 30). Gurin, Veroff ve Feld (1960) tarafından yetişkinler üzerine yapılan bir araştırmada ise başa çıkma yöntemi olarak duayı, yaşlıların genç yetişkinlerden daha sıklıkla kullandıklarını tespit edilmiştir (Akt: Pargament, Van Haitisma ve Ensing, 1995: 53).

Dinin kişiye göre değişen etkisinden yola çıkarak ve yaş dikkate alınarak, zencilerden oluşan bir örneklem üzerinde gerçekleştirilen bir başka araştırmada ise, deneklerden ciddi bir kişisel problemi halletmede kendilerine en fazla yardım eden bir başa çıkma seçeneği işaretlemeleri istenmiştir. Bu araştırma neticesinde duanın, yaşlı gruba (%64), orta yaş (%47) ve genç (%32,2) gruptan daha fazla yardımcı olduğu ortaya konmuştur (Pargament, 2005: 292). Ayten (2012: 97) ise, yaş arttıkça dini başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığının arttığını ve son yetişkinlik çağında olanların diğer gelişim dönemlerinde olanlara göre dua etme, ibadetlere yönelme, başına gelenleri hayra yorma, Allah'a yakınlaşma gibi dini başa çıkma etkinliklerini daha sık kullandıklarını tespit etmiştir.

Duanın genç yetişkinlerde bir dini başa çıkma metodu olarak kullanımını işledikten sonra şimdi de duanın, bir dini başa çıkma yöntemi olarak olumlu veya olumsuz, problem odaklı veya duygusal odaklı ya da her ikisi ile birlikte kullanılmasını ele alacağız.

1.3.5.1. Problem Odaklı ve Duygusal Odaklı Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua

Problem odaklı başa çıkmanın, bireyin durumu değiştirmek, stresin etkilerini azaltmak veya onu bertaraf etmek için nelerin yapılabileceği üzerinde odaklandığı başa çıkma tarzı olduğunu; duygusal odaklı başa çıkmanın da bireyin stresli durumu değiştiremediği, stres ile ilgili duygularını ve tutumlarını değiştirmeye çalıştığı başa çıkma tarzı olduğunu belirtmiştik (Lazarus ve Lazarus, 2006: 57).

Birey dua ederken kendi eksikliklerinin farkına varır, yine aynı zamanda bu eksikliklerini gidermek için dua aracılığıyla aşkın varlıktan destek alır ve eksikliklerini gidererek kendini gerçekleştirme yolunda ilerler (Ayten, 2005: 187). Aslında birey, dua ederek, karşılaştığı problemleri gündemine almış olmaktadır. Yani fert, sorunlar

karşısında duaya sarılması ile onları çözülmesi gereken bir problem olarak kabul etmektedir. Dua, bireyin problemi tanımasını, gündemine almasını ve çözüm için sorun üzerine yoğunlaşmasını sağlar. Dua beraberinde eylemi de getirir. Her gün problemleri için dua eden genç, çözüm üretmek için daha fazla gayret sarf eder (Arıcı, 2005: 95). Çünkü dua bir yönü ile eylemsizlikten yani pasif bir durumdan aktif bir duruma, kötümser bir halden iyimser bir hale geçiş sürecidir (Atmaca, 2009: 30). Buraya kadar ifade ettiğimiz bu durum duanın problem odaklı başa çıkma yöntemi olarak kullanılmasıdır. Duanın duygusal odaklı başa çıkma yöntemi olarak kullanılmasında ise problem odaklı başa çıkmada olduğu üzere bir değişim arama yerine, stres veren duruma ilişkin yaşanan duygularda ayarlamaya gitmeyi içerir. Bu tür durumlarda dua, gerilimi azaltarak, olumlu karşılaştırmalar yapma, yeniden yorumlama, olumsuz durumları olumlu olabilecek yönleri ile görmeye çalışma gibi açıklamalar içerir. Yapılan çalışmalarda duanın, insanın ruhsal kriz zamanlarında, rahatlatıcı, yatıştırıcı ve kaygıları azaltıcı etkileri olduğu belirlenmiştir (Albayrak, 2013: 80).

1.3.5.2. Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua

Bireyin karşı karşıya kaldığı sorunlardan ötürü yaşadığı duygusal gerginlik, kişinin daha önceki bilgileri ile yaşanan durum arasındaki uyumsuzluğun ya da yetersizliğin farkına varmasında etkili olabilir. Birey yaşadığı acı verici olayın gerginliği sebebi ile dini bilgilerini yeniden gözden geçirir, değerlendirmeler yapar ve izah edemediği durumlar karşısında şüphe ve tereddüt yaşayabilir. Bu çerçevede Kula (2003: 110), bedensel engelliler ve depremzede gençler üzerinde gerçekleştirmiş olduğu çalışmasında, büyük bir çoğunluğun (bedensel engelli %57, depremzede genç %75) yaşanan olay ile Tanrı'nın merhameti ve adaleti arasında bir bağ kurmada zorlandıklarını tespit ederek (bedensel engelli %42, depremzede %63) zihinsel açıdan bir takım sorunlarla karşılaştıklarını tespit etmiştir.

Pargament, Smith, Koenig ve Perez (1998: 712) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, sağlık için potansiyel olarak önemli etkileri olan dini başa çıkmanın iki deseninin olduğu tespit edilmiştir. Bu iki desen pozitif ve negatif dini başa çıkmadır. Onlar, maneviyat duygusunun ifadesini, Tanrı ile olan güvenli ilişkiyi, yaşamda anlam bulanabileceğine dair inancı ve başkaları ile manevi bağlılık duygusunu pozitif dini başa çıkma metodunun deseni olarak varsayılmıştır. Dini başa çıkmanın çeşitli formlarının

ise bu desenin bir parçası olabileceğini ifade etmişlerdir. Bu formlar; müşfik dini değerlendirmeler, işbirlikçi dini başa çıkma, manevi destek arama, manevi ilişki, dini arınma, din adamı veya üyelerinden yardım alma, dini yardım ve bağışlamadır. Aksine Tanrı ile daha az güvenli bir ilişkinin ifadesi ve dünyanın zayıf ve uğursuz görünümünü negatif dini başa çıkmanın bir deseni olarak kabul etmişlerdir. Bu model ise dini başa çıkma yöntemlerinin çok farklı bir dizisiyle tanımlanabilir. Bunlar ise; cezalandırıcı ve uğursuz dini değerlendirmeler, Tanrının kudretini sorgulama, manevi hoşnutsuzluk, öz yönetimli dini başa çıkma tarzı ve kişiler arası dini hoşnutsuzluktur.

Pargament, Smith, Koenig ve Perez (1998)'in açıklamalarına dayalı olarak duayı incelediğimizde dua, pozitif ve negatif dini başa çıkma yöntemi olarak ele alınabilir. Olumlu dini başa çıkma yöntemi olarak dua ile birey, problemleri üzerinde düşünme ve çözüm yolları geliştirme fırsatı elde eder. Bu durum, karşılaşılan sorunlar ile baş etmede önemli bir aşamadır. Olumsuz başa çıkmada ise duası kabul edilmeyen birey şüpheye düşebilir ve durum karşısında isyan edebilir. Hayta (2006: 153), dini pratikler ile psiko-sosyal uyum arasındaki ilişki üzerine yapmış olduğu çalışmasında, duaya dair takınılan tutum söz konusu olduğunda katılımcıların %75,7'sinin, "duam şimdi kabul olmasa da sonradan kabul olacağına inanırım" ve "kabul olan dualarımdan sonra dine daha çok yaklaştım" ifadelerine yer verdiklerini tespit etmiştir. Bu tutumun aksine, "duam kabul olmayınca Allah inancım sarsıldı ve dine ilgim azaldı" cevabını verenlerin oranı ise %0,9 olmuştur. Kimter (2006: 246), ibadet ve duanın umutsuzluk ile ilişkisi üzerine gerçekleştirmiş olduğu araştırmasında, katılımcıların %84'ü yaptıkları duanın kabul olacağına olan inançları ile bir rahatlama içerisinde olurken, geriye kalan %26 katılımcı ise bu durum karşısında kararsız veya olumsuz tavır takınmışlardır

Bu iki yöntemin psikolojik ve sağlık üzerindeki etkilerini ele alacak olursak, bunların farklı etkilere sahip olduğunu görürüz. Pargament ve meslektaşları (1998: 710), gerçekleştirmiş olduğu araştırma neticesinde pozitif dini başa çıkmanın psikolojik yönden ve sağlık açısından olumlu etkiye sahip olduğu tespit ederken aksine negatif dini başa çıkmanın olumsuz yönde etkide bulunduğu tespit etmişlerdir. Yine onlar pozitif dini başa çıkmanın negatif dini başa çıkmadan daha yaygın olarak kullanıldığını ortaya koymuşlardır. Bu bulgu ise Hayta (2006) ve Kimter'in (2006) çalışmalarından elde ettiği sonuç ile örtüşmektedir. Benzer şekilde Bjorck ve Thurman (2007:164-165),

pozitif ve negatif dini başa çıkma metotları üzerine yapmış oldukları çalışmada katılımcıların zor durumlarla yüzleştiklerinde pozitif dini başa çıkmayı negatif dini başa çıkmadan daha yoğun kullandıklarını tespit etmişlerdir. Yine onlar gerçekleştirmiş oldukları bu çalışmalarında pozitif dini başa çıkmanın olumsuz olayların etkilerini engellediğini ortaya koymuşlardır.

BÖLÜM 2: BULGULAR VE YORUMLAR

2.1. Araştırmaya Katılanlar ve Nitelikleri

Bu kısımda, katılımcıların kişisel ve demografik özelliklerini tespit etmek üzere, onlara yöneltilen sorulardan hareketle “araştırmaya katılanların kişisel değişkenlere göre dağılımı nedir?” şeklindeki araştırma sorusunun yanıtı aranmıştır. Aşağıda bu sorunun cevabı her bir değişken için ayrı ayrı olmak üzere tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 1 : Cinsiyete göre dağılım

<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Erkek	176	42,4
Kadın	239	57,6
Toplam	415	100

415 kişiden oluşan araştırma örnekleminin % 42,4’ü (176) erkeklerden, % 57,6’sı (239) kadınlardan oluşmaktadır.

Tablo 2: Yaş guruplarına göre dağılım

<i>Yaş Dönemleri</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
İlk yetişkinliğe geçiş (20-23)	48	11,6
İlk yetişkinlik için yaşam yapısı girişi (24-28)	157	37,8
Otuz yaş geçişi (29-33)	80	19,3
İlk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma (34-40)	87	21,0
Orta yaş geçişi (41-45)	43	10,4
Toplam	415	100

Katılımcıların yaşları 20 ile 45 arasında değişmektedir. Araştırma gurubunun yaş ortalaması ise 30,52'dir. Katılımcıların yaşları ilk yetişkinlik gelişim dönemlerine uygun olarak kategorileştirilmiştir (Bkz. Onur, 2011: 82; Eryılmaz, 2012: 67). Buna göre örneklem gurubunun %11,6'sı (48 kişi) ilk yetişkinliğe geçiş, % 37,8'i (157 kişi) İlk yetişkinlik için yaşam yapısı girişi, %19,3'ü (80 kişi) otuz yaş geçişi, % 21,0'i (87 kişi) ilk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma, ve son olarak ise % 10,4'ü (43 kişi) ilk yetişkinliğin bitişi orta yetişkinliğin başlangıcı olan orta yaş geçişi dönemindeki bireylerden oluşmaktadır.

Tablo 3: Medeni duruma göre dağılım

<i>Medeni Durum</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Bekâr	209	50,4
Evli	206	49,6
Toplam	415	100

Katılımcıların % 50,4'ü (209) bekârlar, % 49,6'sı (206) ise evlilerden oluşmaktadır.

Tablo 4: Sosyal çevreye göre dağılım

<i>Yaşanılan Yer</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Köy	40	9,6
Kasaba	10	2,4
İlçe	88	21,2
İl	277	66,7
Toplam	415	100

Örnekleme teşkil eden katılımcıların büyük çoğunluğu (66,7'si 277 kişi), hayatının çoğunu şehirlerde geçirdiğini belirtmiştir. Daha sonra da sırasıyla hayatının çoğunluğunu ilçe (21,2'si 88 kişi), köy (9,6'sı 40 kişi) ve kasabada (2,4'ü 10 kişi) geçirenler gelmektedir. Ancak araştırmada köy ile kasaba değişkeni, hem denek

sayısının az olmasından hem de benzer özellikleri taşıyan çevreler olmasından dolayı recode yapılarak birleştirilmiş ve bu şekilde analize dâhil edilmiştir.

Tablo 5: Gelir algısına göre dağılım

<i>Gelir Algısı</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Çok iyi	11	2,7
İyi	199	48,0
Orta	185	44,6
Düşük	20	4,8
Toplam	415	100

Araştırma örnekleminin gelir algısına göre dağılımı ise şu şekildedir. Katılımcıların % 48,9'i (199 kişi) gelir algısını iyi, % 44,6'sı (185 kişi) orta, % 4,8'i (20 kişi) düşük ve % 2,7'si (11 kişi) çok iyi olarak belirtmiştir. Ancak araştırmada, çok iyi ile iyi değişkeniyle orta ve düşük değişkenleri, hem örneklem sayısının az olmasından ötürü hem de birbirine yakın gruplar olmasından dolayı birleştirilmiştir.

Tablo 6: Eğitim durumuna göre dağılım

<i>Eğitim durumu</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
İlkokul	7	1,7
Ortaokul	9	2,2
Lise	32	7,7
Üniversite	266	64,1
Lisansüstü	101	24,3
Toplam	415	100

Örnekleme oluşturan katılımcıların, %64,1'ini (266 kişi) üniversite mezunları, %24,3'ünü (101 kişi) lisansüstü mezunları, % 7,7'sini (32 kişi) lise mezunları, % 2,2'sini (9 kişi) ortaokul mezunları ve % 1,7'sini (7 kişi) ise ilkokul mezunları oluşturmaktadır. Ancak çalışmada ilkokul, ortaokul ve lise değişkenleri örneklem sayısının az olmasından ötürü birleştirilmiştir.

Tablo 7: Sağlık algısına göre dağılım

<i>Sağlık algısı</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
İyi	290	69,9
Orta	120	28,9
Kötü	5	1,2
Toplam	415	100

Araştırma örnekleminin % 69,9'u (290 kişi) sağlığını iyi, % 28,9'u orta ve son olarak da % 1,2'si (5 kişi) ise sağlığını kötü olarak değerlendiriyor. Fakat araştırmada sağlık durumunu kötü olarak nitelendiren denek sayısı çok az olduğu için orta değişkeni ile birleştirilerek iki gurup oluşturulmuştur.

Tablo 8: Son bir yıl içerisinde yaşanan problemlere göre dağılım

<i>Yaşanılan Problemler</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Ekonomik sıkıntılar	95	22,9
Ailevi sorunlar	52	12,5
Sağlık sorunları	57	13,7
Yakın birinin ölümü	40	9,6
Yalnızlık	29	7,0
Ölüm korkusu	11	2,7
Mesleki sorunlar	78	18,8
Kaza, afet	7	1,7
Hiçbiri	37	8,9
Diğer	9	2,2
Toplam	415	100

Son bir yıl içerisinde katılımcıların % 22,9'u (95 kişi) ekonomik sıkıntılar yaşarken, % 12,5'i (52 kişi) ailevi sorunlar, % 13,7'si (57 kişi) sağlık sorunları, 9,6'sı (40 kişi) yakın görülen birinin ölümü, % 7,0'si (29 kişi) yalnızlık, % 2,7'si (11 kişi) ölüm korkusu, % 1,7'si (7 kişi) kaza, afet, % 18,8'i (78 kişi) ise mesleki sorunlarla karşı karşıya kalmış, % 2,2'si (9 kişi) diğer bir takım sorunlar yaşamış, % 8,9'u (37 kişi) ise son bir yıl içerisinde herhangi bir sorun yaşamadığını belirtmiştir. Ancak araştırmada, bazı guruplarda denek sayısının çok az olmasından ötürü yeniden kodlama yapılmıştır. Yakın birinin ölümü değişkeni ile ölüm korkusu değişkeni; kaza-afet ve diğer sorunlar değişkenleriyle de sağlık sorunları değişkeni birleştirilerek toplam değişken sayısı yediye indirilmiştir.

Tablo 9: Dua tutumu ve davranışına göre dağılım

<i>Dua tutum ve davranışı</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Hiç dua etmem	4	1,0
Özel durumlarda dua ederim	20	4,8
Özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğumda dua ederim	156	37,6
Namaz dışında sıkça dua ederim	235	56,6
Toplam	415	100

Örnekleme oluşturan katılımcıların, % 56,6'sı (235 kişi) namaz dışında da olmak üzere sık sık dua ettiklerini, % 37,6'sı (156 kişi) özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duydukları zamanlarda dua ettiklerini, % 4,8'i (20 kişi) mevlit, kandil, cenaze ve hastalık gibi özel durumlarda dua ettiklerini ve % 1,0'i (4 kişi) ise hiç dua etmediklerini belirtmişlerdir. Fakat çalışmada, hiç dua etmem değişkeni ile özel durumlarda dua ederim değişkenleri denek sayısının az olması sebebi ile birleştirilerek kullanılmıştır.

2.2. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim: Genel Profil

Bu kısımda, örneklemin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim ölçeklerinden aldıkları puanlardan hareketle söz konusu değişkenlerle ilgili genel durum betimlenmektedir.

Araştırma grubunun dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim ölçeklerinin genelinden aldıkları ortalama puanlardan hareketle “dua tutumu, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilime ilişkin genel durum nasıldır?” sorusuna yanıt aranmaktadır.

2.2.1. Dua Ölçeği

Araştırma gurubuna ait dua ölçeği ile ilişkili istatistiksel tanımlamalar Tablo 10’da sunulmuştur.

Tablo 10: Dua ölçeği

	N	Minimum	Maximum	\bar{x}	Ss
Tefekkür ve Rahatlama	415	8,00	32,00	26,47	3,81
İstek ve Şükür	415	9,00	36,00	31,25	3,98
Manevi Hoşnutsuzluk	415	9,00	24,00	21,20	2,64
Dua Puanları (Genel)	415	41,00	92,00	79,92	8,67

Tablo 10 incelendiğinde, dua ölçeği geneli için 415 deneğin, en düşük 41,00, en yüksek 92,00 aldığı; ortalama puan ve standart sapması ise sırası ile 79,92 ve 8,67 olduğu görülecektir. Dua ölçeği alt boyutlarından tefekkür ve rahatlama boyutunda ise 415 denek en düşük 8,00, en yüksek 32,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 26,47 ve 3,81 olarak belirlenmiştir. İstek ve şükür alt boyutunda ise 415 denek en düşük 9,00, en yüksek 36,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 31,25 ve 3,98 olarak hesaplanmıştır. Son olarak ise manevi hoşnutsuzluk alt boyutunda ise 415 denek en düşük 9,00, en yüksek 24,00 puan almıştır. Ortalama puanın ve standart sapmaları ise sırası ile 21,20 ve 2,64 olarak hesaplanmıştır.

2.2.2. Başa Çıkma Tarzları Ölçeği

Katılımcılara ait başa çıkma tarzları ölçeğiyle ilişkili istatistiksel tanımlamalar Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11: Başa çıkma tarzları ölçeği

	N	Minimum	Maximum	\bar{x}	Ss
Kendine Güvenli Yaklaşım	415	14,00	28,00	21,55	2,48
Çaresiz Yaklaşım	415	8,00	30,00	19,18	3,33
Boyun Eğici Yaklaşım	415	6,00	20,00	13,77	2,36
İyimser Yaklaşım	415	7,00	20,00	14,82	1,99
Sosyal Destek Arama	415	5,00	16,00	11,52	1,83
Başa Çıkama (Genel)	415	61,00	103,00	80,87	5,74

Tablo 11 incelendiğinde, başa çıkma tarzları ölçeği geneli için 415 deneğin, en düşük 61,00, en yüksek 103,00 puan aldığı; ortalama puan ve standart sapmasının ise sırası ile 80,87 ve 5,74 olduğu görülecektir. Başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım boyutunda ise 415 denek en düşük 14,00, en yüksek 28,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 21,55 ve 2,48 olarak belirlenmiştir. Çaresiz yaklaşım alt boyutunda ise 415 denek en düşük 8,00, en yüksek 30,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 19,18 ve 3,33 olarak hesaplanmıştır. Boyun eğici yaklaşım alt boyutunda ise 415 denek en düşük 6,00, en yüksek 20,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 13,77 ve 2,36 olarak belirlenmiştir. İyimser yaklaşım alt boyutunda ise 415 denek en düşük 7,00, en yüksek 20,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 14,82 ve 1,99 olarak hesaplanmıştır. Son olarak sosyal destek arama alt boyutunda ise 415 denek en düşük 5,00, en yüksek 16,00 puan almıştır. Ortalama puan ve standart sapmaları ise sırası ile 11,52 ve 1,83 olarak hesaplanmıştır.

2.2.3. Dinsel Eğilim Ölçeği

Araştırma gurubuna ait dinsel eğilim ölçeği ile alakalı istatistiksel tanımlamalar Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12: Dinsel eğilim ölçeği

	N	Minimum	Maximum	\bar{x}	Ss
Dindarlık Puanları	415	17,00	40,00	30,21	4,19

Tablo 12 incelendiğinde, dinsel eğilim ölçeğinden 415 deneğin, en düşük 17,00, en yüksek 40,00 puan aldığı; ortalama puan ve standart sapmalarının ise sırası ile 30,21 ve 4,19 olarak hesaplandığı görülecektir.

2.3. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim ve Sosyo-Demografik Yapı

Bu kısımda, araştırma gurubunun dua tutumları, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimlerinin başta cinsiyet olmak üzere yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir durumu, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü, dua etme davranışı gibi değişkenlerle olan ilişkilerine dair bulgulara yer verilmekte ve ilgili hipotezler sınanmaktadır.

Bulgular ortaya konarken, başta cinsiyet olmak üzere sırasıyla diğer değişkenlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim gibi değişkenlerde farklılığa sebep olup olmadığı sorusuna yanıt aranmaktadır.

2.3.1. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Cinsiyet

Araştırmanın bu kısmında “cinsiyet değişkeni genç yetişkinlerin dualarında, başa çıkma tarzlarında ve dinsel eğilimlerinde herhangi bir farklılığa yol açmakta mıdır?” sorusuna cevap aranmaktadır. Bunu tespit etmek amacı ile gruplar arası t testi uygulanmış ve sonuçlar tablolarda verilmiştir.

2.3.1.1. Dua ve Cinsiyet

Bu başlık altında, dua tutumu bakımından erkekler ve kadınlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 13’de sunulmuştur.

Tablo 13: Dua tutumu bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar (t test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tefekkür ve rahatlama	Erkek	176	27,07	4,44	305	1,691	,092
	Kadın	239	27,74	3,25			
İstek ve Şükür	Erkek	176	30,97	4,56	413	1,246	,214
	Kadın	239	31,46	3,49			
Manevi Hoşnutsuzluk	Erkek	176	21,68	2,24	411	3,350	,001
	Kadın	239	20,84	2,85			

Tablo 13'ün devamı

Dua (Genel)	Erkek	176	79,73	9,57	413	376	,707
	Kadın	239	80,06	7,97			

Tabloda 13'te görüldüğü üzere, dua ölçeği genelinde erkekler ($\bar{x}=79,73$) ve kadınlar ($\bar{x}=80,06$) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=376$, $p>.05$. Yalnızca duanın manevi hoşnutsuzluk boyutunda, erkekler ($\bar{x}=21,68$) ve kadınlar ($\bar{x}=20,84$) arasında erkekler lehine anlamlı bir farklılık gözlenmektedir, $t(411)=3,350$, $p<.01$. Diğer boyutlarda ise gruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemektedir. Bu veriler manevi hoşnutsuzluk boyutu dışında "cinsiyet faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur." şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir.

Tablo 13'e genel olarak baktığımızda manevi hoşnutsuzluk boyutu hariç kadınların dua ölçeği ve alt boyutlarından almış oldukları ortalamalar erkeklere göre daha yüksek olmasına rağmen istatistiksel olarak yalnızca bir boyutta anlamlı farklılık gözlenmektedir. Manevi hoşnutsuzluk boyutunda erkekler lehine ortaya çıkan durum, kadınların duygusal olarak sonuca yönelik daha hızlı etkilenmelerini ortaya koymaktadır (Bkz: Albayrak,2013: 110). Ancak istatistiksel açıdan manevi hoşnutsuzluk boyutu dışında anlamlı farklılığın olmaması ise, kadın ve erkeklerin, duaya dair temel inanç ve esaslar çerçevesinde ortak değerleri benimseme eğiliminde olduklarını düşündürmektedir.

Cinsiyet-dua ilişkisine dair elde edilen bu bulgular, daha önceki bazı araştırmalarda ulaşılan bulgularla paralellik göstermektedir. Örneğin Albayrak (2013: 111) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, kız öğrencilerin duaya yönelik tutumları erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Arıcı'nın (2005: 112) ergenler üzerine yapmış olduğu araştırmada kızların dua puanları erkeklerden daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Doğan (1997: 55) tarafından gerçekleştirmiş olan bir diğer çalışmada ise kadınların erkeklerden daha fazla duanın etkisine inandıkları ortaya konmuştur. Yine kadınların erkeklerden daha fazla dua ettiği de ulaşılan veriler arasındadır (Loewenthal, 2008: 27). Sonuç olarak elde edilen veriler ışığında kadınların dua etme eğilimleri, duaya olan inançları erkeklerinkinden daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

2.3.1.2. Başa Çıkma ve Cinsiyet

Bu başlık altında, başa çıkma tarzları bakımından erkekler ve kadınlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 14’te sunulmuştur.

Tablo 14 :Başa çıkma tarzları bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar (t test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Kendine Güvenli Yak.	Erkek	176	21,68	2,48	413	,881	,379
	Kadın	239	21,46	2,48			
Çaresiz Yaklaşım	Erkek	176	18,88	3,25	413	1,584	,114
	Kadın	239	19,41	3,38			
Boyun Eğici yaklaşım	Erkek	176	13,50	2,26	413	2,020	,044
	Kadın	239	13,97	2,42			
İyimser Yaklaşım	Erkek	176	15,05	1,94	413	1,953	,051
	Kadın	239	14,66	2,02			
Sosyal Destek Arama	Erkek	176	11,34	1,81	413	1,734	,084
	Kadın	239	11,65	1,84			
Başa Çıkma (Genel)	Erkek	176	80,46	5,58	413	1,244	,214
	Kadın	239	81,17	5,85			

Yukardaki tabloda sunulan verilere göre, başa çıkma tarzları ölçeği genelinde, erkekler ($\bar{x}=80,46$) ve kadınlar ($\bar{x}=81,17$) arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=1,244$, $p<.05$. Yine başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarında da guruplar arasında istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemektedir. Bu sonuçlar “erkekler problem odaklı başa çıkma tarzlarına kadınlardan daha fazla başvururken kadınlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha fazla başvurmaktadırlar.” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Ancak Tablo 1 incelendiğinde erkeklerin probleme yönelik (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım) başa çıkma üst boyutunda kadınlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu;

duygusal başa çıkma (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) tarzlarında ise kadınların erkeklerden daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülecektir.

Elde edilen veriler daha önceki bazı araştırmalarda ulaşılan bulgularla paralellik göstermektedir. Avşaroğlu (2007: 72) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, stresle başa çıkma tutumları envanterinden elde edilen sonuçlara göre cinsiyetleri arasında sadece kaçma soyutlanma alt boyutunda erkek öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılığa rastlanmış, bu boyutun dışında ölçek genelinde ve diğer alt boyutlarda her hangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Şahin ve Durak (1995: 63) tarafından gerçekleştirilen ölçek uyarlama araştırmalarında ise genelde istatistiksel olarak cinsiyetler arası anlamlı farklılığa rastlanmamakla birlikte yalnızca bir araştırmada sosyal desteğe başvurma alt ölçeğinde kadınlar lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Çakır (2006: 87-88) tarafından gerçekleştirilen bir diğer araştırmada ise başa çıkmanın, kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım boyutunda (probleme odaklı başa çıkma tarzları) erkekler kadınlara göre daha yüksek ortalamaya sahipken; kendine güvensiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşım boyutunda (duygusal odaklı başa çıkma tarzları) ise kadınların erkeklere göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu gözlenmiştir. Sosyal desteğe başvurma boyutunda ise guruplar arasında kadınlar en yüksek ortalamaya sahiptir.

Bu veriler araştırmamızda gözlenen verileri destekler niteliktedir. Kadınların erkeklerden daha fazla pasif başa çıkma tarzlarına yönelmeleri ise, genellikle kadınların duygusal olarak erkeklerden daha canlı olmaları ile açıklanabilir (Bkz. Kurt, 2008: 55).

2.3.1.3. Dinsel Eğilim ve Cinsiyet

Bu başlık altında, dinsel eğilim bakımından erkekler ve kadınlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 15’te gösterilmiştir.

Tablo 15: Dinsel eğilim bakımından kadınlar ile erkekler arasındaki farklar(t test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Dinsel Eğilim (Genel)	Erkek	176	33,31	4,30	413	,412	,681
	Kadın	239	33,14	4,12			

Tablo 15'teki ortalama puanlar dikkate alındığında, dinsel eğilim ölçeği genelinde, erkekler ($\bar{x}=33,31$) ve kadınlar ($\bar{x}=33,14$) arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=,412$, $p>.05$. Bu durum “kadınlar erkeklere göre daha iç güdümlü dindardır” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Cinsiyet değişkeni bakımından farklılığın olmaması, erkek ve kadınların, dinin temel inanç ve esasları bağlamında ortak dini değer ve inançları benimseme eğiliminde olduklarını akla getirmektedir. Ancak cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememekle birlikte erkeklerin ortalama puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bu konuda yapılan diğer çalışmalara baktığımızda, Kayıklık (2000: 70) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, erkeklerin dinsel eğilim puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu gözlenmiş ve gruplar arasında erkekler lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulgulanmıştır. Uysal (2006: 80) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, kadınlara göre erkeklerin dindarlık puanı daha yüksek çıkmakla birlikte dindarlığın inanç boyutuna giren tutum ve davranışlar bakımından iki grup arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Mehmedoğlu (2004: 137) da benzer veriler elde etmiş ve erkeklerin dindarlığın ibadet, tecrübe, bilgi ve etki boyutlarında kadınlardan anlamlı şekilde daha yüksek bir dindarlığa sahip olduğu sonucuna varmıştır. Ancak Ayten(2009: 119) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise kadınların dindarlık eğilimlerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu ve gruplar arasında kadınlar lehine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu gözlenmiştir.

Dindarlık araştırmalarının genelinde erkek-kadın dindarlığı karşılaştırmalı bir şekilde ele alınmakla beraber bu konuda kesin bir neticeye ulaşıldığı söylenemez. Dindarlığın çok boyutlu bir olgu olması ve dinsel, kültürel, toplumsal farklılıklar gibi faktörlerden dolayı, araştırmalarda kimi zaman erkekler, kimi zaman kadınlar daha dindar gözükülebilmekte bazen de aralarında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamaktadır.

2.3.2. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Yaş

Bireylerin yaşlarına bağlı olarak oluşan fiziksel ve ruhsal değişmeler, onların gündelik yaşamlarındaki tutum ve davranışlarında farklılaşmalara yol açar (Ayten,2009: 120). Bu durum onların dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimlerini de etkiler. Bu çerçevede ise araştırmamızda “genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri yaş

gruplarına göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmaktadır. Bu amaçla yaş değişkeni ilk yetişkinliğin kendi içerisindeki gelişim dönemlerine uygun olarak kategorilendirilmiş ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış, gruplar arasındaki farklılığı tespit etmek amacıyla da Scheffe, LSD ve Dunnett C testleri uygulanmıştır.

2.3.2.1. Dua ve Yaş

Araştırma grubunun yaş dönemlerine göre dua ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 16’da, ANOVA ve Scheffe testi sonuçları ise Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 16: Yaş Dönemlerine Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaş Dönemleri	N	\bar{x}	SS
Tefekkür ve rahatlama	20-23 yaş	48,00	27,29	3,44
	24-28 yaş	157,00	27,50	3,87
	29-33 yaş	80,00	27,15	4,32
	34-40 yaş	87,00	28,20	3,25
	41-45 yaş	43,00	26,63	3,99
İstek ve Şükür	20-23 yaş	48,00	31,23	3,55
	24-28 yaş	157,00	31,44	4,04
	29-33 yaş	80,00	30,80	4,71
	34-40 yaş	87,00	31,71	3,35
	41-45 yaş	43,00	30,53	3,95
Manevi Hoşnutsuzluk	20-23 yaş	48,00	21,63	2,16
	24-28 yaş	157,00	21,14	2,65
	29-33 yaş	80,00	21,09	3,01
	34-40 yaş	87,00	21,56	2,41
	41-45 yaş	43,00	20,47	2,71
Dua (Genel)	20-23 yaş	48,00	80,15	7,50
	24-28 yaş	157,00	80,08	8,67
	29-33 yaş	80,00	79,04	9,55
	34-40 yaş	87,00	81,47	7,86
	41-45 yaş	43,00	77,63	9,47

Tablo 17’de sunulan analiz sonuçları, deneklerin dua ölçeği (genel) puanları arasında yaş dönemleri bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F(4, 410)=1,685$, $p>.05$. Başka bir deyişle, deneklerin dua (genel) puanları, yaş gruplarına göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Dua-yaş dönemleri ilişkisi, dua ölçeğinin alt boyutları olan tefekkür ve rahatlama, istek ve şükür ile manevi hoşnutsuzluk açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu durum “yaş faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa sebep olmaz.” şeklindeki hipotezimizi desteklemektedir. Bu araştırmada yaş gurupları arasındaki aralığın çok fazla olmamasından ötürü yaşa bağlı olarak anlamlı bir farklılaşmanın meydana gelmediğini ifade etmek mümkün gözükmemektedir.

Elde edilen sonuçlar daha önceki bazı araştırmalarda ulaşılan sonuçlarla karşılaştırıldığında bazı araştırmalarla paralellik göstermekteyken (Albayrak, 2013: 108) bazıları ile örtüşmemektedir (Yaparel, 1987: 103). Yaparel (1987: 103) tarafından ilk yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada farklı yaş guruplarının, dini hayatın boyutlarından olan dua boyutuna ilişkin ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Albayrak (2013: 108) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir araştırmada ise yaş değişkenine göre gruplar arasında dua tutum ve davranışı bakımından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 17: Dua Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve Scheffe Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Tefekkür ve rahatlama	Guruplar arası	86,154	4	21,538	1,486	,206	-
	Guruplar içi	5943,090	410	14,495			
	Toplam	6029,243	414				
İstek ve Şükür	Guruplar arası	62,457	4	15,614	,983	,417	-
	Guruplar içi	6512,468	410	15,884			
	Toplam	6574,925	414				

Manevi Hoşnutsuz.	Guruplar arası	44,936	4	11,234	1,621	,168	-
	Guruplar içi	2840,655	410	6,928			
	Toplam	2885,590	414				
Dua (Genel)	Guruplar arası	504,169	4	126,042	1,685	,153	-
	Guruplar içi	30668,515	410	74,801			
	Toplam	31172,684	414				

2.3.2.2. Başa Çıkma Tarzları ve Yaş

Örnekleme grubunun yaş dönemlerine göre başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 18’de, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 19’de verilmiştir.

Tablo 18: Yaş Dönemlerine Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaş Dönemleri	N	\bar{x}	SS
Kendine Güvenli Yaklaşım	20-23 yaş	48	21,38	2,63
	24-28 yaş	157	21,50	2,48
	29-33 yaş	80	20,99	2,42
	34-40 yaş	87	21,98	2,29
	41-45 yaş	43	22,19	2,65
Çaresiz Yaklaşım	20-23 yaş	48	20,29	3,45
	24-28 yaş	157	19,24	3,44
	29-33 yaş	80	18,94	3,29
	34-40 yaş	87	18,94	3,09
	41-45 yaş	43	18,72	3,21
Boyun Eğici Yaklaşım	20-23 yaş	48	14,04	1,98
	24-28 yaş	157	13,86	2,34
	29-33 yaş	80	13,71	2,36
	34-40 yaş	87	13,69	2,36
	41-45 yaş	43	13,49	2,91
İyimser Yaklaşım	20-23 yaş	48	14,88	2,31
	24-28 yaş	157	14,58	1,91
	29-33 yaş	80	14,69	2,20
	34-40 yaş	87	15,06	1,70
	41-45 yaş	43	15,49	1,98

Tablo 18'in devamı

Sosyal Destek Arama	20-23 yaş	48	11,38	1,81
	24-28 yaş	157	11,60	1,99
	29-33 yaş	80	11,38	1,72
	34-40 yaş	87	11,67	1,58
	41-45 yaş	43	11,40	2,03
Başa Çıkma (Genel)	20-23 yaş	48	81,96	6,58
	24-28 yaş	157	80,78	5,36
	29-33 yaş	80	79,70	5,77
	34-40 yaş	87	81,33	5,43
	41-45 yaş	43	81,28	6,53

Tablo 19'da verilen analiz sonuçları, katılımcıların başa çıkma tarzları ölçeği (genel) puanları arasında yaş dönemleri bakımından anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir, $F(4, 410)=1,472$, $p>,05$. Yani, araştırma grubunun, başa çıkma tarzları ölçeği (genel) puanları, yaş guruplarına göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir.

Başa çıkma tarzları-yaş dönemleri ilişkisi, başa çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise sadece kendine güvenli yaklaşım boyutunda yaş dönemleri arasında anlamlı bir fark gözlenmektedir. Kendine güvenli yaklaşımda, 28-33 yaş ($\bar{x}=20,99$) ile 33-40 yaş ($\bar{x}=21,98$) ve 40-45 yaş ($\bar{x}=22,19$) dönemleri arasında 33-40 yaş ile 40-45 yaş gurupları lehine istatistiki açıdan anlamlı bir fark söz konusudur, $F(4, 410)=2,485$, $p<,05$. Bu durum ise yaş ilerledikçe bireylerin edindiği yaşam tecrübeleri neticesinde kendilerine olan güvenlerinin artması ile açıklanabilir. Diğer boyutlar açısından değerlendirildiğinde ise guruplar arasında anlamlı bir fark hesaplanmamaktadır. Bu veriler “yaş faktörü başa çıkma tarzlarında anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi, kendine güvenli yaklaşım alt boyutu hariç, desteklememektedir.

Tablo 18 incelendiğinde, genel olarak hem başa çıkma ölçeği hem de ölçek alt boyutlarında problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurmada yaş ilerledikçe bir artış gözlenmekteyken aksine duygusal odaklı başa çıkma tarzlarında yaş ilerledikçe bir azalmaya rastlanılmaktadır. Bu durum ise yukarıda da ifade edildiği gibi yaşın ilerlemesi ile birlikte ileriki dönemlerde yaşam tecrübesinin artması ve yetişkinliğe geçişle

olgunlaşmanın başlaması ile bireylerin kendilerine olan güvenlerindeki artışı akla getirmektedir (Bkz: Onur, 2011: 103-111).

Tablo 19: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	Guruplar arası	60,468	4	15,117	2,485	,043	3-4 3-5
	Guruplar içi	2493,952	410	6,083			
	Toplam	2554,419	414				
Çaresiz Yaklaşım	Guruplar arası	78,569	4	19,642	1,781	,132	-
	Guruplar içi	4522,771	410	11,031			
	Toplam	4601,340	414				
Boyun Eğici Yaklaşım	Guruplar arası	9,019	4	2,255	,400	,809	-
	Guruplar içi	2312,586	410	5,640			
	Toplam	2321,605	414				
İyimser Yaklaşım	Guruplar arası	34,704	4	8,676	2,204	,068	-
	Guruplar içi	1614,149	410	3,937			
	Toplam	1648,853	414				
Sosyal Destek Arama	Guruplar arası	6,200	4	1,550	,456	,768	-
	Guruplar içi	1393,332	410	3,398			
	Toplam	1399,533	414				
Başa Çıkma (Genel)	Guruplar arası	193,586	4	48,396	1,472	,210	-
	Guruplar içi	13477,899	410	32,873			
	Toplam	13671,484	414				

2.3.2.3. Dinsel Eğilim ve Yaş

Araştırma grubunun, yaş dönemlerine göre dinsel eğilim ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 20’de, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 20: Yaş Dönemlerine Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaş Dönemleri	N	\bar{x}	SS
Dinsel Eğilim (Genel)	20-23 yaş	48,00	33,96	3,55
	24-28 yaş	157,00	33,10	4,46
	29-33 yaş	80,00	33,04	4,36
	34-40 yaş	87,00	33,59	4,10
	41-45 yaş	43,00	32,44	3,68

Tablo 21’de sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, yaş guruplarının ortalamaları arasında farklılık olmasına karşın, katılımcıların dinsel eğilim düzeyleri arasında yaş dönemleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı gözükmemektedir, $F(4, 410)=,979$, $p>.05$. Başka bir deyişle, deneklerin dinsel eğilim düzeyleri, yaş guruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Bu bulgular “yaşça büyük olan bireyler daha genç olanlara göre iç güdümlü dindarlık eğilimi gösterir.” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir.

Yapılan araştırmalarda yaş-dindarlık ilişkisi çerçevesinde kimi çalışmalarda anlamlı farklılık gözlenirken (Kayıklık, 2000), kimi araştırmalarda ise anlamlı farklılığa rastlanılmamaktadır (Mehmedoğlu, 2004; Ayten, 2004). Daha önceden yapılan çalışmalara baktığımızda, Mehmedoğlu (2004: 138-139) ve Ayten (2004: 86) tarafından ayrı ayrı gerçekleştirilen araştırmalarda da yaş değişkenine göre dindarlık bakımından herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır. Ancak Kayıklık (2000: 72) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, yaş gurupları arasında dinsel eğilim bakımından anlamlı bir farklılık gözlenmiştir.

Bu araştırmada ise yaş gurupları arasındaki aralığın çok fazla olmaması ile belirlenen yaş guruplarına mensup bireylerin dinin temel inanç ve esasları etrafında birleşmiş

olabilecekleri durumu, gruplar arasındaki farklılaşmanın önüne geçtiğini akla getirmektedir.

Tablo 21: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Guruplar arası	68,967	4	17,242	,979	,419	-
Guruplar içi	7218,079	410	17,605			
Toplam	7287,046	414				

2.3.3. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Medeni Durum

Çalışmanın bu kısmında “medeni durum değişkeni genç yetişkinlerin dualarında, başa çıkma tarzlarında ve dinsel eğilimlerinde herhangi bir farklılığa yol açmakta mıdır?” sorusuna cevap aranmış ve bunları tespit etmek amacı ile gruplar arası t testi uygulanmış ve sonuçlar tablolarda sunulmuştur.

2.3.3.1. Dua ve Medeni Durum

Bu başlık altında, dua tutumu ve davranışı bakımından bekârlar ve evliler arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 22’de sunulmuştur.

Tablo 22: Dua Tutumu Bakımından Bekârlar ile Evliler Arasındaki Farklar(t test)

	Medeni hal	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tefekkür ve rahatlama	Bekâr	209	27,33	3,87	413	,674	,501
	Evli	206	27,59	3,76			
İstek ve Şükür	Bekâr	209	31,08	4,15	413	,871	,384
	Evli	206	31,42	3,80			
Manevi Hoşnutsuzluk	Bekâr	209	21,11	2,63	413	,699	,485
	Evli	206	21,29	2,64			
Dua (Genel)	Bekâr	209	79,54	8,76	413	,909	,364
	Evli	206	80,31	8,58			

Tablo 22’de sunulan ortalama puanlara göre, dua ölçeği geneli için, bekârlar ($\bar{x}=79,54$) ve evliler ($\bar{x}=80,31$) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=,909$, $p>.05$. Dua ölçeği alt boyutlarında da medeni durum bakımından istatistiki açıdan bekârlar ve evliler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamaktadır. Bu durum “medeni durum değişkeni dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir.

Ancak Tablo 22 incelendiğinde, gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememekle birlikte dua ölçeği ve alt boyutlarında, evlilerin ortalama puanları bekârlara göre daha yüksek gözlenmektedir. Gruplar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı seviyeye ulaşmaması, duaya dair temel inanç ve esaslar çerçevesinde grupların ortak değerleri benimseme eğiliminde olduklarını düşündürmektedir. Yani duanın, dinin en sık başvurulan ibadetlerinden biri olması, ona olan inanç etrafında birleşmiş olabileceğini akla getirmektedir.

2.3.3.2. Başa Çıkma Tarzları ve Medeni Durum

Bu başlık altında, başa çıkma tarzları bakımından evliler ve bekârlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 23’de gösterilmiştir.

Tablo 23: Başa Çıkma Tarzları Bakımından Bekârlar İle Evliler Arasındaki Farklar (t test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Kendine Güvenli Yak.	Bekâr	209	21,54	2,61	413	,171	,864
	Evli	206	21,58	2,36			
Çaresiz Yaklaşım	Bekâr	209	19,27	3,38	413	,492	,623
	Evli	206	19,11	3,29			
Boyun Eğici yaklaşım	Bekâr	209	13,88	2,34	413	,843	,400
	Evli	206	13,68	2,40			
İyimser Yaklaşım	Bekâr	209	14,86	2,14	405,80	,283	,777
	Evli	206	14,80	1,84			
Sosyal Destek Arama	Bekâr	209	11,55	1,78	413	,252	,802
	Evli	206	11,50	1,90			
Başa Çıkma (Genel)	Bekâr	209	81,08	5,96	413	,737	,461
	Evli	206	80,67	5,53			

Tablo 23’de sunulan bulgulara göre, başa çıkma tarzları ölçeği geneli için, bekârlar (\bar{x} =81,08) ve evliler (\bar{x} =80,67) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=,737$, $p>.05$. Başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarında da medeni durum değişkenine göre istatistiki açıdan bekârlar ve evliler arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Bu veriler “evliler daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarını tercih ederken bekârlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına başvurumaktadırlar.” şeklindeki hipotezimizi istatistiki anlamlılık seviyesinde desteklememektedir. Ancak Tablo 23’de incelendiğinde, evlilerin (\bar{x} =21,58) bekârlara(\bar{x} =21,54) göre problem odaklı başa çıkma tarzlarından kendine güvenli yaklaşımı daha çok tercih ettikleri; bekârların ise evlilere göre duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) daha çok başvurdukları görülmektedir.

Bu konuda yapılan diğer çalışmalara baktığımızda, Şentepe (2009: 46) tarafından yaşlılar üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, evliler ve bekârlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemekte birlikte; evlilerin daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurdukları, bekârların ise daha çok duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına yöneldikleri ortaya konmuştur.

2.3.3.3. Dinsel Eğilim ve Medeni Durum

Bu başlık altında, dinsel eğilim bakımından evliler ve bekârlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 24’te gösterilmiştir.

**Tablo 24: Dinsel Eğilim Bakımından Bekârlar İle Evliler Arasındaki Farklar
(t test)**

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Dinsel Eğilim(Genel)	Bekâr	209	33,00	4,34	413	1,026	,306
	Evli	206	33,43	4,03			

Yukardaki tablo incelendiğinde, dinsel eğilim bakımından bekârlar (\bar{x} =33,00) ve evliler (\bar{x} =33,43) yüksek ortalamaya sahip olmalarının yanında gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir, $t(413)=1,026$, $p>.05$. Gruplar incelendiğinde dinsel eğilim ortalamaları bakımından evlilerin (\bar{x} =33,43) lehine bir

durum gözlenmesine karşın, “Evliler iç güdümlü dindarlık eğilimi gösterirken, bekârlar dış güdümlü dindarlık eğilimi gösterir.” şeklinde kurduğumuz hipotez desteklenmemektedir. Uysal’ın (2006:82) gerçekleştirmiş olduğu bir araştırmada, evli gurubun dindarlık ortalama puanları bekârlardan daha yüksek çıkmıştır. Kayıklık (2003:133-vd.) tarafından orta yaş ve yaşlılar üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, dinsel eğilim bakımından, genel olarak evlilerin bekârlara göre daha yüksek ortalama puanlara sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu veriler evlilerin bekârlara göre daha iç güdümlü dindarlık eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır. Batıda yapılan araştırmalarda da evlilerin bekârlara göre daha dindar olduğuna dair bulgular vardır (Hökelekli, 2010: 99). Bu durum yani evlilerde dini ilginin artışı, evliliğin getirdiği sorumluluklar ve çocukların varlığı ile açıklanabilir.

2.3.4. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Sosyal Çevre

Bu başlık altında bağımlı değişkenlerin araştırma gurubunun hayatının çoğunu geçirdikleri yerle (sosyal çevre) olan ilişkisi incelenecektir. Yani bu kısımda, “genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri sosyal çevreye göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmaktadır. Bu amaçla tek yönlü varyans analizi yapılmış ve hesaplanan değerler tablolarda sunulmuştur.

2.3.4.1. Dua ve Sosyal Çevre

Araştırma gurubunun sosyal çevreye göre dua ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 25’te, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 26’da verilmiştir.

Tablo 25: Sosyal Çevreye Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Sosyal Çevre	N	\bar{x}	SS
Tefekkür ve rahatlama	Köy-Kasaba	50	27,42	4,59
	İlçe	88	27,48	3,40
	İl	277	27,47	3,80
İstek ve Şükür	Köy-Kasaba	50	30,82	4,64
	İlçe	88	31,63	3,21
	İl	277	31,22	4,08
Manevi	Köy-Kasaba	50	21,88	2,60

Tablo 25'in devamı

Hoşnutsuzluk	İlçe	88	21,32	2,81
	İl	277	21,05	2,58
Dua (Genel)	Köy-Kasaba	50	80,12	9,64
	İlçe	88	80,42	7,99
	İl	277	79,73	8,73

Tablo 25'te sunulan puanlara göre, dua ölçeğinde (genel) en yüksek ortalamaya öncelikle hayatının çoğunu ilçede ($\bar{x}=80,42$) geçirenler, daha sonra sırası ile köy-kasaba ($\bar{x}=80,12$ ve il'de ($\bar{x}=79,73$) geçirenler sahiptir. Bu farklılığa karşın dua düzeyleri bakımından sosyal çevre gurupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $F(2, 412)=,223$, $p>,05$. Dua-sosyal çevre ilişkisi, dua ölçeğinin alt boyutları olan tefekkür ve rahatlama, istek ve şükür ile manevi hoşnutsuzluk açısından değerlendirildiğinde ise guruplar arasında yine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bu veriler “Sosyal çevre değişkeni dua tutumlarında anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Ancak Tablo 25 incelendiğinde yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenlerin ortalamalarının, yaşamının çoğunu kentlerde geçirenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmektedir.

Elde edilen veriler daha önceki bazı araştırmalarda ulaşılan bulgularla paralellik göstermektedir. Albayrak (2013: 113) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, sosyal çevre ve dua ilişkisinin istatistiksel açıdan guruplar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkarmadığı gözlenmiştir. Ancak gerçekleştirilen bu araştırmada da yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenlerin ortalamaları, yaşamının çoğunu kentlerde geçirenlere göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Gurup ortalamaları arasında fark olsa da bu farkın istatistiksel olarak anlamlı seviyede olmamasını Albayrak (2013: 114), kitle iletişim araçlarının köy ve kent yaşamı arasındaki farkı ortadan kaldırmış olabileceği ile ifade etmektedir.

Tablo 26: Dua Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA ve Scheffe Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Tefekkür ve rahatlama	Gruplar arası	,120	2	,060	,004	,996	-
	Gruplar içi	6029,124	412	14,634			
	Toplam	6029,243	414				
İstek ve Şükür	Gruplar arası	21,917	2	10,958	,689	,503	-
	Gruplar içi	6553,009	412	15,905			
	Toplam	6574,925	414				
Manevi Hoşnutsz.	Gruplar arası	30,830	2	15,415	2,225	,109	-
	Gruplar içi	2854,761	412	6,929			
	Toplam	2885,590	414				
Dua (Genel)	Gruplar arası	33,730	2	16,865	,223	,800	-
	Gruplar içi	31138,954	412	75,580			
	Toplam	31172,684	414				

2.3.4.2. Başa Çıkma Tarzları ve Sosyal Çevre

Katılımcıların sosyal çevreye göre başa çıkma ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 27’de, ANOVA ve Scheffe testi sonuçları ise Tablo 28’de verilmiştir.

Tablo 27: Sosyal Çevreye Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Sosyal Çevre	N	\bar{x}	SS
Kendine Güvenli Yaklaşım	Köy-Kasaba	50	21,70	2,27
	İlçe	88	21,36	2,56
	İl	277	21,59	2,50
Çaresiz Yaklaşım	Köy-Kasaba	50	19,10	2,88
	İlçe	88	19,02	3,40
	İl	277	19,26	3,40
Boyun Eğici Yaklaşım	Köy-Kasaba	50	13,78	1,81
	İlçe	88	13,61	2,13
	İl	277	13,83	2,53

Tablo 27'nin devamı

İyimser Yaklaşım	Köy-Kasaba	50	15,12	1,64
	İlçe	88	14,91	2,10
	İl	277	14,75	2,02
Sosyal Destek Arama	Köy-Kasaba	50	11,18	2,15
	İlçe	88	11,75	1,97
	İl	277	11,51	1,73
Başa Çıkma (Genel)	Köy-Kasaba	50	80,88	4,22
	İlçe	88	80,66	6,32
	İl	277	80,94	5,81

Araştırma grubunun yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yer ile başa çıkma tarzları ölçeği (genel) puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre (Tablo 28) söz konusu bağımsız değişkene göre deneklerin dua puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür, $F(2, 412)=,081$, $p>,05$. Tablo 27'de sunulan verilere göre başa çıkma tarzları ve sosyal çevre ilişkisi, başa çıkma tarzları ölçeğinin alt boyutları olan kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama açısından değerlendirildiğinde de gruplar arasında yine istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Elde edilen bu veriler “hayatının çoğunu kırsal çevrede geçirenler duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırken, kentlerde geçirenler problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvururlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezimizi desteklememektedir. Avşaroğlu (2007: 84) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olan bir araştırmada da deneklerin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yere göre başa çıkma tarzlarına başvurmada anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlenmiştir.

Tablo 27 incelendiğinde, yaşamının çoğunu kırsal çevrede geçirmiş olanların kentlerde geçirenlere göre daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarından olan kendine güvenli yaklaşımı tercih ettikleri, yaşamının büyük bir kısmını kentlerde geçirenlerin ise duygusal odaklı başa çıkma tarzlarından olan çaresiz yaklaşım ve boyun eğici yaklaşıma başvurdukları görülmektedir. Bu sonuçlar kentlerdeki stresli yaşam koşullarının bireyi pasif başa çıkma tarzlarını kullanmaya ittiğini akla getirmektedir. Ayrıca kentlerde yaşamını geçirenler daha fazla sosyal destek arama ihtiyacı içerisinde iken kırsal kesimdekiler kentlerdekilere oranla daha az sosyal destek arayışı içerisinde olmaktadır. Bu durum kırsal nüfusun sosyal desteğe başvurma yaklaşımını karşılayacak nüfusa

sahip olmamasıyla beraber bireylerin kendi sorunları ile baş başa kalıp kendi mücadelelerini verdiklerini düşündürmektedir.

Tablo 28: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA Ve Scheffe Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	Gruplar arası	4,653	2	2,327	,376	,687	-
	Gruplar içi	2549,766	412	6,189			
	Toplam	2554,419	414				
Çaresiz Yaklaşım	Gruplar arası	4,084	2	2,042	,183	,833	-
	Gruplar içi	4597,256	412	11,158			
	Toplam	4601,340	414				
Boyun Eğici Yaklaşım	Gruplar arası	3,136	2	1,568	,279	,757	-
	Gruplar içi	2318,469	412	5,627			
	Toplam	2321,605	414				
İyimser Yaklaşım	Gruplar arası	6,488	2	3,244	,814	,444	-
	Gruplar içi	1642,365	412	3,986			
	Toplam	1648,853	414				
Sosyal Destek Arama	Gruplar arası	10,447	2	5,223	1,549	,214	-
	Gruplar içi	1389,086	412	3,372			
	Toplam	1399,533	414				
Başa Çıkma (Genel)	Gruplar arası	5,356	2	2,678	,081	,922	-
	Gruplar içi	13666,129	412	33,170			
	Toplam	13671,484	414				

2.3.4.3. Dinsel Eğilim ve Sosyal Çevre

Araştırma gurubunun sosyal çevreye göre dinsel eğilim ölçeği puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 29’da, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 30’da verilmiştir.

Tablo 29: Sosyal Çevreye Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaş Dönemleri	N	\bar{x}	SS
Dinsel Eğilim (Genel)	Köy-Kasaba	50	33,44	3,75
	İlçe	88	33,72	4,02
	İl	277	33,02	4,32

Tablo 29 incelendiğinde, hayatının çoğunu ilçede ($\bar{x}=33,72$) geçirenlerin dinsel eğilim ölçeğinden en yüksek ortalamaya sahip oldukları görülecektir. Daha sonra ise sırası ile köy-kasaba ($\bar{x}=33,44$) ve il ($\bar{x}=33,02$) gelmektedir. Tablo 30’da gösterilen, katılımcıların hayatlarının çoğunu geçirdikleri yer ile dinsel eğilim ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre söz konusu bağımsız değişkene göre deneklerin dinsel eğilim puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür, $F(2, 412)=,993$, $p>,05$. Ancak Tablo 1’de betimlenen verilere göre kırsal kesimde yaşamının büyük çoğunluğunu geçirenlerin kentlerdekilere göre daha çok içedönük dinsel eğilim gösterdikleri anlaşılmalı birlikte bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlılık seviyesine ulaşmaması, “Yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenler kentlerde geçirenlere göre daha iç güdümlü dindardırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezimizi desteklememektedir. Elde edilen bulgular daha önceki bazı çalışmalarda ulaşılan verilerle de paralellik göstermektedir. Ayten (2004: 89) gerçekleştirmiş olduğu bir araştırmada, dindarlığın yaşamın çoğunun geçirildiği yere (sosyal çevreye) göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir.

Birey yaşamının çoğunu, kentlere göre daha geleneksel ve muhafazakâr yapıya sahip olan kırsal kesimde geçirmiş olsa bile, kırsal kesimden geleneksel otorite ve denetim mekanizmalarının çözüldüğü kent ortamına göç etmesiyle (veya kitle iletişim araçları ile kentlerde hüküm süren modernizmin etkisine girmeye) yeni ilişkilerin ve sistemin özellikle hayat ve dünya hakkındaki algı kalıplarının değişmesine yol açması (Çelik, 2006: 96) sonucu kent yaşamı ile bütünleşmenin her iki yöre arasındaki farklılığı ortadan kaldırdığı düşünülmektedir. Bu durumun ise yaşamının çoğunu kırsal ve kentsel

çevrelerde geçirenler tarafından dinin temel inanç ve esaslarının ortak bir şekilde benimsenme eğiliminde olduğunu akla getirmektedir.

Tablo 30: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Sosyal Çevreye Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Gruplar arası	34,958	2	17,479	,993	,371	-
Gruplar içi	7252,088	412	17,602			
Toplam	7287,046	414				

2.3.5. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Gelir Algısı

Bu başlık altında, “gelir algısı değişkeni genç yetişkinlerin dualarında, başa çıkma tarzlarında ve dinsel eğilimlerinde herhangi bir farklılığa yol açmakta mıdır?” sorusuna yanıt aranmış ve bunları tespit etmek amacı ile gruplar arası t testi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablolarda gösterilmiştir.

2.3.5.1. Dua ve Gelir Algısı

Bu kısımda, dua tutumu bakımından gelir algısı çok iyi-iyi olanlar ve orta-düşük olanlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 31’de sunulmuştur.

Tablo 31: Dua Tutumu Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test)

	Gelir Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tefekkür ve rahatlama	Çok iyi - iyi	210	27,93	3,65	413	2,520	,012
	Orta - Düşük	205	26,99	3,93			
İstek ve Şükür	Çok iyi - iyi	210	31,60	4,00	413	1,788	,075
	Orta - Düşük	205	30,90	3,95			
Manevi Hoşnutsuzluk	Çok iyi - iyi	210	21,41	2,64	413	1,639	,102
	Orta - Düşük	205	20,99	2,63			
Dua (Genel)	Çok iyi - iyi	210	80,94	8,36	413	2,432	,015
	Orta - Düşük	205	78,88	8,89			

Tabloda 31'deki ortalama puanlar dikkate alındığında, genel dua ölçeğinden alınan puanlar gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(413)=2,432$, $p<,05$. Buna göre gelir durumu çok iyi ve iyi olan deneklerin genel dua ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=80,94$), gelir durumu orta ve düşük olan deneklerin dua ölçeğinden aldıkları puanlara ($\bar{x}=78,88$) göre daha yüksektir. Bu veriler “Yüksek gelir algısına sahip olanların dua ölçeğinden aldıkları ortalamalar daha düşüktür.” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Duanın istek ve şükür ile manevi hoşnutsuzluk alt boyutlarında guruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemekle beraber, duanın tefekkür ve rahatlama alt boyutunda her iki gurup arasında yine gelir durumu çok iyi ve iyi olanlar lehine anlamlı bir farklılık söz konusudur $t(413)=2,520$, $p<,05$. Bu bulgular yüksek gelir algısına sahip olanların sahip olan kimselerin dua davranışını daha fazla içselleştirdiklerini akla getirmektedir.

2.3.5.2. Başa Çıkma Tarzları ve Gelir Algısı

Bu kısımda, başa çıkma tarzları bakımından gelir algısı çok iyi-iyi olanlar ve orta-düşük olanlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 32'de verilmiştir.

Tablo 32: Başa Çıkma Tarzları Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test)

	Gelir Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Kendine Güvenli Yak.	Çok iyi - iyi	210	21,48	2,42	413	,628	,531
	Orta - Düşük	205	21,63	2,55			
Çaresiz Yaklaşım	Çok iyi - iyi	210	18,92	3,47	413	1,637	,102
	Orta - Düşük	205	19,46	3,17			
Boyun Eğici yaklaşım	Çok iyi - iyi	210	13,69	2,54	406,11	,807	,420
	Orta - Düşük	205	13,87	2,18			
İyimser Yaklaşım	Çok iyi - iyi	210	14,78	1,97	413	,544	,587
	Orta - Düşük	205	14,88	2,03			
Sosyal Destek Arama	Çok iyi - iyi	210	11,60	1,78	413	,811	,418
	Orta - Düşük	205	11,45	1,90			
Başa Çıkma (Genel)	Çok iyi - iyi	210	80,46	5,75	413	1,483	,139
	Orta - Düşük	205	81,30	5,72			

Yukardaki tabloda sunulan bulgulara göre, genel başa çıkma ölçeğinden alınan puanlar gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(413)=2,432$, $p<,05$. Gelir durumu çok iyi ve iyi olan deneklerin genel başa çıkma ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=80,46$) ile gelir durumu orta ve düşük olan deneklerin başa çıkma ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=81,30$) arasında istatistiksel açıdan manidar fark yoktur. Başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarında ise yine guruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemektedir. Elde edilen bu bulgular “düşük gelir algısına sahip olanlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha fazla başvururlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Ancak Tablo 32’de sunulan veriler incelendiğinde, gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmasa da düşük gelir algısına sahip olanların yüksek gelir algısına sahip olanlara göre daha fazla duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) yöneldikleri görülmektedir.

2.3.5.3. Dinsel Eğilim ve Gelir Algısı

Bu başlık altında, dinsel eğilim bakımından gelir algısı çok iyi-iyi olanlar ve orta-düşük olanlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 33’te sunulmuştur.

Tablo 33: Dinsel Eğilim Bakımından Gelir Gurupları Arasındaki Farklar (t test)

	Gelir Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Dinsel Eğilim (Genel)	Çok iyi - iyi	210	33,74	4,17	413	2,615	,009
	Orta - Düşük	205	32,67	4,15			

Yukardaki tabloda sunulan ortalama puanlar dikkate alındığında, dinsel eğilim ölçeğinden alınan puanlar gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(413)=2,615$, $p<,01$. Gelir durumu çok iyi ve iyi olan deneklerin dinsel eğilim ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=33,74$), gelir durumu orta ve düşük olan deneklerin dinsel eğilim ölçeğinden aldıkları puanlara ($\bar{x}=32,67$) göre daha yüksektir. Araştırmadan elde ettiğimiz bu veriler “Düşük ve orta gelir algısına sahip olanlar, yüksek olanlara göre daha iç güdümlü dindardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Batıdaki araştırmalar ekonomik ve sosyal statü bakımından üst kesimde yer alanların dine ve dini ahlaka bağlılıklarının orta ve alt kesime göre daha zayıf olduğunu ortaya koymaktadır (Hökelekli, 2010: 97). Ülkemizde yapılan

çalışmalara baktığımızda, Ayten (2004: 87) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise sosyo-ekonomik düzeyi düşük olanların genel olarak dindarlık ve alt boyutlarından daha yüksek puanlar aldıkları tespit edilmiştir. Bu çalışmada ise yüksek gelir algısına sahip olanların düşük gelir algısına sahip olanlara göre daha iç güdümlü dindarlık gösterdikleri tespit edilmiştir. Bu veriler yüksek gelir algısına sahip olanların, dini değer ve esasları daha benimseyerek içselleştirdiklerini düşündürmektedir.

2.3.6. Dua, Başa ıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Eğitim Durumu

Araştırmanın bu kısmında “genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri eğitim durumuna göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmaktadır. Bu amaçla ANOVA ve LSD testi uygulanmıştır.

2.3.6.1. Dua ve Eğitim Durumu

Deneklerin eğitim durumuna göre dua leği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 34’te, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 35’te verilmiştir.

Tablo 34: Eğitim Durumuna Göre Dua leği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Eğitim Durumu	N	\bar{x}	SS
Tefekkür ve Rahatlama	İlköğretim-Lise	48	27,21	3,95
	niversite	266	27,73	3,55
	Lisansüstü	101	26,89	4,36
İstek ve şükür	İlköğretim-Lise	48	31,10	3,60
	niversite	266	31,86	3,53
	Lisansüstü	101	30,01	5,07
Manevi Hoşnutsuzluk	İlköğretim-Lise	48	21,44	2,62
	niversite	266	21,27	2,58
	Lisansüstü	101	20,92	2,82
Dua (Genel)	İlköğretim-Lise	48	79,94	8,63
	niversite	266	80,56	7,99
	Lisansüstü	101	78,25	10,18

Tablo 35’te sunulan Analiz sonuçları, deneklerin dua leği (genel) puanları arasında eğitim durumları bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F(4, 410)=2,620$, $p>.05$. Başka bir değişle, deneklerin dua (genel) puanları, eğitim

durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Dua-eğitim durumu ilişkisi, dua ölçeğinin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise sadece istek ve şükür boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark gözlenmektedir. İstek ve şükür boyutunda, üniversite ($\bar{x}=31,86$) ile lisansüstü ($\bar{x}=30,01$) grupları arasında üniversiteliler lehine istatistiki açıdan anlamlı bir fark söz konusudur, $F(4, 410)=2,944$, $p<,05$. Diğer boyutlar açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. İstek ve şükür boyutunda elde edilen veriler hariç, dua ölçeği ve alt boyutları için “Eğitim seviyesi yüksek olanların dua ölçeğinden aldıkları ortalamalar daha düşüktür.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotez desteklenmemektedir.

Ancak Tablo 34 incelendiğinde eğitim seviyesi arttıkça dua ölçeği ve alt boyutlarından alınan ortalama puanların düşmekte olduğu gözlenecektir. Yani eğitim seviyesi yükseldikçe dua ölçeğinin ölçmüş olduğu dua tutum ve davranışında bir düşüş gözlenmektedir. Bu konudaki diğer çalışmaları incelediğimizde, Albayrak (2013: 115) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada dua tutum ve davranışı bakımından, üniversite birinci sınıf ve dördüncü sınıflar arasındaki ilişki incelenmiş; ancak eğitim seviyesi artmasına karşın gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Fakat istatistiksel olarak bir fark olmamasına karşın birinci sınıfların ortalama puanı daha yüksek çıkmıştır. Bu verilerden hareketle, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın bulunmaması ya örneklem grubunun genelde benzer eğitim sistemi içerisinde yetişmiş olmalarıyla ya da dua az çok inançlı olan herkesin başvurduğu bir dini pratik olması ile eğitimin dua üzerinde bir farklılaşmaya sebebiyet vermemesi ile açıklanabilir.

Tablo 35: Dua Ölçeği Puanlarının Yaş Dönemlerine Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
İstek ve Şükür	Gruplar arası	55,013	2	27,507	1,897	,151	-
	Gruplar içi	5974,230	412	14,501			
	Toplam	6029,243	414				
İstek ve Şükür	Gruplar arası	92,639	2	46,320	2,944	,049	2-3

Tablo 35'in devamı

	Gruplar içi	6482,286	412	15,734			
	Toplam	6574,925	414				
Manevi Hoşnutsz.	Gruplar arası	11,900	2	5,950	,853	,427	-
	Gruplar içi	2873,690	412	6,975			
	Toplam	2885,590	414				
Dua (Genel)	Gruplar arası	391,522	2	195,761	2,620	,074	-
	Gruplar içi	30781,162	412	74,712			
	Toplam	31172,684	414				

2.3.6.2. Başa Çıkma Tarzları ve Eğitim Durumu

Araştırma gurubunun eğitim durumuna göre başa çıkma ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 36'de, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 37'de verilmiştir.

Tablo 36: Eğitim Durumu Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Eğitim durumu	N	\bar{x}	SS
Kendine Güvenli Yaklaşım	İlköğretim-Lise	48	22,29	2,70
	Üniversite	266	21,39	2,53
	Lisansüstü	101	21,64	2,19
Çaresiz Yaklaşım	İlköğretim-Lise	48	19,23	3,11
	Üniversite	266	19,18	3,32
	Lisansüstü	101	19,18	3,51
Boyun Eğici Yaklaşım	İlköğretim-Lise	48	14,67	2,56
	Üniversite	266	13,67	2,38
	Lisansüstü	101	13,63	2,16
İyimser Yaklaşım	İlköğretim-Lise	48	15,15	1,83
	Üniversite	266	14,79	2,07
	Lisansüstü	101	14,78	1,88
Sosyal Destek Arama	İlköğretim-Lise	48	10,94	2,05
	Üniversite	266	11,64	1,82
	Lisansüstü	101	11,49	1,74
Basa Çıkma (Genel)	İlköğretim-Lise	48	82,27	6,24
	Üniversite	266	80,68	5,71
	Lisansüstü	101	80,72	5,56

Tablo 37’de sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, örneklemin başa çıkma (genel) düzeyleri arasında eğitim durumu bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık oluşmadığı gözlenmektedir, $F(2, 412)=1,609$, $p>,05$. Başa çıkma ve eğitim durumu ilişkisi, başa çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark gözlenmektedir. Boyun eğici yaklaşım boyutunda, ilköğretim-lise ($\bar{x}=14,67$) ile üniversite ($\bar{x}=13,67$) ve lisansüstü ($\bar{x}=13,63$) grupları arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark söz konusudur, $F(4, 412)=3,883$, $p<,05$. Yani eğitim seviyesi düşük olan denekler duygusal odaklı/pasif başa çıkma tarzlarından olan boyun eğici yaklaşıma, eğitim seviyesi yüksek olan deneklerden daha fazla başvurumaktadırlar. Bu durum eğitim seviyesi arttıkça duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha az müracaat edildiğini ortaya koymaktadır. Sosyal destek arama alt boyutunda ise ilköğretim-lise ($\bar{x}=10,94$) ile üniversite ($\bar{x}=11,64$) grupları arasında anlamlı farklılaşma gözlenmektedir, $F(2, 412)=3,05$, $p<,05$. Yani eğitim seviyesi ilerledikçe sosyal destek arayışı artmaktadır. Başa çıkma-eğitim ilişkisi diğer boyutlar açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Bu verilerden hareketle “Eğitim seviyesi düşük olanlar yüksek olanlara göre daha çok duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.” şeklindeki hipotezimizin, boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama alt boyutları dışında diğer boyutlar tarafından desteklenmediğini söyleyebiliriz. Bu sonuçlar benzer eğitim sisteminde yetişen bireylerin, sorunlar karşısında onlarla başa çıkarken benzer metotlara başvurduğunu akla getirmektedir. Ancak başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları incelendiğinde (Tablo 36), eğitim seviyesi arttıkça duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarına başvurunun azalarak yerini problem odaklı başa çıkma stratejilerine bırakmakta olduğu görülecektir. Bu durum eğitim seviyesi arttıkça bireyin, alınan eğitimin etkisi ile daha rasyonel düşünüp, aktif olarak harekete geçtiğini ortaya koymaktadır.

Tablo 37: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre ANOVA Ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	Gruplar arası	33,996	2	16,998	2,779	,063	-
	Gruplar içi	2520,423	412	6,118			
	Toplam	2554,419	414				
Çaresiz Yaklaşım	Gruplar arası	,095	2	,047	,004	,996	-
	Gruplar içi	4601,245	412	11,168			
	Toplam	4601,340	414				
Boyun Eğici Yaklaşım	Gruplar arası	42,947	2	21,474	3,883	,021	1-2,1-3
	Gruplar içi	2278,657	412	5,531			
	Toplam	2321,605	414				
İyimser Yaklaşım	Gruplar arası	5,455	2	2,728	,684	,505	-
	Gruplar içi	1643,398	412	3,989			
	Toplam	1648,853	414				
Sosyal Destek Arama	Gruplar arası	20,421	2	10,210	3,050	,048	1-2
	Gruplar içi	1379,112	412	3,347			
	Toplam	1399,533	414				
Başa Çıkma (Genel)	Gruplar arası	105,929	2	52,965	1,609	,201	-
	Gruplar içi	13565,555	412	32,926			
	Toplam	13671,484	414				

2.3.6.3. Dinsel Eğilim ve Eğitim Durumu

Örnekleme grubunun eğitim durumuna göre dinsel eğilim ölçeği puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 38’de, ANOVA ve Dunnett C testi sonuçları ise Tablo 39’da verilmiştir.

Tablo 38: Eğitim Durumuna Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Eğitim Durumu	N	\bar{x}	SS
Dinsel Eğilim (Genel)	İlköğretim-Lise	48	33,42	3,82
	Üniversite	266	33,60	3,90
	Lisansüstü	101	32,12	4,92

Tablo 39’da sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, örneklemin dinsel eğilim düzeyleri arasında eğitim durumu bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık hesaplandığı gözlenmektedir, $F(2, 412)=4,715$, $p<,01$. Diğer bir deyişle, araştırma gurubunun dinsel eğilim düzeyleri, eğitim durumuna bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. Gruplar arası farklılığın hangi guruplar arasında olduğunu bulmak amacı ile yapılan Dunnett C testi sonuçlarına göre (Tablo 39), üniversite ($\bar{x}=33,60$) grubunun dinsel eğilim düzeyinin lisansüstü ($\bar{x}=32,12$) grubuna göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu veriler “Eğitim seviyesi düşük olanlar eğitim seviyesi yüksek olanlara göre daha içi güdümlü dindardırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemektedir. Yani eğitim seviyesi düşük olanlar daha iç güdümlü dindarken, eğitim seviyesi yüksek olanlar daha dış güdümlü dindardırlar. Bu konuda yapılan diğer çalışmalara baktığımızda, Mehmedoğlu (2004: 134) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, eğitim seviyesi arttıkça dindarlık seviyesinin düştüğü; eğitim seviyesi düştükçe de dindarlık seviyesinin arttığı tespit edilmiştir. Bu verilerden hareketle eğitim seviyesinin yükselmesi ile birlikte daha çok dini inançlarda rasyonelleşme, liberalleşme ve bireyselleşme eğilimlerinin güç kazandığını söylemek mümkündür. Diğer yandan, geleneksel ve itaate dayalı dindarlıkların, üniversite gibi seküler kültürün etkili olduğu ortamlarda çözülmesi ve gerilemesi de doğal gözükmektedir (Hökelekli, 2010: 96).

Tablo 39: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumuna Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Gruplar arası	163,045	2	81,523	4,715	,009	2-3
Gruplar içi	7124,000	412	17,291			
Toplam	7287,046	414				

2.3.7. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Öznel Sağlık Algısı

Gerek dua, gerek başa çıkma tarzlarında ve gerekse dinsel eğilimde etkili olan faktörlerden birisi de sağlık algısı değişkenidir. İşte bu başlık altında, “öznel sağlık

algısı değişkeni genç yetişkinlerin dualarında, başa çıkma tarzlarında ve dinsel eğilimlerinde herhangi bir farklılığa yol açmakta mıdır?” sorusuna yanıt aranmış ve bunları tespit etmek amacı ile gruplar arası t testi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablolarda gösterilmiştir.

2.3.7.1. Dua ve Öznel Sağlık Algısı

Örnekleme gurubunun sağlık algısına göre dua ölçeği puanlarının betimsel istatistikleri ve t testi sonuçları Tablo 40’te verilmiştir.

Tablo 40: Dua Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t- Test Sonuçları

	Sağlık Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tefekkür ve rahatlama	İyi	290	27,51	3,75	413	,396	,692
	Orta-Kötü	125	27,35	3,98			
İstek ve Şükür	İyi	290	31,31	3,96	413	,427	,669
	Orta-Kötü	125	31,13	4,05			
Manevi Hoşnutsuzluk	İyi	290	21,33	2,52	413	1,486	,138
	Orta-Kötü	125	20,91	2,89			
Dua (Genel)	İyi	290	80,16	8,40	413	,822	,412
	Orta-Kötü	125	79,39	9,30			

Tablo 40’teki ortalama puanlar dikkate alındığında, genel dua ölçeğinden alınan puanlar sağlık durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(413)=,822$, $p<,05$. Sağlık algısı iyi olan deneklerin genel dua ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=80,16$) ile sağlık algısı orta ve kötü olan deneklerin dua ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=78,88$) arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Dua ölçeği alt boyutlarında ise yine gruplar arasında herhangi bir anlamlı farklılık gözlenmemektedir. Elde edilen bu veriler “Sağlık algısı iyi olanların dua tutumundan aldıkları ortalamalar daha düşüktür.” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Yani gruplar arasında dua etme tutum ve davranışı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözükmemektedir. İstatistiksel olarak anlamlı farklılığın çıkmaması grupların duaya dair tutumlarının birbirine yakın olduğunu akla getirmektedir. Ancak gruplar arasında anlamlı bir fark olmamasına karşın, Tablo 40’da betimlenen grup ortalamalarını incelediğimizde, sağlığını iyi olarak

değerlendirenlerin, diğerlerine göre dua ölçeği ve alt boyutlarından daha yüksek ortalamalar aldığını görmekteyiz. Bu durum sağlığını iyi olarak değerlendirenlerin, dua ölçeği ve boyutlarında ifade edilen özelliklere daha yüksek düzeyde sahip olduklarını göstermektedir. Arıcı (2005: 134) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, herhangi bir sorundan (sağlık ve diğ.) etkilenme düzeyi arttıkça, sorun üzerinde duanın olumlu etkisinin olduğu düşüncesine katılanların sayısının düşüş gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgudan hareketle, çalışmamızda, sağlık algısını iyi olarak değerlendirenlerin dua ortalama puanlarının daha yüksek çıkması, olaydan az etkilenenlerin duaya olan inancının daha fazla olmasıyla açıklanabileceği gibi, sağlık algısını kötü olarak değerlendirenlerin dua ortalama puanlarının daha düşük çıkması ise olaydan çok etkilenenlerin duaya olan inancının daha az olmasıyla açıklanabilir.

2.3.7.2. Başa Çıkma Tarzları ve Öznel Sağlık Algısı

Bu başlık altında, başa çıkma tarzları bakımından sağlık algısı iyi olanlar ve orta-kötü olanlar arasındaki ilişki ele alınmış sonuçlar Tablo 41’de gösterilmiştir.

Tablo 41: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t- Test Sonuçları

	Sağlık Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Kendine Güvenli Yak.	İyi	290	21,54	2,43	413	,190	,849
	Orta-Kötü	125	21,59	2,61			
Çaresiz Yaklaşım	İyi	290	18,87	3,34	413	2,997	,003
	Orta-Kötü	125	19,93	3,20			
Boyun Eğici yaklaşım	İyi	290	13,66	2,41	413	1,617	,107
	Orta-Kötü	125	14,06	2,25			
İyimser Yaklaşım	İyi	290	14,85	2,04	413	,354	,723
	Orta-Kötü	125	14,78	1,89			
Sosyal Destek Arama	İyi	290	11,60	1,81	413	1,302	,194
	Orta-Kötü	125	11,34	1,89			
Başa Çıkma (Genel)	İyi	290	80,52	5,72	413	1,937	,053
	Orta-Kötü	125	81,70	5,74			

Yukardaki tabloda sunulan verilere göre, başa çıkma tarzları ölçeği genelinde, sağlık algısı iyi olanlar ($\bar{x}=80,52$) ve orta-kötü olanlar ($\bar{x}=81,70$) arasında ortalama puanlar bakımından bir farklılık olmasının yanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark gözlenmemektedir, $t(413)=1,937$, $p<.05$. Ancak başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarından çaresiz yaklaşımda sağlık algısı iyi olanlar ($\bar{x}=18,87$) ve orta-kötü olanlar ($\bar{x}=19,93$) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmektedir, $t(413)=2,997$, $p<.01$. Yani bu alt boyutta sağlık algısını orta ve kötü olarak değerlendirenler duygusal odaklı başa çıkma tarzlarından çaresiz yaklaşıma daha fazla başvurumaktadırlar. Diğer alt boyutlarda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Tablo 41’de sunulan bu veriler “Sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenler problem odaklı başa çıkma tarzlarını, sağlık durumunu kötü olarak değerlendirenler duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.” şeklinde kurduğumuz hipotezi sadece duygusal odaklı başa çıkma tarzlarından olan çaresiz yaklaşım alt boyutu için desteklemektedir. Ancak Tablo 41 incelendiğinde, her ne kadar çaresiz yaklaşım dışında anlamlı farklılık gözlenmemiş olsa da sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenler daha fazla problem odaklı/aktif başa çıkma tarzlarına (iyimser yaklaşım, sosyal destek arama) yönelirken; sağlık durumunu orta ve kötü olarak değerlendirenler ise daha fazla duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) yöneldikleri tespit edilmiştir. Bu durum sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenlerin sıkıntıları ile aktif bir şekilde baş edebilecek duruma sahip olduklarını; diğer grubun ise sorunlarının üstesinden gelecek duruma sahip olmadıklarını yani sağlık açısından zayıf kalıp pasif başa çıkma tarzlarını kullandıklarını akla getirmektedir.

2.3.7.3. Dinsel Eğilim ve Öznel Sağlık Algısı

Örneklem grubunun sağlık algısına göre dinsel eğilim düzeylerinin betimsel istatistikleri ve t testi sonuçları Tablo 42’de verilmiştir.

Tablo 42: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Örneklemin Sağlık Algısına Göre t-Test Sonuçları

	Sağlık Algısı	N	\bar{x}	S	sd	t	p
--	---------------	---	-----------	---	----	---	---

Tablo 42'nin devamı

Dinsel Eğilim (Genel)	İyi	290	33,33	4,18	413	,826	,409
	Orta-Kötü	125	32,96	4,23			

Tabloda 42'deki ortalama puanlar dikkate alındığında, dinsel eğilim ölçeğinden alınan puanlar sağlık algısına göre istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(413)=,826$, $p>,05$. Yani sağlığını iyi olarak değerlendiren deneklerin dinsel eğilim ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=33,33$) ile sağlık durumu orta ve kötü olarak değerlendiren deneklerin dinsel eğilim ölçeğinden aldıkları puanlar ($\bar{x}=32,67$) arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Bu veriler “Sağlık algısı kötü ve orta olanlar iyi olanlara göre daha iç güdümlü dindardırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Fakat Tablo 42 incelendiğinde, sağlık durumunu iyi olarak değerlendiren deneklerin ortalama puanlarının diğer guruba göre daha yüksek olduğu da gözlenmektedir. Yani sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenler diğerlerine göre daha iç güdümlü dindardır.

2.3.8. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler

Araştırmanın bu kısmında “genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri son bir yıl içerisinde yaşanılan problemlere göre farklılık göstermekte midir? Farklılık varsa, hangi guruplar arasındadır” soruları elde edilen veriler ışığında ele alınmaktadır. Bu amaçla ANOVA ve LSD testi uygulanmış. İlgili değerlendirmeler ve istatistiksel açıdan anlamlı görülen boyutlara ait betimsel istatistikler ise aşağıda sunulmuştur.

2.3.8.1. Dua ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler

Katılımcıların son bir yıl içerisinde maruz kaldıkları problemlere göre dua ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık oluşan faktörlere ait betimsel istatistikler Tablo 43'te, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 44'te sunulmuştur.

Tablo 43: Yaşanılan Problemlere Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaşanılan Problemler	N	\bar{x}	SS
Manevi Hoşnutsuzluk	1)Ekonomik Sıkıntılar	95	21,15	2,97
	2)Ailevi Sorunlar	52	20,98	2,48
	3)Sağlık Sorunları	73	21,04	2,90
	4)Yakın Görülen Birinin Ölüm ve Ölüm Korkusu	51	21,88	1,96
	5)Yalnızlık	29	20,48	2,65
	6)Mesleki Sorunlar	78	20,90	2,54
	7)Hiç Biri (Sorun Yaşamadım)	37	22,27	2,12

Tablo 44 incelendiğinde dua ölçeği ve alt boyutları arasında sadece manevi hoşnutsuzluk alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık gözlenmektedir, $F(6, 408)=2,259$, $p<,05$. Başka bir deyişle, deneklerin manevi hoşnutsuzluk boyutundan almış oldukları puanlar, son bir yıl içerisinde yaşanan problemlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde değişmektedir. Elde edilen veriler “Dua tutumu son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi sadece manevi hoşnutsuzluk alt boyutu için desteklemektedir.

Gruplar arası farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacı ile yapılan LSD testi sonuçlarına göre (Tablo 44), geçen bir yıl içerisinde herhangi bir sorun yaşamayanlar ($\bar{x}=22,27$) ile ekonomik sorunlar ($\bar{x}=21,15$), ailevi sorunlar ($\bar{x}=20,98$), sağlık problemleri ($\bar{x}=21,04$), yalnızlık ($\bar{x}=20,48$) ve mesleki sorunlar ($\bar{x}=20,90$) yaşayanlar arasında anlamlı farklılık gözükmemektedir. Ortalama puanlar incelendiğinde en yüksek puana son bir yıl içerisinde herhangi bir problem yaşamayanların sahip olduğu görülmektedir. Dua ve sağlık bölümünde işaret edildiği üzere, yaşanan problemin birey üzerinde etkisi arttıkça duanın etkisine olan inançta zayıflamaktadır (bkz., Arıcı, 2005: 134). Burada geçen bir yıl içerisinde hiç sorun yaşamayanların puanlarının diğer gruplara göre yüksek çıkması da bu durumu akla getirmektedir. Yine bir yakını ölen-ölüm korkusu yaşayanlar ($\bar{x}=21,88$) ile yalnızlık ($\bar{x}=20,48$) ve mesleki

sorunlar ($\bar{x}=20,90$) yaşayanlar arasında da anlamlı farklılık gözükmemektedir. Burada ise bir yakını kaybedenler veya böyle bir korku yaşayanların oluşturduğu grupta puanların yüksek çıkması, ölümün metafizik yönü itibarı ile yaşanan “diğer sorunlardan” daha farklı bir durum arz etmesini düşündürmektedir.

Duanın diğer boyutlarına giren tutum ve davranışlar üzerinde ise son bir yılda maruz kalınan problemlerin fark doğurmadığı görülmüştür.

Tablo 44: Dua Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Problemlere Göre ANOVA Ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Tefekkür ve rahatlama	Gruplar arası	85,422	6	14,237	,977	,440	-
	Gruplar içi	5943,822	408	14,568			
	Toplam	6029,243	414				
İstek ve Sükür	Gruplar arası	100,492	6	16,749	1,055	,389	-
	Gruplar içi	6474,434	408	15,869			
	Toplam	6574,925	414				
Manevi Hosnutsuzluk	Gruplar arası	92,784	6	15,464	2,259	,037	7-1, 7-2, 7-3, 7-5, 7-6, 4-5, 4-6
	Gruplar içi	2792,807	408	6,845			
	Toplam	2885,590	414				
Dua (Genel)	Gruplar arası	710,936	6	118,489	1,587	,149	-
	Gruplar içi	30461,749	408	74,661			
	Toplam	31172,684	414				

2.3.8.2. Başa Çıkma Tarzları ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler

Araştırma gurubunun son bir yıl içerisinde yaşadıkları problemlere göre başa çıkma ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık oluşan faktörlere ait betimsel istatistikler Tablo 45’te, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 46’da sunulmuştur.

Tablo 45: Yaşanılan Problemlere Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaşanılan Problemler	N	\bar{x}	SS
Sosyal Destek Arama	1)Ekonomik Sıkıntılar	95	11,53	2,02
	2)Ailevi Sorunlar	52	11,13	1,79
	3)Sağlık Sorunları	73	11,40	1,73
	4)Yakın Görülen Birinin Ölüm ve Ölüm Korkusu	51	12,02	1,49
	5)Yalnızlık	29	10,76	2,06
	6)Mesleki Sorunlar	78	11,78	1,81
	7)Hiç Biri (Sorun Yaşamadım)	37	11,68	1,75

Tablo 46’da sunulan bulgular incelendiğinde, başa çıkma ölçeği ve alt boyutları arasında sadece sosyal destek arama alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık gözlenmektedir, $F(6, 408)=2,239$, $p<,05$. Başka bir deyişle, katılımcıların sosyal destek arama boyutundan almış oldukları puanlar, son bir yıl içerisinde yaşanılan problemlere göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde değişmektedir. Elde edilen bu veriler “Başa çıkma tarzlarına başvurma son bir yılda yaşanılan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurduğumuz hipotezi kısmen desteklemektedir.

Sosyal destek arama alt boyutunda gruplar arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacı ile yapılan LSD testi sonuçlarına göre (Tablo 46), geçen bir yıl içerisinde yalnızlık sorunu yaşayanlar ($\bar{x}=10,76$) ile ekonomik sıkıntılar ($\bar{x}=11,53$), bir yakınıni kaybetme-ölüm korkusu ($\bar{x}=12,02$), mesleki sorunlar ($\bar{x}=11,78$) yaşayanlar ve herhangi bir sorun yaşamayan ($\bar{x}=11,68$) gruplar arasında anlamlı farklılık gözlenmektedir. Yani problem odaklı başa çıkma tarzlarından olan sosyal destek arama alt boyutuna en fazla bir yakınıni kaybedenler ve ölüm korkusu yaşayanlar başvurmakta iken en az ise yalnızlık problemi olanlar müracaat etmektedir. Bu durum yalnızlık sorunu yaşayanların daha içe dönük bir durum içerisinde olduklarını göstermekte iken ölüm korkusu yaşayanlar, bir yakınıni kaybedenler, ekonomik sıkıntılar ve mesleki sorunlar yaşayanların ise daha dışa dönük bir durum içerisinde olduklarını ortaya koymaktadır. Yine ailevi sorunlar ($\bar{x}=11,13$) yaşayanlar ile bir

yakınına kaybetme-ölüm korkusu ($\bar{x}=12,02$) ve mesleki sorunlar ($\bar{x}=11,78$) yaşayanlar arasında da istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlenmektedir.

Tablo 46’de sunulan verilere göre başa çıkma ve problemler arasındaki ilişki, diğer boyutlar açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 46: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Problemlere Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	Gruplar arası	62,357	6	10,393	1,702	,119	-
	Gruplar içi	2492,062	408	6,108			
	Toplam	2554,419	414				
Çaresiz Yaklaşım	Gruplar arası	114,222	6	19,037	1,731	,112	-
	Gruplar içi	4487,117	408	10,998			
	Toplam	4601,340	414				
Boyun Eğici Yaklaşım	Gruplar arası	52,377	6	8,729	1,570	,155	-
	Gruplar içi	2269,228	408	5,562			
	Toplam	2321,605	414				
İyimser Yaklaşım	Gruplar arası	15,986	6	2,664	,666	,677	-
	Gruplar içi	1632,867	408	4,002			
	Toplam	1648,853	414				
Sosyal Destek Arama	Gruplar arası	44,617	6	7,436	2,239	,039	5-1, 5-4, 5-6, 5-7, 2-4, 2-6
	Gruplar içi	1354,915	408	3,321			
	Toplam	1399,533	414				
Başa Çıkma (Genel)	Gruplar arası	188,839	6	31,473	,952	,457	-
	Gruplar içi	13482,645	408	33,046			
	Toplam	13671,484	414				

2.3.8.3. Dinsel Eğilim ve Son Bir Yıl İçerisinde Yaşanılan Problemler

Katılımcıların son bir yıl içerisinde yüzleştikleri problemlere göre dinsel eğilim ölçeği puanlarına ile alakalı betimsel istatistikler Tablo 47’de, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 48’de sunulmuştur.

Tablo 47: Yaşanılan Problemlere Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	Yaşanılan Problemler	N	\bar{x}	SS
Dinsel Eğilim	1)Ekonomik Sıkıntılar	95	31,91	4,84
	2)Ailevi Sorunlar	52	33,65	3,89
	3)Sağlık Sorunları	73	33,70	3,60
	4)Yakın Görülen Birinin Ölüm ve Ölüm Korkusu	51	34,45	3,20
	5)Yalnızlık	29	32,31	4,60
	6)Mesleki Sorunlar	78	33,37	3,93
	7)Hiç Biri (Sorun Yaşamadım)	37	33,73	4,65

Tablo 48’de sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, örneklemin dinsel eğilim düzeyleri arasında son bir yılda yaşanan problemler bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık hesaplandığı gözlenmektedir, $F(6, 408)=2,954$, $p<,01$. Diğer bir değişle, araştırma gurubunun dinsel eğilim düzeyleri, yaşanan probleme bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. Bu bulgular “Dinsel eğilim seviyeleri son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemektedir. Gruplar arası farklılığın, hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak amacı ile yapılan LSD testi sonuçlarına göre (Tablo 48), son bir yıl içerisinde ekonomik sıkıntılar yaşayanlar ($\bar{x}=31,91$) ile ailevi sorunlar ($\bar{x}=33,65$), sağlık sorunları ($\bar{x}=33,70$), bir yakınıni kaybetme-ölüm korkusu ($\bar{x}=34,45$), mesleki sorunlar yaşayanlar ($\bar{x}=33,37$) ve herhangi bir sıkıntı çekmeyenler ($\bar{x}=33,73$) arasında anlamlı bir fark gözlenmektedir. Yine son bir yıl içerisinde yalnızlığa maruz kalanlar ($\bar{x}=32,31$) ile yakın gördükleri birini kaybedenler ve ölüm korkusu yaşayanlar ($\bar{x}=34,45$) arasında da istatistiksel açıdan anlamlı farklılık vardır. Tablo 47 incelendiğinde son bir yıl içerisinde bir yakınıni kaybeden ve ölüm korkusu yaşayanların diğer gruplara göre daha iç güdümlü dindar oldukları gözlenmektedir. Daha sonra ise sırası ile herhangi bir sorun yaşamayanlar, sağlık sorunları, ailevi sorunlar, mesleki sorunlar, yalnızlık sorunu yaşayanlar gelmektedir. En son ise diğer guruplar arasında en fazla dış güdümlü dindar olarak nitelendirilebilen ekonomik sorunları olanlar gelmektedir. Ölüm korkusu yaşayanlar ve bir yakınıni yitirenlerin dinsel eğilim puanlarının yüksek olması, diğer bir

değişle daha iç güdümlü dindar olmaları ölümün diğer “problemler” arasındaki farklı yerini akla getirmektedir. Bireyler gündelik olaylara kıyasla hastalık, felaket, iş kaybı ve ölüm gibi olaylarda daha farklı bir dini tutum benimserler. Nitekim yapılan araştırmalarda, insanların %45’inin stresli anlarda dini davranışlara; hastalık, ölüm gibi olumsuz bir durum karşısında ise %78’inin dini değerlere yöneldiklerinin ortaya konulması da yukarıda dile getirilen durumu desteklemektedir (Pargament, 2003: 223). Yine ölümle yaşamın son bulması, bu olayın birey üzerindeki etkisini daha fazla arttırmaktadır. Böyle olaylardan sonra din, pek çok insan için bir sığınma ve teselli kaynağı olur (Ayten, 2012: 16). Bu durumları tecrübe eden bireylerin ise dine ve daha iç güdümlü bir dindarlığa yönelmeleri, bu araştırma sınırları içerisinde mümkün gözükmemektedir.

Sonuç olarak, bu çalışma kapsamında, elde edilen bu verilere göre yaşanan problemlerin dinsel eğilim üzerinde etkili bir unsur olduğu söylenebilir.

Tablo 48: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Probleme Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Gruplararası	303,410	6	50,568	2,954	,008	1-2, 1-3, 1-4, 1-6, 1-7, 4-5
Gruplar içi	6983,636	408	17,117			
Toplam	7287,046	414				

2.3.9. Dua, Başa Çıkma, Dinsel Eğilim ve Dua Etme Davranışı

Araştırmada, bu başlık altında “dua etme davranışı genç yetişkinlerin dualarında, başa çıkma tarzlarında ve dinsel eğilimlerinde herhangi bir farklılığa yol açmakta mıdır?” sorusuna cevap aranmış ve bunları tespit etmek amacı ile gruplar arası t testi uygulanmış ve sonuçlar tablolarda sunulmuştur.

2.3.9.1. Dua Ölçeği ve Dua Etme Davranışı

Araştırma gurubunun dua etme davranışlarına göre dua ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 49’da, ANOVA ve Dunnett C testi sonuçları ise Tablo 50’de verilmiştir.

Tablo 49: Dua Etme Davranışına Göre Dua Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

		N	\bar{x}	SS
Tefekkür ve rahatlama	1*	24	21,79	6,81
	2*	156	26,94	3,50
	3*	235	28,40	2,95
İstek ve Şükür	1*	24	25,54	8,20
	2*	156	30,85	3,41
	3*	235	32,11	3,09
Manevi hoşnutsuzluk	1*	24	20,21	2,81
	2*	156	20,57	2,86
	3*	235	21,73	2,34
Dua (Genel)	1*	24	67,54	13,44
	2*	156	78,35	8,31
	3*	235	82,23	6,86

*1)Hiç dua etmem-Sadece özel durumlarda dua ederim. *2)Özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğumda dua ederim. *3)Namaz dışında sık sık dua ederim.

Tablo 50’de sunulan bulgular, araştırma gurubunun dua ölçeği (genel) puanları arasında dua etme davranışı bakımından oldukça anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir, $F(2, 412)=42,381$, $p<,01$. Başka bir deyişle, katılımcıların dua ölçeğinden almış olduğu puanlar, deneklerin dua etme tutum ve davranışlarına bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Bu veriler “Deneklerin dua etme davranışları ile dua ölçeğinden almış oldukları ortalama puanlar arasında anlamlı bir fark vardır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemektedir. Gruplar arası farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacı ile yapılan Dunnett C testi sonuçlarına göre (Tablo 50), neredeyse hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua edenler ($\bar{x}=67,54$) ile özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında duaya başvuranlar($\bar{x}=78,35$) ve namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=82,23$) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmektedir. Tablo 49 incelendiğinde, namaz dışında sık sık dua edenlerin dua

ölçeğinden en yüksek puanı aldıkları gözükmektedir. Daha sonra ise sırası ile sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğu anlarda dua edenler ile hiç dua etmeyen ve sadece özel durumlarda dua edenler gelmektedir. Nitekim elde edilen sonuçlara göre en sık dua edenler dua ölçeğinden de en yüksek puanı almışlardır. Daha sonra ise doğru orantılı bir şekilde dua etme davranışına göre puanlarda kademeli bir düşüş gözlenmektedir. Buradan hareketle dua etme davranışı arttıkça duaya olan inancın, duanın vermiş olduğu rahatlama hissinin ve duanın problemler karşısındaki olumlu etkisinin de arttığını söyleyebiliriz.

Dua ölçeği ve dua etme davranışı arasındaki ilişki, dua ölçeğinin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise dua ölçeğinin üç alt boyutunda da anlamlı farklılıkların olduğu gözlenmektedir. Tefekkür ve rahatlama alt boyutunda farklılığın hangi guruplar arasında olduğunu saptamak amacı ile yapılan Dunnett C testi sonuçlarına göre (Tablo 50), hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua edenler ($\bar{x}=21,79$) ile özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında duaya başvuranlar ($\bar{x}=26,94$) ve namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=28,40$) arasında sık sık dua edenler ve ihtiyaç duyduklarında dua edenler lehine anlamlı fark gözlenmektedir, $F(2, 412)=41,933$, $p<,01$. İstek ve şükür alt boyutunda ise farklılığın hangi guruplar arasında olduğunu tespit etmek amacı ile uygulanan Dunnett C testi sonuçlarına göre (Tablo 50), hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua edenler ($\bar{x}=25,54$) ile özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında duaya başvuranlar ($\bar{x}=30,85$) ve namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=32,11$) arasında yine sık sık dua edenler ve ihtiyaç duyduklarında dua edenler lehine anlamlı fark gözlenmektedir, $F(2, 412)=36,149$, $p<,01$. Son olarak manevi hoşnutsuzluk alt boyutunda guruplar arası farklılığın hangi guruptan/guruplardan kaynaklandığının tespitine yönelik uygulanan Dunnett C testi sonuçları (Tablo 50), namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=21,73$) ile hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua edenler ($\bar{x}=20,21$) ve ihtiyaç duyduklarında duaya başvuranlar ($\bar{x}=20,57$) arasında namaz dışında sık sık dua edenler lehine anlamlı farklılık olduğunu ortaya koymuştur, $F(2, 412)=11,362$, $p<,01$.

Sonuç olarak namaz dışında sık sık dua edenler, dua ölçeği ve alt boyutlarından en yüksek ortalama puanı almışlardır. Daha sonra ise dua etme davranışına göre dua ölçeğinden alınan puanlar kademeli olarak düşüş göstermiştir.

Tablo 50: Dua Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Tefekkür ve rahatlama	Gruplar arası	1019,730	2	509,865	41,933	,000	1-2, 1-3, 2-3
	Gruplar içi	5009,513	412	12,159			
	Toplam	6029,243	414				
İstek ve Şükür	Gruplar arası	981,536	2	490,768	36,149	,000	1-2, 1-3, 2-3
	Gruplar içi	5593,389	412	13,576			
	Toplam	6574,925	414				
Manevi Hoşnutsuz.	Gruplar arası	150,837	2	75,419	11,362	,000	1-3, 2-3
	Gruplar içi	2734,753	412	6,638			
	Toplam	2885,590	414				
Dua (Genel)	Gruplar arası	5318,989	2	2659,495	42,381	,000	1-2, 1-3, 2-3
	Gruplar içi	25853,695	412	62,752			
	Toplam	31172,684	414				

2.3.9.2. Başa Çıkma Tarzları ve Dua Etme Davranışı

Örnekleme grubunun dua etme davranışına göre başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 51’de, ANOVA ve LSD testi sonuçları ise Tablo 52’de verilmiştir.

Tablo 51: Dua Etme Davranışına Göre Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

		N	\bar{x}	SS
Kendine Güvenli Yaklaşım	1*	24	22,25	2,83
	2*	156	21,04	2,42
	3*	235	21,83	2,44
Çaresiz Yaklaşım	1*	24	18,58	4,19
	2*	156	19,73	3,20
	3*	235	18,89	3,29
Boyun Eğici yaklaşım	1*	24	13,67	3,12
	2*	156	13,68	2,18
	3*	235	13,86	2,41
İyimser	1*	24	15,13	2,33

Tablo 51'in devamı

Yaklaşım	2*	156	14,31	1,91
	3*	235	15,14	1,96
Sosyal Destek Arama	1*	24	11,08	2,15
	2*	156	11,60	1,87
	3*	235	11,51	1,78
Başa Çıkma (Genel)	1*	24	80,71	7,20
	2*	156	80,37	5,75
	3*	235	81,23	5,58

*1)Hiç dua etmem-Sadece özel durumlarda dua ederim. *2)Özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğumda dua ederim. *3)Namaz dışında sık sık dua ederim.

Tablo 52'de sunulan analiz sonuçları incelendiğinde, örneklemin başa çıkma (genel) düzeyleri arasında dua etme davranışı bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık oluşmadığı gözlenmektedir, $F(2, 412)=1,046, p>,05$.

Yine Tablo 52'de sunulan verilere göre başa çıkma tarzları ile dua etme davranışı ilişkisi, başa çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılaşma olduğu gözlenmektedir. Kendine güvenli yaklaşım alt boyutunda farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacı ile yapılan LSD testi sonuçlarına göre, özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında dua edenler ($\bar{x}=21,04$) ile hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua edenler ($\bar{x}=22,25$) ve namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=21,83$) arasında anlamlı fark gözlenmektedir, $F(2, 412)=5,752, p<,01$. Elde edilen bu sonuçlara göre hiç dua etmeyen ve çok az dua edenler problem odaklı başa çıkma tarzlarından olan kendine güvenli yaklaşıma sık sık dua edenlere göre daha fazla başvurumaktadırlar. Çaresiz yaklaşım alt boyutunda farkın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacı ile uygulanan LSD testi sonuçlarına göre, özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında dua edenler ($\bar{x}=19,73$) ile namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=18,89$) arasında anlamlı fark gözlenmektedir, $F(2, 412)=3,445, p<,05$. Elde edilen bu sonuçlara göre sıklıkla dua edenler, pek dua etmeyenlerden daha fazla çaresiz yaklaşıma başvurumaktadırlar. Son olarak iyimser yaklaşım alt boyutunda gruplar arasında farkın kaynağını tespit etmeye yönelik uygulanan LSD testi sonuçlarına göre, özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında dua edenler ($\bar{x}=14,31$) ile namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=15,14$) arasında anlamlı fark gözlenmektedir, $F(2, 412)=8,624, p<,01$. Başa çıkma tarzları ile dua etme davranışı

arasındaki ilişkisi, diğer boyutlar açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Sonuç olarak elde edilen veriler ışığında genel bir çerçeveye çizildiğinde, pek fazla dua etmeyenler daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırken sık sık dua edenler ise daha fazla duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarını kullanmaktadırlar. Elde edilen bu veriler “sıklıkla dua edenler daha fazla duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarına başvururken, daha az dua edenler daha fazla problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurmaktadırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi büyük ölçüde desteklemektedir.

Her birey, hayata karşı kendine has bir yönelim sistemine sahiptir. Bu yönelim sistemi, kutsal veya seküler temelli olabilir. Kutsal temelli bir yönelim sistemi olan din, gerçekleri değiştirmenin mümkün olmadığı durumlarda algılamayı değiştirme, gerçeğin getirdiği acıyı kabullenme ve ona sabır göstermede önemli bir faktördür (Ayten, 2012: 40). Nitekim hayatlarında sıklıkla dua eden bireylerin daha az dua eden bireylere göre, karşılaşmış oldukları problemler karşısında daha çok duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) başvurmaları, dinin özü ve ruhu olan duanın (James, 1962: 444) da sahip olduğu acıyı kabullenme, ona sabır gösterme yönünü akla getirmektedir.

Tablo 52: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve LSD Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Kendine Güvenli Yaklaşım	Gruplar arası	69,387	2	34,693	5,752	,003	1-2, 2-3
	Gruplar içi	2485,033	412	6,032			
	Toplam	2554,419	414				
Çaresiz Yaklaşım	Gruplar arası	75,691	2	37,845	3,445	,033	2-3
	Gruplar içi	4525,649	412	10,985			
	Toplam	4601,340	414				
Boyun Eğici Yaklaşım	Gruplar arası	3,216	2	1,608	,286	,752	-
	Gruplar içi	2318,389	412	5,627			
	Toplam	2321,605	414				
İyimser Yaklaşım	Gruplar arası	66,253	2	33,127	8,624	,000	2-3
	Gruplar içi	1582,600	412	3,841			

Tablo 52'nin devamı

	Toplam	1648,853	414				
Sosyal Destek Arama	Gruplar arası	5,642	2	2,821	,834	,435	-
	Gruplar içi	1393,890	412	3,383			
	Toplam	1399,533	414				
Başa Çıkma (Genel)	Gruplar arası	69,043	2	34,522	1,046	,352	-
	Gruplar içi	13602,441	412	33,016			
	Toplam	13671,484	414				

2.3.9.3. Dinsel Eğilim ve Dua Etme Davranışı

Araştırma gurubunun, dua etme davranışlarına göre dinsel eğilim ölçeği puanlarının betimsel istatistikleri Tablo 53'te, ANOVA ve Dunnett C testi sonuçları ise Tablo 54'te verilmiştir.

Tablo 53: Dua Etme Davranışına Göre Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Betimsel İstatistikleri

		N	\bar{x}	SS
Dinsel Eğilim (Genel)	1*	24	27,79	5,89
	2*	156	32,19	4,09
	3*	235	34,46	3,37

*1)Hiç dua etmem-Sadece özel durumlarda dua ederim. *2)Özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğumda dua ederim. *3)Namaz dışında sık sık dua ederim.

Tablo 54'te sunulan bulgular, araştırma gurubunun dinsel eğilim ölçeği puanları arasında dua tutum ve davranışı bakımından oldukça anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir, $F(2, 412)=42,042$, $p<,01$. Başka bir deyişle, katılımcıların dinsel eğilim ölçeğinden almış olduğu puanlar, deneklerin dua etme tutum ve davranışlarına bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Elde edilen bu bulgular "Daha sık dua edenler daha az dua edenlere göre daha iç güdümlü dindardır." şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemektedir.

Guruplar arası farklılığın hangi guruplar arasında olduğunu bulmak amacı ile yapılan Dunnett C testi sonuçlarına göre, hiç dua etmeyenler ve sadece özel durumlarda dua

edenler ($\bar{x}=27,79$) ile özellikle sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduklarında duaya başvuranlar ($\bar{x}=32,19$) ve namaz dışında sık sık dua edenler ($\bar{x}=34,46$) arasında anlamlı bir farklılık gözlenmektedir. Yani dinin önemli bir pratiği olan duanın, bireyin yaşamındaki yeri ve önemi arttıkça iç güdümlü dindarlık seviyesi; azaldıkça da dış güdümlü dindarlık seviyesi artmaktadır. Bu durum duanın, dinin sık sık başvuru alan ve önde gelen bir pratiği olması ile açıklanabilir.

Tablo 54: Dinsel Eğilim Ölçeği Puanlarının Dua Tutum ve Davranışına Göre ANOVA ve Dunnett C Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Guruplar arası	1235,113	2	617,556	42,042	,000	1-2, 1-3, 2-3
Guruplar içi	6051,933	412	14,689			
Toplam	7287,046	414				

2.3.10. Dua, Başa Çıkma Tarzları, Dinsel Eğilim ve Öznel Dindarlık Algısı

Araştırmanın bu kısmında “genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri öznel dindarlık algısına göre farklılık göstermekte midir?” sorusuna cevap aranmaktadır. Bunu tespit etmek amacı ile guruplar arası t testi uygulanmış ve sonuçlar tablolarda verilmiştir.

2.3.10.1. Dua ve Öznel Dindarlık Algısı

Bu bölümde, genç yetişkinlerin dua tutumunun öznel dindarlık algısına göre değişip değişmediğini belirlemek üzere bağımsız örneklem t testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 55’te sunulmuştur.

Tablo 55: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Dua Tutumu Bakımından Farklar (t Test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Tefekkür ve Rahatlama	Biraz Dindar	101	25,98	4,915	129,404	3,756	,000
	Dindar-Çok Dindar	314	27,94	3,256			
İstek ve Şükür	Biraz Dindar	101	29,60	5,377	124,422	3,858	,000
	Dindar-Çok Dindar	314	31,78	3,256			

Tablo 55'in devamı

Manevi Hoşnutsuzluk	Biraz Dindar	101	20,76	2,836	413	1,943	,049
	Dindar-Çok Dindar	314	21,34	2,562			
Dua (Genel)	Biraz Dindar	101	76,34	10,649	134,382	4,137	,000
	Dindar-Çok Dindar	314	81,07	7,609			

Tablo 1'deki sunulan veriler incelendiğinde, bireylerin dua tutumları (genel) öznel dindarlık algısına göre anlamlı farklılık göstermektedir, $t(129,40)= 4,137$, $p<,01$. Dindarlık algısı yüksek olanlar ($\bar{x}=81,07$), daha zayıf olanlara göre ($\bar{x}=76,34$) duaya hayatlarında daha çok yer vermekte ve duaya dair daha olumlu tutumlar beslemektedirler. Dua ve öznel dindarlık algısı ilişkisi, dua ölçeğinin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde, tefekkür ve rahatlama, istek ve şükür ve manevi hoşnutsuzluk boyutlarında öznel dindarlık algısına göre anlamlı bir fark gözlenmektedir. Bu bulgular “deneklerin dindarlık algılamaları ile dua tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.” şeklinde kurduğumuz hipotezi desteklemektedir.

İnsan ve Yüce varlık arasındaki manevi bağlantı inanç, bu bağlantı çerçevesinde oluşan ilişkiler bütünü din, bunların birey hayatına yansımaları da dindarlık olarak karşımıza çıkmaktadır (Onay, 2004: 17). Yani dindarlık, bireyin inanç ve ibadet türünden tüm davranışlarını kapsamaktadır. Bu bağlamda, dinin önde gelen bir pratiği olan duanın, dindarlık ile sıkı bir ilişki içerisinde olduğu ifade edilebilir. Nitekim Arıcı (2005: 125) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada dini inanç düzeyi arttıkça, dua etmenin artmasının ve duanın olumlu etkilerinin varlığının tespit edilmesi de bu ilişkiyi ortaya koyan verilerden birisidir. Bu araştırmada da kendi dindarlıklarını yüksek düzeyde görenlerin dua ölçeğinden almış oldukları puanların yüksek olması, dindarlık düzeylerini biraz daha zayıf olarak görenlerin dua ölçeğinden almış oldukları puanların düşük olması, dua ile dindarlık arasındaki sıkı ilişkinin varlığını doğrular niteliktedir.

2.3.10.2. Başa Çıkma Tarzları ve Öznel Dindarlık Algısı

Araştırmanın bu bölümünde, ilk yetişkinlik çağında olan bireylerin başa çıkma tarzlarının öznel dindarlık algısına göre değişip değişmediğini belirlemek üzere bağımsız örneklem t testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 56'da gösterilmiştir.

Tablo 56: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Başa Çıkma Tarzları Bakımından Farklar (t Test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Kendine Güvenli Yak.	Biraz Dindar	101	21,56	2,44	413	,036	,971
	Dindar-Çok Dindar	314	21,55	2,50			
Çaresiz Yaklaşım	Biraz Dindar	101	19,36	3,38	413	,583	,560
	Dindar-Çok Dindar	314	19,13	3,32			
Boyun Eğici yaklaşım	Biraz Dindar	101	13,78	2,36	413	,019	,985
	Dindar-Çok Dindar	314	13,78	2,37			
İyimser Yaklaşım	Biraz Dindar	101	14,64	1,86	413	1,073	,284
	Dindar-Çok Dindar	314	14,89	2,04			
Sosyal Destek Arama	Biraz Dindar	101	11,70	1,71	413	1,132	,258
	Dindar-Çok Dindar	314	11,46	1,88			
Başa Çıkma (Genel)	Biraz Dindar	101	81,05	5,79	413	,351	,726
	Dindar-Çok Dindar	314	80,82	5,74			

Tablo 56'daki sunulan verilere bakıldığında, bireylerin başa çıkma tarzlarının (genel) öznel dindarlık algısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği gözlenmektedir, $t(413) = ,351, p > ,05$.

Başta çıkma tarzları ve öznel dindarlık algısı ilişkisi, başta çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde, hiçbir boyutta öznel dindarlık algısına göre anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Elde edilen bu veriler “yüksek dindarlık algısına sahip olanlar, duygusal odaklı başta çıkma tarzlarını; biraz daha düşük dindarlık algısına sahip olanlar problem odaklı başta çıkma tarzlarını kullanırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Bu sonuçların, dindarlık algılarının bir birine yakın olmasından kaynaklanabileceğini akla getirmektedir.

2.3.10.3. Dinsel Eğilim ve Öznel Dindarlık Algısı

Çalışmanın bu kısmında, genç yetişkinlerin dinsel eğilim düzeylerinin öznel dindarlık algısına göre değişip değişmediğini belirlemek üzere bağımsız örneklem t testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 57'de verilmiştir.

Tablo 57: Deneklerin Öznel Dindarlık Algılarına Göre Dinsel Eğilim Bakımından Farklar (t Test)

	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	sd	t	p
Dinsel Eğilim(Genel)	Biraz Dindar	101	30,40	5,06	130,707	6,922	,000
	Dindar-Çok Dindar	314	34,13	3,42			

Tablo 57’de gösterilen veriler incelendiğinde, dinsel eğilime göre öznel dindarlık algısı yüksek olanlar ile daha düşük olanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülecektir, $t(130,707)=6,922$, $p<,01$. Elde edilen veriler öznel dindarlık algısı ile dinsel eğilim arasında anlamlı bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Gerçekleştirilen analizler, dindarlık algısı yüksek olanların daha iç güdümlü dindar olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmadan elde ettiğimiz bu veriler “yüksek öznel dindarlık algısına sahip olanlar, daha zayıf olanlara göre daha iç güdümlü dindardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir.

Yüksek öznel dindarlık algısına sahip olanların daha iç güdümlü dindar, biraz daha düşük öznel dindarlık algısına sahip olanların daha dış güdümlü dindar olması, bireylerin yaşamlarında gösterdikleri dini tutum ve davranışlara uygun dindarlık algısı geliştirdiklerini ortaya koymaktadır. Dinsel eğilim ve öznel dindarlık algısı ilişkisine dair elde edilen bu bulgular, daha önce bazı araştırmalarda (Ayten, 2004: 91) ulaşılan bulgularla da paralellik göstermektedir.

2.4. Dua, Başa Çıkma ve Dinsel Eğilim Arasındaki İlişki ve Etkileşim

Bundan önceki bölümde genç yetişkinlerin dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilimleri, bağımsız değişkenlere göre ayrı ayrı ele alınarak tahlil edildi. Araştırmanın bu kısmında ise dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim arasındaki ilişki ve etkileşim, yapılan basit regresyon analizi (*simple linear regression*) ve çoklu korelasyon tekniği vasıtası ile yapılan analizler çerçevesinde değerlendirilmektedir. İlk olarak dinsel eğilim bağımsız değişkeninin, bağımlı değişkenler olarak kabul edilen dua ve başa çıkma tarzları üzerindeki etkisi incelenmektedir. Daha sonra ise başa çıkma tarzları ile dua arasındaki ilişki incelenmektedir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi ve etkileşimi gösteren veriler, aşağıda tablolar halinde sunulmaktadır.

2.4.1. Dinsel Eğilim ve Dua

Dini başa çıkmanın bir takım unsurları vardır. Bunlardan bir kısmı dua, şükür, bağışlama, alçakgönüllülük, sabır, itaat, tevekkül ve kabullenmedir (Pargament, 1997: 178). Bu unsurlar içerisinde belki de en belirgin olanı, Allah'a yönelerek O'ndan yardım istemenin somut ifadesi olan duadır (Ayten, 2012: 42). Bu araştırmada bireylerin dua tutum ve davranışları ile dinsel eğilimleri arasında ilişki olacağı düşüncesinden hareketle, dinsel eğilimin dua tutumunda etkili olup olmadığı incelenmiştir. Bu amaçla yapılan regresyon analizinde, regresyon modeline sokulan dinsel eğilimin bağımlı değişken olarak kabul edilen *dua* üzerinde etkili olduğu gözlenmiştir.

Dinsel eğilim bağımsız değişkenine göre dua tutumunun yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 58'de sunulmuştur.

Tablo 58: Dua'nın Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata _B	β	T	p
Sabit	33,783	2,525	-	13,380	,000
Dinsel Eğilim	1,389	,075	,672	18,420	,000
R= ,672	R ² = ,451				
F _(1, 413) =339,295	p= ,0000				

Dinsel eğilim değişkeni (yordayıcı) ile bağımlı değişken olan dua (yordanan) arasındaki korelasyonlar incelendiğinde (Tablo 58), dinsel eğilim ile dua arasında pozitif ve orta düzeyde ($r= ,672$ $r^2= ,451$ $p< ,01$) anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Yine model olarak anlamlı olan ($F_{(1, 413)}=339,295$ $p=,000$) bu modelde, dinsel eğilim, tek başına duadaki değişimin %45'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise dinsel eğilim değişkeninin, dua tutumu üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir ($\beta= ,672$ $t=18,420$ $p=,000$). Yani değişkenler arası ilişki ve açıklayıcılık gücünü yansıtan değerler, dinsel eğilim ve dua arasında olumlu ve açıklayıcılık gücü yüksek bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre dua tutum ve davranışının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir:

$$\text{Dua}=33,783+1,389\text{Dinsel Eğilim}$$

Dua ölçeği ve alt boyutları ile dinsel eğilim ölçeği arasındaki Pearson Momentler Çarpımı korelasyonlarına da bakılmıştır. Korelasyon katsayıları ise Tablo 59’da verilmiştir.

Tablo 59: Dua Ölçeği ve Alt Boyutları İle Dinsel Eğilim Ölçeği Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi)

		Dua (Genel)	Tefekkür ve Rahatlama	İstek ve Şükür	Manevi Hoşnutsuzluk	Dinsel Eğilim
Dinsel Eğilim Ölçeği	r	,672**	,612**	,614**	,396**	1
	p	,000	,000	,000	,000	
	N	415	415	415	415	415
** p< 0.01						

Tablo 59 incelendiğinde, dua ölçeği ve alt boyutları ile dinsel eğilim ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülecektir. Bütün bu bulgular “dinsel eğilim ile dua arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemektedir. Elde edilen bu bulgular daha önceki bazı çalışmalarda ulaşılan verilerle de paralellik göstermektedir. Albayrak (2013: 125) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, deneklerin dini tutumları ile duaya ilişkin tutumları arasında yüksek düzeyde sayılabilecek anlamlı ve pozitif bir ilişki gözlenmiştir (r=,658 p<,01).

Sonuç olarak elde edilen bu veriler, dinsel eğilim puanları (iç güdümlü dindarlık) arttıkça duaya ilişkin olumlu tutumunda arttığını ortaya koymaktadır. Yani dindarlığın iç kaynaklı yöneliminin dua üzerinde olumlu etkisinin olduğu bu çalışma kapsamında ortaya konmaktadır.

2.4.2. Dinsel Eğilim ve Başa Çıkma Tarzları

Çalışmanın bu bölümünde, dinsel eğilim-başa çıkma tarzları ilişkisi bağlamında “Başa çıkma ve dinsel eğilim arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır?”, “Başa çıkmanın alt boyutları ile dinsel eğilim arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorularına cevap aranmaktadır.

Dinsel eğilimin başa çıkma tarzları (genel) üzerindeki etkisi basit regresyon analizinden elde edilen veriler bağlamında ele alınmaktadır. Dinsel eğilim değişkeni bağımsız değişken olarak, başa çıkma tarzları ise bağımlı değişken olarak regresyon modeline dâhil edilmiştir. Yapılan regresyon analizinde dinsel eğilimin başa çıkma tarzları üzerinde etkili olduğu gözlenmiştir. Sonuçlar Tablo 60'ta sunulmuştur.

Tablo 60: Başa Çıkma Tarzlarının Yordanmasına İlişkin Basit Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata _B	β	T	p
Sabit	73,565	2,227	-	33,027	,000
Dinsel Eğilim	,220	,067	,161	3,308	,001
R= ,161		R ² = ,026			
F _(1, 413) =10,940		p= ,001			

Dinsel eğilim bağımsız değişkeni ile bağımlı değişken olan başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiler incelendiğinde (Tablo 60), dinsel eğilim ile başa çıkma arasında pozitif ve düşük düzeyde ($r= ,161$ $r^2= ,026$ $p< ,01$) anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Model olarak anlamlı olan ($F_{(1, 413)}=10,940$ $p=,001$) bu modelde, dinsel eğilim, tek başına duadaki değişimin %2,6'sını açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise dinsel eğilim değişkeninin, başa çıkma tarzları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir ($\beta= ,161$ $t=3,308$ $p=,001$). Ancak sonuç olarak, tek başına kişinin dinsel eğilim düzeyini bilmek, o kişinin başa çıkma tarzlarını açıklamada yetersiz kalmaktadır.

Başta çıkma tarzları ve alt boyutları ile dinsel eğilim ölçeği arasındaki Pearson Momentler Çarpımı korelasyonlarına da bakılmıştır. Korelasyon katsayıları ise Tablo 61'de verilmiştir.

Tablo 61: Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Alt Boyutları İle Dinsel Eğilim Ölçeği Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi)

		Başa Çıkma Ölçeği (Genel)	Kendine Güvenli Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Sosyal Destek Arama	Dinsel Eğilim Ölçeği
Dinsel Eğilim Ölçeği	r	,161**	,180**	-,061	,062	,193**	,080	1
	p	,001	,000	,214	,205	,000	,105	
	N	415	415	415	415	415	415	415
** p< 0.01								

Tablo 61 incelendiğinde, yukarıda da belirtildiği gibi, dinsel eğilim ölçeği ile başa çıkma tarzları ölçeği (genel) arasında pozitif anlamlı bir ilişki gözlenmektedir ($r=,161$ $p<,01$). Başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarından ise dinsel eğilim ölçeği ile kendine güvenli yaklaşım ($r=,180$ $p<,01$) ve iyimser yaklaşım ($r=,193$ $p<,01$) arasında pozitif anlamlı ilişkiler gözlenmektedir. Diğer boyutlarda ise ilişkiler istatistiksel olarak anlamlılık seviyesinde olmamakla birlikte sosyal destek arama ve boyun eğici yaklaşımla dinsel eğilim arasında pozitif yönde bir ilişki gözlenmektedir. Ancak çaresiz yaklaşımla dinsel eğilim ölçeği arasında düşükte olsa negatif yönde bir ilişki vardır. Yani iç güdümlü dindarlık arttıkça çaresiz yaklaşıma başvurma azalmakta; dış güdümlü dindarlık arttıkça çaresiz yaklaşıma yönelme artmaktadır. Bu durum iç güdümlü dindarlığın, sorunlar karşısında pasif olarak hiçbir şey yapmaksızın bekleyerek her şeyi Tanrı'ya havale etmek yerine, aktif bir şekilde sorun çözmeyi gerektiren bir anlayış olduğu şeklinde yorumlanabilir. Elde edilen bu verilerden yola çıkarak “Dinsel eğilim ile başa çıkma tarzları arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotez, başa çıkma tarzları ölçeğini genel olarak dikkate aldığımızda büyük oranda desteklenmektedir.

Sonuç olarak Tablo 61 incelendiğinde duygusal odaklı başa çıkma (çaresiz yaklaşım, iyimser yaklaşım) ile dinsel eğilim arasında olan ilişki, problem odaklı yaklaşım ile dinsel eğilim arasında olan ilişkiye nispeten daha düşüktür. Yani genel olarak dinsel eğilim puanları arttıkça (iç güdümlü dindarlık) problem odaklı başa çıkma tarzlarına (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım) başvurma da artmaktadır.

2.4.3. Dua ve Başa Çıkma Tarzları

Araştırmanın bu bölümünde, dua-başa çıkma tarzları ilişkisi bağlamında “Dua ve başa çıkma arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır?”, “Dua ölçeği ve alt boyutları ile başa çıkma ve alt boyutları arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorularına cevap aranmaktadır. Bu çerçevede başa çıkma tarzları ve alt boyutları ile dua ölçeği ve alt boyutları arasındaki Pearson Momentler Çarpımı korelasyonları incelenmiştir. Pearson korelasyon katsayıları Tablo 62’de sunulmuştur.

Tablo 62: Dua Ölçeği ve Alt Boyutları İle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler (Pearson Korelasyon Testi)

		Kendine Güvenli Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Sosyal Destek Arama	Başa Çıkma Ölçeği (Genel)
Tefekkür ve Rahatlama	r	,339**	,016	,051	,281**	,203**	,339**
	p	,000	,747	,300	,000	,000	,000
	N	415	415	415	415	415	415
İstek ve Şükür	r	,278**	,078	,091	,208**	,160**	,327**
	p	,000	,113	,064	,000	,001	,000
	N	415	415	415	415	415	415
Manevi Hoşnutsuzluk	r	,310**	-,333**	-,163**	,360**	,149**	,047
	p	,000	,000	,001	,000	,002	,344
	N	415	415	415	415	415	415
Dua (Genel)	r	,371**	-,058	,015	,328**	,208**	,313**
	p	,000	,235	,767	,000	,000	,000
	N	415	415	415	415	415	415

** p< 0.01

Tablo 62 incelendiğinde hemen hemen her boyutta orta düzeyde anlamlı ilişkilerin olduğu gözlenmektedir. Öncelikle dua ölçeği (genel) ile başa çıkma tarzları (genel) ölçeği arasında ilişki ele alındığında, orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki olduğu görülecektir ($r=,313$ $p<,01$). Dua ölçeğinin alt boyutlarından olan tefekkür ve rahatlama ($r=,339$ $p<,01$) ile istek ve şükür ($r=,329$ $p<,01$) alt boyutu ele alındığında, başa çıkma tarzları ölçeği (genel) ile aralarında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu

görülebilecektir. Yine tefekkür ve rahatlama ve istek-şükür alt boyutları ile problem odaklı başa çıkma tarzlarından olan kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmektedir. Bu bulgulardan hareketle, duanın pozitif etkilerini yaşayan, herhangi bir sebeple Tanrı'ya yönelerek ona yalvaran, ondan yardım dileyen, ona şükreden bireylerle; sorunlar karşısında yılmadan mücadele eden, yani aktif bir şekilde sorunların üstesinden gelmek için uğraşan deneklerin puanları arasında pozitif yönde ilişkilerin varlığı tespit edilmiştir. Dua ölçeğinin alt boyutlarından olan manevi hoşnutsuzluk alt boyutu ile başa çıkma tarzları (genel) ölçeği arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Ancak manevi hoşnutsuzluk alt boyutu ile duygusal odaklı başa çıkma tarzlarından olan çaresiz yaklaşım ($r=-,333$ $p<,01$) ve boyun eğici yaklaşım ($r=-,163$ $p<,01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler gözlenirken; problem odaklı başa çıkma tarzlarından olan kendine güvenli yaklaşım ($r=,310$ $p<,01$), iyimser yaklaşım ($r=,360$ $p<,01$) ve sosyal destek arama ($r=,149$ $p<,01$) alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu veriler, sorunları ile mücadele ederken dua eden lakin duasından istediği gibi sonuç alamayan; ancak buna rağmen yılmadan devam eden deneklerin pasif başa çıkma tarzlarını (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) kullanmadığını aksine aktif başa çıkma tarzlarına (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, sosyal destek arama) yöneldiğini ortaya koymaktadır. Nitekim bireyin ettiği dua gerçekleşmediğinde herhangi bir olumsuzluğa sürüklenmemesi, çabasını sürdürmesi; duruma boyun eğmediğini, çaresiz bir duruma düşmediğini göstermektedir. Bu göstergeler, araştırmamızda gerçekleştirilen analizlerle de istatistiksel olarak desteklenmektedir.

Sonuç olarak, dua ve başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları arasındaki anlamlı ve olumlu ilişkilerin varlığı, bir birlerini desteklemeleri ve uyum içinde olmaları duanın da sorunlarla başa çıkmada başvurulan bir başa çıkma yöntemi olduğunu ortaya koymuştur.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Anlam, insanoğlunun yaşama tutunmasını sağlayan şeydir. Bu bağlamda insan, kendi yaşadığı ve çevresinde olan şeylere sürekli bir anlam verme çabası içerisinde. Onun en temel eğilimlerinden biri olan bu çabasının altında, yaşadığı ortamı anlamlı kılma ve ona hâkim olma saikleri (güdü) yatmaktadır. Kimi zaman insanın hayatta maruz kaldığı olaylar onun egemenliğini sarsmakta ve hayatının anlamını tehdit etmektedir. Böyle durumlarda birey yaşam tarzına göre bir takım unsurlardan yardım almaktadır. Dini bir hayat tarzına sahip olan bireyler için dini inanç ve değerler, en önde gelen yardımcıları olmaktadır. Bu bağlamda bireylerin ağır şartlar altında sorunları ile baş edebilmek için dini unsurlara başvurması dini başa çıkma olarak adlandırılmaktadır. Bu dini unsurlardan bir tanesi olan dua ise şüphesiz en sık başvurulan ve en belirgin olan dini başa çıkma unsurlarındandır. Bu çerçevede bu çalışma, bireylerin sorunları karşısında başvurdukları dini başa çıkma etkinliklerinden biri olan duayı konu edinmektedir. Araştırmanın örneklem grubunu “hayatın ikinci kısmı” olarak kabul edilen yetişkinlik çağındaki bireyler oluşturmaktadır. Bu konu Nisan-Mayıs 2013 tarihinde 415 denek üzerinde anket tekniği uygulanarak gerçekleştirilen bir alan araştırmasının verileri çerçevesinde ele alınmıştır. Araştırmada “ilk yetişkinlerin karşılaştıkları problemlerle başa çıkmalarında bir dini başa çıkma yöntemi olan dua olumlu katkıda bulunur.” ifadesi temel hipotez olarak belirlenmiştir. Ayrıca, “*Demografik değişkenler bağlamında dua tutumunda farklılıklar oluşmakta mıdır? Demografik değişkenler bağlamında başa çıkma tarzlarında farklılıklar oluşmakta mıdır? Demografik değişkenler bağlamında dindarlık eğiliminde farklılık oluşmakta mıdır? Dua ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır? Başa çıkma ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır? Dinsel eğilim ile yaşanan problemlerin türü arasında nasıl bir farklılık vardır? Dua ve dinsel eğilim arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? Dinsel eğilim duanın anlamlı bir yordayıcısı mıdır? Başa çıkma ve dindarlık arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? Dinsel eğilim başa çıkma tarzlarının anlamlı bir yordayıcısı mıdır? Dua ve başa çıkma tarzları arasında nasıl bir korelasyon vardır?*” sorularına da yanıt aranmıştır.

Araştırmanın teorik kısmında dua kavramı genel olarak ele alınmış ve dua-insan ilişkisi, dua edilen zaman ve mekânlar, duanın adabı, türleri, duaya icabet, duanın psikolojik ve fiziki yönden tesirleri incelenmiştir. Daha sonra ise ilk yetişkinlik dönemi genel

özellikleri ve temel problemleri ele alınmıştır. Bu kısımda yetişkinlik kavramı, yetişkinlik ve ilk yetişkinlik dönemi ve ilk yetişkinlik dönemi genel özellikleri ve temel problemlerine yer verilmiştir. Araştırmanın teorik bölümünün son kısmında ise öncelikle başa çıkma ile yakın ilişki içerisinde olan stres olgusu ele alınmış daha sonra başa çıkma, başa çıkma tarzları, dini başa çıkma ve bir dini başa çıkma etkinliği olarak dua ele alınmıştır.

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini tespit etmek üzere kişisel bilgi formu başlığı altında cinsiyet, yaş, medeni durum, sosyal çevre, gelir durumu, eğitim durumu, sağlık durumu, son bir yılda yaşanan problemlerin türü ve dua etme davranışı olmak üzere deneklere 9 olgusal soru yöneltilmiştir. Çalışmada katılımcıların dua tutumlarını ölçmek üzere Yaman ve Temiz (2014) tarafından geliştirilen *Dua Ölçeği* kullanılmıştır. Örneklem grubunun başa çıkma tarzlarını tespit etmek üzere de Şahin ve Durak (1995) tarafından kısaltma çalışması yapılarak geliştirilen *Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği* kullanılmıştır. Son olarak da katılımcıların dinsel eğilim düzeylerini tespit etmek üzere Kayıklık (2000) tarafından Türkçeye uyarlanan *Dinsel Eğilim Ölçeği* kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde ölçeklerin geçerli ve güvenilir oldukları tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular, çeşitli istatistiksel yöntemlerle analiz edilerek yorumlanmıştır.

Uygulama sonucunda dua ile cinsiyet arasında, manevi hoşnutsuzluk alt boyutu dışında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Diğer bir anlatımla kadınların dua ölçeği ve alt boyutlarından almış oldukları ortalamalar erkeklere göre daha yüksek olmasına rağmen istatistiksel olarak yalnızca bir boyutta anlamlı farklılık hesaplanmıştır. Elde edilen bu veriler manevi hoşnutsuzluk alt boyutu dışında “cinsiyet faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemediği araştırma bulguları ile tespit edilmiştir. Manevi hoşnutsuzluk boyutunda erkekler lehine ortaya çıkan durum, kadınların duygusal olarak sonuca yönelik daha hızlı etkilenmelerini akla getirmektedir. Ancak istatistiksel açıdan manevi hoşnutsuzluk boyutu dışında anlamlı farklılığın olmaması ise, kadın ve erkeklerin, duaya dair ana inanç ve esaslar bağlamında ortak değerleri benimseme eğiliminde olduklarını akla getirmektedir. Başa çıkma tarzları ölçeği genel olarak ele alındığında, erkekler ile kadınlar arasında istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Başa çıkma tarzları ölçeği alt boyutlarında da gruplar arasında istatistiksel açıdan

herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Elde ettiğimiz bu veriler “erkekler aktif başa çıkma tekniklerine kadınlardan daha fazla başvururken, kadınlar pasif başa çıkma tarzlarına daha fazla başvurumaktadırlar.” şeklindeki hipotezimizi desteklememiştir. Ancak erkeklerin probleme yönelik (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım) başa çıkma üst boyutunda kadınlardan daha yüksek ortalamaya sahip olduğu; duygusal başa çıkma (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) tarzlarında ise kadınların erkeklerden daha yüksek ortalamaya sahip oldukları tespit edilmiştir. Dinsel eğilim bakımından, erkekler ve kadınlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık hesaplanmamıştır. Bu veriler “kadınlar erkeklere göre daha iç güdümlü dindardır” şeklindeki hipotezimizi desteklememektedir. Cinsiyet değişkeni yönünden farklılığın olmaması, erkek ve kadınların, dinin temel inanç ve esasları bağlamında ortak dini değer ve inançları benimseme eğiliminde olduklarını akla getirmiştir. Ancak cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememekle beraber erkeklerin ortalama puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bu konuda yapılan diğer çalışmalara baktığımızda, kimi zaman erkekler, kimi zaman kadınlar daha dindar gözükebilmektedir. Bazen de aralarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Bu durumun ortaya çıkmasında dindarlığın çok boyutlu bir olgu olmasının yanı sıra dinsel, kültürel, toplumsal farklılıklar da etkili olabilmektedir.

Yapılan analizler neticesinde elde edilen verilere göre, örneklem grubunun dua ölçeği ortalama puanları arasında yaş dönemleri bakımından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Dua-yaş dönemleri ilişkisi, dua ölçeğinin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bu veriler “yaş faktörü dua tutumunda anlamlı bir farklılığa sebep olmaz.” şeklindeki hipotezimizi desteklemiştir. Bu araştırmada yaş grupları arasındaki aralığın çok fazla olmamasından ötürü yaşa bağlı olarak anlamlı bir farklılaşmanın meydana gelmediğini ifade etmek mümkün olabilir. Katılımcıların, genel başa çıkma tarzları ölçeği puanları, yaş gruplarına göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir. Başa çıkma tarzları-yaş dönemleri arasındaki ilişki, başa çıkmanın alt boyutları açısından ele alındığında ise sadece kendine güvenli yaklaşım boyutunda yaş grupları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Bu boyutta ise ileri yaş grupları lehine istatistiki açıdan anlamlı bir fark söz konusudur. Bu durum ise yaş ilerledikçe bireylerin edindiği yaşam tecrübeleri neticesinde kendilerine olan güvenlerinin arttığını

düşündürmektedir. Bu bulgular “yaş faktörü başa çıkma tarzlarında anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklinde ifade etmiş olduğumuz hipotezi, kendine güvenli yaklaşım alt boyutu hariç, desteklememiştir. Gerçekleştirilen analizler neticesinde elde edilen bulgulara göre, yaş gruplarının ortalamaları arasında farklılık olmasına karşın, katılımcıların dinsel eğilim düzeylerinin, yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde değişmediği ortaya konmuştur. Bu bulgular “yaşça büyük olan bireyler daha genç olanlara göre iç güdümlü dindarlık eğilimi gösterir.” şeklinde ifade ettiğimiz hipotezimizi desteklememiştir. Çalışmada yaş grupları arasındaki aralığın çok fazla olmaması durumu, gruplar arasındaki farklılaşmanın önüne geçtiği şeklinde düşünmemize neden olmuştur. Yaş-dindarlık ilişkisi çerçevesinde yapılan diğer araştırmalara baktığımızda, bazı çalışmalarda anlamlı farklılık gözlenirken, bazılarında ise anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır.

Analiz sonuçları çerçevesinde genel olarak dua ölçeği ortalama puanlarına göre, bekârlar ve evliler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememekle birlikte dua ölçeği ve alt boyutlarında, evlilerin ortalama puanlarının bekârlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu veriler “medeni durum değişkeni dua tutumunda anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklindeki hipotezimizi desteklememiştir. Gruplar arasındaki farklılığın istatistiksel olarak anlamlı seviyeye ulaşamaması, duaya dair temel inanç ve esaslar çerçevesinde grupların ortak değerleri benimseme eğiliminde olduklarını akla getirmektedir. Duanın, dinin en sık başvurulan ibadetlerinden biri olması, ona olan inanç etrafında birleşmiş olabileceğini düşündürmektedir. Elde edilen verilere göre, başa çıkma tarzları ölçeği geneli için, bekârlar ve evliler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu veriler “evliler daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarını tercih ederken bekârlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına başvurumaktadırlar.” şeklindeki hipotezimizi istatistiki anlamlılık seviyesinde desteklememiştir. Ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmamasına karşın, evlilerin bekârlara göre problem odaklı başa çıkma tarzlarından kendine güvenli yaklaşımı daha çok tercih ettikleri; bekârların ise evlilere göre duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha çok başvurdukları ortaya çıkmıştır. Yapılan bazı araştırmalarda da benzer bulgulara ulaşıldığı görülmektedir. Dinsel eğilim bakımından bekâr ve evli gruplar incelendiğinde, dinsel eğilim ortalamaları bakımından evlilerin lehine bir durum gözlenmesine karşın, “Evliler iç güdümlü dindarlık eğilimi gösterirken, bekârlar dış

güdümlü eğilim gösterir.” şeklinde kurduğumuz hipotezin istatistiksel olarak desteklenmediği gözlenmiştir. Ortaya çıkan bu durum örneklem grubunun muhafazakâr bir çevreden gelmesi olgusu ile açıklanabilir. Yapılan araştırmalarda genellikle evli bireylerin ortalama puanları daha yüksek çıkmakta, yani evli bireyler daha iç güdümlü dindar olarak tespit edilmektedir. Bu sonuçlar ise evliliğin getirmiş olduğu sorumlulukların etkisini akla getirmektedir.

Dua ve sosyal çevre ilişkisi bakımından araştırma sonuçları ele alındığında, yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenlerin ortalamalarının, yaşamının çoğunu kentlerde geçirenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmesine karşın dua düzeyleri bakımından sosyal çevre grupları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu bulgular “sosyal çevre değişkeni dua tutumlarında anlamlı bir farklılığa neden olur.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklenmemesine karşın elde edilen veriler daha önceki bazı araştırmalarda ulaşılan bulgularla paralellik göstermektedir. Bu sonuçlar, kitle iletişim araçlarının köy ve kent yaşamı arasındaki farkı ortadan kaldırmış olabileceğini akla getirmektedir. Başa çıkma ve sosyal çevre ilişkisi bakımından araştırma sonuçları incelendiğinde de başa çıkma tarzları bakımından gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Dinsel eğilim ile sosyal çevre arasındaki ilişki ele alındığında, yaşamının çoğunu kırsal kesimde geçirenlerin daha iç güdümlü dindar oldukları gözlenmiş ancak aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bu veriler, kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ve ulaşımın kolaylaşması gibi gelişmeler neticesinde, kırsal ve kentsel bölgeler arasındaki farkın azaldığını düşündürmüştür. Bu durumun da kırsal ve kentsel bölgelerde yaşayan insanları benzer duygu, düşünce ve davranışlar sergilemeye yönlendirdiğini akla getirmiştir.

Araştırma verilerine göre gelir durumu-dua ilişkisi incelendiğinde, gelir durumu çok iyi ve iyi olan deneklerin dua ölçeğinden aldıkları puanlar, gelir durumu orta ve düşük olan deneklerin dua ölçeğinden aldıkları puanlara göre daha yüksektir. Bu bulgular “yüksek gelir algısına sahip olanların dua tutumlarından aldıkları ortalamalar daha düşüktür.” şeklindeki hipotezimizi desteklememiştir. Bu çalışma sonuçları, yüksek gelir algısına sahip olan kimselerin dua davranışını daha fazla içselleştirdiklerini akla getirmektedir. Araştırmada başa çıkma tarzları ve gelir durumu ele alındığında, gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmasa da düşük gelir algısına sahip olanların

yüksek gelir algısına sahip olanlara göre daha fazla duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) yöneldikleri görülmüştür. Ancak bu sonuçlar “düşük gelir algısına sahip olanlar duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha fazla başvururlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi istatistiksel olarak desteklememektedir. Gelir durumu ve dinsel eğilim arasındaki ilişki incelendiğinde, gelir durumu iyi olanlar lehine gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırmadan elde ettiğimiz bu veriler “Düşük ve orta gelir algısına sahip olanlar, yüksek olanlara göre daha iç güdümlü dindardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememektedir. Bu sonuç, daha önceden yapılan araştırmalar tarafından desteklenmemektedir. Ancak bu durum yüksek gelir algısına sahip olanların, dini değer ve esasları daha benimseyerek içselleştirdiklerini düşündürmektedir. Dua ve eğitim durumu ilişkisi incelendiğinde, deneklerin dua (genel) puanlarının, eğitim durumlarına göre anlamlı bir şekilde değişmediği görülmüştür. Dua-eğitim durumu ilişkisi, başa çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise sadece istek ve şükür boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark gözlenmektedir. İstek ve şükür boyutunda, üniversite ile lisansüstü gurupları arasında üniversiteliler lehine istatistiki açıdan anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ancak eğitim seviyesi arttıkça dua ölçeği ve alt boyutlarından alınan ortalama puanların düşmekte olduğu gözlenmiştir. Bu verilerden hareketle, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın bulunmaması örneklem grubunun genelde benzer eğitim sistemi içerisinde yetişmiş olmalarını düşündürmektedir. Başa çıkma tarzları ve eğitim durumu arasındaki analiz sonuçları ele alındığında, deneklerin başa çıkma (genel) düzeyleri arasında eğitim durumu bakımından istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık oluşmadığı gözlenmiştir. Başa çıkma ve eğitim durumu ilişkisi, başa çıkmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise boyun eğici yaklaşım ve sosyal destek arama boyutunda gruplar arasında anlamlı bir fark hesaplanmıştır. Eğitim seviyesi düşük olan denekler duygusal odaklı/pasif başa çıkma tarzlarından olan boyun eğici yaklaşıma, eğitim seviyesi yüksek olan deneklerden daha fazla başvurmaktadırlar. Bu durum eğitim seviyesi arttıkça duygusal odaklı başa çıkma tarzlarına daha az müracaat edildiğini ortaya koymaktadır. Yine eğitim seviyesi ilerledikçe sosyal destek arayışı da artmaktadır. Elde edilen bu bulgular “eğitim seviyesi düşük olanlar yüksek olanlara göre daha çok duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.” şeklinde ifade etmiş olduğumuz hipotezimizin kısmen desteklendiğini ortaya koymuştur. Bu

sonuçlar benzer eğitim sisteminde yetişen bireylerin, sorunlar karşısında onlarla bařa çıkarken benzer metotlara başvurduğunu akla getirmektedir. Bu durum eğitim kurumlarında verilen eğitimin, bireyin duygu, dűřünce ve davranışlarını ne kadar çok etkilediğine de işaret etmesi bakımından da manidardır. Dinsel eğilim ve eğitim durumu arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere gerçekleştirilen analiz sonuçlarında ise örneklem grubunun dinsel eğilim düzeylerinin, eğitim durumuna bağlı olarak anlamlı bir Őekilde değiştiği grlműřtr. Yapılan analizler neticesinde, eğitim seviyesi dűřk olanların daha iç güdümlü dindarken, eğitim seviyesi yüksek olanların daha dış güdümlü dindar oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgular “eğitim seviyesi dűřk olanlar eğitim seviyesi yüksek olanlara göre daha içi güdümlü dindardırlar.” Őeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Elde edilen bulgular, eğitim seviyesinin yükselmesi ile birlikte dini inançlarda daha çok rasyonelleşme, liberalleşme ve bireyselleşme eğilimlerinin g kazandığını akla getirmektedir.

Dua ve sağlık algısı arasındaki ilişki ele alındığında, dua leđi ve alt boyutlarından alınan puanların, sağlık algısına göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu sonuçlar “sağlık algısı iyi olanların dua tutumundan aldıkları ortalamalar daha dűřktr.” Őeklindeki hipotezimizi desteklememiştir. Elde edilen bu verilere göre grupların duaya dair tutumlarının birbirine yakın olduğunu, yani deneklerin duaya dair tutumlarının benzer olduğunu söylemek mümkündür. Bařa ıkma tarzları ve sağlık algısı ilişkisi bakımından araştırma sonuçları ele alındığında, bařa çıkma tarzları leđi alt boyutlarından çaresiz yaklaşım hariç, bařa çıkma tarzları leđi ve alt boyutlarından alınan puanların, sağlık durumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu bulgular sağlık durumunu iyi ve orta olarak değerlendirenlerin yetişmiş oldukları evre ve almış oldukları eğitim açısından benzer olduklarını akla getirmektedir. Bu durumda denekler, problemlerle bařa çıkarken benzer tutumlar sergileyebilirler. Çalışmada sadece sağlık durumunu orta ve kötü olarak değerlendirenlerin duygusal odaklı bařa çıkma tarzlarından çaresiz yaklaşıma daha fazla başvurdukları belirlenmiştir. Bu durum sağlık durumunu iyi olarak değerlendirenlerin sıkıntılarını ile aktif bir Őekilde bař edebilecek güce sahip olduklarını; diğer grubun ise sorunlarının üstesinden gelecek güce sahip olmadıklarını yani sağlık açısından zayıf kalıp pasif bařa çıkma tarzlarını kullandıklarını akla getirmektedir. Dinsel eğilim ve sağlık algısı arasındaki ilişki ele alındığında, yapılan analizler neticesinde dinsel eğilim

ölçeğinden alınan puanların sağlık durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bu veri “sağlık algısı kötü ve orta olanlar iyi olanlara göre daha iç güdümlü dindardırlar.” şeklinde ifade etmiş olduğumuz hipotezi desteklememiştir. Bu durum, sağlık algısı açısından iyi ve orta kötü olan örneklem grubunun dinin inanç ve esasları etrafında birleştiğini akla getirmektedir. Dua ve son bir yıl içerisinde yaşanan problemler arasındaki ilişki ele alındığında, dua ölçeği ve alt boyutları arasında yalnızca manevi hoşnutsuzluk boyutunda gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu bulgular “dua tutumu son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi büyük ölçüde desteklememiştir. Elde edilen veriler, bu araştırma çerçevesinde örneklem grubunun problemler karşısında benzer dua tutumu sergilediklerini ortaya koymaktadır. Bu durum ise aile, eğitim ve sosyal çevre gibi faktörlerin bireylerde benzer dua tutumu meydana getirdiğini düşündürmektedir. Manevi hoşnutsuzluk boyutunda ise farklılaşma yaşanan problemin zorluğu ile ilgili olmuştur. Örneğin son bir yıl içerisinde herhangi bir sorunla karşılaşmadığını söyleyen bireyler bu boyutta en yüksek puanı alırken, ölüm gibi bir olayla karşılaşan bireyler ise en düşük puanı almışlardır. Bu veriler, yaşanan problemin birey üzerinde etkisi arttıkça duanın etkisine olan inancın zayıflamakta olduğunu akla getirmektedir. Başa çıkma tarzları ve son bir yıl içerisinde yaşanan problemler arasındaki ilişki incelendiğinde, başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları arasında sadece sosyal destek arama alt boyutunda gruplar arasında anlamlı bir farklılık hesaplanmıştır. Bu bulgular “başa çıkma tarzlarına başvurma son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurduğumuz hipotezi büyük ölçüde desteklememiştir. Analiz sonuçları, bu araştırma kapsamındaki örneklem grubunun büyük ölçüde yaşanan probleme göre benzer başa çıkma tarzlarını kullandıklarını ortaya koymuştur. Sosyal destek arama boyutunda gruplar arasındaki farklılığı tespit etmeye yönelik yapılan analizler neticesinde, sosyal destek arama boyutuna en fazla bir yakını kaybedenler ve ölüm korkusu yaşayanların başvurmakta olduğu; en az ise yalnızlık problemi olanların müracaat ettiği tespit edilmiştir. Bu durum yalnızlık sorunu yaşayanların daha içe dönük bir durum içerisinde olduklarını gösterirken, ölüm korkusu yaşayanlar, bir yakını kaybedenler, ekonomik sıkıntılar ve mesleki sorunlar yaşayanların ise daha dışa dönük bir durum içerisinde olduklarını akla getirmiştir. Dinsel eğilim ve son bir yıl içerisinde yaşanan problemler arasındaki ilişki

incelendiğinde, örneklem grubunun dinsel eğilim düzeylerinin, yaşanan probleme bağlı olarak anlamlı bir şekilde değiştiği tespit edilmiştir. Bu veriler “dinsel eğilim seviyeleri son bir yılda yaşanan probleme göre farklılaşmaktadır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi de desteklemiştir. Elde edilen veriler, son bir yıl içerisinde bir yakınının kaybeden ve ölüm korkusu yaşayan deneklerin diğer guruplara göre daha iç güdümlü dindar olduğunu; ekonomik sorunlar yaşayanların ise daha dış güdümlü dindar olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, bireylerin gündelik olaylara kıyasla ölüm ve ağır hastalık gibi durumlarda daha farklı bir dini tutum benimsedikleri şeklinde yorumlanabilir.

Araştırma grubunun dua tutum ve davranışlarına göre dua ölçeği ile arasındaki ilişkiye bakıldığında, deneklerin dua ölçeğinden almış olduğu puanların, dua etme tutum ve davranışlarına bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu bulgular “deneklerin dua etme tutum ve davranışları ile dua ölçeğinden almış oldukları ortalama puanlar arasında anlamlı bir fark vardır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Namaz dışında sık sık dua eden deneklerin, dua ölçeğinden en yüksek puanı aldıkları hesaplanmıştır. Daha sonra ise sırası ile sıkıntılı anlarda ve ihtiyaç duyduğu anlarda dua edenler ile hiç dua etmeyen ve sadece özel durumlarda dua edenler gelmektedir. Bu veriler, dua etme davranışı sıklıkla, duanın problemler karşısındaki pozitif etkisinin arttığını göstermektedir. Dua tutum ve davranışı ile başa çıkma tarzları arasındaki ilişki incelendiğinde, örneklem grubunun başa çıkma düzeyleri arasında dua etme davranışı bakımından istatistiksel olarak kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür. Yapılan analizler neticesinde, pek fazla dua etmeyenlerin daha çok problem odaklı başa çıkma tarzlarını (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım) kullandığı, sık sık dua edenlerin ise daha fazla duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarını (çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım) kullandığı tespit edilmiştir. Bu veriler “sıklıkla dua edenler daha fazla duygusal odaklı başa çıkma mekanizmalarına başvururken, daha az dua edenler daha fazla problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurmaktadırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi büyük ölçüde desteklemiştir. Sonuç olarak hayatlarında sıklıkla dua eden deneklerin, daha az dua edenlere göre karşılaşmış oldukları sıkıntılar karşısında daha çok duygusal odaklı başa çıkma

tarzlarına başvurmaları, duanın sahip olduğu acıyı kabullenme, ona sabır gösterme yönünü akla getirmektedir.

Dua etme davranışı ile dinsel eğilim arasındaki ilişki ele alındığında, örneklem gurubunun dinsel eğilim ölçeğinden almış olduğu puanların, dua etme tutum ve davranışlarına bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Bu veriler “daha sık dua edenler daha az dua edenlere göre daha iç güdümlü dindardır.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Analizler neticesinde, dinin önde gelen ibadetlerinden biri olan duanın, bireyin yaşamındaki yeri ve önemi arttıkça iç güdümlü dindarlığın; azaldıkça da dış güdümlü dindarlığın arttığı tespit edilmiştir. Bu durum, duanın, dinin sık sık başvurulan ve önde gelen bir pratiği olması ile açıklanabilir.

Dua ve öznel dindarlık algısı arasındaki ilişki ele alındığında, bireylerin dua tutumlarının öznel dindarlık algısına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Elde edilen veriler dindarlık algısı yüksek olanların daha zayıf olanlara göre duaya yaşamlarında daha çok yer verdiklerini ve duaya dair daha olumlu tutumlar geliştirdiklerini ortaya koymuştur. Bu veriler “deneklerin dindarlık algılamaları ile dua tutumları arasında anlamlı bir ilişki vardır.” şeklinde ifade etmiş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Sonuç olarak bu bulgular, dua ile dindarlık arasındaki sıkı ilişkinin varlığını teyit etmesi bakımından manidardır. Başa çıkma tarzları ve öznel dindarlık algısı arasındaki ilişki incelendiğinde, bireylerin başa çıkma tarzlarının, öznel dindarlık algısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Araştırmadan sağlanan bu bulgular “yüksek dindarlık algısına sahip olanlar, duygusal odaklı başa çıkma tarzlarını; biraz daha düşük dindarlık algısına sahip olanlar problem odaklı başa çıkma tarzlarını kullanırlar.” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklememiştir. Bu sonuçların ortaya çıkması, dindarlık algılarının bir birine yakın olmasını akla getirmektedir. Dinsel eğilim ve öznel dindarlık arasındaki ilişkiye bakıldığında, analiz sonuçları öznel dindarlık algısı ile dinsel eğilim arasında anlamlı bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Bu veriler “yüksek öznel dindarlık algısına sahip olanlar, daha zayıf olanlara göre daha iç güdümlü dindardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Yüksek öznel dindarlık algısına sahip olan bireylerin daha iç güdümlü dindar olması, bireylerin hayatlarında gösterdikleri dini tutum ve davranışlara uygun dindarlık algısı geliştirdiklerine işaret etmektedir.

Regresyon analizi ve çoklu kolerasyon tekniği ile yapılan analizler çerçevesinde dua ve dinsel eğilim arasındaki ilişki ve etkileşim incelendiğinde, dinsel eğilim ile dua arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Dinsel eğilim duadaki değişimin %45'ini açıklamıştır. Bu veriler, dinsel eğilimin dua üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu ortaya koymuştur. Sonuç olarak, değişkenler arası ilişki ve açıklayıcılık gücünü gösteren değerler, dinsel eğilim ve dua arasında olumlu ve açıklayıcılık gücü yüksek bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu veriler, “dinsel eğilim ile dua arasında anlamlı bir ilişki ve etkileşim vardır” şeklinde kurmuş olduğumuz hipotezi desteklemiştir. Bu veriler, dinsel eğilim puanları (iç güdümlü dindarlık) arttıkça duaya ilişkin olumlu tutumunda arttığını ortaya koymuştur. Yani dindarlığın iç kaynaklı yöneliminin dua üzerinde olumlu etkisinin olduğu bu çalışma kapsamında tespit edilmiştir. Başa çıkma tarzları ile dinsel eğilim arasındaki ilişki incelendiğinde, iki değişken arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Yapılan analizler etrafında, duygusal odaklı başa çıkma tarzları ile dinsel eğilim arasındaki ilişki, problem odaklı başa çıkma tarzları ile dinsel eğilim arasındaki ilişkiye kıyasla daha düşüktür. Yani genel olarak iç güdümlü dindarlık arttıkça problem odaklı başa çıkma tarzlarına başvurma da artmaktadır. Bu bulgulardan hareketle iç güdümlü dindarlığın, problemler karşısında pasif bir şekilde hiçbir şey yapmaksızın bekleyerek her şeyi Tanrı'ya havale etmek yerine, aktif bir şekilde sorunların üstesinden gelmeye çaba sarf etmek şeklinde bir yönelim olduğu söylenebilir. Çoklu kolerasyon tekniği ile yapılan analizler çerçevesinde dua ve başa çıkma tarzları arasındaki ilişki incelendiğinde, dua ve başa çıkma tarzları ölçeği ve alt boyutları arasında genel olarak orta düzeyde, pozitif anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Bu veriler bir tür uygunluk geçerliliği açısından da duanın bir başa çıkma mekanizması olduğunu açık bir şekilde ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, dua, başa çıkma tarzları ve dinsel eğilim ölçekleri arasındaki pozitif ve anlamlı ilişkilerin varlığı, birbirlerini desteklemeleri ve uyum içinde olmaları, duanın problemlerle baş etmede olumlu katkıda bulunan bir dini başa çıkma yöntemi olduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmada elde edilen bu veriler çerçevesinde *ilk yetişkinlerin karşılaştıkları problemlerle başa çıkmalarında bir dini başa çıkma yöntemi olan duanın olumlu katkıda bulunacağını* öngören hipotezin doğrulandığı anlaşılmıştır.

Dua ve başa çıkma ilişkisi konusunda, Türkiye’de yapılan ilk çalışmalardan birisi olan bu araştırma, mecburi olarak bir takım sınırlılıkları da içinde barındırmıştır. Bu nedenle bu konuda ileride yapılacak olan araştırmalar için şu önerilerde bulunulabilir:

- a) Araştırmada dua, başa çıkma ve dindarlık ilişkisi bireylerin kendi beyanları esas kabul edilerek ölçülmüştür. Katılımcı gözlem ve mülakat yoluyla yapılan sosyal psikoloji araştırmaları vasıtası ile davranışların yerinde gözlenilmesi ve tespit edilmesi, insanların başa çıkma ve dua tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi ve dindarlıkla ilişkilerinin tespit edilmesi daha farklı veriler sağlayacaktır.
- b) Bireylerin sorunlarla başa çıkma sürecinde Tanrı tasavvurları önemlidir. Müşfik Tanrı tasavvuru ile cezalandırıcı Tanrı tasavvuruna sahip olmanın, başa çıkma sürecinde farklılıklar doğuracağı düşünülmektedir. Bu konu, üzerinde çalışılması gereken bir alan gibi gözükmektedir.
- c) Bireyin sorunlarla başa çıkarken ne tür başa çıkma mekanizmalarına müracaat edeceği, yani sorunlar karşısında pasif bir şekilde mi yoksa aktif bir şekilde mi hareket edeceği konusunda çocukluk çağında kazandığı özelliklerin rolü büyüktür. Bu bağlamda bu araştırma kapsamı dışında tutulan çocukluk döneminin etkisi araştırılabilir.
- d) Başa çıkma mekanizmalarının kullanılmasında etkisi olduğu düşünülen başta sosyal ağlar (facebook, twitter) olmak üzere, televizyon yayımlarının etkisi araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- ALBAYRAK, A. (2013). *Gençlerde Dua Psikolojisi*. İstanbul: Düşünce Kitabevi Yayınları.
- ARGYLE, M. (2005). *Psychology and Religion: An Introduction*. London and New York: Routledge.
- ARGYLE, M. (2006). İbadet ve Dua. (M. Koç, Çev.) *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(21), 317-338.
- ARICI, A. (2005). *Ergenlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua*. Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ARMANER, N. (1980). *Din Psikolojisine Giriş*. Ankara: Ayyıldız Matbaası.
- ARSLANTÜRK, Z. (2004). *Sosyal Bilimler İçin Araştırma Metod ve Teknikleri*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- ATMACA, V. (2009). *Kadim Medeniyetlerde Hastalık Algılaması ve Hastalar İçin Dua Meselesine Giriş*. Ankara: 2009.
- AVŞAROĞLU, S. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa Çıkma Stilllerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi. Konya: Selçuk üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- AYDIN, M. (2005). *Ansiklopedik Dinler Sözlüğü*. Konya: Din Bilimleri Yayınları.
- AYSAN, F. (2003). Başa çıkma Stratejisi Ölçeğinin Türkçe Formunun Oluşturulması. *Ege Eğitim Dergisi*, 3(1), 123-132.
- AYTEN, A. (2004). *Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- AYTEN, A. (2005). Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık, Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 185-204.
- AYTEN, A. (2009). *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. Dotor Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- AYTEN, A. (2012). *Tanrı'ya Sığınmak- Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- BALTAŞ, Z. (2000). *Sağlık Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- BALTAŞ, Z., & BALTAŞ, A. (2012). *Stres ve Başa çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- BANZİGER, S., VAN UDEN, M., & JANSSEN, J. (2008). Praying and Coping: The Relation Between Varieties of Praying and Religious Coping Styles. *Mental Health, Religion&Culture*, 11(1), 101-108.
- BAYMUR, F. (1972). *Genel Psikoloji*. İstanbul: İnkılâp Kitapevi.
- BEBEK, A. (1998). *Din ve Düşünce Açısından Dua*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- BJORCK, J. P., & THURMAN, J. W. (2007). Negative Life Events, Patterns of Positive and Negative Religious Coping, and Psychological Functioning. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 46(2), 159-167.
- BUDAK, S. (2009). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- BUHARÎ, M. b. (2013). *Sahih'ul-Buharî*. Beyrut: Dar'ül-Kütübi'l-İlmiyye.
- CARREL, A. (1961). *Duâ*. (M. Yüce Türk, Çev.) İstanbul: Yağmur Yayınevi.
- CİLACI, O. (1982). *Psiko-Sosyal Açıdan İlahi Dinlerde Duâ*. Konya: Arı Basımevi.
- CİLACI, O. (1994). Duâ. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (Cilt IX, s. 529-530). içinde İstanbul: TDV Yayınları.
- CÜCELOĞLU, D. (2010). *İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- ÇAKIR, İ. (2006). *Polislerin İş Stresi ve Bazı Değişkenlere Göre Stersle Başa Çıkma Tarzlarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.
- ÇARKOĞLU, A., & KALAYCIOĞLU, E. (2009). *Türkiye'de Dindarlık: Uluslararası Bir Karşılaştırma*. İstanbul: Sabancı Üniversitesi.
- ÇELİK, C. (2006). Kentsel Dindarlık. Ü. Günay, & C. Çelik içinde, *Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi* (s. 81-112). Adana: Karahan Kitabevi.
- DAM, H. (2002). *Yettişkinlerin Din Eğitimi*. Samsun: ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- DOĞAN, M. (1996). *Büyük Türkçe Sözlük*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- DOĞAN, M. (1997). *Duanın Psikolojik ve Psikoterapik Etkileri. Yüksek Lisans Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- DUMAN, A. (2007). *Yetişkinler Eğitimi*. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- EKŞİ, H. (2001). *Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması. Doktora Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- EKŞİ, H. (2004). Kişilik ve Başaçıkma: başaçıkma Tarzlarının Durumsal ve Eğlemsel Boyutları Üzerine Çok Yönlü Bir araştırma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4(1), 81-98.
- ERYILMAZ, A. (2012). Bir Yaşam Dönemi Olarak Yetişkinlik: Tanımı, Ölçütleri ve Kuramları. H. BACANLI, & Ş. TERZİ içinde, *Yetişkinlik ve Yaşlılık gelişimi ve Psikolojisi* (s. 49-85). İstanbul: Açılım Kitap.
- FİRÛZÂBÂDÎ, M. M. (1979). *Kâmûsu'l-Muhît* (Cilt IV). Mısır: Matbaatu'l-Emîriyye.
- GAZZÂLÎ, M. (1989). *İhyâu Ulumi'd-Din* (Cilt I). (A. Serdaroğlu, Çev.) İstanbul: Bedir Yayınevi.
- GENÇ, F. (2005). *Kemoterapi Alan Akciğer Kanserli Hastalarda Görülen Semptomlar ve Başa Çıkma Tarzları. Yüksek Lisans Tezi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- GROSSOEHME, D. H., JACOBSON, C. J., COTTON, S., RAGSDALE, J. R., VanDyke, R., & SEID, M. (2011). Written Prayers and Religious Coping in a Paediatric Hospital Setting. *Mental Health, Religion & Culture*, 14, 423–432.
- GÜNDÜZ, Ş. (1998). *Din ve İnanç Sözlüğü*. Ankara: Vadi Yayınları.
- HAYTA, A. (2006). İbadetler ve Ruh Sağlığı (Dini Pratikler ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme. H. Hökeleklî içinde, *Gençlik Din ve Değerler Eğitimi* (s. 137-180). İstanbul: Dem Yayınları.
- HEILER, F. (1932). *Prayer A Study in the History and Psychology of Religion*. New York: Oxford University Press.
- HOLM, N. G. (2007). *Din Psikolojisine Giriş*. (A. Bahadır, Çev.) İstanbul: İnsan Yayınları.
- HOROZCU, Ü. (2010). Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları. İstanbul: İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.
- HOROZCU, Ü. (2012). Ruh Sağlığı ve DİN. D. KARACOŞKUN içinde, *Din Psikolojisi El Kitabı* (s. 177-192). İstanbul: Grafiker Yayınları.
- HÖKELEKLİ, H. (1983). Ergenlik Çağı Gençlerin Dini Gelişimi. Bursa: Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.
- HÖKELEKLİ, H. (2008). *Psikolojiye Giriş*. Bursa: Düşünce Kitabevi.
- HÖKELEKLİ, H. (2009). *İslam Psikolojisi Yazıları*. İstanbul: DEM Yayınları.
- HÖKELEKLİ, H. (2010). *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- HÖKELEKLİ, H. (2010). *Din Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Dem Yayınları.

- İBN-İ FARİS, E.-H. (1979). *Mu'cemu Mekâyîsu'l-Luğa* (Cilt II). (A. M. Harun, Dü.) Beyrut: Dâru'l-Fikr.
- İBN-İ MANZUR , E.-F. (1999). *Lisanû'l-Arab* (Cilt IV). (E. M. Abdülvehhab, & M. es-Sadık el-Ubeydi, Dü) Beyrut: Dâru'l-İhyai't-Türasi'l-Arabi.
- İKBAL, M. (2013). *İslam'da Dini Düşüncenin Yeniden İnşâsı*. (R. ACAR, Çev.) İstanbul: Timaş Yayınları.
- İMAMOĞLU, A. (1995). İnsan ve İbadet. *Türk Yurdu*, 15(90), 46-41.
- İMAMOĞLU, A. (2004). Deprem Sonrasında Karşılaşılan Psikolojik Tepkiler ve Dini İçerikleri. *Ekev Akademi Dergisi*(20), 79-88.
- İSFAHÂNÎ, (1961). *el-Müfredât fî Garîbi'l-Kur'an*. (M. S. Kilani, Dü.) Beyrut: Dâru'l-Ma'rife.
- IZUTSU, T. (1975). *Kur'ânda Allah ve İnsan*. (S. Ateş, Çev.) Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- JAMES, W. (1962). *The Varieties of Religious Exerience: A Study in Human Nature*. London: Fontana Library.
- KAHVECİ, G. (2012). Fiziksel Gelişim (Genç Yetişkinlik, Yetişkinlik, Yaşlılık). H. BACANLI, & Ş. TERZİ içinde, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi* (s. 137-184). İstanbul: Açılım Kitap.
- KARACA, F. (2007). *Dini Gelişim Teorileri*. İstanbul: DEM.
- KARACOŞKUN, D. (2012). Gelişim Kuramları Ve Dönemlerine Genel Bir Bakış. D. Karacoşkun içinde, *Din PSikolojisi El Kitabı* (s. 97-111). istanbul: Grafiker Yayınları.
- KARAÇANTA, H. (2012). Genç Yetişkinlik Döneminde Pisikososyal ve Bilişsel Gelişim. H. BACANLI, & Ş. TERZİ içinde, *Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojsi* (s. 185-238). İstanbul: Açılım Kitap.
- KARAGÖZ, İ. (2011). Duanın Anlamı ve Önemi,Çeşitleri, Usulü,Âdâbı ve İnsan Hayatına Etkisi. *Dualar* (s. 21-134). içinde Ankara: DİB Yayınları.
- KAYIKLIK, H. (2000). *Dini Yaşayış Biçimleri: Psikolojik Temelleri Açısından Bir Değerlendirme. Doktora Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- KAYIKLIK, H. (2001). Kur'an'daki Dualar Üzerine Psikolojik Bir Değerlendirme. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(1), 135-160.
- KAYIKLIK, H. (2003). *Orta Yaş ve Yaşlılıkta Dinsel Eğilim*. Adana: Baki Kitabevi.

- KEISTER, J. A. (2009). *Attachment Style and Religious Coping Strategies. PhD Dissertation*. California: University of La Verne College of Arts And Sciences Psychology Departments.
- KILIÇ, A. F. (2000). Psiko-Sosyal Faktörler Açısından Atatürk ve Din. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*(2), 239-271.
- KILIÇ, S. (1991). *Dua Üzerine Düşünceler (Psikofizyolojik sebepleri ve sonuçları)*. Giriş. İzmir: Nil Yayınları.
- KİMTER, N. (2006). Dini İnanç, İbadet ve Dua'nın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine Bir Araştırma (Üniversite Öğrencileri Üzerine). H. Hökelekli içinde, *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi* (s. 217-250). İstanbul: Dem Yayınları.
- KIRKPATRICK, L. A. (1995). Attachment Theory and Religious Experience . R. W. Hood içinde, *Handbook of Religious Experience*. Birmingham: Religious Education Press.
- KÖSE, A., & AYTEN, A. (2012). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- KÖYLÜ, M. (2004). *Yetişkinlik Dönemi Din Eğitimi*. İstanbul: DEM.
- KULA, M. N. (2005). *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*. İstanbul: DEM Yayınları.
- KULA, N. (2002). Deprem ve Dini Başa Çıkma. *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1, 234-255.
- KULA, N. (2003). Gençlerde İstirap Tecrübesine Bağlı Dini Krizle Başa Çıkmaya Yönelik Öneriler. *Gençlik Dönemi ve Eğitimi - II* (s. 103-131). İstanbul: Ensar Neşriyat.
- KURT, İ. (2008). *Yetişkin Psikolojisi*. Ankara: Asil yayın Dağıtım.
- KÜÇÜKCAN, T., & KÖSE, A. (2006). *Doğal Afetler ve Din Marmara Depremi Üzerine Psiko-Sosyolojik Bir İnceleme*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı.
- LAZARUS, R. S., & LAZARUS, B. N. (2006). *Coping with Aging*. New York: Oxford University Press.
- LAZARUS, R., & FOLKMAN, S. (1984). *Stres, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- LEWIS, C. A., MALTBY, J., & DAY, L. (2005). Religious Orientation, Religious Coping and Happiness Among UK Adults. *Personality and Individual Differences*, 38, 1193-1202.
- MARİNİER, P. (1991). *Dua Üzerine Düşünceler (Psikofizyolojik sebepleri ve sonuçları)*. (S. Kılıç, Çev.) İzmir: Nil Yayınları.

- MAYNARD, E. A., GORSUCH, R. L., & BJORCK, J. P. (2001). Religious Coping Style, Concept of God, and Personal Religious variables in Threat, Loss, and Challenge Situation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40(1), 65-74.
- MEHMEDOĞLU, A. U. (2004). *Kişilik ve Din*. İstanbul: DEM.
- MEHMEDOĞLU, Y. (2001). *Erişkin Bireyin Kendilik Bilinci ve Din Eğitimi*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- MÜSLİM. (2003). *Sahihu Müslim*. Beyrut: Dar'ül-Kütübi'l-İlmiyye.
- NURSİ, S. (2011). *Sözler*. İstanbul: Envar Neşriyat Yayınları.
- OKÇABOL, R. (2006). *Halk Eğitimi (Yetişkin Eğitimi)*. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- ONAY, A. (2004). *Dindarlık Etkileşim ve Değişim*. İstanbul: Değişim Yayınları.
- ONUR, B. (2011). *Gelişim Psikolojisi Yetişkinlik-Yaşlılık-Ölüm*. Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.
- ÖZBAYDAR, B. (1970). *Din ve Tanrı İnancının Gelişmesi Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul: Baha Matbaası.
- PARGAMENT, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practise*. New York: The Guilford Press.
- PARGAMENT, K. I. (2003). "Tanrım Bana Yarım Et" Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru. (A. Albayrak, Çev.) *Tabula Rasa*(9), 207-238.
- PARGAMENT, K. I. (2005). Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme. (A. U. MEHMEDOĞLU, Çev.) *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(1), 279-313.
- PARGAMENT, K. I., & PARK, C. L. (1996). In Times of Stress: The Religion-Coping Connection. B. SPILKA, & D. N. MCINTOSH içinde, *The Psychology of Religion Theoretical Approaches* (s. 43-53). New York: Westview Press.
- PARGAMENT, K. I., ANO, G. G., & WACHHOLTZ, A. B. (2005). The Religious Dimension of Coping Advances in Theory, Research and Practice. R. F. Paloutzian, & C. L. Park içinde, *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York&London: The Guilford Press.
- PARGAMENT, K. I., ISHLER, K., DUBOW, E., STANIC, P., ROUILLER, R., CROWE, P., et al. (1994). Methods of Religious Coping with the Gulf War: Cross-Sectional and Longitudinal Analyses. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33(3), 347-361.
- PARGAMENT, K. I., SMITH, B. W., KOENIG, H. G., & PEREZ, L. (1998). Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710-724.

- PARGAMENT, K. I., VAN HAITNA, K. S., & ENSING, D. S. (1995). Religion and Coping. M. KIMBLE, S. MCFADDEN, J. ELLOR, & J. SEEBER içinde, *Aging, Spirituality, and Religion: A Handbook* (s. 47-68). Minneapolis: Fortress Press.
- PARGAMENT, P. I., KOENIG, H. G., TARAKESHWAR, N., & HAH, J. (2004). Religious Coping Methods as Predictors of Psychological, Physical and Spiritual Outcomes among Medically III Elderly Patients: A Two-year Longitudinal Study. *Journal of Health Psychology*, 9(6), 713-730.
- PARLADIR, S. (1994). Duâ. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (Cilt IX, s. 530-535). içinde İstanbul: TDV Yayınları.
- PARLADIR, S. (2007). Dua: Varlığın Özü, İbadetin Ruhu. DİB içinde, *İslam'a Giriş* (s. 328-345). Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- PAZARLI, O. (1982). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- PEKER, H. (2011). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- PÜSKÜLLÜOĞLU, A. (2004). *Öz Türkçe Sözlük*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- ROWLETT, M. G. (1981). *A Process Theology of Prayer. Doktora Tezi*. Claremont, USA: School of Theology at Claremont.
- SANTROCK, J. W. (2012). *Yaşam Boyu Gelişim*. (G. Yüksel, Çev.) Ankara: Nobel Yayınevi.
- SHARPE, E. J. (2000). *Dinler Tarihinde 50 Anahtar Kavram*. (A. Güç, Çev.) Bursa: Arasta Yayınları.
- SMITH, E. E., NOLEN-HOEKSEMA, S., FREDRICKSON, B., & LOFTUS, G. R. (2012). *Atkinson&Hilgard Psikolojiye Giriş*. (Ö. ÖNCÜL, & D. FERHATOĞLU, Çev.) Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- STRAUGHAN, R. (2008). Ahlaki Gelişim Dini Düşünce ve Davranışlar. (A. V. İmamoğlu, & T. Aksöz, Dü) *Sakarya Üniveristesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 17-24.
- ŞAHİN, N. H. (1998). *Stresle Başa Çıkma Olumlu Bir Yaklaşım*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- ŞAHİN, N. H., & DURAK, A. (1995). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
- ŞENTEPE, A. (2009). *Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dini Başa Çıkma. Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara üniversitesi Sosyal bilimler Enstitüsü.
- ŞENTÜRK, H. (2008). *İbadet Psikolojisi Hz. Muhammed Örneği*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- ŞERİATİ, A. (2010). *Duâ*. Ankara: Fecr Yayınları.

- TAPLAMACIOĞLU, M. (1962). Yaşlara Göre Dini Yaşayışın Şiddet ve Kesafeti Üzerinde Bir Anket Denemesi. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 141-151.
- TARHAN, N. (2009). *İnanç Psikolojisi Ruh, Beyin ve Akıl Üçgeninde İnsanoğlu*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- TARHAN, N. (2013, 02 09). *Prof Dr. Nevzat Tarhan*. 02 10, 2013 tarihinde Prof Dr. Nevzat Tarhan Web Sitesi: <http://www.nevzattarhan.com/stres-ve-sabir.html> adresinden alındı
- TDK. (2013, 09 12). *Türk Dil Kurumu*. Eylül Perşembe, 2013 tarihinde Türk Dil Kurumu: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.523172c0d56d48.35580370 adresinden alındı
- TEKİN, F. (2005). *Stresle Başa Çıkmada Din Eğitiminin Rolü. Doktora Tezi*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TİRMİZİ, E. (2006). *Sünen'ü-Tirmizî el-Câmi'us-Sahih*. Beyrut: Dar'ül-Kütübü'l-İlmiyye.
- TOPUZ, İ. (2003). *Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başaçıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. Doktora Tezi*. Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- UYSAL, V. (1995, Summary- Autumn). İslami Dindarlık Ölçeği Üzerine Bir Pilot Çalışma. *Journal of Islamic Research*, 8(3-4), 263-271.
- UYSAL, V. (2006). *Türkiye'de Kadın ve Dindarlık*. İstanbul: Dem Yayınları.
- VERGOTE, A. (1969). *Psychologie Religieuse*. Bruxelles: Charles Dessart Edt.
- VERGOTE, A. (1999). *Din, İnanç ve İnançsızlık*. (V. Uysal, Çev.) İstanbul: MÜİFV Yayınları.
- WULFF, D. M. (1997). *Psychology of Religion Classic & Contemporary*. New York: Hamilton Printing.
- YAMAN, E. (2007). *Üniversitelerde Bir Eğitim Yönetimi Sorunu Olarak Öğretim Elemanının Maruz Kaldığı İnfomal Cezalar: Nitel Bir Araştırma. Doktora Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- YAMAN, E., & TEMİZ, Y. E. (2014). Dua Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Yayın Aşamasında. *Değerler Eğitimi Dergisi*(28).
- YAPAREL, R. (1987). *Yirmi-Kırk Yaşlar Arası kişilerde Dini Hayat İle Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- YAPICI, A. (2005). Güdü ve içerik Açısından ocuk Duaları ve Dualara Yansıyan Sorunlar. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(2), 57-93.
- YAZIR, M. H. (1992). *Hak Dini Kur'an Dili* (Cilt IV). (İ. Karaçam, E. Işık, N. Boleli, & A. Yücel, D) İstanbul: Hikmet Neşriyat.
- YÜKSEL, A. ř. (2012). Dini Gelişim. D. KARACOşKUN içinde, *Din Psikolojisi El Kitabı* (s. 112-128). İstanbul: Grafiker Yayınları.
- ZEBİDİ, (1965). *Tâcu'l-Ars min Cevâhiri'l-Kâmus* (Cilt XXXVIII). (A. A. Ferâc, D.) Kuveyt: Turâsu'l-Arabi.

ÖZGEÇMİŞ

1989, Elazığ doğumludur. 2007 yılında Elazığ İmam Hatip Lisesi'nden mezun oldu. Aynı sene Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi'nde lisans eğitimine başladı. 2011 yılında lisans eğitimini bitirerek Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı'nda Araştırma Görevlisi oldu. Yine 2011 yılında Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans eğitimine başladı.

Evli olan Temiz, İngilizce ve Arapça bilmektedir.