



**T.C.**  
**HİTİT ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**  
**(ÇORUM ÖRNEĞİ)**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Yeliz AKKAYA TÜRKOL**

**Çorum 2020**



**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ  
-Çorum Örneği-**

**Yeliz AKKAYA TÜRKO**

**Sosyal Bilimleri Enstitüsü  
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**TEZ DANIŞMANI  
Prof. Dr. Muammer CENGİL**

**ÇORUM-2020**

## KABUL VE ONAY

*Yeliz AKKAYA TÜRKOÖL* tarafından hazırlanan *Kişilik Özellikleri ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Çorum Örneği)* başlıklı bu çalışma, 02/06/2020 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği ile başarılı bulunarak yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

**Prof. Dr. Ali Rıza AYDIN**  
(Unvan, Adı ve Soyadı) (Başkan)

**Prof. Dr. Muammer CENGİL**  
(Unvan, Adı ve Soyadı) (Danışman)

**Prof. Dr. Şaban HAKLI**  
(Unvan, Adı ve Soyadı)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

**Prof. Dr. Mehmet EVKURAN**  
Enstitü Müdürü

**T.C.**  
**HİTİT ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yaptığımı beyan ederim.(08/06/2020)



İmzası

Yeliz AKKAYA TÜRKOL

## ÖZET

AKKAYA TÜRKOL, Yeliz. *Kişilik ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi – Çorum Örneği*, (Yüksek Lisans Tezi), Çorum, 2020.

Hayatta karşılaştığımız tehlikeler bizi strese sokmakta ve stresten kurtulmak için Başa Çıkma Yöntemleri kullanmaktayız. Stresten kurtulmak için gösterdiğimiz bu çabanın Dini yönelimi ise bizim Dini Başa Çıkma Metodumuzu oluşturmaktadır. Kimi insanlar Allah'dan yardım isterken, kimi insanlar ise dinden uzaklaşmaktadır. Bizde bu çalışmamız ile Kişilik Özellikleri ve Dini Başa Çıkma arasındaki ilişkiyi bazı Demografik Özellikler ile birlikte incelemeyi hedeflemiş bulunmaktayız. Bu kapsamda 2019 yılı Eylül, Ekim aylarında Çorum ilinde ikamet eden 20 yaş üzeri toplam 400 kişiye ulaşılarak veri toplama araçları uygulanmıştır. Katılımcılara Kişilik Özelliklerini belirlemek için Somer, Korkmaz ve Tatar tarafından geliştirilen ve sonrasında Tatar tarafından kısaltılan Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin kısa versiyonu (5FKE-KF) ile Dini Başa Çıkma çeşitlerini öğrenebilmek için Prof. Dr. Ali Ayten tarafından geliştirilen Dini Başa Çıkma Ölçeği uygulanmıştır. Ayrıca katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim ve medeni durumları arasındaki fark değerlendirilmiştir. Anket sonuçları SPSS for Windows 23.0 kullanılarak; t testi, One Way Anova ve Korelasyon İstatistik analizlerine tabi tutulmuş ve sonuçlar yorumlanmıştır. Çalışmamız sonucuna göre örneklemimizin Olumlu Dini Başa Çıkma ortalaması daha yüksek bulunmuştur. Sorumluluk, Yumuşak Başlılık ve Gelişime Açıklık Kişilik Özelliği ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında zıt ve zayıf ilişki bulunmuştur. Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Sorumluluk ve Gelişime Açıklık Kişilik Özelliği arasında doğrusal ve zayıf, Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliği ile doğrusal ve orta düzey bir ilişki bulunduğu ancak Duygusal Tutarsızlık Kişilik Özelliği ile zıt ve zayıf bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Kişilik Özelliği ile Dini Başa Çıkma arasında ilişkinin olduğunu iddia eden hipotezimiz desteklenmiştir. Ancak; Duygusal Tutarsızlık Kişilik Özelliği ile Olumlu Dini Başa Çıkma, Dışa Dönüklük Kişilik Özelliği ile hem Olumlu hem Olumsuz Dini Başa Çıkma oranları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamış hipotezimiz reddedilmiştir.

**Anahtar Kavramlar:** Dini Başa Çıkma, Kişilik, Beş Faktör Kişilik Envanteri.

## ABSTRACT

AKKAYA TÜRKOL, Yeliz. *Examining the Relationship Between Personality and Religious Coping- Example of Çorum*, (Master Thesis), Çorum, 2020.

The dangers we face in life stress us and we use Coping Methods to get rid of stress. Religious orientation of this effort we have made to get rid of stress is our Religious Coping Method. While some people seek help form Allah, Some people are moving away from religion. With this study, we aimed to examining the relationship between Peronality Traits and Religious Coping with some Demographic Features. In this context, data collection tools were used by reaching 400 people over the age of 20 who resided in Çorum in September and October 2019. To determine the Personality Traits of the participants, to learn the types of Religious Coping with the short version (5FKE-KF) of the Five Factor Personality İnvortory developed by Somer, Korkmaz and Tatar. The Religious Coping Scale developed by Prof.Dr.Ali Ayten was applied. In addition, the difference between the participants' age, gender, education and marital status was evaluated. Survey results using SPSS for Windows 23.0; The t test was subjected to One Way Anovva and Correlation Statistics analyzes and the results were interpreted. According to the results of our study , the Positive Religious Coping Average of our sample was higher. There is an opposite and weak relationship between Responsibility, Softness and Openness to Development Personality and Positive Religious Coping; it was found that tehere was a linear and weak relationship between Negative Religious Coping. Responsibility and Openness to Development, and a linear and medium level relationship with Softness Personality Trait, but a contrast and weak relationship whit Emotional İnconsistency Peronality Trait. Our hypothesis, which claims that there is a relationship between Peronality Trait and Religious Coping, has been supported. But; Our Emotional İnconsistency Peronality Trait and Positive Religious Coping, Extroversion Personality Trait and both Positive and Negative Religious Coping rates were not found.

**Keywords:** Religion Coping, Personality, Five Factor Personality İnvortory.

## TEŐEKKÖR

Akademik hayata baŐladığım günden bu yana eğitici ve yönlendirici yönüyle her daim yanımda olan değerli danışman hocam Prof. Dr. Muammer CENGİL'e, tüm yaŐamımda beni her an destekleyen anneme, eŐime, kardeŐlerime, anneannem ve dedeme Őükranlarımı, rahmetli babama hasret ve Őükranımı sunarım. Kızım AyŐem'e hazine haritası olması dileğiyle.

Yeliz AKKAYA TÖRKOL

Çorum 2020





# İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar DİZİNİ.....	viii
ÇİZELGELER DİZİNİ.....	x
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xi
ÖN SÖZ.....	xii
GİRİŞ.....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1. KURAMSAL TEMELLER VE KAYNAK ARAŞTIRMASI

1.1. KİŞİLİK.....	5
1.1.1. Kişilik İle İlgili Kavramlar.....	5
1.1.2. Kişilik Oluşumuna Etki Eden Faktörler.....	7
1.1.3. Kişilik Kuramları.....	7
1.1.3.1. Sigmund Freud.....	7
1.1.3.2. Carl Gustov Jung.....	9
1.1.3.3. Alfred Adler.....	10
1.1.3.4. Karen Horney.....	11
1.1.3.4. Erik Erikson.....	12
1.1.3.4. Gordon Allport.....	13
1.1.4. Beş Faktör Kişilik Kuramı.....	13
1.2. STRES VE BAŞA ÇIKMA.....	16
1.2.1. Stresin Tanımı.....	16
1.2.2. Stresin Kaynağı.....	16
1.2.3. Stres ve Bireysel Özellikler.....	17
1.2.4. Stresin Sonuçları.....	17
1.2.5. Başa Çıkma Tanımı.....	18

1.2.6. Başa Çıkma ve Bireysel Özellikler .....	19
<b>1.3.DİNİ BAŞA ÇIKMA.....</b>	<b>19</b>
1.3.1. Dini Başa Çıkma Tanımı.....	19
1.3.2. Dini Başa Çıkma Çeşitleri.....	21
1.3.3. Dini Başa Çıkma ve Bireysel Özellikler .....	21
1.3.4. Dini Başa Çıkma ve Kutsal Metinler .....	22
1.3.5. Kişilik Kuramcılarının Dine ve Dini Başa Çıkmaya Bakış Açıları ....	23
1.2.6. Dini Başa Çıkma Üzerine Türkiye’de Yapılan Çalışmalar.....	25

## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. MATERYAL VE YÖNTEM

<b>2.1.ARAŞTIRMA MODELİ.....</b>	<b>30</b>
<b>2.2.EVREN VE ÖRNEKLEM .....</b>	<b>30</b>
<b>2.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....</b>	<b>30</b>
2.3.1. Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBÇÖ).....	30
2.3.2. Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE- KF) .....	33
2.3.3 Demografik Anket .....	35
<b>2.4. VERİ ÇÖZÜMLENMESİ .....</b>	<b>35</b>

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA

<b>3.1. ÖRNEKLEMİ TANITICI BULGULAR.....</b>	<b>39</b>
<b>3.2. DİNİ BAŞA ÇIKMA İLE İLGİLİ BULGULAR .....</b>	<b>39</b>
3.2.1. Dini Başa Çıkma ve Demografik Bilgilerin Analizi.....	41
<b>3.3.KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ALT BOYUTLARI İLE İLGİLİ BULGULAR.....</b>	<b>50</b>
3.3.1. Kişilik Özellikleri İle İlgili Alt Problemlere İlişkin Bulgular.....	50
<b>3.4. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA ARASI İLİŞKİ ....</b>	<b>55</b>
<b>SONUÇ .....</b>	<b>62</b>

<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>.68</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>.76</b>
<b>EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU.....</b>	<b>.76</b>
<b>EK-2 DİNİ BAŞA ÇIKMA ÖLÇEĞİ.....</b>	<b>.77</b>
<b>EK-3 BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ENVANTERİ KISA FORMU (5FKE-KF).....</b>	<b>.79</b>



## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo</b>	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Tablo 3.1.</b> Cinsiyete Göre Dağılım. ....	37
<b>Tablo 3.2.</b> Yaşa Göre Dağılım. ....	38
<b>Tablo 3.3.</b> Medeni Duruma Göre Dağılım. ....	38
<b>Tablo 3.4.</b> Eğitim Durumuna Göre Dağılım. ....	38
<b>Tablo 3.5.</b> Dini Başa Çıkma Güvenirlik Katsayısı. ....	39
<b>Tablo 3.6.</b> Dini Başa Çıkma Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları .....	40
<b>Tablo 3.7.</b> Cinsiyet Bağımsız Değişkeni Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ile Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları.....	41
<b>Tablo 3.8.</b> Yaş Bağımsız Değişkeninin Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ve Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları.....	42
<b>Tablo 3.9.</b> Medeni Durum Bağımsız Değişkeni Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ile Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları.....	43
<b>Tablo 3.10.</b> Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni ve Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları .....	44
<b>Tablo 3.11.</b> Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni İle Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan One Way Anova Sonuçları .....	45
<b>Tablo 3.12.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Faktörlerinin Güvenirlik Kat Sayıları .....	46
<b>Tablo 3.13.</b> Kişilik Özellikleri Alt Boyutları Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları.....	50
<b>Tablo 3.14.</b> Cinsiyet Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları .....	51
<b>Tablo 3.15.</b> Yaş Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samples- Testi Sonuçları .....	52
<b>Tablo 3.16.</b> Medeni Durum Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları .....	53

<b>Tablo 3.17.</b> Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni ile Kişilik Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları .....	54
<b>Tablo 3.18.</b> Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan One Way Anavo Sonuçları.....	54
<b>Tablo 3.19.</b> Dini Başa Çıkma Temel Alt Boyutlarının Birbirleri İle İlişkisi .....	55
<b>Tablo 3.20.</b> Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Birbirleri İle İlişkisi .....	56
<b>Tablo 3.21.</b> Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi.....	57
<b>Tablo 3.22.</b> Olumlu Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi.....	57
<b>Tablo 3.23.</b> Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi .....	58



## ÇİZELGELER DİZİNİ

<b>Çizelge</b>	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Çizelge 3.1</b> Olumlu Dini Başa Çıkma Oranları Dağılımı .....	40
<b>Çizelge 3.2.</b> Olumsuz Dini Başa Çıkma Oranları Dağılımı .....	40
<b>Çizelge 3.3.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form)Dışa Dönüklük Alt Boyutu Dağılımları .....	47
<b>Çizelge 3.4.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Yumuşak Başlılık Alt Boyutu Dağılımları .....	47
<b>Çizelge 3.5.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Sorumluluk Alt Boyutu Dağılımları .....	48
<b>Çizelge 3.6.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu Dağılımları .....	48
<b>Çizelge 3.7.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Gelişime Açıklık Alt Boyutu Dağılımları .....	49
<b>Çizelge 3.8.</b> Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Sosyal İstenirlik Alt Boyutu Dağılımları .....	49

## SİMGELER VE KISALTMALAR

### Simgeler

¶	:Paragraf
a	:Cronbach's Alpha değeri
N	:Data Sayısı
$\bar{x}$	:Aritmetik Ortalama
F	:Anova Değeri
t	:t Testi Değeri
p	:Significant (Anlamlılık ) Değeri
r	:Korelasyon Değeri
?	:Kararsız

### Kısaltmalar

DBÇ	:Dini Başa Çıkma
DBÇÖ	:Dini Başa Çıkma Ölçeği
5FKE	:Beş Faktör Kişilik Envanteri
5FKE-KF	:Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu
Ol.suz	:Olumsuz
Duygusal Tut.	:Duygusal Tutarsızlık
s.d.	:Standart Deviation (Standart Sapma)
std. dev.	:Standart Deviation (Standart Sapma)
TU	:Tamamen Uygun
BU	:Biraz Uygun
PUD	:Pek Uygun Değil
HUD	:Hiç Uygun Değil

## ÖN SÖZ

İnsanlığın en büyük paradoksu, ölümlü bir beden içinde ölümsüz bir ruha sahip olmasıdır. Öyle ki bu paradoks, insan bilincini, duygulanımını ve davranışlarını an be an etkilemektedir. Bundan dolayı bir insanın psikolojisini anlamaya çalışırken, bireyin dini prensiplerini göz ardı edilemez.

İslam dini temel kaynağı Kur'an-ı Kerim'de yaşamda karşılaştığımız iyilikler ve kötülükler Nisa Suresi 79. Ayette hayır ve şer ifadeleri ile; “Sana gelen hayırlar Allah'tandır. Başına gelen şer ise nefsendendir. Seni insanlara elçi gönderdik; şahit olarak da Allah yeter.” olarak geçmektedir. Aynı zamanda Kur'an-ı Kerim'in Bakara Suresi 155. ve 156. Ayetlerinde; “Muhakkak ki biz sizi korkuyla, açıklıkla ve mallardan, canlardan ve ürünlerden eksiltme ile imtihan edeceğiz. O sabredenleri müjdele! Onlar ki, başlarına bir musibet geldiği zaman: ‘Biz Allah'a aitiz ve sonunda O'na döneceğiz.’ derler.” ifadesi ile hayatı anlamlandırmada çerçeve sunarken teslimiyet ile karşılık verilmesi gerektiğini öğütlemektedir.

Bu konu hakkında akademik merakımız aklımıza bazı sorular getirmektedir. İslam toplumlarında hayatta karşılaşılan zorluklar ve oluşturduğu stres, bireyin dine bakış açısını değiştirmekte midir? Kişilik Özelliklerimizin, Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma ile ilişkisi var mıdır? Yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumuna göre insanların Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında farklar var mıdır? Elinizde bulunan “Kişilik Özellikleri ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmamızla sorularımıza cevap arayarak ülkemiz literatürüne orijinal bir eser vermek amaçlanmıştır.

Desteğini bir an olsun eksik etmeyen danışman hocam Prof. Dr. Muammer CENGİL' e, değerli fikirleriyle ufkumu açan hocam Prof. Dr. Şaban HAKLI'ya ve Dr. Güngör KARAKAŞ'a eğitim hayatımda emeği olan tüm hocalarıma teşekkür ederim.

Haziran, 2020

Yeliz AKKAYA TÜRKOL



## GİRİŞ

Psikoloji ve Din Bilimleri kendi alanlarının vermiş olduğu bakış açıları ile insanların düşünsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını inceleyerek bağımsız çalışmalarını uzun yıllar sürdürmüşlerdir. Ancak son zamanlarda din olgusunun insan psikolojisi ile oluşturduğu girift yapı, Din Psikolojisinin doğmasına ve bu alanda çalışmaların giderek artmasına neden olmuştur.

Psikoloji bilimi; insanın zeka ve ruhsal yapısı yanında kişilik ve karakter gelişimini de ele alan, bireyin kişilik özelliklerine göre nasıl bir davranış eğiliminde olacağını anlamaya ve açıklamaya çalışan bir bilimdir. Modern Psikoloji tarihine bakıldığında insan psikolojisine etki eden kültürel ve dini faktörlerin, kişilik ve kimlik inşasındaki önemi göz ardı edilmeden dile getirilmiştir. William James; dinin insan hayatı için köklü bir tecrübe olduğunu belirtmiş, Deneysel Psikoloji'nin kurucusu diyebileceğimiz Wilhelm Wundt ise mitlerin ve dinlerin kültür ve halk psikolojisi açısından araştırılabileceğini savunmuştur.<sup>1</sup>Akabinde gelen ünlü psikologlar Freud, Jung, Adler ve Maslow'un Kişilik Kuramlarını açıklarlarken farklı bakış açıları ile Din olgusuna yer vermişlerdir.<sup>2</sup>Böylelikle Din Psikolojisi; Clark Üniversitesinde G. Stanley Hall'ün öncülüğünde Amerikan Din Psikolojisinin kuruluşu ile bilim camiasında yerini almıştır.<sup>3</sup>

Dini yaşayış ve davranışlar ile bunlara yol açan sebepleri ve bireyin kişilik yapısını da ele alarak inceleyen bilim dalına Din Psikolojisi denilmektedir.<sup>4</sup>Her ne kadar dinin oy birliği ile kabul edilen bir tanımı olmaması ölçüm sorunsalını da beraberinde

---

<sup>1</sup> Mustafa Koç, "Din Psikolojisi Araştırmalarında Ergenlik Dönemi Üzerine Türkçe Yapılan Çalışmalarla İlgili Bir Literatür İncelemesi", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12, (2005): 42-44.

<sup>2</sup> Sigmund Freud, *The Future of an Illusion*(London: Penguin Freud Library, 1991), 196., Carl G. Jung, *Analytical Psychology*(New York: Moffat Yard and Company, 1916.), 206-207., Alfred Adler, *The Practice and Theory of Individual Psychology* (London: Routledge, 1924),1-3., Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality* (New York: Harper and Row., 1970), 165.

<sup>3</sup>Nils G. Holm, *Din Psikolojisi ve Tarihçesi*, trc. Abdülkerim Bahadır(İstanbul:İnsan Yay., 2018), 5-10.

<sup>4</sup> Robert A. Emmons, "Din ve Kişilik", trc. Gülüşan Göcen, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3, sy.1 (2014):181.

getirse de düşünce, davranış ve duygulardaki farklılaşmalar ile dini olgular ölçülerek yorumlanmakta ve Din Psikolojisi ampirik özellik kazanmaktadır.<sup>5</sup>

Dinlerin temel felsefesine bakıldığında ise insanı daha iyiye değiştirmek ve dönüştürmek hedefinde olduğu görülmektedir. Din, kendisini takip eden, ilkelerinden etkilenen bireyleri iradeleri ile kişilik oluşumlarını temellendirir.<sup>6</sup> İslam inancına göre son kitap “Kur’an-ı Kerim” olup tüm insanlığa doğru olan Kişilik yapısını açıklamaya çalışmaktadır.<sup>7</sup> Birçok ayette ideal Mümin tanımını yaparak, inanların kişiliklerini ne yönde değiştirmeleri gerektiği hususunda bilgi vermekte, Peygamberi rol model olarak sunmaktadır.<sup>8</sup> İslami Perspektifle; Kur’an-ı Kerim ayetlerinin ve Hz. Muhammed’in dini yaşayışındaki ölçülerin daha iyi anlaşılır ve uygulanabilir olması için bilimsel bir anlayışla işlenmesi gerekmektedir. Bu sebeple ülkemizde ve İslam Coğrafyasında yapılan Din Psikolojisi çalışmaları gün geçtikçe artış sağlamaktadır.

Görüldüğü üzere Modern Psikoloji tarihine bakıldığında Kişilik Kuramcıları, insan psikolojisini tanımlarken Din olgusuna önem vermişler; Dinlerin Kutsal kitaplarında ve dini otoritelerde, emir ve yasaklar açıklarken Kişilik konusuna önem vermişlerdir. Bu çalışmada Psikolojinin temel konularından olan Kişilik Özellikleri ve bireylerin stresle başa çıkmada kullandıkları tekniklerden olan Dini Başa Çıkma ile ilişkisini incelemekte demografik bazı özelliklerle birlikte yorum getirmektedir.

## A. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

İnsanlar yaşamlarında zorluklar karşısında stres yaşamakta ve sorunlarını çözmek için bilişsel ve davranışsal bazı başa çıkma yöntemleri kullanmaktadırlar.

<sup>9</sup>Birey stres verici durumu ekarte edebilmek için gösterdiği çaba “Başa Çıkma” olarak

---

<sup>5</sup>Hayati Hökekleli, “ Türkiye’de Din, Dindarlık ve Din Psikolojisi Araştırmaları: Psikolojide Yerellik ve Evrensellik Tartışmaları Bağlamında Bir Değerlendirme” *DEÜİFD Din Psikolojisi Özel Sayısı*, (2016): 311-333.

<sup>6</sup>Akif Akto, “Kişilik Oluşumunda Dinin Rolü”(Yüksek Lisans tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, 2005), 120.

<sup>7</sup>Elmalılı Hamdi Yazır, *Kur’an-ı Kerim Meali* (İstanbul:Tuğra Kitap, 2011), 5-634.

<sup>8</sup> İbrahim Sürücü, “Kur’an’da Kişilik Eğitimi Üzerine”, *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 6,sy.2 (2017): 422-423.

<sup>9</sup> Ali Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma* (İstanbul: İz Yay., 2012), 37-40.

nitelenirken, bireyin bu çabada ki dini yönü “Dini Başa Çıkma” olarak yer almaktadır.<sup>10</sup>Her yönelim gibi Dini Başa Çıkma da bireysel özelliklerle farklılıklar göstermekte ve Kişilik Özelliklerinin, Dini Başa Çıkma ile ilişkisi merak edilerek araştırmamızın temel problemini oluşturmaktadır. Demografik Özellikler olarak ele aldığımız yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumuna göre Kişilik ve Dini Başa Çıkma arasındaki farklılaşma ise çalışmamızın alt problemlerini oluşturmaktadır.

## **B. ARAŞTIRMANIN AMACI**

Araştırmamızın amacını; “Hangi Tip Kişilik özelliğine sahip olan bireyler ‘Olumlu Dini Başa Çıkma’ metotları kullanırken, Hangi Tip Kişilik Özelliğine sahip olan bireyler ‘Olumsuz Dini Başa Çıkma’ teknikleri kullanmaktadır?” soruları oluşturmaktadır. Çalışmamız ayrıca bu iki olgunun yanında demografik özelliklere (yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumu) göre farklılıkları açıklamayı hedeflemektedir. Literatürde Türkiye’de Kişilik Özellikleri ve Dini Başa Çıkma konusunda çeşitli araştırmalar mevcut olsa da yayınlanan eserlerden farklı olarak bu iki temel konu arasındaki ilişki hususunda Çorum İli Örneği oluşturularak gelecek çalışmaların istifadesine sunmak amaçlanmıştır.

Araştırma modelinin hipotezleri şöyledir:

H1: İnsanların Kişilik Özellikleri ile Dini Başa Çıkma oranları arasında ilişki vardır.

H2: İnsanların Kişilik Özellikleri ile Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında ilişki vardır.

H3: Kişilik özellikleri arasında Cinsiyet özelliklerine göre anlamlı bir fark vardır.

H4: Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Cinsiyet özelliklerine göre anlamlı bir fark vardır.

H5: Kişilik özellikleri arasında Eğitim Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır.

H6: Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Eğitim Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır.

H7: Kişilik özellikleri arasında Medeni Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır.

H8: Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Medeni Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır.

H9: Kişilik özellikleri arasında Yaşa göre anlamlı bir fark vardır.

---

<sup>10</sup>ŞükranÇevikDemir, “ErgenlerdeBenlikSaygısıve Dini BaşaÇıkma” (DoktoraTezi, UludağÜniversitesi, 2013), 58.

H10:Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Yaşa göre anlamlı bir fark vardır.

### **C. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ**

Din ve Psikoloji Bilimleri; metası insan olan iki önemli otorite olup Din Psikolojisi alanında yapılan çalışmalar ülkemizde hızla devam etmektedir. Literatür taramasında; stresle başa çıkma yolları arasında bulunan Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmediği fark edilerek çalışmamıza konu edilmiş eksiklik doldurulmaya çalışılmıştır. Çalışmamız konusu itibariyle; Türkiye’de Din Psikolojisi alanlarında orijinal bir eser olma, Dünya Literatüründe ise sayılı eser arasına girme özelliği taşımaktadır.

### **D. ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI**

Yaptığımız araştırmada; örneklemin evreni temsil ettiği ve bu bireylerin ölçeklerdeki maddelere verdikleri cevapların güvenilir olduğu, veri toplama araçlarının uyguladığımız örneklem açısından da geçerli ve güvenilir olduğu çalışmamızın varsayımlarıdır.

### **E. ARAŞTIRMANIN KAPSAM VE SINIRLILIKLARI**

Bu çalışmanın evreni uygulama tarihi itibari ile 2019 yılı Eylül, Ekim aylarında Çorum İlinde yaşayan 20 yaş üstü Müslüman bireylerle sınırlandırılmıştır. Araştırmadan elde edilecek bulgular deneklerin ölçeklere verecekleri yanıtlar ile sınırlıdır. Ölçülmek istenen Dini Başa Çıkma çeşitleri, Dini Başa Çıkma Ölçeğinin ölçümü ile sınırlı olup bireylerin Kişilik Özellikleri ise Beş Faktör Kişilik Envanterinin Kısa Versiyonu (5FKE-KF)’nun Kategorileştirdiği şekilde yorumlanacaktır. Demografik özellikler; yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumu olarak tarafımızca sınırlandırılmıştır.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### 1. KURAMSAL TEMELLER VE KAYNAK ARAŞTIRMASI

Çalışmamızda Kuramsal Çerçeve üçe ayrılmıştır. Birinci kısımda Kişilik tanımı yapılmış, ilgili kavramlar, kişiliği etkileyen faktörler, önde gelen Kişilik Kuramları açıklanmış ve ölçeğimizin temeli olan Beş Faktör Kişilik Kuramı hakkında bilgi verilmiştir. İkinci kısımda ise; Stresin tanımı, kaynağı, sonucu, bireysel özellikler ile ilişkisi ile Başa Çıkmanın tanımı yapılarak bireysel özelliklerle ilişkisine yer verilmiştir. Üçüncü bölümde ise Dini Başa Çıkma tanımı, çeşitleri, bireysel özelliklerle ilişkisi anlatılmış, Kutsal Kitaplarda Dini Başa Çıkma ile Kişilik Kuramcılarının Din ve Dini Başa Çıkma hakkında görüşlerine yer verilmiş son olarak Türkiye de yapılmış olan Dini Başa Çıkma konusunu ele alan yayınlara yer verilmiştir.

#### 1.1. KİŞİLİK

Kişilik konusu, Psikolojinin en temel konularından olup karmaşık ve çok yönlü olmasından dolayı kuramcılar arasında söz birliği bulunmamaktadır. Kelime olarak “Kişilik”; Klasik Latincedeki “Persona: Maske” kökünden gelmekte ve maskenin arkasındaki şey anlamında kullanılmaktadır.<sup>11</sup> Alanda temel kaynaklardan kabul edilen “Kişilik” adlı eserinde Burger tanım olarak; iç süreçleri de kapsayan tutarlı davranış kalıpları olarak ele almıştır.<sup>12</sup> Genel kullanımı itibari ile Kişilik; bireye özgü duygu, düşünce ve davranışlarının bütünü olarak tanımlanabilir.<sup>13</sup>İlgilerin, yeteneklerin, konuşma tarzının ve hatta dış görünüşünü kapsayan bireyin çevreye ile uyum biçiminin şekillendiği yapıdır.<sup>14</sup>

##### 1.1.1. Kişilik İle İlgili Kavramlar

Kişilik kavramı karmaşık yapısı sebebi ile diğer kavramlarla karıştırılabilmektedir. Özellikle “Karakter”, “Huy”, “Mizaç”, “Benlik” ve “Fıtrat” gibi

<sup>11</sup>Belgin Ayvaşık v.dğr., *Psikoloji Terimleri Sözlüğü* (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yay., 2000),133.

<sup>12</sup>Jerry M. Burger, *Kişilik*, trc. İ. Deniz Erguvan Sarıoğlu (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006), 23.

<sup>13</sup>Charles G. Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, trc. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yay., 2002),452.

<sup>14</sup>Akto, “Kişilik Oluşumunda Dinin Rolü”,191.

kavramlarla eş anlamlı olarak kullanılabilir. Ancak aralarında benzerlikler olmakla beraber farklılıklar da mevcuttur.

Karakter; kelime anlamı itibari ile ahlaki değerlere bağlanma ve sabit bir davranış göstermeyi içerir.<sup>15</sup> Bedensel, duygusal ve zihinsel özelliklerin yanı sıra kişiye özgü davranışları çevresel değer yargılar ile yorumlanmakta olup değişebilecek özelliktedir.<sup>16</sup> Huy olarak da adlandırılan Mizaç kavramı; çocuğun dünyayı algılayışını ve yaklaşımını tanımlayan, duygusallık ve hareketlilik özelliklerini ifade etmek için kullanılan özelliklerdir. Bundan dolayı mizacın kalıtsal özellikler barındırdığı söylenebilir.<sup>17</sup> Benlik ise; kişinin kendisini yetenekleri, özellikleri, değerleri, amaçları ve idealleri konularında öz değerlendirmesidir.<sup>18</sup>

Çalışmamızın konusu olan Kişilik ve Dini Başa Çıkma ele alınırken, yine eş anlamlı görünen Kişilik ile Fıtrat kelimelerinin daha iyi anlaşılması gerekmektedir. Bilindiği kadarıyla Fıtrat kelimesi, Kur'an-ı Kerimde 20 yerde, Hz. Muhammed'in sözlerinin yer aldığı Hadis kitaplarında ise 55 yerde geçmektedir.<sup>19</sup> Kur'an-ı Kerim'de "Yaratıcı" anlamında da Allah'ın isimlerinden biri olarak da zikredilen Fıtrat ( El-En'am 14, El-Fatır 1, El-Zümer 46)<sup>20</sup>; Allah'ın her varlığı genel özelliklerini ihlal etmeyecek bir biçim ve surette yaratmakta olduğunu anlatır.<sup>21</sup> Yine İslam dini inancına göre; Allah, kullarına kötülük ve iyiliği yapabilme kapasitesi vermiş tebliğler ile iyiliği emrederek kötülükten sakınmaları gerektiğini anlatmış.<sup>22</sup> Buradan da anlaşılacağı üzere İslam dininde Fıtratın yaratılışla ilgili olduğu ve Kişiliğin değişken olduğu kabul edilmekte, ne yönde değiştirilmesi gerektiğini vurgulanmaktadır.

<sup>15</sup>Kasım Tatlıoğlu, "Beş Faktör Kişilik Kuramı Bağlamında Kişilik Kavramına Genel Bir Bakış", *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 3, sy.6 (2013):131.

<sup>16</sup>Haluk Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi* (İstanbul: Remzi Kitapevi, 2006), 239.

<sup>17</sup>Burger, *Kişilik*, 352-353.

<sup>18</sup>Yahya Turan, "Kişilik Özellikleri ve Dinsel Yönelimler Üzerine Bir Araştırma" (Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, 2009),17-20.

<sup>19</sup>A. Kadir Evgin, "Hadislerde 'Fıtrat' Kavramı ve 'İslam Fıtratı' Söyleminin Tenkidi", *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1, (2003): 93.

<sup>20</sup>Yazır, *Kur'an-ı Kerim Meali*, 75-250.

<sup>21</sup>Evgin, "Hadislerde 'Fıtrat' Kavramı ve 'İslam Fıtratı' Söyleminin Tenkidi",93.

<sup>22</sup> Musa Bilgiz, "Kişiliğin Oluşumunda Fıtrat ve Sosyal Çevrenin Etkisi", *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 25, (2006): 138.

### 1.1.2. Kişilik Oluşumuna Etki Eden Faktörler

Kişilik oluşumuna etki eden faktörler konusunda yapılan çalışmalara baktığımızda genetik mirasın bir etken olduğu, şahısların ebeveynlerinin kişilik yapılarını taşıyabildikleri görülmüştür.<sup>23</sup>Buna karşın tek yumurta ikizleri ile yapılan çalışmalarda ise farklı evde büyüyen çocuğun, kişilik özelliklerinde farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Böylelikle kişilik yapısının şekillenmesinde kültür ve çevre koşullarının değişiklik yapabileceği tespit edilmiştir.<sup>24</sup>Kısacası kişiliğimiz doğumdan getirdiğimiz kalıtsal özellikleri barındırarak çevre ve kültür şartlarına göre değişkenlik gösterebilmektedir.

### 1.1.3. Kişilik Kuramları

Kabul gören Kişilik Kuramcılarının; Kişilik betimlemelerine baktığımızda çeşitli tezlerin söz konusu olduğu görülmektedir. Kişiliğin tanımı yanı sıra yapısı ve gelişimi de kuramcılar arasında farklı ele alınmış ve öne çıkan Freud, Jung, Adler, Horney, Erikson ve Allport'un Kişilik Kuramlarına kısaca değinilmiştir.

#### 1.1.3.1. Sigmund Freud

Ünlü Psikanalist Sigmund Freud, psikoloji tarihine adını Kişilik Kuramı ve bağlantılı olarak geliştirdiği Psikanalist Yöntemi ile yazdırmıştır. Freud'un Topografik Kuramı'na göre Kişilik; Bilinçaltı, Bilinç Öncesi ve Bilinç yapılarından meydana gelir. Bilinçaltı hem kolayca bilince getirebileceğimiz bilgilerin olduğu Bilinç Öncesine, hem de farkındalığımızın bulunduğu Bilincimize etki etmektedir.<sup>25</sup>

Freud bu etkileşimi açıklarken İd, Ego, Süperegö parçalarından bahseder. Tüm insanlarda var olan bu öğelerden İd; haz ilkesine göre bireyin cinsellik ve saldırganlık temel içgüdülerinin barındığı ilkel benliği oluşturur. Kişiliğin ahlaki yönü Süperegö ise; toplumun normları ve kişinin vicdanını barındırarak İd'in uygunsuz isteklerini baskılamaya çalışır. Ego; İdin istekleri ve Süperegö'nün baskıları arasında bireyin

<sup>23</sup>A.Osman Engin v. dğr., "Davranışlarımızın Genetik ve Çevresel Boyutları", *Kafkas Üniversitesi Fen Bilgisi Dergisi* 1, sy.2 (2008):52-53.

<sup>24</sup>Burger, *Kişilik*, 35-36.

<sup>25</sup>Sigmund Freud, *Psikanalize Giriş*, trc. Günsel Koptagel İlal (İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 1984), 14.

içinde bulunduğu duruma göre davranmasını sağlamaya çalışmaktadır. Freud'a göre uyum sağlayan ve dengeleyen özelliği ile Ego, kişiliğin düzenleyici parçasıdır.<sup>26</sup>

Freud'a göre Kişilik; psiko-seksüel gelişim sergiler ve cinsel dürtünün oluşturduğu enerji olarak nitelendirdiği libido, bebek olgunlaştıkça vücudun farklı bölgelerinde yoğunlaşır.<sup>27</sup> Ona göre kişilik gelişiminin psiko-seksüel dönemin ilki 0-2 yaş arası Oral Dönem olup; bebeğin kişiliği açlık ve doyum üzerinden şekillenir. Oral dönemde aşırı doyum sağlanan çocukların iyimser ve bağımlı kişilik, az doyum sağlayanın ise güven eksikliği, aldanabilirlik, tartışmacılık ve alaycılık kişilik özellikleri ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Anal Dönem olan 2-4 yaş arasında kişilik dışkılama ile şekillenir. Baskıcı ebeveyn tutumu sonucunda çocuğun kişiliğinde öfke patlamaları yaşayan, kendine zarar veren ya da aşırı düzenli, inatçı ve cimri kişilik özelliği etkisinde bulunabileceğini belirtmiştir. Kız çocuğunun babasına olan ve erkek çocuğunun annesine olan cinsellik duygularını anlatan ve kıskançlık ile baskılanma barındıran Oedipus Kompleksini içine alan 4-5 yaş Fallik Dönemde; cinsiyet ve cinsellikle bireyin kişiliği şekillenir.<sup>28</sup> Bu dönemde saplanan kişilerin kibirli bencilliğin yanında düşük benlik değeri, utangaçlık, değersizlik hissinin eşlik ettiğini erkeklerin cinsel güçleri ile övünen kadınların ise baştan çıkarıcı kişilik özelliklerine sahip olabileceklerini belirtmiştir.<sup>29</sup> Gizlilik Dönemde yani 5 yaşından 12 yaşına değin kendi hem cinsleri ile özdeşleşmeler başladığını ve 12 yaşından sonra ergenliğin bulunduğu Genital Döneme ilginin karşı cinse kaydığı evreye geçtiğini belirtmektedir.<sup>30</sup> Freud'a göre doğumdan 5 yaş dönemine kadar kişilik gelişiminin temeli oluşmakta bulunduğu dönemde engellenme ya da aşırı doyum saplantı oluşturabilmektedir. Freud'a göre bu dönemlerde oluşan kişilik yapısının şekillendirdiği travmalar ve yaşantılar ile bilinçaltı tüm yaşamına yön vermektedir.<sup>31</sup>

---

<sup>26</sup>Sigmund Freud, *Psikanaliz Üzerine Beş Konferans ve Psikanalize Toplu Bakış*,trc. Kamuran Şipal (İstanbul: Say Yay., 2015), 242-272.

<sup>27</sup> Sigmund Freud, *The Interpretation of Dreams*(London: Hogarth Press, 1900), 20-80.

<sup>28</sup>Sigmund Freud, *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd*, trc. Ali Babaoğlu (İstanbul: Metis Yayınları, 2001), 24-87.

<sup>29</sup> Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, 459.

<sup>30</sup>Duane P. Schultz ve Sydney Ellen Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*,trc. Yasemin Aslay (İstanbul: KaknüsYay.,2007), 612-613.

<sup>31</sup> Sigmund Freud, *Ruh Çözümlemesine Giriş Konferansları*,trc.Emre ve Ayşe Kapkın (İstanbul: Payel Yay., 1998),295-296.



### 1.1.3.2. Carl Gustov Jung

Psikoanalitik Kuramın sahibi Jung; kişiliğin yapısını oluşturan parçaları Freud'dan farklı üç ayrıma tabi tutmakta; Bilinç, Kişisel Bilinçaltı ve Kollektif (Ortak) Bilinçaltından bahsetmektedir. Bilinç farkındalığımızı kapsarken, Kişisel bilinçaltı bireyin hayatında yer alan bastırılmış ya da unutulmuş sayısız yaşantıdan oluşur. Bu alandaki deneyimlerin bir bölümü gruplaşarak kompleksleri oluşturmaktadır. Kollektif bilinçaltı ise geçmiş kuşaklardan aktarılmış davranış ve anı örüntüleri içermektedir. Jung, bu bölümü oluşturan Dört Arketipten bahsederek açıklar; Persona'nın gerçek beni gizleyen maske görevinde olduğunu, Anima ve Animus'un her cinsiyetin içinde yer alan eril ve dişil özelliklerimiz olduğunu, Gölge'nin kişiliğimizin heyecanlı, saldırgan ihtiraslı ve yaratıcı gücü olduğunu, Ben'in ise tüm kişilik yapılarını dengede tutan en önemli yapı olduğunu belirtmiştir.<sup>32</sup> Ona göre Ben; kendini gerçekleştirmeye ve kavramaya yönelik bir tür dürtü ve ihtiyaçtır. Jung'a göre 35-40 yaş civarı bilinçaltımız ve bilincimiz arasında bağın dengeleneceği ve Kendini gerçekleştirmenin yaşanacağı yaşlardır.<sup>33</sup>

Freud'un varisi olarak nitelendirdiği Jung; birçok konuda kendisinden farklı düşünmüştür. Freud'un kaynayan kazan olarak görülen İd'i, Egonun güç kaynağı olarak nitelemiştir. Jung'a göre libido hayat enerjisidir. Ona göre 3 ile 5 yaş arasında libidinal enerji beslenme ve gelişme evrelerine hizmet ederek seksüellikten uzaktır. Sadece Ergenlik döneminde libidoyu karşı cinse karşı cinsellik güdüsü olarak ele almıştır. Bu açıklama ile Jung Oedipus Kompleksi sürecini tamamen reddetmiş.<sup>34</sup>

Jung; Kişilik çeşitleri konusunda libidoyu enerji olarak nitelendirerek sınıflandırma çalışmaları yapmış temel olarak insanları ikiye ayırmıştır. Dışa Dönük bireylerin enerjisini kendisi dışındaki olay ya da insanlara yönelttiğini, İçe dönük bireylerin ise kendilerine dönük libidolarının bulunduğunu belirtmiştir. Ayrıca insanlarda Düşünen, Hisseden, Duygusal ve Sezgisel olarak diğer insanlardan

<sup>32</sup>C.Gustov Jung, *Dört Arketip*,trc.Zehra Aksu Yılmaz ( İstanbul:Metis Yay., 2001), 7-40.

<sup>33</sup>Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 647.

<sup>34</sup> C. Gustov Jung, *Symbols of Transformation*, trc R.F.C. Hull (London and Newyork: Routledge, 1956), 142-171.

farklılaştıklarını belirtir. Düşünen; anlama ve kavramayı önde tutan, Hisseden; öznel değerlendirmeye yönelen, Duyusal; fiziksel nesnelerin algısını içeren ve Sezgisel; bilinçsiz algılamaları önceleyen alt kişilik tiplerini açıklamıştır. Bu alt dört kişilik özellikleri üst kişilik özelliği olan İçe Dönük ve Dışa Dönük özelliklerle birleşerek 8 kişilik tipi oluşturur. Örneğin birey İçe Dönük Düşünen bir kişilik tipine sahip olabilmektedir.<sup>35</sup> Böylelikle Jung Kişilik tanımının yanında sınıflandırma çalışmalarına temel oluşturmuştur.

### 1.1.3.3. Alfred Adler

Freud'un çalışma arkadaşlarından olan Adler, kişilik gelişiminin beş yaşında tamamlandığı görüşüne katılmakla birlikte ebeveyn etkisine, kaçınıcı çocuk olduğuna ve bireyin kendi iç gücü ile yapabileceği değişimlere vurgu yapmaktadır. Ona göre kişilik Freud'un dediği gibi parçalardan ziyade birliğinden oluşur. Ayrıca Adler, bilinci ve kişinin iç potansiyelini önemsemiştir. Freud'un geçmiş deneyimlerin hayatımızı etkilemesine "Benin Yaratıcı Gücü" tezi ile bireyin kendi kişiliğini değiştirebileceğini savunmuştur.<sup>36</sup>

Adler bireyin Sosyal İlgil arayışı içinde olup Üstünlük Çabası içine gireceğini açıklar. Ona göre bireylerin kendi eksikliklerini fark ederek aşağılık duygusu hissettiklerini böylelikle insanların ve toplulukların gelişimini tetikleyen önemli bir duygu olduğunu belirtmiştir. Bireylerin aşağılık hissi ile eksik yanlarını ödünleyeme çalışacaklarını anlatır. Ona göre bu aşağılık hissi bebeğin doğumundan itibaren gelen küçük ve çevreye bağımlı oluşu ile başlamaktadır. Öncelikle fiziksel kaynaklı olan bu aşağılık hissini sonrasında zihinsel ve sosyal olarak geliştiğini belirtmiştir. Ancak bu duyguya kendisini kaptıran bireylerin Aşağılık Kompleksi içinde olduklarını ve hiçbir şey yapamaz hale geldiklerini belirtmiştir.<sup>37</sup>

Adler cinselliğin kişiliği şekillendirmesi fikrine katılmaz. Bireyin yaşamını etkileyen Sosyal İlgilin çocukluk döneminde geliştiğini belirtir. Karşısındaki kişinin

<sup>35</sup> C. Gustov Jung, *Psikolojide Tipler*, trc. Nur Nirven (İstanbul: Pinhan Yay., 2019), 351-353.

<sup>36</sup> Adler, *The Practice and Theory of Individual Psychology*, 23-31.

<sup>37</sup> Alfred Adler, *Psikolojik Aktivite*, trc. Belkıs Çorakçı (İstanbul: Say Yay., 2011), 37-97.

kişilik yapısını öğrenmek için eski anıları, kaçınıcı çocuk olduğu ve düşlerini nasıl yorumladığına bakarak insan ilişkilerinin bireyin kişilik yapısına nasıl etki ettiğinin öğrenilebileceğini belirtmiştir. Ona göre çocuğun aile içindeki kaçınıcı çocuk oluşunun farklı deneyimler katacağını ve bu kişiliklerine yansıtacağını savunmuştur. Ona göre; İlk çocuk ikincinin doğumu ile tahtından incerek düzenli, muhafazakâr, otoriter ve düşmanca özelliklere sahip olurken son çocuk hırslı, isyankâr, kıskanç kişilik yapısına sahip olacaktır. <sup>38</sup>

#### 1.1.3.4. Karen Horney

Karen Horney; Freud'a katılarak çocukluğun ilk yıllarında kişiliğin geliştiğini kabul eder ancak Freud'dan farklı olarak kişiliğin ilerleyen süreçte değişebileceğini sosyal ve çevresel öğelerin etkili olduğunu belirtir. <sup>39</sup>Horney kuramında Sosyal Statü ve Sosyal Rollerden bahsederek biyolojik etkenlerden çok çevrenin kişiliğe etki ettiğini savunmuştur. Kadın ile Erkek ayrımının fiziksel özelliklerden ziyade kültür ve insan ilişkilerinden kaynaklandığını belirtmiştir. <sup>40</sup>Horney'e göre, kültürel etkiler yanında, çocukluktaki yaşantılar, evlilik, doğum gibi yaşantıların kişilik gelişiminde büyük bir önemi vardır ancak "İdeal Kendilik İmgesi" bireye yanıltıcı bir benlik tanımı ortaya çıkabilmektedir. <sup>41</sup>

Horney'in kuramının temellinde yatan olgu; doğumdan itibaren tehlikeli dünyada düşmanca bir ortamda yardımsız kalmasının bebekte Temel Anksiyete'yi oluşturmasıdır. O, Freud'un psiko-seksüel evrelerini kabul etmeyerek tüm bu dönemlerin çevrenin etkisiyle gerçekleştiğini belirtmiştir. Horney'e göre Temel duygusal gereksinimi karşılanmayan bebekler yetişkin olduklarında farklı Nörotik Eğilimler sergileyerek kişilik yapılarını şekillendirirler. Bunlar sorunlar karşısında İtaatkârlık, Kayıtsızlık ve Saldırganlık olarak gruplanır. <sup>42</sup>

<sup>38</sup> Alfred Adler, *İnsanı Tanıma Sanatı*, trc. Kamuran Şipal (İstanbul: Say Yayınları, 2006), 114.

<sup>39</sup> Karen Horney, *Psikanalizde Yeni Yollar* (Ankara: Öteki Yayınevi, 1994), 145.

<sup>40</sup> Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, 463.

<sup>41</sup> Karen Horney, *Kadın Psikolojisi*, trc. Selçuk Budak (İstanbul: Totem Yay., 2017), 15-36.

<sup>42</sup> Karen Horney, *Kendi Kendine Psikanaliz*, trc. Selçuk Budak (İstanbul: Totem Yay., 2017), 5-30.

### 1.1.3.5. Erik Erikson

Erikson, kişilik gelişimini Freud'dan farklı olarak cinsellik yerine sosyal gelişim üzerine basamaklandırmış ve kuramı Psikososyal Kuram olarak isim almıştır. Ona göre anne ve baba ile çocuk ilişkisi Kişilik inşasından temel taşlardandır. <sup>43</sup>Aşamalı Oluşum İlkesine göre; insan bedeni anne karnında nasıl aşamalardan geçiyorsa doğduktan sonrada aşamalı olarak davranış, duygu ve sosyallik aşamalardan geçerek kazanılmaktadır. <sup>44</sup>Ona göre kişilik gelişimi biyolojik temelli olarak yaşam boyu sürmektedir. Her dönemde atlatılması gereken bir kriz bulunmaktadır. Kriz aşılamadığında bunun bir felaket olmadığını ancak kişinin hayatında hassas bir dönüm noktası olacağını, bireyin krizlerle başa çıkarak daha sağlıklı bir kişilik geliştirebileceğini bahseder. <sup>45</sup> Erikson'a göre kişilik gelişiminde cinsel gelişim ve içgüdüsel gelişim önemli yer tutup sosyal etki ile insanın sekiz gelişim evresini oluşturmaktadır. <sup>46</sup>

Oral-Duygusal Evre: Temel güvene karşı güvensizlik, kazanılan değer Umut.

Anal-Kassal Evre: Özerkliğe karşı Utanç ve Kuşku, kazanılan değer İrade.

Üreyişsel-Devimsel Evre: Girişime karşı Aşağılık Duygusu, kazanılan değer Amaç.

Latens (Gizil) Evre: Gayrete karşı Kararsızlık, kazanılan değer Yarış.

Ergenlik Evresi: Kimliğe karşı Kimlik Bocalaması, kazanılan değer Sadakat.

İlk Yetişkinlik Evresi: Yakınlığa karşı Uzaklık, kazanılan değer Sevgi.

Yetişkinlik: Üretkenliğe karşı Durgunluk, kazanılan değer İlgi.

Yaşlılık (olgunluk) Evresi: Benlik Bütünlüğüne karşı Umutsuzluk, kazanılan değer Bilgelik. <sup>47</sup>

<sup>43</sup>Morris, *Psikolojiyi Anlamak*,460-476.

<sup>44</sup>Turan, "Kişilik Özellikleri ve Dinsel Yönelimler Üzerine Bir Araştırma",43.

<sup>45</sup>Erik Erikson, *Young Man Luther, A Study in Psychoanalysis and History* (New York:Norton Company, 1958),147-158.

<sup>46</sup>Morris,*Psikolojiyi Anlamak*, 463.

<sup>47</sup>Erik Erikson, *İnsanın Sekiz Çağı*,trc. Bedirhan Üstün ve Vedat Şar (Ankara: Birey ve Toplum Yay.,1984), 2-36.

### 1.1.3.6. Gordon Allport

Bu konuda Allport Freud'a karşı çıkan bir diğer isim olarak her bireyin kendine özgü bir kişilik sistemi geliştirdiğini ileri sürmektedir.<sup>48</sup> Allport'a göre kişilik yapısında, bireyin yaşadığı toplumun ve kültürün bireyin kişiliğine entegre ettiği Genel Ayırıcı Özellikler ve bireyin sahip olduğu Özgün Özellikler mevcuttur. Literatürde kişiden kişiye kıyaslandığında kalıcı ve tutarlı farklılık barındıran özellikler "treit" olarak isimlendirilmektedir.<sup>49</sup> Asıl olanın; bireyin temel özelliklerinin olduğunu belirterek Kişilik Kuramlarına Özellikler açısından bakılması gerektiğini savunmuştur.<sup>50</sup>

Allport'un iddiası ile şekillenen Kişilik tanımı aynı zamanda Kişiliğin ölçülmesine kolaylık sağlayarak birçok ölçeğe kaynaklık etmiştir. Ayırıcı Özellikler Kuramından yola çıkarak oluşturulan ölçeklerden Beş Faktör Kişilik Envanteri çalışmamızın veri toplama araçlarından biridir. Bundan dolayı ayrı bir başlık altında ele alınması uygun görülmüştür.

### 1.1.4. Beş Faktör Kişilik Kuramı

Kişiliği özelliklere göre ilk kez sınıflandıran Gordon Allport 1921'de "Kişilik Özellikleri Sınıflandırması ve Ölçümü" başlıklı çalışmasında bireylerin beyinlerindeki sinir yapılarından kaynaklı olarak kişiliğimizin farklılaştığını savunmuştur.<sup>51</sup> Akabinde Henry Murray psikolojik gereksinimleri esas alarak Kişilik sınıflandırması oluşturmuş ve bu tezini kişilik bilim (personoloji) olarak adlandırmıştır.<sup>52</sup> Raymond Cattell ise Psikologlar tarafından gözlemlenerek belirlenen benzer özellikleri faktör analizi ile çözümleyebileceğini savunarak çalışması ile 16 temel kişilik faktörü ortaya

---

<sup>48</sup>Burger, *Kişilik*, 242-244.

<sup>49</sup>Burger, *Kişilik*, 24-26.

<sup>50</sup>W. Gordon Allport, *Birey ve Dini*, trc. Bilal Sambur (İstanbul: İnsan Yay., 2004), 8-10.

<sup>51</sup>W. Gordon Allport ve H. Floyd Allport, "Personality Traits: Their Classification and Measurement", *The Journal of Abnormal Psychology and Social Psychology* 16, sy.1(1921): 6-40.

<sup>52</sup>A. Henry Murray, "Explorations in Personality", *Journal of Projective Techniques and Personality Assessment Volume* 28, sy.2 (1963): 3-32.

koymuştur.<sup>53</sup>Hans J. Eysenck ise kişiliğin içe dönüklük-dışa dönüklük, duygusal tutarsızlık-nevrotiklik ve psikotizm üç başlık altında incelenebileceğini belirtmiştir.<sup>54</sup> Norman ise bu çalışmayı tekrarlayarak; dışa dönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal tutarsızlık ve kültür olarak ilk kez beş boyutları açıklamıştır.<sup>55</sup>

Kişilik sınıflandırma çalışmaları Mc Crae ve Costa'nın çalışmalarıyla devam etmiştir. Yaptıkları çalışmalar sonucunda Mc Crae ve Costa 1988- 1992 yıllarında bireylerin kendileri ve başkaları için kullandıkları kişilik sıfatlarını analiz ederek temelde beş kişilik özelliği belirlemişlerdir.<sup>56</sup>Bu faktörler dışa dönüklük, duygusal tutarsızlık (nevrotizm), yumuşak başlılık, sorumluluk ve gelişime açıklıktır.<sup>57</sup>Böylelikle Beş Büyükler (The Big Five) adı verilen bir kuram ortaya çıkmış Dünyada birçok ülkede tekrarlanan çalışma sonucunda kabul görmüştür.

Türkiye'de ön çalışma olarak 1998 yılında Somer, Türk dilinde 235 adet sıfat kişilik özelliklerinin temsilcisi olarak belirlemiş, ilk analizde elde edilen seçilen sıfatların, faktör analizi sonucunda beş temel faktör boyutta temsil ettiği bulunmuştur.<sup>58</sup> Somer ve Goldberg'in 1999 yılında yaptıkları çalışma ile 179 çift sıfat, hem Türk hem Amerikan örnekleme üzerinde kullanılarak beş faktör kültürler arası açık hale getirilmiştir.<sup>59</sup>Bu çalışmalardan sonra 2001 yılında Somer ve arkadaşları tarafından ilk kez Türkiye'de Beş Faktör Kişilik Envanterinin geliştirilmesi çalışması yapılmıştır.<sup>60</sup>

---

<sup>53</sup>R.B. Cattell ve L.S. Bolton, "What Pathological Dimensions Lie Beyond The Normal Dimensions Of The 16 PF? A Comparison Of MMPI And 16 PF Factor Domains", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 33, sy. 1, (1969):18-29.

<sup>54</sup>Burger, *Kişilik*, 343-347.

<sup>55</sup>Turan, "Kişilik Özellikleri ve Dinsel Yönelimler Üzerine Bir Araştırma", 55.

<sup>56</sup>R.R. Mc Crae v. dğr., "Cross-Cultural Assessment Of The Five-Factor Model: Therevised NEO Personality Inventory", *Journal of Cross-Cultural Psychology* 29, (1998): 171-188.

<sup>57</sup>Hasan Bacanlı v. dğr., "Beş Faktör Kuramına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi", *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* 7, sy. 2(2009):262.

<sup>58</sup>Oya Somer, "Türkçe' de Kişilik Özelliği Tanımlayan Sıfatların Yapısı ve Beş-Faktör Modeli", *Türk Psikoloji Dergisi* 13(1998): 17-32.

<sup>59</sup>Oya Somer ve L.R.Goldberg, "The Structure of Turkish Trait Descriptive Adjectives", *Journal of Personality and Social Psychology* 76, sy. 3, (1999):431-450.

<sup>60</sup> Oya Somer v. dğr., "Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi-I: Ölçek ve Alt Ölçeklerinin Oluşturulması", *Türk Psikoloji Dergisi* 17, sy.49 (2002), 21-33.

Çalışmamızda Goldberg (1999)'in geliştirdiği Uluslararası Kişilik Madde Havuzundan yararlanarak Somer, Tatar ve Korkmaz (2004) tarafından, geliştirilen “Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)” esas alınmış Beş Faktör Kişilik Modeli ile Gelişime Açıklık, Sorumluluk, Dışa Dönüklük, Yumuşak Başlılık ve Duygusal Tutarsızlık başlıkları altında incelenmiştir.

- 1- **Gelişime Açıklık:** Üretici, hayalci ve çeşitliliği arzu eden bireyleri geleneksel tutumlu bireylerden ayırır. Bu faktörden yüksek alan bireylerin deneyimlere açık, iç duyarlılıkları yüksek, entelektüel meraklı ve orijinal fikirlere sahip olmaları muhtemeldir.
- 2- **Sorumluluk:** Mantıklı, güvenilir, dürtülerini dizginleyebilen aynı zamanda hedeflerine konsantre olmuş bireylerdir. Sorumlu bireyler; başarılı olurlar ancak aşırı durumda iş kolik ve mükemmeliyetçi olabilirler.
- 3- **Dışa Dönüklük / İçe Dönüklük:** Bu faktör; heyecan arayan, faal, sosyal, öz güveni yüksek güvenen aktif ve heyecan arayan bireyler ile daha çok mevcut hayatını muhafaza etmeye çalışan, sosyalleşmeye daha az ihtiyaç duyan bireyleri ayırır. Dışa Dönüklük bireylerin sorunları olumlu yönden tekrar değerlendirmeyi tercih ettikleri düşünülmektedir.
- 4- **Yumuşak Başlılık:** Kişiliğin kişiler arası yönlerini anlatan bu faktör; düşünceli, yatıştırıcı, işbirlikçi, uzlaşmaya istekli, kibar, saygılı, sempatik ve dost canlısı olma eğilimli bireyleri ifade eder. Düşük puan alan bireyler ise ilgisiz, benmerkezci, kavgacı, ve kıskanç olma eğilimlidirler.
- 5- **Duygusal Tutarsızlık (Nevrotizm):** Duygusal istikrar olarak da ifade edilir. Bu skala stresin bireylerin davranışsal ve bilişsel özelliklerine nasıl etkilediğini anlatır. Yüksek alan bireylerin özelliklerine bakıldığında; kızgın, sinirli, sıkılgan, duygusal olması kaygı, depresyon, hayal kırıklığını daha fazla yaşaması söylenebilir. Amaçladığı büyük hedefler karşısında başarısız olan ve kendini küçümseme eğiliminde olan bireylerdir.

Nörotizm’den düşük puan alan bireyler ise duygusal açıdan istikrarlı, sakin, rahat, dengeli veya soğukkanlı olarak nitelenirler.<sup>61</sup>

## 1.2. STRES VE BAŞA ÇIKMA

### 1.2.1. Stresin Tanımı

İnsan her gün sayısız bedensel, ruhsal ve zihinsel uyaranlara maruz kalmakta, kimi uyaranlar kişinin yaşamına olumlu etki ederken, kimi uyaranlar ise bireye rahatsızlık vermektedir. Bu rahatsızlık verici durum karşısında birey bu durumu ya düzeltmeye çaba gösterecek ya da bu yeni duruma uyum sağlamaya çalışacaktır. Stres kelimesi; basınç yüklenme zorlanma anlamında kullanılan Latince “Estrictia” fiilinden türetilmiştir.<sup>62</sup> Her ne kadar olumsuz bir anlam ihtiva etse de heyecan ve canlılık vererek kişinin motivasyonunu artırarak başarı gibi olumlu yaşantılarında zeminini de oluşturduğu bilinmektedir.<sup>63</sup>

### 1.2.2. Stresin Kaynağı

Stresörler yani stres kaynakları; Psikolojik, fiziksel ve sosyolojik uyaranlardan kaynaklı olabilir. Travmalar haricinde stres önemli yaşam olaylarından kaynaklı olabileceği gibi günlük hayatta karşılaşılan zorluklardan da kaynaklanıyor olabilir.<sup>64</sup> Stresli bir olayın olabileceğini kestirilebilmesi, stres süresinin bireyin denetiminde bulunması, bireysel olarak stres etkeninin daha sakin bilişsel değerlendirilmesi, baş edebilme konusunda yeterlilik hissi ve toplumsal destek stresin dozunu etkileyen faktörlerdir.<sup>65</sup> Stres konusunda çalışmaları ile ün kazanmış olan Lazarus; bireyin uyarıcı karşısında önce Birincil Değerlendirme ile bireysel tehdit oluşturup oluşturmadığına karar verdiğini, eğer durum şahıs için tehlikeli ise İkincil

---

<sup>61</sup>Oya Somer v.dğr., *Kuramdan Uygulamaya Beş Faktör Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)*( İzmir: Ege Üni. Edb. Fak. Yay., 2011 ), 8-19.

<sup>62</sup>İlhan Topuz, “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”(Doktora tezi, Uludağ Üniversitesi, 2003),58.

<sup>63</sup> Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, 494.

<sup>64</sup>Ertuğrul Köroğlu, *Panik Bozukluğu Nedir? Nasıl Başedilir?*( Ankara: Hyb Yayıncılık, 2006),160.

<sup>65</sup>Morris, *Psikolojiyi Anlamak*,494-500.



Değerlendirme ile Başa Çıkma yollarını değerlendirmeye alacağını ve eksiklik gördüğünde Stres yaşamaya başlayacağını belirtmiştir.<sup>66</sup>

### 1.2.3. Stres ve Bireysel Özellikler

Yapılan birçok araştırma stresin bireyin algılamasının ve değerlendirmesinin yanında kişilik özelliklerinin etki ettiğini göstermiştir.<sup>67</sup> Bunun sebebi stresin uyarıcının algılanması ile değil kişinin zihinsel değerlendirme sürecinden sonra tehlikeli olarak nitelendirilmesinden sonra ortaya çıkmasından kaynaklanmaktadır.<sup>68</sup> Öyle ki ortada herhangi bir uyarıcı yokken de birey düşünceleri ile kendisini stresli hale sokabilir.<sup>69</sup> Ve ya bir gün gülüp geçtiğimiz bir olaya diğer gün stresli sert bir tepki verebiliriz. Bundan dolayı stresi yaşayan bireyin psikolojik özelliklerinin ele alınması gerekmektedir.<sup>70</sup>

### 1.2.4. Stresin Sonuçları

Stres; psikolojik ve fiziksel rahatsızlıkların çoğunun ana sebebidir.<sup>71</sup> Stres kişide endişe, korku, öfke, üzüntü temel duygularının yanında yetersizlik, güvensizlik ve suçluluk duygusu, giderek artan ağlama hissi, heyecan duymama gibi ilintili duyguları da tetiklemektedir. Düşüncelerde ise odaklanma ve karar vermede güçlük, unutkanlık, başarısızlık ile ilgili düşünceler, aşırı hayal kurma, daha umutsuz ya da kuşkucu olma, hayatın anlamının kaybolması, ölüm ve intihar fikirlerinin sık sık tekrarlanmasına sebep olabilmektedir.<sup>72</sup> Stres psikolojik olarak birçok hastalığından temelini oluşturmakla beraber aynı zamanda psikosomatik hastalıklarla bedenini etkileyebilmekte bağışıklık sistemini bozarak, tansiyon, kalp rahatsızlıkları gibi fizyolojik rahatsızlıkları da beraberinde getirmektedir.<sup>73</sup> Öyle ki bir hastalığa yatkınlık, kalıtsal yatkınlık, çevresel

---

<sup>66</sup>R.S. Lazarus, "From Psychological Stress To The Emotion", *Annual Review Psychology* 44, (1993):1-22.

<sup>67</sup>Nesrin Hisli Şahin v.dğr. "A Tipi Kişilik Örüntüsünde Bilişsel ve Duygusal Zekanın Stresle Başa Çıkma ve Stres Belirtileri İle İlişkisi", *Türk Psikiyatri Dergisi* 3, sy.20 (2009):243-254.

<sup>68</sup>Çevik Demir, "Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma", 51.

<sup>69</sup>Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, 499.

<sup>70</sup>Zuhal Baltaş ve Acar Baltaş, *Stres ve Başa Çıkma Yolları* (İstanbul: Remzi Kitapevi, 2013),32.

<sup>71</sup>Ahmet Canan Karakaş ve Mustafa Koç, "Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3, sy.3 (2014): 610-631.

<sup>72</sup>Erkan Kavas, "Dini Tutum - Stresle Başa Çıkma İlişkisi", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 37,(Temmuz 2013): 146-147.

<sup>73</sup>Muharem Cufta, "Stres ve Dini İnanç", *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3, sy.5 (Mart, 2016):51.

ya da yaşamsal rahatsızlıklar ile stres arasındaki ilişki bütüncül olarak Strese Yatkinlik Paradigması adı altında ayrıca incelenmektedir.<sup>74</sup>

### 1.2.5. Başa Çıkma Tanımı

Bireyin stres karşısında bilişsel ve davranışsal mücadelesine “Başa Çıkma” denir.<sup>75</sup> İngilizce “coping” kelimesi ile ifade edilen “Bir şeye gücü yetmek”, “üstesinden gelmek” manasında Türkçe’de “Başa Çıkma” tabiri kullanılmaktadır.<sup>76</sup> Stres Kaynakları bölümünde bahsettiğimiz gibi, kişi ön değerlendirmede olayı şahsına karşı tehlikeli nitelendirmişse, ikinci değerlendirmeye geçer. Bu aşamada karşısına başa çıkmanın iki yolu çıkar ve kişiliğine göre birini tercih eder. Birincisi Problem Odaklı Başa Çıkma olarak adlandırılır. Bu yöntem problemi tanımlamayı, alternatif çözümler bulmayı, içinde bulunulan duruma göre en uygun olanı değerlendirip aralarında seçim yapmayı ve seçilmiş alternatif uygulamaları kullanmaktadır. İkincisinde ise Duygusal Odaklı Başa Çıkma’dır. Bu yöntemde kişi stresi ekarte edemediğinde ona bağlı duygularını ve tutumlarını değiştirmeye çalışır. Bu teknik daha çok bireyin stresörü kontrol altında tutamadığı, örneğin hastalık, ölüm, iflas gibi, durumlarda kullanılır.<sup>77</sup> Dini Başa Çıkma da Duygusal Odaklı Başa Çıkmanın alt başlıklarından olup üçüncü kısımda detaylı anlatılmıştır.

Psikoloji biliminde, Stresle Başa Çıkma kaynağı konusunda 5 önemli yaklaşım mevcuttur. Freud’a göre “Bilinçdışı Savunma Mekanizmaları”, Erikson’un kuramında geçen “Kişisel İç Dinamikler”, Evrim kuramındaki “Baş Etme Uğraşları”, Bilişsel ve Davranışsal Kurama göre “Uyum Sağlama Girişimleri”, Cannon, Selye gibi araştırmacıların savunduğuna göre kalıtsal olarak insan ve hayvanlarda bulunan bir “Tepki” olarak ele alınabilir.<sup>78</sup> Özetleyecek olursak başa çıkma, stresten kurtulmak için bilişsel, davranışsal ve duygusal çabalar olarak ele alınabilir.<sup>79</sup> Kaynağı ne olursa olsun

---

<sup>74</sup>Gerald S. Davidson ve John M. Neale, *Abnormal Psychology*, trc. İhsan Dağ (Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yay., 2004), 50-52.

<sup>75</sup>Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 37-40.

<sup>76</sup>Ayvaşık, *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*, 40.

<sup>77</sup>Lazarus, “From Psychological Stress To The Emotion”, 1-22.

<sup>78</sup>Nesrin Hisli Şahin ve Ayşegül Durak, “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması”, *Türk Psikoloji Dergisi* 10, sy.34 (1995): 56-73.

<sup>79</sup>Hisli Şahin v.dğr. “A Tipi Kişilik Örüntüsünde Bilişsel ve Duygusal Zekanın Stresle Başa Çıkma ve Stres Belirtileri İle İlişkisi”, 244-245.

olumsuz duyguların düzenlenmesi, kaybedilen anlamın bulunması ve kontrolün sağlanmasını hedeflemektedir.

### **1.2.6. Başa Çıkma ve Bireysel Özellikler**

Strese yatkınlığın yanında, stresle başa çıkmada da bireysel olarak farklılıklar vardır. Örneğin önceden aynı stresi yaşamış biri sorun tekrarlandığında ilk kez karşılaşılan bireye nazaran daha az stres yaşayabilir. Ya da bazı insanlar baş etmek için hemen harekete geçerken, bazı insanlar ne yapacaklarını bilemeyebilir.<sup>80</sup>Fizyolojik olarak beynin hipotalamus bölgesi; iç ve dış uyaranları süzerek tehlikeleri fark ederek bireyin hayatta kalmasında yardımcı olur. Ancak kişinin hayatta kalmasına sağlayan bu duyguları eğitmesi bireysel iradesi ile mümkündür.<sup>81</sup>Baş çıkma davranışının süresini, yeni baş çıkma yollarını belirlenmesini ve bu baş çıkmanın başarılı olup olmayacağını kişisel özelliklerimiz etkilemektedir. Bireyin bilişsel, duygusal, manevi ve fiziksel durumu baş çıkma stratejisini belirlemede sosyal destekler ise bireyin stresör karşısında güç kazanmasına yardımcı olabilmektedir.<sup>82</sup>Baş çıkma kişinin strese hazırlıklı olması, yaşı, cinsiyeti, sosyoekonomik seviyesi etkileyebilmektedir.<sup>83</sup>

## **1.3. DİNİ BAŞA ÇIKMA**

### **1.3.1. Dini Başa Çıkma Tanımı**

Bireyin hayata bakış açısını belirleyen değerler; kişinin yaşamı anlamlandırmasına ve yaşarken karşılaştığı problemleri çözme girişimlerine etki eder. Denemelerden yola çıkarak genel kanunlar belirleyeme çalışan bilime nazaran Din; bireye var oluşun anlamını açıklamaya ve bireyin hayatı anlamlandırmasına yol göstermektedir.<sup>84</sup>Beyin beş duyardan gelen bilgileri, aklın ulaştığı düşünceleri, sezgi ile hissedilen duyguları, dürtülerden gelen istekleri algılar algılayamadığı bilgileri inanç ile anlaşılır kılar.<sup>85</sup>Anlam isteğinin temel bir güdü olduğunu savunan ünlü psikiyatrist Viktor

<sup>80</sup> Morris, *Psikolojiyi Anlamak*, 499-500.

<sup>81</sup> Nevzat Tarhan, *Duyguların Dili* (İstanbul: Timaş Yay., 2006), 50- 59.

<sup>82</sup> Çevik Demir, “Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma”, 51.

<sup>83</sup> Topuz, “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, 65.

<sup>84</sup> Ali Ayten, *Din Psikolojisi* (İstanbul: İz Yay., 2017), 33.

<sup>85</sup> Tarhan, *Duyguların Dili*, 25.

Frankl'ye göre; insanların Varoluşçu Felsefenin savunduğu yaşamın anlaşılma-zlığına katlanmaktan ziyade, yaşamın koşulsuz anlamlılığı ve akıl yolu ile idrak edilememesini kavranması gerekmektedir.<sup>86</sup> Dini Başa Çıkma da; bireylerin stresli yaşam dönemleri boyunca daha güçlü bir destekten yardım alma yolları olarak tanımlanabilir.<sup>87</sup> Kendi kaynaklarının yetersiz olduğunu anlayan birey ilk yardım kaynağı olarak Tanrı'ya yönelir. Bu durum bireyin olayın anlamlandırmasını, düşüncelerinin ve duygularının farkına varmasını, bunları ifade etmesini ve sabrederek baş etmesini sağlar.<sup>88</sup>

Zorluklar karşısında Dini Başa Çıkma yolunu tercih eden birey için olaylar daha anlamlı hale gelir.<sup>89</sup> En çok kullanılan Dini Başa Çıkma davranışları Dua, Ahirete İman, Sabırdır.<sup>90</sup> Dini Başa Çıkma; başa çıkmada olduğu gibi birey önce durumu ön değerlendirmeye tabi tutar ve şahsına yönelik tehlike algılanmışsa Dini Başa Çıkmanın ilk adımı olan "Dua" etmeye başlar. Sonrasında ise diğer dini inanç ve pratikler ile başa çıkmaya devam edilir.<sup>91</sup> Dua; sorunların ifade edilmesi ile belirsizlikten kurtulmasına yardım ederken çaresiz ve ümitsiz durumlarda her şeye gücü yeten bir Kutsala inanmakla kişiye yalnız olmadığı hissi ile sakinlik ve huzur verir.<sup>92</sup> İslam dini açısından; özellikle sabır, sebat ve dirayetli olmak gibi özellikler namaz, oruç ve hac ibadetleri ile geliştirilirken; duyarlılık, fedakarlık ve cömertlik erdemleri ise kurban ve zekat ibadetleri ile insanlara kazandırılır.<sup>93</sup> Ayten'e göre; Dini Başa Çıkma üç şekilde meydana gelmektedir. Birincisi Kıyaslamacı Kontrol; bireye sıkıntıları kabullenmesini kolaylaştırır ve daha çok şükredici bir bakış açısı kazanmasını sağlar. İkincisi Tahminsel/Bilgisel Kontrol; soruna ümit var şekilde yaklaşmasını içerir. Son olarak

---

<sup>86</sup>Viktor E.Frankly, *İnsanın Anlam Arayışı*, trc. Selçuk Budak (İstanbul: Okuyan Us Yay., 2019), 113-133.

<sup>87</sup>Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 40.

<sup>88</sup> Ali Ayten v.dğr., "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyet ilişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12, sy.2 (2012): 47.

<sup>89</sup>Halil Ekşi, "Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması" (Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2001), 7.

<sup>90</sup>Sema Eryücel, "Yaşam Olayları ve Olumlu Dini Başa Çıkma", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 10, sy.23 (2013): 267.

<sup>91</sup>Topuz, "Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", 70-71.

<sup>92</sup> Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yay., 2017), 227-231.

<sup>93</sup>Muammer Cengil, "Depresyonu Önlemede Dini İnancın Koruyucu Rolü", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 3, sy.2 (2003): 146.

Vekaleten Kontrol; birey olmuş ve olacak tüm kötü durumların kontrolünü kutsal bir güce bırakmaktadır.<sup>94</sup>

### 1.3.2. Dini Başa Çıkma Çeşitleri

Dini Başa Çıkma bireyin zorluklara Dini perspektiften bakarak olumlu ve olumsuz olarak nitelendirmesi ile ikiye ayrılmaktadır. Olumlu Dini Başa Çıkma; yaşanan zorluk karşısında ‘Allah’a yönelme’, ‘yalvarma’, ‘yakınlaşma’, ‘hayra yorma’, ‘dua’, ‘dönüşüm’ ve ‘istikamet arayışı’ gibi unsurlarla birlikte Tanrı ile olumlu ilişki geliştirmeyi içerir, Olumsuz Dini Başa Çıkma ise olayları Tanrı’nın cezalandırması şeklinde yorumlamayı çevre ile olumsuz ilişki kurmasını ve olanları ‘şerre yorma’yı içerir.<sup>95</sup> Olumlu Din Başa Çıkma sadece Tanrı ile ilişkili olmayıp manevi bağlılığı içerirken; Olumsuz Dini Başa Çıkma etkinlikleri ise din kardeşleri ve başkalarıyla olan uyumsuzluğu da içine almaktadır.<sup>96</sup> Pargament, Dini Başa Çıkma konusunda kuramsal çerçeve oluşturulması ve sürecin ölçülebilir hale getirilmesinde önemli çalışmalar ortaya koymuştur.<sup>97</sup> Pargament’e göre Olumlu Dini Başa Çıkma yaşam olaylarını anlamının dini, manevi bir yolu olup faydalı iken, Olumsuz Dini Başa Çıkma din ile savaşmayı barındırarak zararlıdır.<sup>98</sup>Yapılan araştırmalarda yaşam memnuniyetinin olumlu Dini Başa Çıkma eğilimi ile arttığını, depresif semptom sergileme eğiliminin azaldığını göstermiş ve olumsuz Dini Başa Çıkma ise olumsuz ruh sağlığı ile ilişkili bulunmuştur.<sup>99</sup>

### 1.3.3. Dini Başa Çıkma ve Bireysel Özellikler

Pargament’in temel kaynağına baktığımızda görüyoruz ki Dini Başa Çıkma konusu üç farklı bireysel özelliklerle çeşitlenmektedir. Kişisel Yönelimli Eğilimli Birey; stres karşısında Tanrıdan yardım beklemeksizin kendi imkanları ile problemi aktif

<sup>94</sup>Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 62-63.

<sup>95</sup>Ali Ayten ve Zeynep Sağır, “Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriye’li Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47, (2014):7.

<sup>96</sup>Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 69-70.

<sup>97</sup>Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, trc. Ali Ulvi Mehmetoğlu, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5, sy.1 (Ocak-Haziran, 2005):279-313.

<sup>98</sup>Kenneth I. Pargament, “Religious Coping Methods As Predictors Of Psychological, Physical And Spiritual Out Comes Among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Long İtudinal Study”, *Journal of Health Psychology* 9, sy.6(2004): 713-730.

<sup>99</sup>Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 80-83.

olarak çözmeye çalışır ancak insanın kontrolünü aşan veya çok sınırlı olduğu ölüm, doğal afet, savaş gibi durumlarda yeterli değildir. Kararı Başkasına Bırakan Eğilimli Birey; Problemleri Tanrı'nın çözmesini bekleyerek pasif durumda kalır. Kişinin kendini güvende hissetmesine yardımcı olmayı kaygıyı arttırabilir. Başta kaygıyı azaltıcı gibi görünebilir ancak zorluğun devam ettiğinde Tanrı algısını olumsuzlaştırabilir. İşbirlikçi Eğilimli birey ise; problemleri kendisi aktif olarak baş etmeye çalışırken Tanrının yardımını bekleyerek işbirlikçi yaklaşım sergiler.<sup>100</sup>Dini Başa Çıkmaya; cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, eğitim, kişilik, zihinsel ve ruhsal sağlık ve dini yönelimlerin etki ettiği bulgulanmıştır.<sup>101</sup>Dini Başa Çıkma ve bireysel özelliklerle ilgili çalışmalar giderek artmaktadır.

#### 1.3.4. Dini Başa Çıkma ve Kutsal Metinler

Kutsal Metinlerde; tarih içinde insanların sorunlar karşısında gösterdikleri bireysel stratejiler, belirli davranış örüntüleri ve savunma mekanizmalarından bahsedilmiştir. Kimi zaman zorluğa karşı kaçışlar anlatılırken kimi zaman Kutsala sığınma yer almaktadır. Kutsal metinlerde sık sık Olumlu Dini Başa Çıkma stratejilerine yer verilerek teşvik edilmiştir. Eski Ahitte Tanrı'nın yüceliğine, koruyuculuğuna vurgu yapmış, dualarla sığınılması, yönelmesi gerektiğine pek çok ayette işaret etmiştir. Allah'a yönelme', 'yalvarma', 'yakınlaşma', 'hayra yorma', 'dua', 'dönüşüm' ve 'istikamet arayışı' gibi söz konusu unsurlar Yeni Ahit'te olumlu Dini Başa Çıkma tavsiyeleri olarak görülmektedir.<sup>102</sup> Özellikle Kur'an-ı Kerimde yaşamın zorlukları karşısında insanın yalnız olmadığını, her zorluğun yanında mutlaka bir kolaylığın bulunduğunu, Tanrı'nın her an kullarını gördüğünü, darlığın ve bolluğun da bir imtihan aracı olduğunu bundan dolayı iman eden kişilerin yapması gerekenin Allaha teslim olmak, O'na yönelmek, yolundan ayrılmamak olduğunu vurgulanmaktadır.<sup>103</sup> Topuz, bu konudaki yapmış olduğu çalışmasında İslam Alimlerinden olan Kindi, Razi, İbn-i Sina

---

<sup>100</sup>Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping* (New York: The Guildford Press, 1997) :24-32.

<sup>101</sup>Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 72-73.

<sup>102</sup>*Kitabı Mukaddes: Eski ve Yeni Ahit*, ( İstanbul: Kitabı Mukaddes Şirketi, 1993), 1- 1100.

<sup>103</sup>Yazır, *Kur'an-ı Kerim Meali*, 5-634.

ve Gazalinin eserlerine bakıldığında da Olumlu Dini Başa Çıkma Stratejileri yer aldığını ve özet olarak fani olana bağlanmamak gerekliliğinin vurgulandığını bildirmektedir.<sup>104</sup>

### 1.3.5. Kişilik Kuramcılarının Dine ve Dini Başa Çıkma Bakış Açıları

Psikolog Sigmund Freud Kişilik Kuramı ile Din konusunu Başa Çıkma ile beraber yorumlamıştır. Freud, orijinal eserinde belirttiği şekli ile insanların “weakness and helplessness” yani zayıflıkları ve çaresizliklerinin “Din” oluşumunu sağladığını belirtmiştir.<sup>105</sup> Ona göre Din; çocukluk tecrübeleriyle, baba ve anne imgeleriyle, insanların oluşturduğunu iç ve dış tehlikeler karşısında aklını kullanamadığı dönemde sorunla baş etmek için başka ruhsal güçlerden yardım almak zorunda hissettiği, gelişimin erken evresinde ortaya çıkan bir yanılsamadır.<sup>106</sup> Ancak yetişkin olan bireyin yaşadığı stresin temelinde cinsel dürtüler gibi kimisi yasaklanan Tabular ile bu strese karşı geliştirilen Totem davranışlar ile bulunmaktadır.<sup>107</sup> Freud Din Kurumunu toplumsal bir nevroz olarak nitелеmekte, dinin değişik dışa vurumlarını oedipal çatışmalarla uzlaştırıcı etki gösterdiğini belirtmektedir. Güçsüzlük duygusunun karşıtı olarak dinsel duygunun oluştuğunu savunmaktadır. Freud Dinlerin insanların zekalarını geliştirmelerine engel olduğunu belirterek her bireyin hayırseverlik, hakikat ve özgürlük düşüncelerini içselleştirmeleri gerektiğini böylelikle dine gerek kalmayacağını ve geliştireceklerini belirtir.<sup>108</sup>

Jung’a göre Freud’un bilinçaltı tanımında eksiklik olup bilinçaltı kişisel ve kolektif olarak ikiye ayrılmaktadır. Kişisel bilinçaltımızda daha çok anılarımız ve komplekslerimiz yer almakta iken Kolektif bilinçaltımızda insanlık tarihi boyunca edinilen bilgilerin genetik yolla bilinçaltımızda depolanmaktadır.<sup>109</sup> Jung Dini; Kolektif

<sup>104</sup>Topuz, “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, 85.

<sup>105</sup>Freud, *The Future of an Illusion*, 196.

<sup>106</sup>Ayten, *Din Psikolojisi*, 65-67.

<sup>107</sup>Sigmund Freud, *Totem and Taboo*, trans. James Strachey (London: Routledge And Kegan Paul, 1950), 18-100.

<sup>108</sup>Erich Fromm, *Psikanaliz ve Din*, trc. Elif Erten (İstanbul: Say Yay., 2019),22-24.

<sup>109</sup>Jung, *Analytical Psychology*, 206-207.

Bilinçaltından bilince sızan bir olgu olduğunu belirtir.<sup>110</sup>Jung'a göre kısaca Din; kendinden daha üstün güçlere boyun eğmektir.<sup>111</sup>Jung'a göre Dinin işlevi Kollektif Bilinçaltına ışık tutarak insanın atalarının yüksek birikimlerini bulmasını sağlar. Ona göre; Kollektif Bilinçaltı ile Kişisel Bilinçaltı uyum sağladığında bireyselleşme ve Kişilik oluşumu sağlanır. Jung'un tanımına göre yaşam ikiye ayrılır; 0-40 yaş öğlen öncesi gibi güneşin doruklara ulaşmasına, 40 yaşından sonrasında öğleden sonrası gibi güneşin en doruktan yavaş yavaş batışına benzer. İlk dönemde çevresiyle ilişkilerini düzenleyip ihtiyaçlarını temin eder. İkinci dönemde ise bilincini iç dünyasına yönelterek bütünlük hissine kavuşur ve potansiyelini en yüksek düzeyde kullanır. Kolektif bilinçdışının farkına bu dönemde vararak yeni bir bilinç kazanır. Dinlerin öğütlerini ve ideal hedeflerini bu süreçte kazanır. Jung; Dinleri motivasyon ve sıkıntılı durumlarda destek olması bakımından iyi bir psikoterapi sistemi olarak niteler. Ona göre Dinin yokluğu hayatın anlam ve önemini oluşturamadığından ruhsal hastalıklara sebep olur.<sup>112</sup>

Adler'in Kişilik Kuramında belirttiği üzere insan birlik temellidir ve üstünlük çabası içerisindedir.<sup>113</sup> Bireysel psikoloji insanda kusursuzluk ve ilerleme çabası olduğunu anlatırken stres kaynağına ve çözümünde de işaret etmektedir.<sup>114</sup> Ona göre kişide bulunan eksiklikler bireyde Aşağılık Kompleksine sebep olmakta ve kendisini güvende hissedebilmesi için hiçbir eksiği bulunmayan ve eksikleri tamamlayabilecek bir güce ihtiyaç duymaktadır. Adler'e göre Tanrı olgusu; kusursuzluk fikrinin somutlaştırılması olarak ele alır. Tanrı olgusu gücü ve kudreti ile insanları güvensizlik duygusundan, korkularından, stresten ve aşağılık duygusundan uzaklaştırmayı sağlayarak işlevsel bir görev üstlenmiştir. İnsanın ereği Tanrıya bağlanarak yükselme ve kusursuzluğu deneyimlemeye çabalamaktır. Bireysel psikolojinin temelinde olduğu gibi din ve dini tecrübeler de bireye özgüdür.<sup>115</sup>

Doğunun felsefesi ile batının bilgilerini sentezleyerek insan kişiliğini maneviyat ile tanımlamaya çalışan Maslow, Transpersonel Psikoloji yaklaşımıyla dini ve manevi

<sup>110</sup>Anthony Storr, *C.G. Jung Seçme Yazılar*, trc. Levent Özşar (İstanbul:Alfa Yay., 2018),237-252.

<sup>111</sup>Fromm, *Psikanaliz ve Din*, 27.

<sup>112</sup>Ali Ayten ve Ali Köse, *Din Psikolojisi* (İstanbul : Timaş Yay., 2019):33-37.

<sup>113</sup> Adler, *The Practice and Theory of Individual Psychology*,1-3.

<sup>114</sup>Adler, *Psikolojik Aktivite*, 48-49.

<sup>115</sup>Adler, *Psikolojik Aktivite*, 348-352.



tecrübeleri de açıklamaya çalışmıştır. Kişiliğin yapısında gereksinimlerin önemli yer tuttuğunu ve Fizyolojik, Güvenlik, Ait Olma ve Sevgi, Saygı, Kendini Gerçekleştirme şeklinde sıralanabileceğini belirtmiştir. Hiyerarşik bu yapıda her basamaktaki gereksinimlerin karşılanmaması durumunda kaygı ve stres hissedildiğini belirtmiştir. Ona göre çok az insan Kendini Gerçekleştirme noktasına gelebilmektedir. Kendini gerçekleştiren birey aşamasında “Doruk Deneyimler” yaşayabileceklerini yani zaman ve yer algısının aşılaraq evrenle kişinin bütünleşebileceği anları deneyimlediklerini belirtir. Ona göre tarihte yer etmiş olan siyasi, bilim, sanat adamları ile peygamberler bu kategoride yer almaktadır.<sup>116</sup> Doruk deneyimler denilen bu aşkın ruh hali dini tecrübelerle görülebilmektedir.<sup>117</sup> Maslow’a göre Peygamberler kendini gerçekleştirmiş, doruk deneyimler yaşayan bireylerdir ancak dini otoriteler bireylerin doruk deneyimler yaşamalarına zaman, mekan ve ritüeller kısıtlamaları ile engel niteliktedir.<sup>118</sup>

### **1.3.6. Dini Başa Çıkma Üzerine Türkiye’de Yapılan Çalışmalar**

Dünya çapında Başa Çıkma Konusunda Lazarus ve Dini Başa Çıkma konusunda ise Kennet Pargament çalışmaları ile alanda öncü isimlerdir. İlk çalışmalarda Dini Başa Çıkma tutumları konularında ölçek çalışmaları yer alsa da zaman ilerledikçe Dünyada ve Türkiye’de yapılan çalışmalar giderek artmıştır. Çalışmamızın bu bölümde ülkemizde yapılan birebir çalışma olmadığından benzer çalışmalar ele alınmış tartışma bölümünde ise yabancı çalışmalara yer verilerek sonuçların kıyaslamaları yapılmıştır.

Türkiye’de “Dini Başa Çıkma” ile ilgili ilk çalışma 2001 yılında Ekşi tarafından yapılmıştır. Ekşi bu çalışmasında üniversite öğrencileri üzerinde Başa Çıkma Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı arasındaki ilişkileri ele alarak değerlendirmiştir. Sonuçta Olumlu Dini Başa Çıkma ile Olumlu Başa Çıkmanın ilişkili olduğunu ruhsal rahatsızlıklarla ilişkili olmadığı ancak Olumsuz Dini Başa Çıkma ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır.<sup>119</sup>

---

<sup>116</sup>Maslow, *Motivation and Personality*, 165.

<sup>117</sup>Ayten, *Din Psikolojisi*, 147-157.

<sup>118</sup>Bihter Kaba, “Abraham Maslow ve Din”(Yüksek Lisans tezi, Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi, 2018),82-86.

<sup>119</sup>Ekşi, “Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması”, 227.

Karakaş ve Koç, 2014 yılında yaptıkları “Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” adlı çalışmaları ile Dini Başa Çıkma tutumları ile Stresle Başa Çıkma tutumları arasında anlamlı düzeyde ilişkinin var olduğu bulgulanmıştır.<sup>120</sup>

2017 yılında Murat ve Kızılgeçit; Psikopatoloji ile Dini Başa Çıkma arasında ilişki olup olmadığını öğrenmek için, Psikiyatride tanısı olan 150 kişi ve herhangi bir psikiyatrik tanı almamış 150 kişi üzerinden çalışma yürütmüşlerdir. Her iki gurubun Dini Başa Çıkma’yı kullandığı sağlıklı bireylerin Olumlu Dini Başa Çıkma’yı, psikopatolojisi olan bireylerin ise Olumsuz Dini Başa Çıkma’yı daha çok kullandıkları bulgulanmıştır.<sup>121</sup>

Çevik Demir’in 2013 yılında yayınlanan Doktora çalışmasında; Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma konusu ele almıştır. Sonucunda ise Dindarlık ile Benlik Saygısı arasında zıt yönde anlamlı farklılık olduğu, Benlik Saygısı ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında aynı yönde anlamlı ilişki olduğu, buna karşılık Benlik Saygısı ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında zıt yönde anlamlı ilişki olduğu, Dindarlık düzeyi ile hem Olumlu ve hem de Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında aynı yönde anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca demografik değişkenler (Cinsiyet, Yaş, Sosyo-Ekonomik Düzey, Okul türü v.b.) ile Dindarlık, Benlik Saygısı, Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık ve ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.<sup>122</sup>

Temiz ise 2014 yılında Yüksek Lisans tezinde; Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak “Dua” konusunu incelemiş ve Cinsiyet, Yaş, Gelir Algısı, Eğitim Durumu, Yaşanılan Problem, Öznel Dindarlık Algısı ve Dua Tutum Davranışlarının; Dua, Başa Çıkma Tarzları ve Dinsel Eğilim Düzeylerini etkilediği bulgulanmıştır. Dua, Başa Çıkma Tarzları ve Dini Eğilim Ölçekleri sonuçlarının arasındaki pozitif ve anlamlı

---

<sup>120</sup>Karakaş ve Koç, “Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, 610-631.

<sup>121</sup>Ayşe Murat ve Muhammed Kızılgeçit, “Dini Başa Çıkma ve Psikopatoloji İlişkisi (Rize Örneği)”, *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 6, sy.11(Haziran, 2017):111-151.

<sup>122</sup>Çevik Demir, “Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma”, 58.

ilişkiyle duanın sorunlarla baş etmede etkili bir Dini Başa Çıkma tekniği olduğunu açıklamıştır.<sup>123</sup>

2015 yılında Şentepe'nin; Yaşlılık döneminde Dini Başa Çıkma konusunda yaptığı çalışmada katılımcıların Cinsiyeti ve Öznel Sağlık Algıları ile Dindarlık Düzeyleri arasında fark olduğu ayrıca Öznel Sağlık Algısı ve yaşanan problemlerin bireyin Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma tarzlarında anlamlı farklılaşmaya yol açtığı bulgulanmıştır. Dindarlık Düzeyi, Olumlu Dini Başa Çıkma ve Aktif Başa Çıkma tarzları arasında ise anlamlı pozitif ilişkiler tespit edilmiştir.<sup>124</sup>

Kula 2002 yılında; ülkemizde 17 Ağustos ve 12 Kasım depremlerini yaşayan 200 depremzede ile mülakat yapmıştır. Araştırma sonucunda Depremzedelerin “Kelime-i Şahadet, dua, salavat, tekbir getirme, manevi destek ve güç elde etme, Kur'an okuma, namaz kılma, ölümü ve ahreti düşünerek rahatlama” gibi Olumlu Dini Başa Çıkma, “Allah'a kızma, öfkelenme ve bu olayın Allah'ın cezalandırması olarak verdiğini düşünme” şeklinde Olumsuz Dini Başa Çıkma yöntemlerini kullandıkları tespit etmiştir.<sup>125</sup>

Ayten ve Sağır'ın 2014 yılında yaptıkları araştırmada, Suriye'deki iç savaştan kaçarak Kilis'te yaşayan 553 Suriyeli bireyin; yaşadıkları sorunlar ile Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyona Yönelme ilişkisini incelemişlerdir. Bireylerin Dini Başa Çıkma düzeyleri ile depresif eğilimleri arasında olumlu ilişki olduğu bulgulanmıştır.<sup>126</sup>

Kocaman ise 2019 yılında yayınlanan Yüksek Lisans Tezinde; Erzincan ilinde “Şiddete Uğrayan Kadınlarda Dini Başa Çıkma” konusunun ele almış ve çalışma sonucunda şiddete maruz kalan kadınların tümünün birden fazla Dini Başa Çıkma

---

<sup>123</sup>Yunus Emre Temiz, “Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua” (Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, 2014),170.

<sup>124</sup>Ayşe Şentepe, “Yaşlılık Döneminde Dini Başa Çıkma”, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4, sy.1 (2015):186.

<sup>125</sup>Naci Kula, “Deprem ve Dinî Başa Çıkma”,*Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1,(2002):234-255.

<sup>126</sup>Ayten ve Sağır, “Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriye’li Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma”,5-18.

metotlarına başvurdukları, “Kaderi Olduğu İnanma”, “Hayra Yorma” ve “Allah’a Dua Etme” gibi etkinlikleri daha sık kullandıklarını tespit etmiştir.<sup>127</sup>

Yine 2019 yılında Ferah’ın ele aldığı “Boşanma Sürecindeki Bireylerde Depresyon, Anksiyete, Stres ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki”, adlı çalışma sonucuna göre; boşanma sürecindeki bireylerin dini başa çıkma davranışları ile onların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin ilişkili olduğu tespit edilmiştir.<sup>128</sup>

Turan’ın 2018 yılında İngilizce olarak kaleme aldığı “Yalnızlıkla Başa Çıkma” adlı çalışmalarında; Yalnızlık ile Olumlu Dini Başa Çıkma, Hayat Memnuniyeti ve Mesajlaşma arasında zıt yönde ilişki ve etkileşim tespit edilirken, Hayat Memnuniyeti ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında aynı yönde, Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında zıt yönde ilişki ve etkileşimin varlığı bulgulanmıştır.<sup>129</sup>

20016 yılında Özdemir’in çalışmasında “Palyatif Bakım Alan Hasta Yakınları Üzerinde Psiko-Sosyal Sorunlar ve Dini Başa Çıkma İlişkisi” ele alınmış; hasta yakınlarının çoğunun Olumlu Dini Başa Çıkmaya sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca anksiyete arttıkça, depresif belirtilerin arttığı ve anksiyete ve Olumlu Dini Başa Çıkma arasında ise zayıf aynı yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir.<sup>130</sup>

Kula 2005 yılında “Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma” çalışmasını yayınlarken, engelli bireylerin başa çıkma yöntemlerini yorumlamış; erkeklerin dini konular ile ilgilenme, Kur’an-ı Kerim okumaya odaklanma ile kadınların Allah’a sevgi ve inancın sergilenmesi yönü ile Dini Başa Çıkma davranışı sergilediklerini belirtmiştir.<sup>131</sup>

---

<sup>127</sup>Merve Kocaman, “Şiddete Uğrayan Kadınlarda Dini Başa Çıkma (Erzincan Örneği)”(Yüksek Lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, 2019),153-156.

<sup>128</sup>Nimet Ferah, “Boşanma Sürecindeki Bireylerde Depresyon, Anksiyete, Stres ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki”,*Bilimname* 37, sy.1 (2019): 383-405.

<sup>129</sup>Yahya Turan, “Coping with Loneliness: Loneliness, Religious Coping, Religiosity, Life Satisfaction and Social Media Usage” *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22, sy.3 (Aralık 2018): 1711-1745.

<sup>130</sup>Fatima Özdemir, “Palyatif Bakım Alan Hastaların Yakınlarının Yaşadıkları Psikososyal Sorunlar İle Dini Başa çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, 2016):1.

<sup>131</sup>Hayati Hökekleli, *Din Değerler ve Sağlık* (İstanbul:Dem Yay., 2017), 140-144.

Karataş2018 yılında Yüksek Lisans tezinde; Görme Engelli Çocukların Ebeveynlerinde Dini Başa Çıkma konusu işleyerek ailelerin durumu anlamlandırırken, Olumlu Başa Çıkma Mekanizmalarının yanı sıra Olumsuz Başa Çıkma Mekanizmalarına da yer verdiklerini, dini ritüellere daha sık başvurduklarını genel olarak, dini inanç ve yaklaşımın engellilikle başa çıkmada pozitif bir katkısının olduğunu belirtmiştir. <sup>132</sup>

2014 yılında Kaya; Yüksek Lisans tezinde “Zihinsel Engelli Çocuk Sahibi Ailelerde Problem Çözme İle Dini Başa Çıkma” arasındaki ilişkiyi ele almış din eğitimi hiç almayanlardan çok alanlara doğru gittikçe Olumlu Dini Başa Çıkma tutumlarının yükseldiği bulgulanmıştır. Din eğitimi almayanların Olumsuz Dini Başa Çıkma becerilerini diğerlerine göre daha fazla kullandığı öğrenilmiştir. <sup>133</sup>

Ayten ve arkadaşlarının 2012 yılında hasta, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine yaptıkları “Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi” araştırmaları sonucunda; Hayat Memnuniyeti ile Şükür ve Olumlu Dini Başa Çıkma arasında olumlu ve anlamlı ilişki tespit edildiği öğrenilmiştir. “Hayra Yorma” ve “Dini Yalvarma” alt boyutlarına giren Dini Başa Çıkma etkinliklerini erkeklerin kadınlara göre daha sık kullandığı; hastaların, hasta yakınları ve hastane çalışanlarına göre Olumlu Dini Başa Çıkma etkinliklerini daha sıklıkla kullandıklarını bulunmuştur. <sup>134</sup>

2013 yılında Eryücel;“Yaşam Olayları ve Olumlu Dini Başa Çıkma” adlı makalesinde sonuç olarak Olumlu ya da Olumsuz Dini Başa Çıkmanın, olayı kabullenmeye, sosyal destek almaya ve bireylerden memnun kalma hususunda

---

<sup>132</sup>Münevver Karataş, “Görme Engelli Çocukların Ebeveynlerinde Dini Başa Çıkma” (Yüksek Lisans tezi, Marmara Üniversitesi, 2018), 85-86.

<sup>133</sup>Fuat Kaya, “ Zihinsel Engelli Çocuklara Sahip Ailelerde Problem Çözme ve Dini Başa Çıkma” (Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, 2014):107-108.

<sup>134</sup>Ayten, “Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma”, 45-79.

belirleyici olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Olumsuz Dini Başa ıkmanın problemleri çözmede negatif sonuçlar oluşturduğu tespit edilmiştir. <sup>135</sup>

Özet olarak Dini Başa ıkma konusunda ülkemizde 2000 ile 2010 yılına kadar yayınlanan sayılı kaynak mevcutken, 2010 yılından itibaren çalışmalar çoğalarak devam etmiş ve gün geçtikçe artmaya devam etmektedir.



---

<sup>135</sup>Sema Eryücel, “Yaşam Olayları ve Dini Başa ıkma”(Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013),148-152.

## İKİNCİ BÖLÜM

### 2. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölümde çalışmada kullanılan Araştırma Modeli, Evren ve Örneklem, Veri Toplama Araçları ile analizi hakkında bilgi verilmektedir.

#### 2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeye çalışan İlişkisel Tarama Modelinde betimsel bir araştırmadır. Kişilik Özellikleri ile Dini Başa Çıkma arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir.

#### 2.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırma evreni 2019 yılında Çorum ilinde yaşayan 530,864 kişili evren içinden Eylül ve Ekim aylarında yaşayan 20 yaşından Müslüman 400 kişi büyük basit tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen yetişkinler örneklemini oluşturmaktadır.

#### 2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bireylerin Dini Başa Çıkma çeşitleri ile Kişilik Özellikleri arasındaki ilişki araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır. Araştırmada Dini Başa Çıkma Ölçeği ve Beş faktör Kişilik Envanterinin kısa versiyonu (5FKE-KF) olan anket formu bilgi toplama ve ölçme aracı olarak kullanılmıştır. Ayrıca anketin ilk bölümünde, katılımcıların demografik özelliklerini (cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu) öğrenmeye yönelik sorulara da yer verilmiştir.

##### 2.3.1. Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBCÖ)

Çalışmamızda; Pargament, Koenig ve Perez'in (2000) geliştirdikleri Dini Başa Çıkma Ölçeğinden yola çıkılarak<sup>136</sup> Ayten tarafından geliştirilen ( $\alpha$ : 807,

---

<sup>136</sup>Kenneth I. Pargament and others, "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of Thercope", *Journal of Clinical Psychology* 56, issue 4 (2000): 519-543.

KMO=,803,p=000) Dini Başa Çıkma Ölçeği (DBÇÖ) kullanılmıştır. <sup>137</sup>Ayten'in "Tanrıya Sığınmak" adlı kitabındaki haliyle, boyutlandırılmaları korunarak uygulanmıştır. Bu ölçek stresli durumlarda bireylerin başvurdukları Dini Başa Çıkma davranışlarını ve bu davranışlara başvurma sıklıklarını göstermektedir. Ölçek, Dini Başa Çıkmanın iki yönü olan Olumlu Dini Başa Çıkma ve Olumsuz Dini Başa Çıkma durumlarını ayrı ayrı inceleyen 9 alt boyuttan ve 33 ifadeden oluşmaktadır. Ölçeğin 9 alt faktörünün güvenirlik katsayısını belirten Cronbach Alpha değerleri ise şu şekildedir. Ölçek genel  $\alpha =,807$ ; fak-1  $\alpha =,867$ ; fak-2  $\alpha =,840$ ; fak-3  $\alpha =,831$ ; fak-4  $\alpha =,676$ ; fak-5  $\alpha =,613$ ; fak-6  $\alpha =,508$ ; fak-7  $\alpha =,580$ ; fak-8  $\alpha =,521$ ; fak-9  $\alpha =,500$ .<sup>138</sup>

Ölçekte, katılımcılara, Dini Başa Çıkma etkinliklerini ne sıklıkla yaptıkları ve yapmadıkları sorulmuş; "Her Zaman, Çoğu Zaman, Bazen, Nadiren ve Hiçbir Zaman" şeklinde beş farklı seçenek yer almıştır. Puanlama yapılırken en olumludan olumsuz doğru sırasıyla 5, 4, 3, 2 ve 1 değerlerinde puanlar verilmiştir. Her bir boyut için ayrı olmak üzere, aritmetik ortalamalar hesaplanmış ve analizler bu ortalamalara göre yapılmıştır. Ortalamalardaki yüksek değerler söz konusu boyuta giren etkinliklerin kullanılma sıklığının arttığına, düşük puanlar ise azaldığına işaret etmektedir.

Ayten'in "Tanrıya Sığınmak" adlı eserinde belirttiği tanımı ile Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma durumlarını inceleyen 9 alt boyutu aşağıda sıralanmıştır.

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

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

---

<sup>137</sup>Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 151.

<sup>138</sup>Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 32.



**3-Kişilerarası Dini Hoşnutsuzluk (3 İfade):** Kişinin problemlerle karşılaştığı zamanlarda ‘din adamları ve dindarlardan uzaklaşması, din kardeşlerinin kendisine manevi destek sağlamadığını düşünmesi’ gibi niteliklerin bütünüdür.

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

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

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

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

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

**9- Dini İstikamet Arayışı (2 ifade):** Bireyin başına gelenlerden sonra ‘Allah’tan yeni bir fırsat vermesini istemesi ve Allah’ın kendisine yeni bir gaye göstermesini dilemesi’ gibi ifadelerden oluşur.<sup>139</sup>

---

<sup>139</sup>Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 30-31.

### 2.3.2. Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE-KF)

Yapısından dolayı Kişilik kavramının tüm yönlerini tek bir ölçekte değerlendirebilmek mümkün değildir. Literatüre baktığımızda insan davranışlarının gözlenmesi ve bunların sınıflanması ile kişiliğe dair birçok çalışma mevcuttur.

Kişilik Testleri; Bireysel Görüşme, Davranışların Doğrudan Gözlemi, Objektif ve Projektif testler olarak dörde ayrılır. İlk kişilik ölçeklerinin geniş, kapsamlı, birçok özelliği bir arada ölçen bütünsel yaklaşımlara sahip olduğu görülür. MMPI (Graham, 1998) türündeki ölçekler ise, dar kapsamlı ama çok sayıda boyutu bünyesinde birleştiren psikopatoloji ölçen envanterlerdendir. Sonraki yıllarda normal kişilik özelliklerini ölçmeye yönelik ölçekler geliştirilmiştir. Costa ve Mc Crae 1988- 1992 yıllarında bireylerin kendileri ve başkaları için kullandıkları kişilik sıfatlarını analiz ederek temelde beş kişilik özelliği belirlemişler bu iddia Büyük Beşli (Big Five) adı ile anılmaktadır. Beş Faktör Kişilik Kuramı'na göre, Dışa Dönüklük, Duygusal Tutarsızlık (Nevrotizm), Gelişime Açıklık, Yumuşak Başlılık ve Sorumluluktan oluşan 5 özellik kabul görmüştür.<sup>140</sup>

Ayten'in söylemine göre kişilik ve dindarlık arasındaki ilişki incelenmeye Beş Faktör Modeliyle başlanabilir.<sup>141</sup> Beş faktör yaklaşımının temelinde insanların gösterdikleri bireysel farklılıkların dünyadaki bütün dillerde sözcük olarak bulunduğu ve bu kelimelerin sınıflanması ile kişilik ayrımı yapılabileceği esası mevcuttur. Farklı ülkelerde ve farklı dil gruplarına uygulanan çalışmalar bu kuramı destekler nitelikte sonuç vermiştir. Modelin boyamsal ve ampirik çalışmalara dayalı olmasının yanında kullanımının ve değerlendirilmesinin kolaylığı biyolojik kültürel etkileri göz ardı etmeyen yapısı ölçülen özelliklerin zamana karşı sürekliliğini beş faktör kişilik envanterinin yaygın kullanımını sağlamıştır.<sup>142</sup>

<sup>140</sup>Mc Crae, "Cross-Cultural Assessment Of The Five-Factor Model: Therevised NEO Personality Inventory", 171-188.

<sup>141</sup>Ayten, *Din Psikolojisi*, 36.

<sup>142</sup>Somer, *Kuramdan Uygulamaya Beş Faktör Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)*, 1-8.

Türkiye’de Costa ve Mc Crae (1987) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması yapılan (Gülgöz, 2002) NEO-PI-R ile Somer ve ark. (2000) tarafından geliştirilen Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)’nin dışında patolojik olmayan bireylerin kişilik yapılarını ölçebilecek kişilik testi bulunmamaktadır.<sup>143</sup> Araştırmamızda kişilik konusunda en çok kullanılan objektif testlerden biri olan Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE-KF) kısa versiyonu uygulanmıştır.

Goldberg (1999)’in geliştirdiği Uluslararası Kişilik Madde Havuzundan yararlanarak Somer, Tatar ve Korkmaz (2004) tarafından, geliştirilen “Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)” esas alınmıştır. Bu envanter, kişinin kendi kendisini değerlendirdiği davranışsal, duygusal ve düşünsel özelliklerle ilgili kısa ifadeleri içeren, 5’li likert tipte, 220 maddeden oluşmaktadır. Somer, Tatar ve Korkmaz tarafından geliştirilmiş ve beş faktör kişilik kuramından yola çıkarak oluşturulan bu çok boyutlu kişilik envanterini pratiklik kazandırılması amacıyla Tatar doktora çalışmasında kısa formunun geçerliği ve güvenilirliğini analiz ederek 85 maddelik Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formunu oluşturmuştur. Envanter kişilik özelliklerini, beş temel kişilik boyutu (beş faktör) ve bu beş temel faktörünü de 17 alt boyutla değerlendirmektedir.<sup>144</sup> Çalışmamızda hem Kişilik hem de Dini Başa Çıkma envanteri uygulandığından kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla pratik olan 5FKE-KF kullanılmıştır.

Envanterde, Dışa Dönüklük faktörünü sorgulayan 14, Yumuşak Başlılık faktörünü sorgulayan 16, Sorumluluk faktörünü sorgulayan 17, Duygusal Tutarsızlık faktörünü sorgulayan 15, Gelişime Açıklık faktörünü sorgulayan 14 madde bulunmaktadır. Ayrıca envanter, kişilerin formdaki maddelerini sosyal olarak istenen beğenilen yönde çarpıtmaları ihtimalini ve kişilik değerlendirmesinden daha çok envanteri doldurma eğilimlerini değerlendirmek üzere “Sosyal İstenirlik” boyutuna ait 6 madde ile kişilerin envanteri gelişi güzel doldurmalarını değerlendirmek üzere de 3 tane

---

<sup>143</sup>Bacanlı, “Beş Faktör Kuramına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi”, 261-279.

<sup>144</sup>Arkun Tatar, “Çok Boyutlu Kişilik Envanterinin Madde- Cevap Kuramına Göre Kısa Formunun Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi” (Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, 2005),1-450., Arkun Tatar, “Beş Faktör Kişilik Envanterinin Kısa Formunun Geliştirilmesi”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 17, sy.1 (2016): 14-23.

kontrol maddesi içermektedir. Bu maddeler, kişinin kendi kendisini değerlendirdiği davranışsal, duygusal ve düşünsel özellikleri ifade eden mümkün olduğunca kısa yapılardır. Envanter maddeleri likert tipinde, Tamamen Uygun (TU), Biraz Uygun (BU), Kararsız (?), Pek Uygun Değil(PUD), Hiç Uygun Değil (HUD) olmak üzere 5 basamaklı 85 maddeden oluşmaktadır.<sup>145</sup>5FKE; 56'sı ters puanlanan 85 maddeden oluşmaktadır.<sup>146</sup> Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin (5FKE) klinik olmayan örnekleme tarama amaçlı olarak kullanılıp kullanılmayacağı incelendiğinde özellikle "Duygusal Tutarsızlık" faktörünün tarama amaçlı kullanılabileceğine ilişkin veri elde edilmiştir.<sup>147</sup>

### 2.3.3. Demografik Anket

Çalışmamızda katılımcıların doğru bilgi vermesi için açık kimlikleriyle ilgili hiçbir bilgi istenmediği cevapların doğrusu ya da yanlış olmadığı ve sadece bilimsel bir çalışma için kullanılacağı belirtilmiştir. Demografik sorular Cinsiyet (Kadın, Erkek), Yaş (20-35, 36-55, 55 ve üzeri), Medeni Durum (Evli, Bekar, Diğer) ve Eğitim Durumu (Okur-Yazar, İlköğretim, Lise, Üniversite ve Yüksek Lisans Mezunu) olarak belirlenmiştir. Ancak 55 yaş ve üzeri birey sayısı, Diğer Medeni durum birey sayısı ve Okur Yazar Birey sayısı çok düşük olduğundan normal dağılım analizlerine dahil edilmemişlerdir.

## 2.4.VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ

Çalışma verilerinin analizinde SPSS for Windows 23.0 kullanılarak; demografik özellikler, Kişilik Özellikleri ve Dini Başa Çıkma arasındaki istatistiki çalışma yapılmıştır. Tüm İstatiksel analizlerde manidarlık düzeyi "0.05" kabul edilmiştir. Taramalardan elde edilen veriler frekans, dağılım ve yüzdeler şeklinde özetlendikten sonra; Katılımcıların kişilik özellikleri,

---

<sup>145</sup>Tatar, "Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Kısa Formunun Geliştirilmesi", 16-17.

<sup>146</sup>Arkun Tatar ve Hüdanur Özdemir, "Sosyal İstenirlik Ölçeği-17'nin Türkçeye Çevrilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi", *Social Mentality And Researcher Thinkers Journal* 4, sy.9 (2018):141.

<sup>147</sup>Tatar ve ark., "Klinik Olmayan Örnekleme Beş Faktör Kişilik Envanteri Belirti Tarama Amaçlı Kullanılabilir mi?: Ön Çalışma" *FSM İlmî Araştırmalar/İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi* 4, (Güz 2014):181.

- 1- Cinsiyetlerine, Yaşlarına, Medeni Durumlarına göre değişip değişmediği t testi,
- 2- Eğitim durumlarına göre farklılaşma durumu tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

Katılımcıların Dini Başa Çıkma stratejileri,

- 3- Cinsiyetlerine, Yaşlarına, Medeni Durumlarına göre değişip değişmediği t testi
- 4- Eğitim durumlarına göre farklılaşma durumu tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir.

Son olarak çalışmamızın temel problemi; Kişilik ile Dini Başa Çıkma arası ilişki;

- 5- Korelasyon yapılarak yorumlanmıştır.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### 3. ARAŞTIRMA BULGULARI VE TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde öncelikle tanımlayıcı bulgular sonrasında ise problemlere ait bulgular tablolar halinde yorumlanmıştır. Çalışmamıza 400 kişinin katılımı sağlanmıştır. Çalışmamız sonuçlarının güvenilirliğinin artırılması için kimi karıştırıcı değişkenler sabit tutulmaya çalışılmış; Cinsiyet değişkeni 200 erkek ve 200 kadın olarak uygulanmış, 3 kişinin tüm sorulara aynı cevap verdikleri tespit edilerek analizler 397 kişi üzerinden değerlendirilmiştir.

Çalışmamızda da genel olarak kabul edildiği gibi yetişkinlik dönemi 20-35 yaş arası İlk Yetişkinlik, 36-55 yaş arası Orta Yetişkinlik ve 55 ve üzeri yaş dilimi Son Yetişkinlik olarak üçe ayrılmıştır.<sup>148</sup> Ancak frekans incelemesinde kategorileştirdiğimiz değişkenler olan 55 yaş ve üzeri 13, okur-yazar 1 ve diğer medeni durum belirten 5 kişinin verileri sayıların aşırı düşüklüğü sebebi ile normal dağılımı etkilediklerinden analize dahil edilmemiştir. Sonuç olarak çalışmamıza katılan 378 kişinin verileri analiz edilerek yorumlama yapılmıştır.

#### 3.1.ÖRNEKLEMİ TANITICI BULGULAR

Tablo 3.1.'de görüldüğü gibi bu araştırmaya katılan bireylerin %49,73 'ü erkek ve %50,26'sı kadın olmak üzere 378 kişiden veriler elde edilmiştir.

**Tablo3.1:** Cinsiyete Göre Dağılım.

Cinsiyet	n	%
Erkek	188	49,73
Kadın	190	50,26
Toplam (N)	378	100

<sup>148</sup>Temiz, "Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua", 38.

Araştırmaya katılan bireylerin %56.87'si 20 ile 35 yaş aralığında olup %43.12'si 36 ile 55 yaş aralığında olup Tablo 3.2.'de belirtilmiştir.

**Tablo 3.2:** Yaşa Göre Dağılım.

Yaş Dönemleri	n	%
20-35Yaş Arası	215	56,87
36-55 Yaş Arası	163	43,12
Toplam	378	100

Tablo 3.3.'de görüldüğü gibi bu araştırmaya katılan bireylerin % 67,19'u Evli olup, % 32,81'i Bekar Medeni durumdadır.

**Tablo 3.3:** Medeni Duruma Göre Dağılım.

Medeni Durum	n	%
Evli	254	67,19
Bekar	124	32,81
Toplam	378	100

Araştırmaya katılan bireylerin %3,70'i İlköğretim, %12,96'sı Lise %69,57'si Üniversite ve %13, 75'i Yüksek Lisans Mezunu eğitim durumuna sahip olup Tablo 3.4.'de gösterilmiştir.

**Tablo 3.4:** Eğitim Durumuna Göre Dağılım.

Eğitim Durumları	n	%
İlköğretim	14	3,70
Lise	49	12,96
Üniversite	263	69,57
Yüksek Lisans	52	13,75
Toplam	378	100

### 3.2.DİNİ BAŞA ÇIKMA İLE İLGİLİ BULGULAR

Tablo 3.5.'de görüldüğü gibi Dini Başa Çıkma Envanterinin çalışmamızda almış olduğu güvenilirlik katsayısı (Alpha: 0.847) yüksek derecede güvenilirlik olarak bulgulanmıştır.

Tablo 3.5:Dini Başa Çıkma Güvenirlik Katsayısı.

Cronbach's Alpha	Standarta göre Cronbach's Alpha	N (İfade Sayısı)
,847	,868	33

Dini Başa Çıkma tanımlayıcı istatistik sonuçlarına baktığımızda Tablo 3.6.'da görüldüğü gibi; Genel Dini Başa Çıkmanın ortalaması 3.52 (std. dev. :0.41), Olumlu Dini Başa Çıkmanın ortalaması 3.90 (std. dev:0.64) olup Olumsuz Dini Başa Çıkmanın ortalaması 2.32(std. dev.:0.54) olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların genel olarak Dini Başa Çıkma kullanma oranları ile Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma arasındaki veriler incelendiğinde; Katılımcıların Olumlu Dini Başa Çıkma Olumsuz Dini Başa Çıkmadan çok kullandıkları görülmüştür.

Ayten ve arkadaşları da 2012 yılında yaptıkları araştırmalarında, kişilerin Olumlu Dini Başa Çıkma etkinliklerini Olumsuz Dini Başa Çıkma etkinliklerinden daha çok kullandıkları tespit etmişlerdir.<sup>149</sup> Bunun sebebinin bireylerin daha çok başa çıkma uğraşlarından Dini Başa Çıkma yöneldiklerinde amaçlarının kendilerini sakinleştirecek, teselli edecek, güç verecek, umudunu artıracak bir destek istemelerinden kaynaklandığı ayrıca dini ve kültürel öğretilerinin de desteklediği bundan dolayı Olumsuz Dini Başa Çıkma nazaran Olumlu Dini Başa Çıkma yönelmiş olabilecekleri düşünülmektedir.

<sup>149</sup>Ayten, "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma", 45-79.

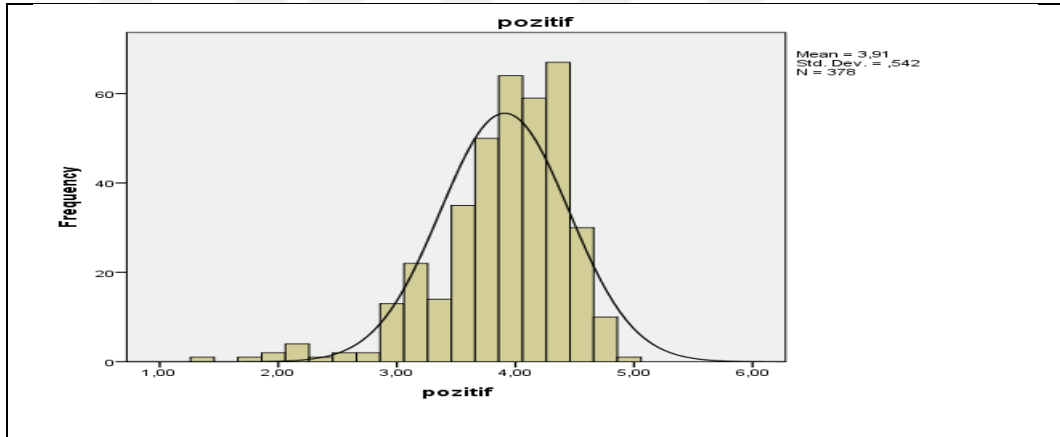


**Tablo 3.6:** Dini Başa Çıkma Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları.

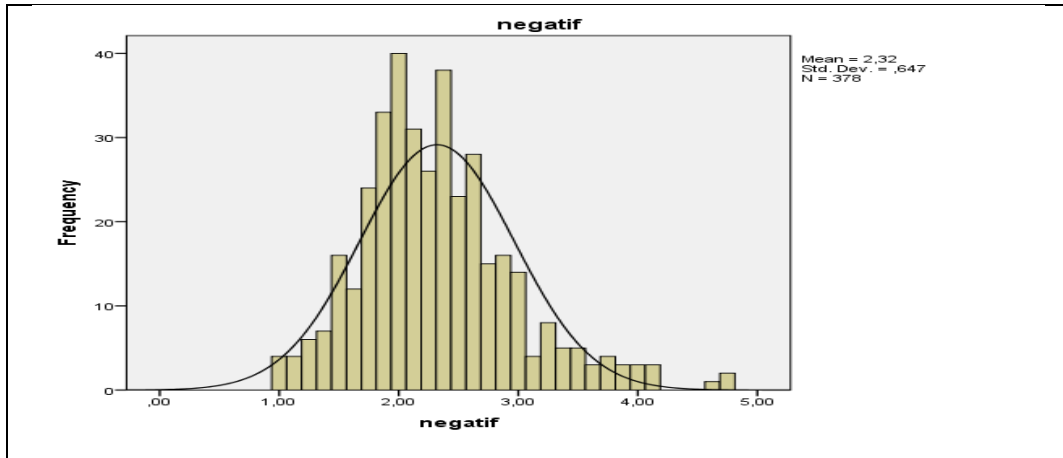
Dini Başa Çıkma	n	$\bar{x}$	Sd
Genel Dini Başa Çıkma	378	3.52	0.410
Olumlu Dini Başa Çıkma	378	3.90	0.647
Olumsuz Dini Başa Çıkma	378	2.32	0.542

Dini Başa Çıkma çeşitlerinden olan Olumlu (pozitif) ve Olumsuz (negatif) Dini Başa Çıkma verileri genel olarak çalışmamızda normal dağılım sergilediği tespit edilerek histogram grafiği ile Çizelge 3.1. ve Çizelge 3.2.'de görsellik kazandırılmıştır.

**Çizelge 3.1:** Olumlu Dini Başa Çıkma Oranları Dağılımı



**Çizelge 3.2:** Olumsuz Dini Başa Çıkma Oranları Dağılımı



### 3.2.1. Dini Başa Çıkma ve Demografik Bilgilerin Analizi

Cinsiyet Faktörünün Dini Başa Çıkma oranlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için 190 Kadın ve 188 Erkek katılımcının Genel Dini Başa Çıkma oranlarına Tablo 3.7.'e bakıldığında anlamlı bir farkın bulunmadığı ( $t:0.17$ ,  $F(376):4.29$ ,  $p>0.05$ ) tespit edilmiştir. Olumlu Dini Başa Çıkma oranlarının cinsiyetler arasında anlamlı bir fark oluşturmadığı ( $t:-0.71$ ,  $F(376):3.48$ ,  $p>0.05$ ) görülmüştür. Olumsuz Dini Başa Çıkmanın ise sayıları eşit olmayan cinsiyetler arasında anlamlı farklılık oluşturduğu ( $t:2.35$ ,  $F(376):1.0$ ,  $p<0.05$ ) tespit edilmiştir. Böylelikle erkeklerin kadınlardan çok Olumsuz Dini Başa Çıkma yöntemini kullandıkları söylenebilir.

Topuz ve Ekşi'nin eserlerinde çalışmamızla aynı doğrultuda erkeklerin kadınlara nazaran daha çok Olumsuz Dini Başa Çıkma tarzını kullandıkları bulgulanmış,<sup>150</sup> ancak Ayten'nin eserinde ise erkeklerin hem Olumlu hem Olumsuz Dini Başa Çıkma'yı daha çok kullandığı sonucu ile desteklenmemiştir. Ayrıca Batman'ın 2008 yılında ki Yüksek lisans çalışmasında; "Yaşamın Zorluklarıyla Başa Çıkma Kader İnancının etkisi" incelenmiş; Türk- İslam kültüründe yaşayan kadınların karşılıklarına çıkan zorluklar ile baş etmelerinde dini inançlarından ve bilhassa kader inancından destek aldıklarını belirtmiştir.<sup>151</sup> Ancak bizim çalışmamızda Olumlu Dini Başa Çıkma ile cinsiyetler arasında farklılaşmaya rastlanılmamıştır.

**Tablo 3.7:** Cinsiyet Bağımsız Değişkeni Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ile Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları

	Erkek			Kadın			t	F	P
	n	$\bar{x}$	Sd	n	$\bar{x}$	sd			
Genel	188	3.52	0.45	190	3.52	3.74	0.17	4.29	$p>0.05$
Olumlu	188	3.88	0.58	190	3.92	0.49	-0.71	3.48	$p>0.05$
Olumsuz	188	2.39	0.67	190	2.24	0.60	2.35	1.0	$p<0.05$

<sup>150</sup> Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 95., Ekşi "Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması" 225., Topuz, "Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", 58.

<sup>151</sup> Elif Batman, "Yaşamın Zorluklarıyla Başa Çıkma Kader İnancının Rolü" (Yüksek Lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, 2008), 49.

Değişkeninin Dini Başa Çıkma oranlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için 20-35 yaş arasında bulunan 215 kişi ve 36 ve 55 yaş aralığında bulunan 163 kişinin verileri analiz edilmiştir. Tablo 3.8.'e bakıldığında Genel Dini Başa Çıkma Yöntemlerini kullanma sıklıkları (t:-2.17, F(376):2.72, p>0.05) ve Olumsuz Dini Başa Çıkma yöntemlerini kullanma sıklıkları(t:0.68, F(376):2.291, p>0.05) arasında anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Ancak Olumlu Dini Başa Çıkma (t:-2.47, F(376)3.22, p<0.05) açısından anlamlı farkın bulunduğu görülmüştür. Sonuç olarak aritmetik ortalamalar baktığımızda; Yaş Değişkeninin oranının ilerledikçe Olumlu Dini Başa Çıkmanın arttığını söyleyebiliriz.

İlhan Topuz 2003 yılında; “Dini Gelişim Seviyeleri İle Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki” üzerine yaptığı araştırma sonucunda; yaşla beraber Dini Başa Çıkma yöntemlerine başvurunun arttığını tespit etmiştir.<sup>152</sup> Benzer sonuçlar bulgulayan Ayten, yaşın ilerlemesi ile Dini Başa Çıkma sıklığının arttığını kitabında belirtmiş bunun sebebinin insanların yaşlarının ilerledikçe dindarlaşmaları olduğunu sebep göstermiştir.<sup>153</sup>

**Tablo 3.8:** Yaş Bağımsız Değişkeninin Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ve Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları

	20-35 Yaş			36-55 Yaş			t	F	P
	n	$\bar{x}$	Sd	n	$\bar{x}$	sd			
Genel	215	3.48	0.44	163	3.57	0.37	-2.17	2.72	p>0.05
Olumlu	215	3.85	0.58	163	3.98	0.47	-2.247	3.22	p<0.05
Olumsuz	215	2.33	0.68	163	2.29	0.58	0.68	2.29	p>0.05

Medeni Durum bağımsız değişkeninin Dini Başa Çıkma oranlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için Tablo 3.9.'da görüldüğü gibi 254 Evli ve 124 Bekar

<sup>152</sup>Topuz, “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, 58.

<sup>153</sup>Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*,97.

katılımcının verileri analiz edilmiş olup; Genel Dini Başa Çıkma oranları arasında yüksek derece anlamlı bir fark olduğu ( $t:1.73$   $F(376):15.21$ ,  $p<0.05$ ) görülmüştür. Sonuçlara bakarak evli bireylerin bekarlara nazaran daha fazla Dini Başa Çıkma çeşitlerini uyguladıkları söylenebilir. Olumsuz Dini Başa Çıkma oranları açısından da anlamlı farklılaşmanın gözlemlendiği ( $t:-2.93$ ,  $F(376): 6.73$ ,  $p<0.05$ ) bekarların evlilerden çok Olumsuz Dini Başa Çıkma yöneldikleri görülmüştür. Aynı zamanda Olumlu Dini Başa Çıkma açısından da yüksek oranda farklılaşma ( $t: 2.73$ ,  $F(376):19.77$ ,  $p<0.05$ ) bulunduğu tespit edilmiş evlilerin bekarlardan çok Olumlu Dini Başa Çıkma kullandıkları tespit edilmiştir.

Özetle evli bireylerin bekarlara nazaran daha fazla Dini Başa Çıkma kullandıkları ve daha çok Olumlu Dini Başa Çıkma yöneldikleri bekarların ise evlilerden çok Olumsuz Dini Başa Çıkma yöneldikleri tespit edilmiştir. Bu konuda da çalışmamız Dini Başa Çıkma Ölçeği çalışması ile aynı doğrultuda sonuçlar vererek desteklenmiştir.<sup>154</sup> Bunun nedeni olarak evli bireylerin dindarlık çalışmalarında daha yüksek orana sahip olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.<sup>155</sup>

**Tablo 3.9:** Medeni Durum Bağımsız Değişkeni Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları ile Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları

	Evli			Bekar			t	F	P
	n	$\bar{x}$	Sd	n	$\bar{x}$	sd			
Genel	254	3.55	0.35	124	3.46	0.51	1.73	15.2	$p<0.05$
Olumlu	254	3.96	0.45	124	3.78	0.67	2.73	19.7	$p<0.05$
Olumsuz	254	2.25	0.58	124	2.45	0.74	-2.93	6.73	$p<0.05$

Eğitim Durumu bağımsız değişkenin Dini Başa Çıkma oranlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için çalışmamıza katılan 14 ilköğretim, 49 lise, 263 üniversite ve 52 yüksek lisans eğitim durumlarında bulunan kişilerin verileri analiz edilmiştir.

<sup>154</sup> Ayten, *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 99.

<sup>155</sup> Veyse Uysal, *Türkiye'de Dindarlık ve Kadın* (İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2006), 86.

Tablo 3.10.'da görüldüğü gibi Eğitim Durumlarına göre katılımcıların Dini Başa Çıkma, Olumlu Dini Başa Çıkma ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Tanımlayıcı İstatistik bilgileri verilmiştir. Buna göre; Eğitim Durumlarına göre tüm kategorilerde Olumlu Dini Başa Çıkma, Olumsuz Dini Başa Çıkma kiyasla daha fazla kullandıkları görülmüştür.

**Tablo 3.10:** Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni ve Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları

	İlköğretim			Lise			Üniversite			Y. Lisans		
	n	$\bar{x}$	Sd	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	Sd
Genel	14	3.75	0.30	49	3.56	0.46	263	3.48	0.41	52	3.63	0.33
Olumlu	14	4.26	0.34	49	3.99	0.64	263	3.85	0.54	52	4.01	0.40
O.suz	14	2.16	0.39	49	2.21	0.75	263	2.32	0.62	52	2.43	0.69

Tablo 3.11.'de görüldüğü üzere Eğitim Durumu ve Genel Dini Başa Çıkma oranları arasında One Way Anova istatistik yöntemi kullanılmış gruplar arasında anlamlı farklılaşma olduğu (F(3):3.68,  $p<0.01$ ) bulgulanmıştır. Bu anlamlı farklılığın Post Hoc-Tukey sonucu ile Üniversite Mezunları ile İlköğretim ve Yüksek Lisans Mezunları arasında olduğu görülmüştür. Üniversite Mezunlarının, İlköğretim ve Yüksek Lisans Mezunlarına kıyasla daha az Genel Dini Başa Çıkma oranına sahip oldukları öğrenilmiştir. Katılımcıların Eğitim Durumlarına göre Olumsuz Dini Başa Çıkma ortalamaları arasındaki fark test edilmiş ve sonuçta anlamlı bir fark bulunamamıştır.(F(3):1.21,  $p>0.05$ ) ancak katılımcıların eğitim durumlarına göre Olumlu Dini Başa Çıkma ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuş (F(3):4.06,  $p<0.05$ ), Post Hoc-Tukey analizi ile Üniversite ve İlköğretim Mezunları arasında anlamlı farklılaşmanın mevcut olduğu görülmüştür. Netice itibari ile İlköğretim Mezunlarının, Üniversite Mezunlarından çok Olumlu Dini Başa Çıkma oranlarının olduğu bulgulanmıştır.

Ayten ile aynı sonuçlara<sup>156</sup> ulaşan Uysal ve arkadaşlarının “Dini Başa Çıkma İle Umud, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma” oluşturarak sonuçta çalışmamızla farklı olarak eğitim düzeyi arttıkça başvuru Dini Başa Çıkma Etkinliklerinin Azaldığı bulgulanmıştır.<sup>157</sup> Bizim çalışmamızda da İlköğretim mezunlarının Üniversite mezunlarına nazaran Olumlu Dini Başa Çıkma’yı fazla kullandıkları görülerek diğer çalışmalar ile benzer sonuç elde edilmiştir. Ancak aynı durum Üniversite Mezunları ile Yüksek Lisans mezunları açısından farklılık arz etmektedir.

**Tablo 3.11:** Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni İle Dini Başa Çıkma Oranları Arasında Yapılan One Way Anova Sonuçları

Eğitim	F	p
Genel Dini Başa Çıkma	3.68	p<0.05
Olumlu Dini Başa Çıkma	4.06	p<0.05
Olumsuz Dini Başa Çıkma	1.21	p>0.05

### 3.3. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ALT BOYUTLARI İLE İLGİLİ BULGULAR

Çalışmamızda Kişilik Faktörünü ölçmek için Beş Faktör Kişilik Envanterinin Kısa Versiyonu ( 5FKE-KF)<sup>158</sup> kullanılmış olup, güvenilirlik katsayıları Tablo 3.12’de tablo olarak verilmiştir. Çalışmamızda uyguladığımız 5FKE-KF ölçeğinin alt boyutlarının Güvenirlik Kat Sayıları (Cronbach Alpha Değerleri) verilmiş olup; tüm değerlerin oldukça güvenilir aralıkta bulunduğu, Duygusal Tutarsızlığın ise yüksek derecede güvenilir aralıkta değer aldığı tespit edilmiştir.

**Tablo 3.12:** Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Faktörlerinin Güvenirlik Kat Sayıları

<sup>156</sup> Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, 103.

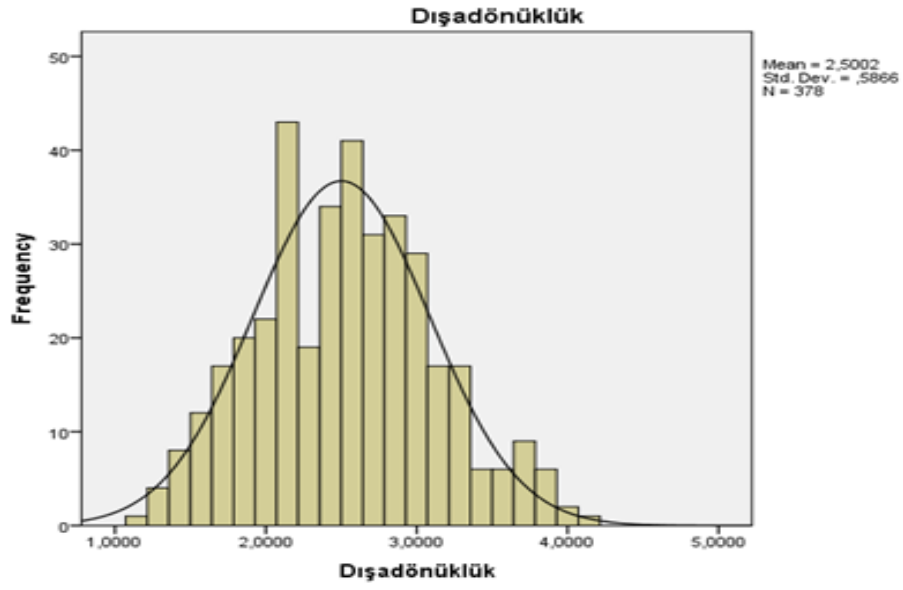
<sup>157</sup> Veysel Uysal v. dğr., “Dini Başa Çıkma ile Umud, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 52, (Haziran, 2017):139-160.

<sup>158</sup> Tatar, “Beş Faktör Kişilik Envanterinin Kısa Formunun Geliştirilmesi”, 14-23.

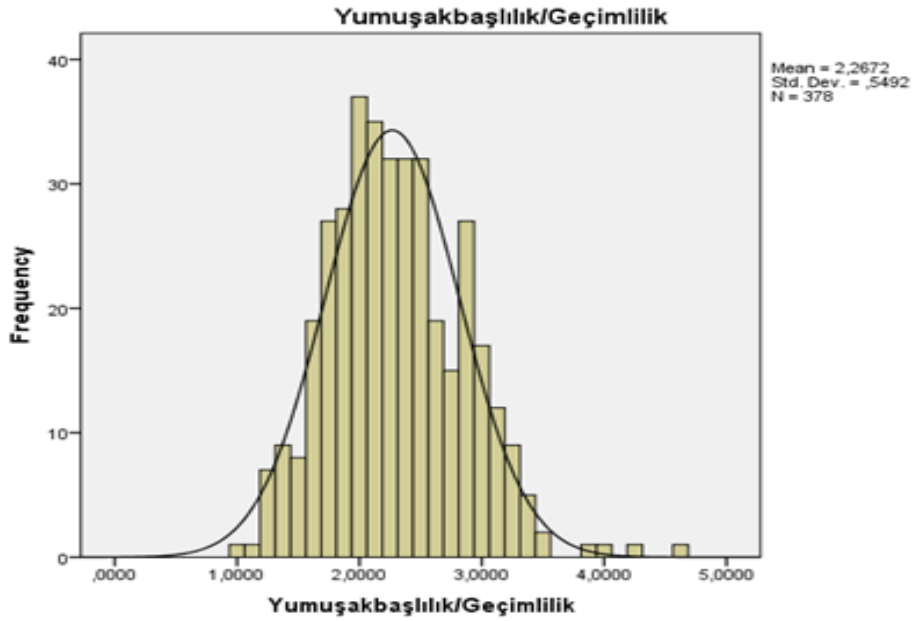
Faktörler	Yüksek Puan Özellikleri	Cronbach Alpha
Dışa Dönüklük	Canlı, Girişken, Sosyal, Hareketli, Coşkulu, Rahat, Doğal, İyimser	0,788
Yumuşak Başlılık	Çatışmadan Kaçınan, Hassas, Merhametli, Geçimli, Sakin, İnsanlara Güvenen, İşbirliğine Yatkın	0,791
Sorumluluk	Düzenli, Planlı, Amaçlı, Kararlı, Temkinli, Tedbirli, Sorumluluk Sahibi	0,710
Duygusal Tutarsızlık	Hassas, Duygusal, Endişeli, Gergin, Dirençsiz, Fevri	0,880
Gelişime Açıklık	Analitik Düşünen, Duyarlı, İlgi Alanları Geniş, Yeniliğe Açık, Yaratıcı	0,722
Sosyal İstenirlik Boyutu		0,640

Araştırmamıza katılan bireylerin Beş Faktör Kişilik Envanterine göre kişilik özelliklerinin her bir alt boyutunun genel olarak normal dağılım sergilediği frekans tablolarında tespit edilerek histogram ile Çizelge 3.3., Çizelge 3.4., Çizelge 3.5., Çizelge 3.6., Çizelge 3.7. ve Çizelge 3.8. ile görsel hale getirilmiştir.

**Çizelge 3.3:** Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form)Dışa Dönüklük Alt Boyutu Dağılımları

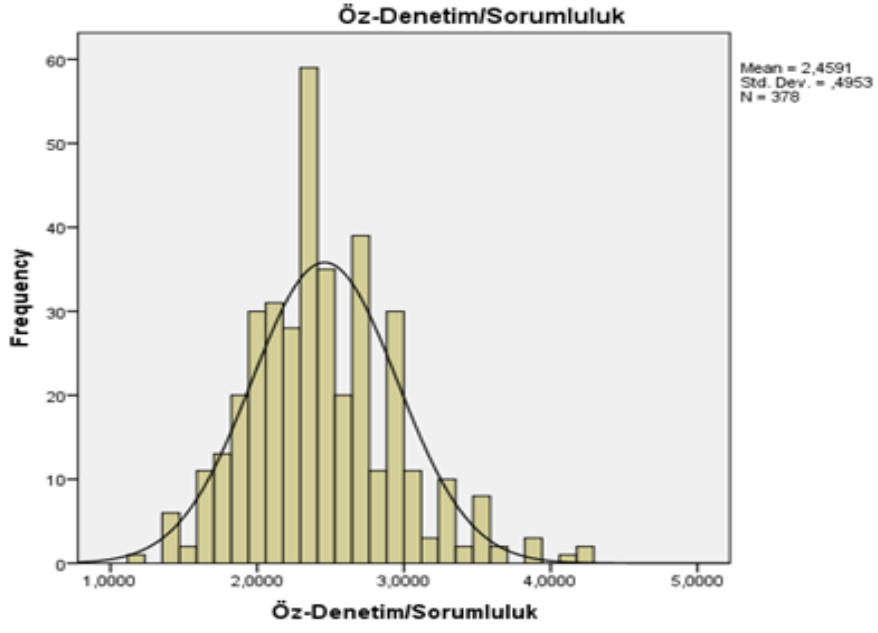


Çizelge 3.4: Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Yumuşak Başlılık Alt Boyutu Dağılımları

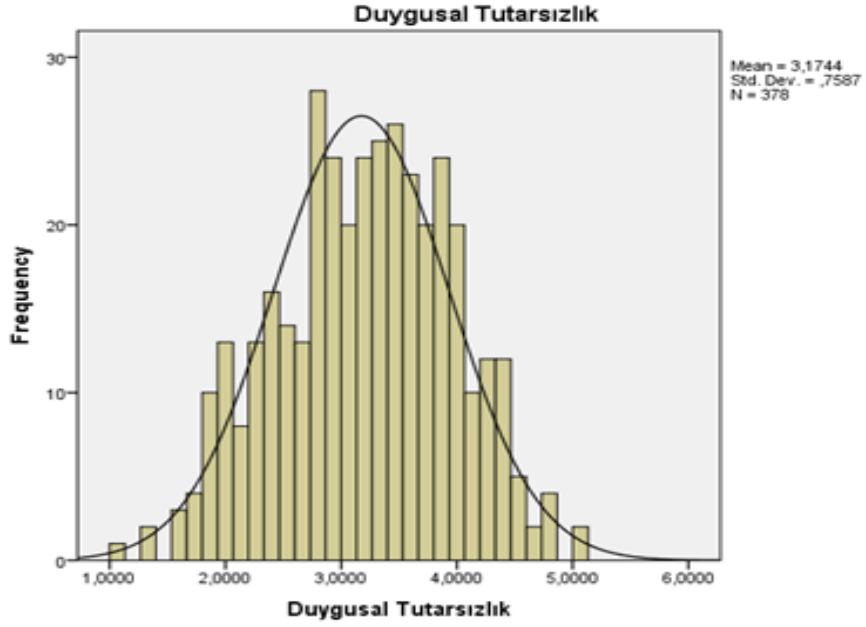


Çizelge 3.5: Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Sorumluluk Alt Boyutu Dağılımları

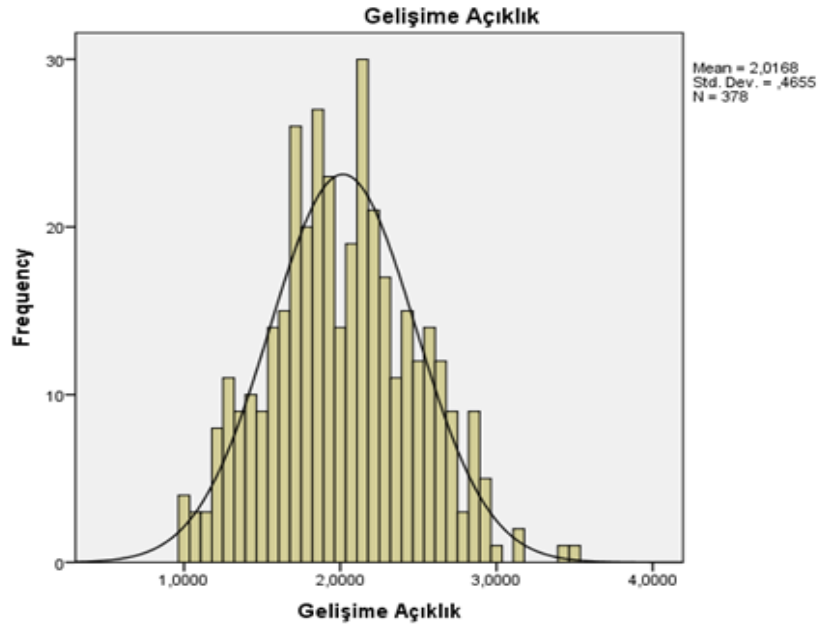




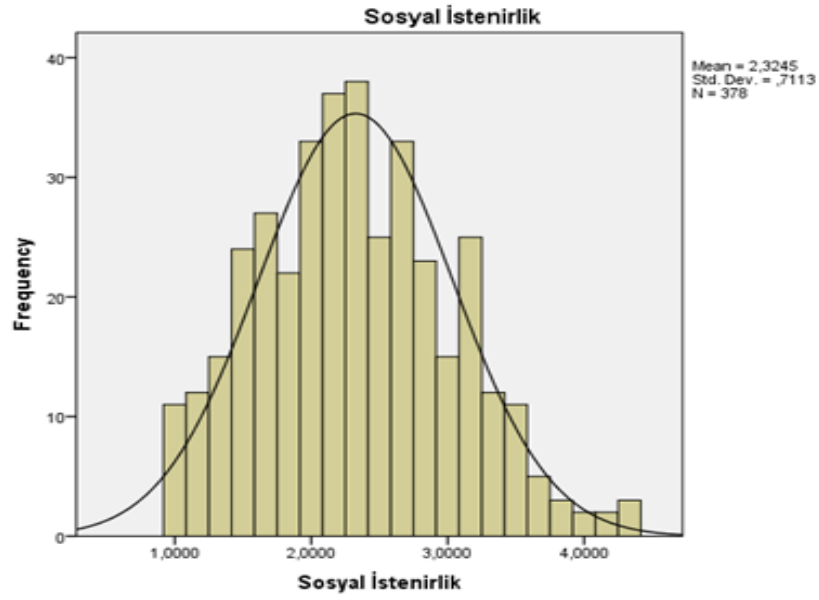
Çizelge 3.6:Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Duygusal Tutarsızlık Alt Boyutu Dağılımları



Çizelge 3.7: Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Gelişime Açıklık Alt Boyutu Dağılımları



Çizelge 3.8:Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form) Sosyal İstenirlik Alt Boyutu Dağılımları



Katılımcıların 5FKE-KF'ye göre Dışa Dönüklük, Yumuşak Başlılık, Sorumluluk, Duygusal Tutarsızlık ve Gelişime Açıklık Kişilik Özellikleri alt boyutlarının istatistiği elde edilmiş Tablo 3.13. ile gösterilmiştir. Çalışmamızın sonuçlarına göre genel olarak katılımcıların Duygusal Tutarsızlık alt boyutu değerlerinin, diğer alt boyutlardan yüksek puan aldığı ortalamasının 3,17(std. dev: 0,758) sahip olduğu görülmüştür. Diğerlerinin ise sırasıyla; Dışa Dönüklük alt boyutu ortalamasının 2,50 (std. dev.: 0,586), Sorumluluk alt boyutu ortalamasının 2,45 (std. dev: 0,49), Yumuşak Başlılık alt boyutu ortalamasının 2,26 (std.dev: 0,549) son olarak Gelişime Açıklık alt boyutu ortalamasının 2,01(std. dev: 0,465) olduğu tespit edilmiştir. Beş Faktör Kişilik envanteri aynı zamanda katılımcıların Sosyal İstenirdik düzeylerini ölçerek çalışmamızda ortalaması 2,32 (std.dev: 0,711) olarak tespit edilmiştir.

**Tablo 3.13:** Kişilik Özellikleri Alt Boyutları Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları

	n	$\bar{x}$	Sd
Dışa dönüklük	378	2.50	0.58
Yumuşak Başlılık	378	2.26	0.54
Sorumluluk	378	2.45	0.49
Duygusal Tutarsızlık	378	3.17	0.75
Gelişime Açıklık	378	2.01	0.46
Sosyal İstenirlik	378	2.32	0.71

### 3.3.1. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE İLGİLİ ALT PROBLEMLERE İLİŞKİN BULGULAR

Kişilik özellikleri ile demografik özellikler arasında analiz çalışması yapılmış, Kişilik Envanterinin her bir alt boyutu ile Cinsiyet, Yaş ve Medeni Durum arasında İndependent T-Testi, Eğitim Durumu ile One Way Anova uygulamasıyla birlikte Post Hoc– Tukey analizi yapılmıştır.

Cinsiyet Faktörünün Kişilik Özellikleri sonuçlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için 190 Kadın ve 188 Erkek katılımcının verileri ile t-testi istatistik analizi yapılmış Tablo 3.14.'de gösterilmiştir. Kişilik özelliklerinin Dışa Dönüklük (F(376):0.47,  $p>0.05$ ), Duygusal Tutarsızlık (F(376):6.51,  $p>0.05$ ) ve Sorumluluk (F(376):1.12,  $p>0.05$ ) alt boyutu değerleri cinsiyetler arasında farklılık arz etmediği görülmüştür. Ancak Cinsiyetin; Gelişime Açıklık (F(376):0.25,  $p<0.05$ ) ve Yumuşak Başlılık (F(376):0.80,  $p<0.05$ ) alt boyutu değerlerinde anlamlı farklılık oluşturduğu; erkeklerin Gelişime Açıklık ve Yumuşak Başlılık Alt Boyutundan kadınlara nazaran daha yüksek puan aldığı tespit edilmiştir. Sosyal İstenirlik alt boyutu değerleri de cinsiyetler arasında farklılaştığı (F(376):0.59  $p<0.05$ ) ve yine erkeklerin ortalamasının yüksek olduğu görülmüştür.

Çalışmamızdan farklı olarak Somer ve arkadaşlarının Beş Faktör Kişilik envanteri geliştirme çalışmalarında ise yetişkin örnekleme bakıldığında erkeklerin Dış Dönüklük ortalamasının kadınlardan yüksek olduğu ancak diğer tüm alt kişilik boyutlarından kadınların yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür.<sup>159</sup>

**Tablo 3.14:**Cinsiyet Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları

	Erkek			Kadın			t	F	P
	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd			
Dışa Dönüklük	188	2.54	0.57	190	2.45	0.59	1.58	0.47	$p>0.05$
Yumuşak Başlılık	188	2.33	0.51	190	2.19	0.57	2.49	0.80	$p<0.05$
Sorumluluk	188	2.50	0.50	190	2.41	0.47	1.76	1.21	$p>0.05$
Duygusal Tut.	188	3.17	0.81	190	3.17	0.70	0.10	6.51	$p>0.05$
Gelişime Açıklık	188	2.12	0.43	190	1.91	0.46	4.42	0.25	$p<0.05$
Sosyal İstenirlik	188	2.42	.68	190	2.22	0.72	2.79	0.59	$p<0.05$

<sup>159</sup>Somer, Kuramdan Uygulamaya Beş Faktör Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE), 59.

Yaş Bağımsız değişkeninin Kişilik Özellikleri sonuçlarına etki edip etmediği ise Tablo 3.15.'de görüldüğü gibi 20 ile 35 yaş aralığında bulunan 215 ve 36 ile 55 yaş aralığında bulunan 163 kişi verileri üzerinden t-Testi analiz edilerek sonuçlara ulaşılmıştır. Dışa Dönüklük (F(376):0.16,  $p>0.05$ ) ve Gelişime Açıklık (F(376):0.21,  $p>0.05$ ) alt boyutu değerlerinin Yaş Değişkeni açısından farklılık arz etmediği ancak Yumuşak Başlılık (F(376):0.74,  $p<0.05$ ), Sorumluluk (F(376):2.30,  $p<0.05$ ) alt boyutları değerlerinde ise anlamlı bir farklılık oluşturduğu görülmüştür. 20-35 yaş aralığında bulunan bireylerin Yumuşak Başlılık alt boyutundan ve Sorumluluk Kişilik puanlarının daha fazla ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca Duygusal Tutarsızlık (F(376):0.07,  $p<0.05$ ) alt boyutunda ise yüksek derecede anlamlı farklılık olduğu; 35 ile 55 yaş aralığında bulunan bireylerin Duygusal Tutarsızlık puanlarının 20 ile 35 yaş aralığında bulunan bireylerin puanından yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal İstenirlik alt boyutu değerleri de yaş durumları arasında farklılaşmakta olduğu (F(376):6.26,  $p<0.05$ ) 20-35 yaş arası bireylerin Sosyal istenirlik oranlarının 36-55 yaş arası birey ortalamasından yüksek olduğu görülmüştür.

Mc Crea ve Costa'nın yaş, kişilik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye baktıkları çalışmalarında yaşla Kişilik Özellikleri arasında ilişki bulamadıkları öğrenilmiştir.<sup>160</sup>

**Tablo 3.15:**Yaş Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samplest- Testi Sonuçları

	20-35 yaş			36-55 yaş			t	F	P
	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd			
Dışa Dönüklük	163	2.50	0.59	215	2.49	0.57	0.14	0.16	$p>0.05$
Yumuşak Başlılık	163	2.36	0.53	215	2.13	0.54	3.99	0.74	$p<0.05$
Sorumluluk	163	2.51	0.51	215	2.39	0.46	2.35	2.30	$p<0.05$
Duygusal Tut.	163	3.02	0.75	215	3.37	0.72	-4.62	0.07	$p<0.05$
Gelişime Açıklık	163	2.03	0.46	215	1.98	0.46	0.99	0.21	$p>0.05$
Sosyal İstenirlik	163	2.44	0.73	215	2.17	0.64	3.69	6.26	$p<0.05$

<sup>160</sup>P. R. Mc Creave P.T. Costa, "Age, Personality and Spontaneous Self Concept", *Journal of Gerontology* 43, sy.6 (1988):177-185.

Tablo 3.16.'da görüldüğü üzere; Medeni Durum Bağımsız Değişkeninin Kişilik Özellikleri sonuçlarına etki edip etmediğini öğrenebilmek için çalışmamıza katılan 254 Evli 124 Bekar verileri ile yapılan t-Testi sonucuna göre; Medeni Duruma göre Dışa Dönüklük (F(376):0.00,  $p>0.05$ ) ve Gelişime Açıklık (F(376):0.17,  $p>0.05$ ) alt boyutu değerleri arasında farklılık arz etmediği ancak Yumuşak Başlılık (F(376):0.14,  $p<0.05$ ), Sorumluluk (F(376):0.05,  $p<0.05$ ) ve Duygusal Tutarsızlık (F(376):2.99,  $p<0.05$ ) alt boyutları değerlerinde ise yüksek derecede anlamlı bir fark oluşturduğu görülmüştür. Evlilerin Duygusal Tutarsızlık ortalamasının bekarlardan yüksek olduğu ancak bekarlarında Sorumluluk ve Yumuşak Başlılık ortalamalarının evlilerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal İstenirlik alt boyutu değerleri de medeni durum arasında farklılaştığı (F(376):13.21,  $p<0.05$ ) bekarların ortalamasının daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.16:**Medeni Durum Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan Independent Samples T- Testi Sonuçları

	Evli			Bekar			t	F	P
	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd			
Dışa Dönüklük	254	2.47	0.58	124	2.54	0.58	-1.10	0.00	$p>0.05$
Yumuşak Başlılık	254	2.18	0.53	124	2.43	0.54	-4.17	0,14	$p<0.05$
Sorumluluk	254	2.38	0.47	124	2.60	0.51	-4.09	0,05	$p<0.05$
Duygusal Tut.	254	3.29	0.71	124	2.92	0.79	4.49	2.99	$p<0.05$
Gelişime Açıklık	254	2.00	0.46	124	2.03	0.47	-0.63	0.17	$p>0.05$
Sosyal İstenirlik	254	2.21	0.64	124	2.55	0.78	-4.51	13.21	$p<0.05$

Eğitim Bağımsız değişkeninin, Kişilik Özellikleri sonuçlarına etki edip etmediği öğrenebilmek için İlköğretim Mezunu 14,Lise Mezunu 49,Üniversite Mezunu 262 ve Yüksek Lisans Mezunu 53 kişi verileri ile kişilik özellikleri verileri arasında One Way Anova analizi yapılmış Tablo 3.17. ve 3.18.'e aktarılmıştır. Dışa Dönüklük (F(3):0.62,  $p>0.05$ ), Sorumluluk (F(3):1.89,  $p>0.05$ ) ve Duygusal Tutarsızlık (F(3): 1.95,  $p>0.05$ ) alt boyutlarına bakıldığında Eğitim durumlarına göre anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Yumuşak Başlılık alt boyuna bakıldığında ise anlamlı bir fark bulunduğu

(F(3):4.30,  $p<0.05$ ) Post Hoc-Tukey incelemesinde ise bu farkın İlköğretim Mezunları ile Üniversite ve Yüksek Lisans Mezunları arasında bulunduğu İlköğretim Mezunlarının, Üniversite ve Yüksek Lisans Mezunlara göre Yumuşak Başlılık ortalamalarının daha düşük olduğu görülmüştür. Gelişime Açıklık alt boyutuna bakıldığında da Eğitim Durumuna göre anlamlı fark bulunduğu (F(3): 4.53,  $p<0.05$ ) ve Post Hoc- Tukey verilerine göre Lise Mezunları ile Üniversite ve Yüksek Lisans Mezunları arasında fark bulunduğu Lise Mezunlarının Yüksek Lisans ve Üniversite mezunlarına kıyasla Gelişime Açıklık alt Ölçeğinden daha yüksek ortalamaya sahip olduğu öğrenilmiştir. Sosyal İstenirlik alt boyunun ise Eğitim Durumuna göre değerlerin farklılaşmadığı (F(3):1.76,  $p>0.05$ ) görülmüştür.

**Tablo 3.17:** Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni ile Kişilik Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları

	İlköğretim			Lise			Üniversite			Yüksek Lisans		
	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	sd	n	$\bar{x}$	Sd
Dışa Dönüklük	14	2.57	0.43	49	2.41	0.63	262	2.52	0.58	53	2.46	0.57
Yumuşak Başlılık	14	1.81	0.45	49	2.20	0.61	262	2.27	0.53	53	2.38	0.53
Sorumluluk	14	2.25	0.45	49	2.51	0.55	262	2.47	0.49	53	2.35	0.42
Duygusal Tut.	14	2.81	0.84	49	3.02	0.94	262	3.21	0.72	53	3.19	0.70
Gelişime Açıklık	14	2.17	0.53	49	2.21	0.50	262	1.98	0.45	53	1.95	0.41
Sosyal İstenirlik	14	2.29	0.78	49	2.38	0.87	262	2.27	0.67	53	2.51	0.67

**Tablo 3.18:** Eğitim Durumu Bağımsız Değişkeni İle Kişilik Özellikleri Arasında Yapılan One Way Anava Sonuçları

	F	p
Dışa Dönüklük	0,62	$p>0.05$
Yumuşak Başlılık	4,30	$p<0.05$
Sorumluluk	0,89	$p>0.05$
Duygusal Tutarsızlık	1.95	$p>0.05$
Gelişime Açıklık	4.53	$p<0.05$

### 3.4 KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE DİNİ BAŞA ÇIKMA ARASI İLİŞKİ

Katılımcıların genel olarak Dini Başa Çıkma kullanma oranları ile Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma arasındaki ilişki incelendiğinde; Olumlu Dini Başa Çıkma ile genel olarak Dini Başa Çıkma oranları arasında ( $r:0.928$ ,  $p<0.05$ ) aynı yönde anlamlı yüksek düzeyde bir ilişkinin olduğu, Olumsuz Dini Başa Çıkma ile genel olarak Dini Başa Çıkma oranları arasında ( $r:0.212$ ,  $p<0.05$ ) de aynı yönde anlamlı ancak zayıf bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma Arasındaki ilişki incelendiğinde ise; ( $r:-0.1627$ ,  $p<0.05$ ) zıt yönde anlamlı zayıf bir ilişkinin mevcut olduğu görülmüş tüm veriler Tablo 3.19’da gösterilmiştir. Buradan da anlaşılacağı üzere katılımcıların çoğu genel olarak Dini Başa Çıkma yöntemlerini kullandıkları ve daha çok Olumlu Dini Başa Çıkma’yı kullandıkları ve tamamının ölçeğin ölçmeye çalıştığı şekilde Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında kutuplaştıkları söylenebilir.

**Tablo 3.19:** Dini Başa Çıkma Alt Boyutlarının Birbirleri İle İlişkisi

	Genel DBÇ r	Genel DBÇ p	Olumlu DBÇ r	Olumlu DBÇ p	Olumsuz DBÇ r	Olumsuz DBÇ p
Genel DBÇ	1	x	0.928	0.000	0.212	0.000
Olumlu DBÇ	0.928	0.000	1	x	-0.167	0.001
Olumsuz DBÇ	0.212	0.000	-0.167	0.001	1	x

Çalışmamız verilerine göre katılımcıların Kişilik Özellikleri alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkileri incelendiğinde; tamamında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüş Tablo 3.20’ye aktarılmıştır. Duygusal Tutarsızlık ile diğer kişilik özellikleri arasında zıt yönde ilişkinin olduğu, diğer boyutlar arasında ise aynı yönde zayıf ilişkilerin bulunduğu en zayıf ilişkinin Yumuşak Başlılık ile Dışa dönüklük arasında bulunduğu ( $r:0.16$ ,  $p<0.05$ ), en güçlü ilişkinin ise Gelişime Açıklık ile Yumuşak Başlılık ve Sorumluluk alt boyutları arasında olduğu ( $r:0.35$ ,  $p<0.05$ ) tespit edilmiştir.



**Tablo 3.20:**Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının Birbirleri İle İlişkisi

	Dışa Dönüklük		Yumuşak Başlılık		Sorumluluk		Duygusal Tutarsızlık		Gelişime Açıklık	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	P
Dışa Dönüklük	1	x	0.16	0.00	0.23	0.00	-0.22	0.00	0.34	0.00
Yumuşak Başlılık	0.16	0.00	1	x	0.23	0.00	-0.36	0.00	0.35	0.00
Sorumluluk	0.23	0.00	0.23	0.00	1	x	-0.36	0.00	0.35	0.00
Duygusal Tutarsızlık	-0.22	0.00	-0.36	0.00	-0.36	0.00	1	x	-0.41	0.00
Gelişime Açıklık	0.34	0.00	0.35	0.00	0.35	0.00	-0.41	0.00	1	x

Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri sonuçları arasındaki ilişki incelenmiş ve Tablo 3.21.'de gösterilmiştir. Tanımlayıcı istatistik verilerine bakıldığında ortalamanın 2.31 (std. dev:0.64) olduğu görülmüştür. Gelişime Açıklık ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında (r: 0.09 p<0.05) aynı yönde zayıf bir ilişkinin olduğu, Duygusal Tutarsızlık ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında (r:-0.28 p<0.05) zıt yönde zayıf düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu, Sorumluluk ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında (r: 0.10 p<0.05) aynı yönde zayıf düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu, Yumuşak Başlılık ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında (r:0.33 p<0.05) anlamlı olarak aynı yönde orta düzey bir ilişkinin olduğu ve Dışa Dönüklük ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında (r: -0.04 p>0.05) anlamlı bir ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 3.21:**Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi

	n	$\bar{x}$	sd	r	P
Dışa Dönüklük	378	2.50	0.58	-0.04	p>0.05
Yumuşak Başlılık	378	2.26	0.54	0.33	p<0.05
Sorumluluk	378	2.45	0.49	0.10	p<0.05
Duygusal Tutarsızlık	378	3.17	0.75	-0.28	p<0.05
Gelişime Açıklık	378	2.01	0.46	0.09	p<0.05
Olumsuz DiniBaşa Çıkma	378	2.31	0.64		

Olumlu Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri sonuçları arasındaki ilişki incelendiğinde tanımlayıcı istatistik verilerine bakıldığında aritmetik ortalamanın 3.90 (std.dev:0.54) olduğu görülmüş tüm veriler Tablo 3.22.'de gösterilmiştir. Gelişime Açıklık ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında (r: -0.11 p<0.05 ) zıt yönde zayıf düzeyde bir ilişkinin olduğu Sorumluluk ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında (r: -0.27 p<0.05) zıt yönde zayıf düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu, Yumuşak Başlılık ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında (r:-0.29 p<0.05) anlamlı olarak zıt yönde zayıf düzeyde bir ilişkinin olduğu ve Dışa Dönüklük (r: -0.09 p>0.05) ve Duygusal Tutarsızlık (r:0.08 p>0.05) ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında anlamlı ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 3.22:**Olumlu Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi

	n	$\bar{x}$	sd	r	P
Dışa Dönüklük	378	2.50	0.58	-0.09	p>0.05
Yumuşak Başlılık	378	2.26	0.54	-0.29	p<0.05
Sorumluluk	378	2.45	0.49	-0.27	p<0.05
Duygusal Tutarsızlık	378	3.17	0.75	0.08	p>0.05
Gelişime Açıklık	378	2.01	0.46	-0.11	p<0.05
Olumlu Dini Başa Çıkma	378	3.90	0.54		

Çalışmamızın temel konusu olan Kişilik özelliklerine göre Dini Başa Çıkma arasında ilişki olup olmadığı Korelasyon İstatistik analizi yapılarak veriler Tablo 3.23’de gösterilmiştir. Genel olarak katılımcıların Dini Başa Çıkma ortalamasınının 3.52 (std. dev.:0.41) olduğu görülmüştür. Korelasyon tablosu incelendiğinde, Dışa Dönüklük alt boyu ile Dini Başa Çıkma arasında (r:-0.10 p<0.05) zıt yönde zayıf düzeyde bir ilişkinin olduğu, Yumuşak Başlılık ile Dini Başa Çıkma arasında (r: -0.16 p<0.05) zıt yönde zayıf düzeyde ilişkinin olduğu ve Sorumluluk alt boyutu ile Dini Başa Çıkma Arasında (r:-0.22, p<0.05) zıt yönde zayıf düzeyde ilişkinin olduğu görülmüştür. Ancak Gelişime Açıklık kişilik özelliği r: -0.07 p>0.05 ve Duygusal Tutarsızlık r: -0.02 p>0.05 ile Dini Başa Çıkma arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 3.23:** Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri İlişkisi

	n	$\bar{x}$	sd	r	P
Dışa Dönüklük	378	2.50	0.58	-0.10	p<0.05
Yumuşak Başlılık	378	2.26	0.54	-0.16	p<0.05
Sorumluluk	378	2.45	0.49	-0.22	p<0.05
Duygusal Tutarsızlık	378	3.17	0.75	-0.02	p>0.05
Gelişime Açıklık	378	2.01	0.46	-0.07	p>0.05
Genel Dini Başa Çıkma	378	3.52	0.41		

Başta Çıkma ve Kişilik Özellikleri konusunda yapılan çalışmalarda strese yatkınlık ve genel iyimserlik ile olumlu başta çıkmayla pozitif, olumsuz başta çıkma ile negatif ilişki olduğu bulgulanmıştır. <sup>161</sup>James ve Suls’un çalışmalarında “Günlük Olaylarla Başta Çıkmaya, Problem Değerlendirmeye ve Kişilik Özelliklerinin etkisi” araştırılmış sonuçta stres etkeni şiddetinin ve kişilikteki bireysel farklılıkların değerlendirilmesinin, günlük seviyede başta çıkma stratejisi kullanımında önemli belirleyiciler olduğunu tespit etmişlerdir. <sup>162</sup> Bizde çalışmamızla stresle başta çıkma esnasında Kişilik Özelliklerimizin Dini yönelimimize etkisini incelemiş bulunmaktayız.

<sup>161</sup>Hisli Şahin ve Durak, “ Stresle Başta Çıkma Tarzları Ölçeği Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması”, 70.

<sup>162</sup> James. P. David and Jerry Suls, “Coping Efforts In Daily Life: Role Of Big Five Traits And Problem Appraisals”, *Journal of Personality* 67, issue 2 (1999):265-294.

Özetleyecek olursak; Olumlu Dini Başa Çıkma ile Dışa Dönük ve Duygusal Tutarsızlık ve Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Dışa Dönük Kişilik Özelliği arasında ilişki bulunamamıştır. Olumlu Dini Başa Çıkma ile Sorumluluk, Yumuşak Başlılık ve Gelişime Açıklık Kişilik Özelliği ile zayıf ancak zıt yönde ilişki olduğu Olumsuz Dini Başa Çıkma ile Duygusal Tutarsızlık arasında zayıf ve zıt yönde ilişki olduğu, Sorumluluk ve Gelişime Açıklık Kişilik Özelliği ile aynı yönde zayıf bir ilişkinin olduğu ve Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliği ile aynı yönde orta düzey ilişki olduğu bulgulanmıştır. Çalışmamızın temelini oluşturan Kişilik özelliklerine göre Dini Başa Çıkma ilişkisinin analiz sonucuna göre; Gelişime Açıklık ve Duygusal Tutarsızlık özelliği ile anlamlı bir ilişkide olmadığı Dışa Dönüklük, Yumuşak Başlılık, Sorumluluk Kişilik Özelliği ile zıt yönde zayıf ilişkide olduğu yani bu Kişilik Özelliği baskın olan kişilerin genel olarak Dini Başa Çıkma metotlarını daha az kullandıklarını bulgulanmıştır.

Dini Başa Çıkma ile Kişilik Özellikleri arasında ki ilişkiye benzer olarak Dinsel Yönelimler ve Kişilik Özelliklerini ele alan Turan, Doktora çalışmasında Özdisiplin (Sorumluluk) Kişilik Özelliklerinin Dindarlıkla pozitif ilişkili olduğunu ancak Uyumluluk(Yumuşak Başlılık) Kişilik Özelliği bakımından dindarlıkla pozitif ilişki bulunamadığını belirtmiştir.<sup>163</sup>Bu çalışma sonuçlarının aksine Kişilik Özellikleri ve Dindarlık ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma yapan Şentepe ve Güven Dindarlık ile Kişiliğin Uyumluluk (Yumuşak Başlılık) ve Sorumluluk Boyutu Arasında pozitif ilişki tespit etmişlerdir. Bizim çalışmamızda ise Sorumluluk ve Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliği ile Dini Başa Çıkma ve Olumlu Dini Başa Çıkma arasında zıt ve zayıf Olumsuz Dini başa Çıkma arasında zayıf ancak doğrusal ilişki tespit edilmiştir. Şentepe ve Güven aynı araştırmalarında çalışmamızla aynı sonuca ulaşarak Dindarlık ile Gelişime Açıklık boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır.<sup>164</sup>

---

<sup>163</sup>Turan, “Kişilik Özellikleri ve Dinsel Yönelimler Üzerine Bir Araştırma”,17-20.

<sup>164</sup>Ayşe Şentepe ve Metin Güven, “Kişilik Özellikleri ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma”,*Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17, sy.31 (Haziran 2015):27.

Bunun sebebini anlamak için Gelişime Açıklık boyutu üzerinde farklı verilere oluşan Saroglou'nun araştırması incelenmiştir. Saroglou, Din ve Kişiliğin Meta Analitik İncelemesini yaparak anlaşılabilirlik ve vicdana ek olarak Gelişime Açıklık Kişilik Özelliğinin İçsel Dindarlık ve Dini Köktencilikle olumsuz, Olgun Dindarlık ve Maneviyat Ölçüleriyle olumlu ilişkili olduğunu belirtmiştir. <sup>165</sup>Dini Başa Çıkma daha çok İçsel Dindarlıkla ilgili olduğundan Gelişime Açıklık Kişilik Özelliğinin Dini Başa Çıkma ilişkisiz hatta Olumlu Dini Başa Çıkma ile zıt ve Olumsuz Dini Başa Çıkma ile doğrusal ilişkide olması yadırganmamaktadır.

Panayiotou ve arkadaşları ise 2014de ele aldıkları; Başa Çıkmanın Kişilik ve Psikolojik Sıkıntı İle İlişkisi incelemiş olup sonuç olarak. Nörotizm çoğunlukla Uyumsuz Başa Çıkma ile ilişkili olduğu, Sorumluluk ve Dışa Dönüklük yapının ise Uyumlu Başa Çıkma ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır.<sup>166</sup>Topçu'nun 2017 yılı Yüksek Lisans tezinde ele aldığı çalışma sonucuna göre; Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Puanları ile Beş Faktör Kişilik Özelliklerinden Duygusal Tutarsızlık puanları arasında negatif yönlü; Dışa Dönüklük, Gelişime Açıklık, Yumuşak Başlılık ve Sorumluluk alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.<sup>167</sup>Çalışmamızın Duygusal Tutarsızlık boyutu incelendiğinde Dini başa çıkma ve Olumlu Dini Başa Çıkma ile ilişkili olmadığı Olumsuz Dini Başa Çıkma ile zıt yönde zayıf bir ilişkide olduğu bulgulanmış ve yeni sonuçlar doğurmuştur.

Beş Faktör Kişilik Özelliği üzerinde ayrıntılı araştırma yapan Roesch ve arkadaşlarının Büyük Beş Kişilik Özelliklerinin ve Kültürün Baş Etme Stilleri üzerindeki bireysel ve ortak etkileri incelenmiştir. Büyük Beş Kişilik Özellikleri ile Başa Çıkma Arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğunu bulgulanmışlardır. Nörotizm kişilik özelliğinin, Duygusal Odaklı Başa Çıkma ve madde kötüye kullanımı ile Dışa Dönüklük, Sorumluluk ve Gelişime Açıklık kişilik özelliğinin Problem Odaklı

---

<sup>165</sup>Vassilis Saroglou, "Religion And The Five Factors Of Personality: A Meta-Analytic Review", *Personality and Individual Differences* 32, issue.1 (January, 2002):15-25.

<sup>166</sup>Georgia Panayiotou ve. dğr., "Indirect and Direct Associations Between Personality and Psychological Distress Mediated by Dispositional Coping", *The Journal of Psychology* 148, issue 5 (September 2014):549-67.

<sup>167</sup>Feyza Topçu, "Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi" (Yüksek Lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, 2017):118.

ve Duygu Odaklı Başa Çıkma ile Uyumluluk Kişilik Özelliğinin, Aktif Başa Çıkma ve Mizahla pozitif olarak ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Beş Faktörlü Kişilik Modelinin boyutları, başa çıkma stilleri ve bu büyük ölçüde kültürleşme için önemli bir varyasyon olduğunu göstermektedir.<sup>168</sup>

Bu çalışmaların sonuçlarına göre; Duygusal Tutarsızlık (Nörotizm) Kişilik boyutunun Olumsuz Dini başa çıkma ile zıt ilişkide olma sebebi aslında Duygusal Odaklı Başa çıkmayı kullanması, Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliğinin Olumlu Dini Başa Çıkma ile zıt ilişkide olma sebebi daha çok Aktif Başa Çıkma tarzlarını kullanmaları şeklinde yorumlanabilir. Yine Dışa Dönüklük, Sorumluluk ve Yumuşak Başlılık ile Dini yönelimler arasında yapılan birçok araştırma sonuçlarının farklılık arz etmesi Problem ve Duygu Odaklı Başa Çıkma tarzlarıyla ilişkili olabileceğini göstermektedir.

---

<sup>168</sup>Scott C. Roesch and others, “ Relations Between The Big Five Personality Traits And Dispositional Coping In Korean Americans: Acculturation As A Moderating Factor”, International Journal of Psychology 41, issue 2 (2007):85-96.

## SONUÇ

Tarih boyunca kontrol edilemeyen İnsan olgusunun; duygu, düşünce ve davranışları incelenerek önceden yordamaya ve böylelikle gelişebilecek problemlerin önceden tespit edilerek çözüme kavuşması hedeflenmiştir. Psikoloji ve Din Bilimleri kendi alanlarının gözlükleri ile aynı metaya yani insan olgusuna bakarak açıklama getirmeye çalışmışlardır. Ancak yapılan araştırmalar bireyin psikolojisi ile din ve maneviyat olgularının iç içe geçmiş olduğunu göstermiş ve Amerikan Din Psikolojisi'nin kurulumu ile bilimsel yeni bir otorite oluşturulmuştur.

Kişilik konusunda birçok tanım ve kuram mevcut olup, Allport'un öncülüğünü yaptığı Ayırıcı Özellikler (treit) Yaklaşımına göre bireyin kişilik yapısında, Genel Ayırıcı Özellikler ve Özgün Özellikler yer almakta ve ölçülebilmektedir. Bu düşünceden yola çıkarak Costa ve Mc Crae kişilik sıfatlarını analiz ederek temelde Dışa Dönüklük, Duygusal Tutarsızlık (Nevrotizm), Yumuşak Başlılık, Sorumluluk ve Gelişime Açıklık Özelliklerinin ayırıcı özellikler olduğunu belirtmiş ve böylelikle Beş Büyükler (The Big Five) adı verilen kuram ortaya çıkmıştır.

Literatüre baktığımızda psikolojik, fiziksel ve sosyolojik uyaranlar karşısında insan bu uyaranları kendisi için tehdit olarak algıladığında bilişsel, davranışsal ve duygusal çabalar ile "Başa Çıkma"ya çalışmakta ve yetersiz kaldığında fizyolojik, psikolojik, ruhsal ve fiziksel olarak "Stres" yaşamaya başlamaktadır. Başa Çıkma ile duyguların düzenlenmesi, kaybedilen anlamın bulunması ve kontrolün sağlanmasını hedeflemektedir. Bu süreç içerisinde bireyin stresi anlamlandırması aynı zamanda Stres ile Başa Çıkma Yöntemlerini kullanması bireyin Kişilik Özelliklerine göre değişmektedir.

Bireylerin zorluklar karşısında Dini ve Manevi inancına yönelmesi Dini Başa Çıkma adını almaktadır. Olumlu Dini Başa Çıkma yaşanan zorluk karşısında 'Allah'a yönelme', 'yalvarma', 'yakınlaşma', 'hayra yorma', 'dua', 'dönüşüm' ve 'istikamet arayışı' gibi unsurlarla birlikte Allah ile olumlu ilişki geliştirmeyi içerirken, Olumsuz

Dini Başa Çıkma olayları Allah'ın cezalandırması şeklinde yorumlamayı, çevre ile olumsuz ilişki kurmasını ve olanları 'şerre yorma'yı içermektedir.

Çalışmamızda insanları anlamak adına kategorileştiren Kişilik Özellikleri ile stres karşısında göstermiş oldukları Dini Başa Çıkma şekilleri arasındaki ilişkiyi öğrenmek hedeflenmiştir. 2019 yılı Eylül ve Ekim aylarında Çorum ilinde yaşayan 400 yetişkinin Demografik özellikleri, Dini Başa Çıkma oranları ve Kişilik Özellikleri verileri İlişkisel Tarama Yöntemi kullanılarak analiz edilmiş ve araştırma hipotezlerimize cevap aranmıştır.

Çalışmamız sonucunda;

- 1- “Kişilik Özellikleri arasında Cinsiyet özelliklerine göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; erkeklerin Gelişime Açıklık ve Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliklerinden kadınlara nazaran daha yüksek puan alması ile desteklenmiştir. Dışa Dönük, Duygusal Tutarsızlık ve Sorumluluk Kişilik Özellikleri ile cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamış.
- 2- “Kişilik Özellikleri arasında Yaşa göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; 20-35 yaş aralığında bulunan bireylerin Yumuşak Başlılık ve Sorumluluk Kişilik Özellikleri alt ölçek puanlarının, 36 ile 55 yaş aralığında bulunan bireylerin ise Duygusal Tutarsızlık Kişilik Özelliği oranlarının yüksek olması ile desteklemiştir. Gelişime Açıklık ve Dışa Dönüklük ile Yaş bağımsız değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.
- 3- “Kişilik Özellikleri arasında Medeni Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; evlilerin Duygusal Tutarsızlık Kişilik Özelliği ortalamasının, bekarların da Sorumluluk ve Yumuşak Başlılık ortalamalarının yüksek olması ile desteklenmiştir. Gelişime Açıklık ve Dışa Dönüklük ile Yaş bağımsız değişkeninde olduğu gibi Medeni Durum arasında da anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.



- 4- “Kişilik Özellikleri arasında Eğitim Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; İlköğretim Mezunlarının, Üniversite ve Yüksek Lisans Mezunlarına göre daha yüksek Yumuşak Başlılık Kişilik Özelliği oranına sahip olması; Lise Mezunlarının, Üniversite ve Yüksek Lisans mezunlarına kıyasla Gelişime Açıklık Alt Ölçeğinden daha yüksek ortalamaya sahip olması ile hipotezimiz desteklenmiştir. Dışa Dönüklük, Duygusal Tutarsızlık ve Sorumluluk Kişilik Özelliklerinin Eğitim durumuna göre anlamlı bir fark oluşturmadığı bulgulanmıştır.

Özetle; Dışa Dönüklük Kişilik Özelliğinin tüm demografik özellikler açısından anlamlı bir farklılık oluşturmadığı diğer Kişilik Özelliklerinin ise Demografik Özelliklere göre farklılaşma olduğu görülmüştür.

Çalışmamızın Dini Başa Çıkma Perspektifine göre sonuçlarına baktığımızda;

- 5- “Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Cinsiyet özelliklerine göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; erkeklerin kadınlardan çok Olumsuz Dini Başa Çıkma ortalamasına sahip olmaları ile desteklenmiş Olumlu Dini Başa Çıkma ile Genel Dini Başa Çıkma oranları arasında cinsiyetler arası fark olmadığı bulgulanmıştır.
- 6- “Dini Başa Çıkma metotları arasında Yaşa göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz; 35-55 yaş dilimindeki bireylerin 20-35 yaş aralığındaki bireylere nazaran Olumlu Dini Başa Çıkma ortalamalarının yüksek olması ile desteklenmiş Olumsuz ve Genel Dini Başa Çıkma oranları arasında anlamlı farklılaşma bulunamayarak reddedilmiştir.
- 7- “Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Medeni Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz de evli bireylerin bekarlara nazaran daha fazla Dini Başa Çıkmayı ve daha fazla Olumlu Dini Başa Çıkmayı kullanma oranlarına sahip

olmaları ile desteklenmiş ayrıca bekarların evlilerden çok Olumsuz Dini Başa Çıkma ortalamalarına sahip olmaları ile tekrar desteklenmiştir.

- 8- “Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında Eğitim Durumlarına göre anlamlı bir fark vardır” hipotezimiz eğitim durumları arasında kıyaslama yapıldığında; Üniversite mezunlarının, İlköğretim ve Yüksek Lisans mezunlarına nazaran daha az oranda Dini Başa Çıkmaya yönelmeleri ve İlköğretim mezunlarının Üniversite mezunlarına kıyasla daha çok Olumlu Dini Başa Çıkmayı kullanmaları açısından desteklenmiştir. Olumsuz Dini Başa Çıkma ile eğitim durumları arasında anlamlı bir fark bulunamayarak reddedilmiştir.

Örnekleminizin sonuçlarına genel olarak baktığımızda Olumlu Dini Başa Çıkma oranlarının, Olumsuz Dini Başa Çıkma oranlarına nazaran daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür.

- 9- Yumuşak Başlılık, Sorumluluk ve Gelişime Açıklık Kişilik Özellikleri alt boyutları ile Olumlu Dini Başa Çıkma arasında zayıf ve zıt yönde ilişki bulunarak desteklenmiş; Olumlu Dini Başa Çıkma ile Dışa Dönüklük ve Duygusal Tutarsızlık arasında ilişki bulunamayarak reddedilmiştir.

- 10- Sorumluluk ve Gelişime Açıklık ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında zayıf ve doğrusal, Yumuşak Başlılık ile orta düzey doğrusal ve Duygusal Tutarsızlık ile zayıf ve zıt yönde ilişki bulgulanarak desteklenmiş, Dışa dönüklük ile Olumsuz Dini Başa Çıkma arasında anlamlı ilişki bulunamayarak hipotezimiz desteklenmemiştir.

- 11- Çalışmamızın temel hipotezlerinden olan “İnsanların Kişilik Özellikleri ile Dini Başa Çıkma çeşitleri arasında ilişki vardır.” iddiamız; Yumuşak Başlılık, Sorumluluk ve Dışa Dönüklük Kişilik Özelliği ile Genel Dini Başa Çıkmaya yönelim arasında zıt ve zayıf ilişki bulgulanarak desteklenmiştir.

Duygusal Tutarsızlık ve Gelişime Açıklık ile Genel Dini Başa Çıkma oranları arasında ilişki bulunamayarak hipotezimiz reddedilmiştir.

Beş Faktör Kişilik Envanterinin alt boyutlarının tanımlandığı şekli ile sonuçları yorumladığımızda; Duygusal Tutarsızlık (Nevrotizm) Alt Ölçeğinden yüksek alan bireylerin genel olarak kaygılı oldukları düşünüldüğünde Olumsuz Dini Başa Çıkma ile neden zıt bir ilişkide olduğuna ışık tutmaktadır. Bu bireylerin kendi performanslarını küçümseme eğiliminde oldukları, duygusal ve hayal kırıklığına yatkın ruh halleri onları Olumsuz Dini Başa Çıkmaya karşı zıt bir tutum sergilemelerini tetiklemiş görünmekte ve kendilerinden daha büyük bir güce ihtiyaç duydukları düşünülmektedir.

Sorumluluk Alt Ölçeğinden yüksek puan alan bireylerin mantıklı ve dürtülerini çok iyi kontrol etmelerinin yanında aşırı mükemmeliyetçi olma ihtimallerinin olduğu düşünüldüğünde çalışmamız sonucuna göre; Sorumluluk alt ölçeği ortalaması yüksek bireylerin Olumsuz Dini Başa çıkma ile doğrusal ilişkide olması bu bireylerin stresle başa çıkarken duygulardan çok düşüncelerine olan güvenden kaynaklandığı düşünülebilir. Bu öz güvenlerinden dolayı Dini bir otoriteye yaklaşmaktan ziyade daha bireysel çözüm arayışları içinde bulunabilecekleri söylenebilir. Aynı zamanda bu bireylerin Olumlu ve genel olarak Dini Başa Çıkma puanları ile neden zıt bir ilişkide olduğunu da açıklamaktadır.

Yumuşak Başlılık Alt Ölçeğinden yüksek alan bireylerin kişiler arası ilişkilerde başarılı olduğu daha uzlaşmacı davrandıkları düşünüldüğünde ve sonuçlarımıza göre bu bireylerin uzlaşmacı tutumu Olumsuz Dini Başa Çıkma ile aynı yönde Olumlu ve Genel Dini Başa Çıkma Puanlaması ile zıt yönde ilişki bulgulanarak ilk akla gelen düşüncelerin aksine Dini otoriteye karşı daha uyumsuz sonuçlar vermiştir.

Gelişime Açıklık Alt Ölçeğinden yüksek alan bireylerin geleneksel olmayan tutumlarının Olumsuz Dini Başa Çıkma ile aynı yönde Olumlu Dini Başa Çıkma ile zıt yönde ilişkide olması şaşırtmamıştır. Bu bireylerin sorunlar ve stres karşısında Dine Olumlu yaklaşmaktan ziyade daha entelektüel ve bilimsel verileri dikkate alacakları düşünülmekte sonuçlarımız ile desteklenmektedir.

Dışa Dönüklük Alt Ölçeğinden yüksek puan alan bireylerin genel Dini Başa Çıkma ortalamaları ile zıt bir ilişkide olmaları sosyal ilişkilerinden destek almaya yönelebileceklerini ve Dışa Dönüklükten düşük puan alan yani daha İçe Dönük bireylerin ise stres karşısında duygularına yönelerek daha çok Dini Başa Çıkmayı kullanabilecekleri şeklinde yorumlanabilir.

Yaptığımız araştırma sonucunda; Dini Başa Çıkma oranları, Olumlu ve Olumsuz Dini Başa Çıkma oranları ile Beş Büyük Kişilik Özellikleri arasında çoğunlukla anlamlı ilişkiler olduğu bulgulanmıştır. Dini Başa Çıkma Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Envanterinin kısa versiyonu kullanılarak hazırlanan çalışmamız gelecek çalışmaların istifadesine sunulmakta, kısıtlamalar ve sınırlılıklar azaltılarak farklı evrenlerde çalışılabileceği önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- Adler, Alfred. *İnsanı Tanıma Sanatı*. trc. Kamuran Şipal. İstanbul: Say Yayınları, 2006.
- Adler, Alfred. *Psikolojik Aktivite*. trc. Belkıs Çorakçı. İstanbul: Say Yayınları, 2011.
- Adler, Alfred. *The Practice and Theory of Individual Psychology*. London: Routledge, 1924.
- Akto, Akif. “Kişilik Oluşumunda Dinin Rolü”. Yüksek Lisans tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, 2005.
- Allport, W. Gordon. *Birey ve Dini*, trc. Bilal Sambur. İstanbul: İnsan Yay., 2004.
- Allport, W.Gordon ve H. Floyd Allport. “Personality Traits: Their Classification and Measurement”. *The Journal of Abnormal Psychology and Social Psychology* 16, sy.1(1921): 6-40.
- Ayvaşık, Beligin, Nurhan Menli Er, Şennur Tutarel Kışlak ve Adnan Erkuş. *Psikoloji Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2000.
- Ayten, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2017.
- Ayten, Ali. *Tanrı'ya Sığınmak: Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- Ayten, Ali, Gülüşan Göcen, Kenan Sevinç ve Eyyüp E. Öztürk. “Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma”. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12, sy.2 (2012), 47.
- Ayten, Ali ve Köse, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2019.
- Ayten, Ali ve Zeynep Sağır. “Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriye’li Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47, (2014):7.
- Bacanlı, Hasan, Tahsin İlhan ve Sevda Aslan. “Beş Faktör Kuramına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi”. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* 7, sy. 2(2009) :262.
- Baltaş, Zuhale ve Acar Baltaş. *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitapevi, 2013.

- Batman, Elif. “Yaşamın Zorluklarıyla Başa Çıkmada Kader İnancının Rolü”. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, 2008.
- Bilgiz, Musa. “Kişiliğin Oluşumunda Fıtrat ve Sosyal Çevrenin Etkisi”. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 25, (2006): 138.
- Burger, M. Jerry. *Kişilik*. trc. İ. Deniz Erguvan Sarıoğlu. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006.
- Cattell, R.B. ve L.S. Bolton. “What Pathological Dimensions Lie Beyond The Normal Dimensions Of The 16 PF? A Comparison Of MMPI And 16 PF Factor Domains”. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 33, sy. 1, (1969):18–29.
- Cengil, Muammer. “Depresyonu Önlemede Dini İnancın Koruyucu Rolü”. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 3, sy.2 (2003): 146.
- Cufta, Muharem. “Stres ve Dini İnanç”. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3, sy.5 (Mart/2016):51.
- Çevik Demir, Şükran. “Ergenlerde Benlik Saygısı ve Dini Başa Çıkma”. Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2013.
- David, James. P. and Jerry Suls. “Coping Efforts İn Daily Life: Role Of Big Five Traits And Problem Appraisals”. *Journal of Personality* 67, ıssue 2 (1999):265-294.
- Davidson, Gerald S. and John M. Neale. *Abnormal Psychology*. trans. İhsan Dağ. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2004.
- Ekşi, Halil. “Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması”. Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi, 2001.
- Emmons, A.Robert. “Din ve Kişilik”.trc. Gülüşan Göcen. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3, sy.1 (2014):181.
- Engin, A. Osman, Mustafa Calapoğlu, Mehmet Ali Seven ve A. Kadir Yörük. “Davranışlarımızın Genetik ve Çevresel Boyutları”. *Kafkas Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi* 1, sy.2 (2008): 52-53.
- Erikson, Erik. *İnsanın Sekiz Çağı*. trc. Bedirhan Üstün ve Vedat Şar. Ankara: Birey ve Toplum Yayınları, 1984.
- Erikson, Erik. *Young Man Luther, A Study in Psychoanalysis and History*. New York:

- Norton Company, 1958.
- Eryücel, Sema. “Yaşam Olayları ve Olumlu Dini Başa Çıkma”. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 10, sy.23 (2013):267.
- Evgin, A. Kadir. “Hadislerde ‘Fıtrat’ Kavramı ve ‘İslam Fıtratı’ Söyleminin Tenkidi”. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1, (2003): 93.
- Ferah, Nimet. “Boşanma Sürecindeki Bireylerde Depresyon, Anksiyete, Stres ve Dini Başa Çıkma Arasındaki İlişki”. *Bilimname* 37, sy.1 (2019): 383-405.
- Freud, Sigmund. *Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd.* trc. Ali Babaoğlu. İstanbul: Metis Yayınları, 2001.
- Freud, Sigmund. *Psikanalize Giriş.* trc. Günsel Koptagelİlal. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 1984.
- Freud, Sigmund. *Psikanaliz Üzerine Beş Konferans ve Psikanalize Toplu Bakış.* trc. Kamuran Şipal. İstanbul: Say Yay., 2015.
- Freud, Sigmund. *Ruh Çözümlemesine Giriş Konferansları.* trc. Emre ve Ayşe Kapkın. İstanbul: Payel Yay., 1998.
- Freud, Sigmund. *The Future of an Illusion.* London: Penguin Freud Library, 1991.
- Freud, Sigmund. *The Interpretation of Dreams.* London: HogarthPress, 1900.
- Freud, Sigmund. *Totem and Taboo,* trans. James Strachey. London: RoutledgeAnd Kegan Paul, 1950.
- Fromm, Erich. *Psikanaliz ve Din.* trc. Elif Erten. İstanbul: Say Yayınları, 2019.
- Georgia Panayiotou, Constantinos M. Kokkinos and Margarita Kapsou. “Indirect and Direct Associations Between Personality and Psychological Distress Mediated By Dispositional Coping”. *The Journal of Psychology* 148, issue 5 (September 2014):549-67.
- Hisli Şahin, Nesrin ve Ayşegül Durak. “Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri İçin Uyarlanması”. *Türk Psikoloji Dergisi* 10, sy.34 (1995): 56-73.
- Hisli Şahin, Nesrin, Murat Güler ve H. Nejat Basım. “A Tipi Kişilik Örüntüsünde Bilişsel ve Duygusal Zekanın Stresle Başa Çıkma ve Stres Belirtileri İle İlişkisi”. *Türk Psikiyatri Dergisi* 3, sy.20 (2009):243-254.
- Holm, G. Nils. *Din Psikolojisi ve Tarihçesi.* trc. Abdülkerim Bahadır. İstanbul: İnsan

- Yayınları. 2018.
- Horney, Karen. *Kadın Psikolojisi*. trc. Selçuk Budak. İstanbul: Totem Yayınları, 2017.
- Horney, Karen. *Kendi Kendine Psikanaliz*. trc. Selçuk Budak. İstanbul: Totem Yay., 2017.
- Horney, Karen. *Psikanalizde Yeni Yollar*. Ankara: Öteki Yayınevi, 1994.
- Hökelekli, Hayati. *Din Değerler ve Sağlık*. İstanbul: Dem Yayınları, 2017.
- Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2017.
- Hökelekli, Hayati. "Türkiye'de Din, Dindarlık ve Din Psikolojisi Araştırmaları: Psikolojide Yerellik ve Evrensellik Tartışmaları Bağlamında Bir Değerlendirme". *DEUİFD Din Psikolojisi Özel Sayısı*, (2016): 311-333.
- Jung, Carl Gustov. *Analytical Psychology*. New York: Moffat Yard and Company, 1916.
- Jung, Carl Gustov. *Dört Arketip*. trc. Zehra Aksu Yılmaz. İstanbul: Metis Yayınları, 2001.
- Jung, Carl Gustov. *Psikolojide Tipler*. trc. Nur Nirven. İstanbul: Pinhan Yayınları, 2019.
- Jung, Carl Gustov. *Symbols of Transformation*. trc R.F.C. Hull. London and New York: Routledge, 1956.
- Kaba, Bihter. "Abraham Maslow ve Din". Yüksek Lisans tezi, Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi, 2018.
- Karakaş, Ahmet Canan ve Mustafa Koç. "Stresle Başa Çıkma ve Dini Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3, sy.3(2014): 610-631.
- Karataş, Münevver. "Görme Engelli Çocukların Ebeveynlerinde Dini Başa Çıkma". Yüksek Lisans tezi, Marmara Üniversitesi, 2018.
- Kavas, Erkan. "Dini Tutum - Stresle Başa Çıkma İlişkisi". Dumlupınar Üniversitesi *Sosyal Bilimler Dergisi* 37, (Temmuz 2013):146-147.
- Kaya, Fuat. "Zihinsel Engelli Çocuklara Sahip Ailelerde Problem Çözme ve Dini Başa Çıkma". Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, 2014.
- Kitabı Mukaddes: Eski ve Yeni Ahit*. İstanbul: Kitabı Mukaddes Şirketi, 1993.
- Kocaman, Merve. "Şiddete Uğrayan Kadınlarda Dini Başa Çıkma (Erzincan Örneği)". Yüksek Lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, 2019.



- Koç, Mustafa. "Din Psikolojisi Araştırmalarında Ergenlik Dönemi Üzerine Türkçe Yapılan Çalışmalarla İlgili Bir Literatür İncelemesi". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 12, (2005): 42-44.
- Köroğlu, Ertuğrul. *Panik Bozukluğu Nedir? Nasıl Başedilir?*. Ankara: Hyb Yayıncılık, 2006.
- Kula, Naci. "Deprem ve Dini Başa Çıkma". *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1, (2002): 234-255.
- Lazarus, S. Richard. "From Psychological Stress To The Emotion". *Annual Review Psychology* 44, (1993):1-22.
- Maslow, H. Abraham. *Motivation and Personality*. Newyork: Harper and Row., 1970.
- Mc Crea, P.R. ve P.T. Costa. "Age, Personality and Spontaneous self concept". *Journal of Gerontology* 43, sy.6 (1988):177-185.
- Mc Crae, P.R., P.T. Costa, Jr., Del Pillar, G.H., Rolland, J.P., and Parker, W.D.. "Cross-Cultural Assessment Of The Five-Factor Model: Therevised NEO Personality Inventory". *Journal of Cross-Cultural Psychology* 29, (1998): 171-188.
- Morris, G. Charles. *Psikolojiyi Anlamak*. trc. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 2002.
- Murat, Ayşe ve Muhammed Kızılgöçer. "Dini Başa Çıkma ve Psikopatoloji İlişkisi (Rize Örneği)". *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 6, sy.11(Haziran, 2017):111-151.
- Murray, A. Henry. "Explorations in Personality". *Journal of Projective Techniques and Personality Assessment* 28, sy.2 (1963): 3-32.
- Özdemir, Fatıma. "Palyatif Bakım Alan Hastaların Yakınlarının Yaşadıkları Psikososyal Sorunlar İle Dini Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi, 2016.
- Pargament, I. Kenneth. "Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme". trc. Ali Ulvi Mehmedoğlu. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5, sy.1(Ocak-Haziran, 2005):279-313.

- Pargament, I. Kenneth. "Religious Coping Methods As Predictors Of Psychological, Physical and Spiritual Out Comes Among Medically Ill Elderly Patients: A Two-Year Long İtudinalStudy". *Journal of Health Psychology* 9, sy.6(2004): 713-730.
- Pargament, I. Kenneth. *The Psychology of Religion and Coping*. New York: The Guildford Press, 1997.
- Pargament, I. Kenneth. H. G. Koenig and L. Perez. "The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of Thercope". *Journal of Clinical Psychology* 56, sy.4 (2000): 519-543.
- Roesch, Scott C., Christian Wee ve Allison A. Vaughn. " Relations Between The Big Five Personality Traits And Dispositional Coping İn Korean Americans: Acculturation As A Moderating Factor". *International Journal of Psychology* 41, issue 2 (2007):85-96.
- Saroglou, Vassilis. "Religion And The Five Factors Of Personality: A Meta-Analytic Review". *Personality and Individual Differences* 32, issue.1 (January, 2002):15-25.
- Schultz, P. Duane ve Sydney Ellen Schultz. *Modern Psikoloji Tarihi*. trc. Yasemin Aslay. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2007.
- Somer, Oya. "Türkçe' de Kişilik Özelliği Tanımlayan Sıfatların Yapısı ve Beş-Faktör Modeli". *Türk Psikoloji Dergisi* 13, (1998):17-32.
- Somer, Oya and L. R. Goldberg. "The Structure of Turkish Trait Descriptive Adjectives." *Journal of Personality and Social Psychology* 76, sy.3 (1999):431-450.
- Somer, Oya, Mediha Korkmaz ve Arkun Tatar. "Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi-I: Ölçek ve Alt Ölçeklerinin Oluşturulması". *Türk Psikoloji Dergisi* 17, sy.49 (2002):21-33.
- Somer, Oya, Mediha Korkmaz ve Arkun Tatar. *Kuramdan Uygulamaya Beş Faktör Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE)*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi, 2011.
- Storr, Anthony. *C.G. Jung Seçme Yazılar*. trc. Levent Özşar. İstanbul: Alfa Yayınları, 2018.

- Sürücü, İbrahim. “Kur’an’da Kişilik Eğitimi Üzerine”. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 6, sy.2 (2017): 422-423.
- Şentepe, Ayşe. “Yaşlılık Döneminde Dini Başaçıkma”. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4, sy.1 (2015):186.
- Şentepe, Ayşe ve Metin Güven. “Kişilik Özellikleri ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma”. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 17, sy. 31 (Haziran 2015):27.
- Tarhan, Nevzat. *Duyguların Dili*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2006.
- Tatar, Arkun. “Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Kısa Formunun Geliştirilmesi”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 17, sy.1 (2016): 14-23.
- Tatar, Arkun. “Çok Boyutlu Kişilik Envanterinin Madde- Cevap Kuramına Göre Kısa Formunun Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi”. Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, 2005.
- Tatar, Arkun ve Hüdanur Özdemir. “Sosyal İstenirlik Ölçeği-17’nin Türkçeye Çevrilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi”. *Social Mentality And Researcher Thinkers Journal* 4, sy.9 (2018):141.
- Tatlılıoğlu, Kasım. “ Beş Faktör Kişilik Kuramı Bağlamında Kişilik Kavramına Genel Bir Bakış”. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 3, sy.6 (2013):131.
- Temiz, Yunus Emre. “Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma Yöntemi Olarak Dua”. Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, 2014.
- Topçu, Feyza. “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi”. Yüksek Lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, 2017.
- Topuz, İlhan. “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”. Doktora tezi, Uludağ Üniversitesi, 2003.
- Turan, Yahya. “Coping with Loneliness: Loneliness, Religious Coping, Religiosity, Life Satisfaction and Social Media Usage”. trans. Ahmet Çekiç. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 22, sy.3 (Aralık, 2018):1711-1745.
- Turan, Yahya. “Kişilik Özellikleri ve Dinsel Yönelimler Üzerine Bir Araştırma”. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, 2009.

- Uysal, Veysel. *Türkiye’de Dindarlık ve Kadın*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2006.
- Uysal, Veysel, Ayşe Kaya Göktepe, Sema Karagöz, Melike İlerisoy. “Dinî Başa Çıkma ile Umut, Hayat Memnuniyeti ve Psikolojik Sağlık Arasındaki Etkileşim Üzerine Bir Araştırma”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 52, (Haziran, 2017):139-160.
- Viktor, E. Frankly. *İnsanın Anlam Arayışı*. trc. Selçuk Budak. İstanbul: Okuyan Us Yayınları, 2019.
- Yavuzer, Haluk. *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitapevi, 2006.
- Yazır, Elmalılı M. Hamdi. *Kur’an-ı Kerim Meali*. İstanbul: Tuğra Kitap, 2011.

## EKLER

### EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

#### Araştırma Anket Formu

Sayın katılımcı,

Bu form, bireylerin Kişilik Özellikleri ile Dini Başa Çıkma ilişkisinin belirlenmesi amacıyla düzenlenmiştir. Yaklaşık 15 dk süren iki ankette toplam 118 soru olup her birinin 5 seçeneği mevcuttur. Rahatlıkla cevaplayabilmeniz için sizden açık kimliğinizle ilgili hiçbir bilgi istenmemektedir. Vereceğiniz bilgilerin doğrusu ya da yanlışlığı yoktur. Sadece bilimsel bir çalışma için kullanılacaktır. İlginiz ve katılımınız için teşekkür ederim.

Yeliz AKKAYA TÜRKOL

Hitit Üniversitesi Din Psikolojisi

Yüksek Lisans Öğrencisi

#### Kişisel Bilgiler

- |                             |               |               |
|-----------------------------|---------------|---------------|
| 1) Yaşınız? :               | A) 20-40      | B) 40-60      |
| 2) Cinsiyetiniz?            | A) Erkek      | B) Kadın      |
| 3) Medenî durumunuz?        | A) Evli       | B) Bekâr      |
| 4) Öğrenim durumunuz nedir? | A) Okur-Yazar | B) İlköğretim |
| C) Lise                     | D) Üniversite | E) Lisansüstü |

## EK-2 DİNİ BAŞA ÇIKMA ÖLÇEĞİ

Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve sizi en iyi tanımlayan seçeneğe (x) işaretini koyun. Teşekkür ederiz.

Sizi ne kadar tanımlıyor?

N.	İfadeler	Her Zaman	Çoğu Zaman	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
1	Günahlarım için tövbe ederim					
2	Yaptığım kötü şeylerden dolayı Allah'tan af dilerim					
3	Öfkemin ve kızgınlığının azalması için Allah'tan yardım isterim					
4	Daha az günah işlemeye çalışırım					
5	Allah'a daha yakın olmaya çalışırım					
6	Allah'ın beni doğru yoldan ayırmaması için dua ederim					
7	Allah'ın her an benimle olduğunu hissederim					
8	İbadetlere yönelirim					
9	Mevlâ neylerse güzel eyler derim					
10	Sabrın sonu selâmettir derim					
11	Başıma gelenleri Allah'ın bir imtihanı olarak görürüm					
12	Her şeyde bir hayır vardır diye düşünürüm					
13	Başıma gelenlerin beni manevî olarak olgunlaştıracağını düşünürüm					
14	Din adamlarından uzaklaşıyorum					
15	Etrafımdaki dindar insanlardan uzaklaşıyorum					
16	Din kardeşlerimin bana destek olmadığını düşünürüm					
17	Her şeyi düzeltmesi için Allah'a yalvarırım					
18	Allah'tan yardım istemeksizin kendi duygularıyla mücadele ederim					
19	Sorunlarımı halletmesi için Allah'a dua ederim					
20	Arkadaşlarımdan ve yakınlarımdan bana dua etmelerini isterim					

21	Din görevlileriyle konuşurum					
22	Hayatımın büyük manevî bir gücün parçası olduğunu düşünürüm					
23	Sadaka dağıtırım					
24	Gittiğim yolun yanlış olduğunu düşünerek yeni bir yol arayışına girerim					
25	Dine yönelerek yeni bir hayat kurmaya çalışırım					
26	Başıma gelenleri Allah kimseye vermesin derim					
27	Allah'ın beni sevip sevmediğini sorgularım					
28	Allah'ın beni terk ettiğini düşünürüm					
29	Dualarımı kabul etmediği için Allah'a kızarım					
30	Yaşananları hak edecek bir günah işleyip işlemediğimi düşünürüm					
31	Allah'ın beni cezalandıracağını düşünürüm					
32	Başıma gelenlerden sonra Allah'ın bana yeni bir fırsat vermesini dilerim					
33	Allah'ın hayatta bana yeni bir gaye vermesini dilerim					

### **EK-3 BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK ENVANTERİ KISA FORMU (5FKE-KF)**

Aşağıda insanların bazı özelliklerini tanımlayan cümleler verilmiştir. Lütfen dikkatlice okuyarak her ifadenin sizi tanımlamakta ne derece uygun olduğunu belirten seçeneklerden bir tanesini işaretleyiniz.

Eğer cümle sizi tanımlamakta...

**Tamamen Uygunsa** baş harfleri olan "**TU**" ya TU BU ? PUD HUD

**Biraz Uygunsa** baş harfleri olan "**BU**" ya TU BU ? PUD HUD

**Pek Uygun Değilse** baş harfleri olan "**PUD**" ye TU BU ? PUD HUD

**Hiç Uygun Değilse** baş harfleri olan "**HUD**" ye TU BU ? PUD HUD... çarpı ( **X** )  
işareti koyunuz.

Eğer hiç bir seçenek size uymuyorsa veya **kararsızsanız** “ ? ” ni işaretleyiniz. Lütfen karar vermekte çok zorlanmadığınız sürece soru işaretini ( ? ) kullanmayınız. Bu anketteki hiç bir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin samimi görüşünüzü almaktır. Lütfen cevaplarınızı **genel halinize göre, çoğunlukla nasıl olduğunuzu** düşünerek veriniz. Ayrıca olmak istediğinize göre değil, şu anda kendinizi nasıl görüyorsanız ona göre cevaplayınız.



**Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu (5FKE-KF)**

Tamamen Uygun	Biraz Uygun	Kararsız	Pek Uygun Değil	Hiç Uygun Değil
TU	BU	?	PUD	HUD

N.		Tamamen Uygun	Biraz Uygun	Kararsız	Pek Uygun Değil	Hiç Uygun Değil
1	Çekingen bir insanım	TU	BU	?	PUD	HUD
2	Her şeyi son dakikada yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD
3	Etrafımdaki insanları eğlendiririm	TU	BU	?	PUD	HUD
4	Farklı düşünen insanları anlarım	TU	BU	?	PUD	HUD
5	Otoriteye saygı duyarım	TU	BU	?	PUD	HUD
6	Düşüncelerimi hayata geçiremem	TU	BU	?	PUD	HUD
7	Coşkulu bir grupta olmaktan hoşlanırım	TU	BU	?	PUD	HUD
8	Başkalarını bağışlamakta güçlük çekerim	TU	BU	?	PUD	HUD
9	İnsanlara acı konuşurum	TU	BU	?	PUD	HUD
10	Değişiklik fikrinden hoşlanmam	TU	BU	?	PUD	HUD
11	Çalışırken sıklıkla canım sıkılır	TU	BU	?	PUD	HUD
12	Derin umutsuzluklara kapılırım	TU	BU	?	PUD	HUD
13	Her şeye endişelenirim	TU	BU	?	PUD	HUD
14	Emirlere uyarım	TU	BU	?	PUD	HUD
15	Başkalarının göremediği güzellikleri fark ederim	TU	BU	?	PUD	HUD
16	Her şeyi sorun haline getiririm	TU	BU	?	PUD	HUD
17	Yabancı ortamlarda rahatımdır	TU	BU	?	PUD	HUD
18	Zamanımı boşa harcarım	TU	BU	?	PUD	HUD
19	Bağışlayıp unutmaya çalışırım	TU	BU	?	PUD	HUD
20	Hayatımın bir yönü olmadığını hissediyorum	TU	BU	?	PUD	HUD
21	Çılgın hayallere dalmaktan hoşlanırım	TU	BU	?	PUD	HUD
22	Kolayca kızmam	TU	BU	?	PUD	HUD
23	Kendimi olduğumdan daha aşağıda görürüm	TU	BU	?	PUD	HUD
24	Şiddetli arzularımı kontrol edebilirim	TU	BU	?	PUD	HUD
25	Benden beklenenden fazlasını yaparım	TU	BU	?	PUD	HUD
26	Hiç okula gitmedim	TU	BU	?	PUD	HUD

27	Yalnız olmaktan hoşlanırım	TU	BU	?	PUD	HUD
28	Başkalarına tepeden bakarım	TU	BU	?	PUD	HUD
29	Geçmiş hatalarımı düşünerek zaman harcarım	TU	BU	?	PUD	HUD
30	Disiplinli bir insanım	TU	BU	?	PUD	HUD
31	Rekabetten çok işbirliğine önem veririm	TU	BU	?	PUD	HUD
32	Hayal kırıklıklarımın acısını başkasından çıkarırım	TU	BU	?	PUD	HUD
33	Macera ararım	TU	BU	?	PUD	HUD
34	Yapacağım işlerin listesini çıkarırım	TU	BU	?	PUD	HUD
35	Fırsatını buldum mu gösteriş yaparım	TU	BU	?	PUD	HUD
36	Az konuşurum	TU	BU	?	PUD	HUD
37	Duygusal davranan insanları anlayamam	TU	BU	?	PUD	HUD
38	Düşünmeye iten filmleri severim	TU	BU	?	PUD	HUD
39	Kalabalıktan hoşlanmam	TU	BU	?	PUD	HUD
40	Başkalarını memnun etmek isterim	TU	BU	?	PUD	HUD
41	Her zaman görüdüğüm gibi değilimdir	TU	BU	?	PUD	HUD
42	Hazır cevap biriyimdir	TU	BU	?	PUD	HUD
43	Özürleri kolayca kabul ederim	TU	BU	?	PUD	HUD
44	Arkadaşlarımı güldürürüm	TU	BU	?	PUD	HUD
45	Başkalarına çok fazla önem veririm.	TU	BU	?	PUD	HUD
46	Hiç baş ağrısı yaşamadım	TU	BU	?	PUD	HUD
47	Olaylara yalnız tek bir açıdan bakarım	TU	BU	?	PUD	HUD
48	Kendimi bir şeylere veremem	TU	BU	?	PUD	HUD
49	Kendimi anlamaya çalışırım	TU	BU	?	PUD	HUD
50	İnsanları kolayca bağışlayabilirim	TU	BU	?	PUD	HUD
51	İşleri planlayarak yaparım	TU	BU	?	PUD	HUD
52	Yakalanmayacağımı bilsem dahi vergi kaçırmam	TU	BU	?	PUD	HUD
53	Sanata ilgi duymam	TU	BU	?	PUD	HUD
54	Sürekli aynı şeyleri yapmaktan hoşlanmam	TU	BU	?	PUD	HUD
55	Kolayca huzursuz olurum	TU	BU	?	PUD	HUD
56	Düzensizlikten rahatsız olmam	TU	BU	?	PUD	HUD
57	Kin tutarım	TU	BU	?	PUD	HUD
58	Kurallara sıkı sıkıya bağlıyım	TU	BU	?	PUD	HUD
59	Olayları analiz etmeye çalışırım	TU	BU	?	PUD	HUD
60	Ruh halim çok sık değişir	TU	BU	?	PUD	HUD
61	Kendi fikirlerimi oluşturmak isterim	TU	BU	?	PUD	HUD
62	Aynı anda birçok şeyi idare edebilirim	TU	BU	?	PUD	HUD
63	Kahkahayla gülerim	TU	BU	?	PUD	HUD

64	Eleştirileri kızmadan kabul edebilirim	TU	BU	?	PUD	HUD
65	Duygularımın altında ezilirim	TU	BU	?	PUD	HUD
66	Sivri dilliyim	TU	BU	?	PUD	HUD
67	Vücut ağırlığım yüz elli kilonun altındadır	TU	BU	?	PUD	HUD
68	Göze girmek için insanlara yaranırım	TU	BU	?	PUD	HUD
69	Her zaman faalimdir	TU	BU	?	PUD	HUD
70	Amaçlarıma ulaşmak için sıkı çalışırım	TU	BU	?	PUD	HUD
71	Her zaman söylediğimi yapmam	TU	BU	?	PUD	HUD
72	Yeni hiçbir şey söylemem	TU	BU	?	PUD	HUD
73	Kolayca etki altında kalırım	TU	BU	?	PUD	HUD
74	Harekete bayılırım	TU	BU	?	PUD	HUD
75	Genellikle eşyaları yerine koymayı unuturum	TU	BU	?	PUD	HUD
76	Okumaktan hoşlanırım	TU	BU	?	PUD	HUD
77	Kolayca kendimi baskı altında hissedirim	TU	BU	?	PUD	HUD
78	Duygularımı yoğun yaşarım	TU	BU	?	PUD	HUD
79	Tehlikeli şeyler yaparım	TU	BU	?	PUD	HUD
80	Bazen yalan söylemek zorunda kalırım	TU	BU	?	PUD	HUD
81	Cesaretim çabuk kırılır	TU	BU	?	PUD	HUD
82	Sonradan pişman olacağım şeyler yaparım	TU	BU	?	PUD	HUD
83	Konuşkan bir insanım	TU	BU	?	PUD	HUD
84	Başkaları için uğraşmaktan hoşlanmam	TU	BU	?	PUD	HUD
85	İnsanlara güvenirim.	TU	BU	?	PUD	HUD

