

# DİN KAYNAKLI STRES ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

**Adem ŞAHİN**

Yrd. Doç. Dr., S.Ü. İlahiyat Fakültesi  
Din Psikolojisi Öğretim Üyesi

*“Dinin insanın inanma ihtiyacını tatmin ettiği doğrudur. Fakat ciddi hiçbir insan, ‘inanayım da rahat edeyim’ diye düşünmez. İnanç bazen bütün arzu dünyasını zorlar ve insanı çetin –hatta sonu gelmez- bir mücadelenin içine sürükler; çünkü birçok dine göre insanın manevi yükselişinin bir sonu yoktur. İslam tarihine bir bakalım: Hangi sufi Freud’un sözünü ettiği tatlı rehavet içindedir?*

*Mü’minin hayatını korku (havf) ile ümit (reca’) arasına yerleştirenler, din psikolojisi açısından çok daha isabetli bir görüş geliştirmişlerdir. Reca’da karar kılp ‘ben artık kurtuldum’ demek, birinci derecede bir iman hayatı yaşayan mü’minin hayatını hiç anlamamak demektir. O, naiv, bir huzur içinde değil, belki kozmolojik bir huzursuzluk içindedir”. (Aydın,1992, s.216)*

## Stres ve Stres Oluşturan Durumlar

Stres, organizmanın bedensel ya da ruhsal sınırlarının zorlanmasıyla ortaya çıkan “kişiye özgü bireysel bütünlüğü zorlayıcı ve bozucu etkenler” şeklinde tanımlanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 1997, s.31).

Stres, stres yaratıcı durum, bu duruma gösterilen tepki ve değişik ara süreçleri içeren geniş kullanımlı bir kavramdır. Bu durumda stres, bunlardan herhangi birisi olmadığı gibi, bir uyarıcı, tepki, uyarıcı ve tepkinin arasında kurulan denge de olmayıp, bütün bunları kapsayan çalışma alanı için kullanılan ortak bir kavramdır ( Lazarus, R. S., Monat, A.,1977, s.3). Ancak akademik olarak insanda stres oluşumuna sebep olan olaylara stres vericiler (stressors) ve bu olaylara bireyin verdiği fizyolojik ve psikolojik tepkilere de “stres” denilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 1997, s.23).

Baltaş ve Baltaş (1997) stres verici durumları şu üç grupta toplamaktadırlar:

1. Fizik çevre temelli olanlar: Hava kirliliği, gürültü, kalabalık vb.

2. Kişinin yaptığı işten kaynaklananlar: Bireyin fiziksel ve psikolojik sınırlarını zorlayan ağır işler, aşırı yüklenme, zaman baskısı, karar verme sorumluluğu, parça başı çalışma vb.

3. Psiko-sosyal kökenli stresler: Bu gruba giren stres kaynakları da üçe ayrılmaktadır;

a-Günlük stresler: Bunlar, günlük hayatın basit gerilimlerini içeren trafikte sıkışma, bürokratik zorluklar, işlerin aksaması, ağlayan çocuk, ilgi ve beceri gösteremeyen bir memur karşısında beklemek gibi bireylerin amaç ve ihtiyaçlarının çelişmesiyle ortaya çıkan streslerdir.

b- Gelişimsel stresler: Bireylerin gelişim dönemleri ile bağlantılı olan stres durumlarıdır. Çocuk ve ergenlerin yaşadıkları bir takım stresler bu guruba girer.

c- Hayat krizi niteliğindeki stresler: Ciddi hastalıklar, doğum, aile bireylerinden birinin ölümü, işten çıkarma gibi hayatı başlıbaşına etkileyen ve biçimlendiren olayların ortaya çıkardığı streslerdir (s.60).

Yukarıda sayılan stres kaynaklarının yanı sıra, acaba din de birey için bir stres kaynağı olabilir mi? Araştırmamızın temel hipotezi, dini hayatla ilgili tecrübelerin birey için stres kaynağı olabileceği, din kaynaklı stresin dindarlarca farklı yoğunluk ve sıklıkta yaşanabileceği ve bireyi dindarlık yönünde motive edeceği şeklindedir.

Bu çalışmada, din kaynaklı stres, kişinin bireysel dini yaşantısının bütünlüğünü zorlayan ve bozan etkenler; bu duruma gösterilen tepki ve diğer ara süreçleri de kapsayan bir kavram olarak kullanılmaktadır.

Din-stres ilişkisi ile ilgili çalışmaların, çoğunlukla dindarlığın stresi önleyici tampon görevi yaptığı veya yaşanan stresin yaptığı tahribatı düşürücü etkisinin olduğu hipotezi etrafında şekillendiği görülmektedir. Bulgulara göre din, bireye karşılaştığı stres verici durumları tanımlaması ve değerlendirmesinde katkıda bulunacak bir algılama çerçevesi kazandırması, problemle baş etme sürecinde alternatif çözüm seçenekleri sunması, problemi çözmede bir takım örnek modeller sunmak suretiyle potansiyel olarak anahtar bir rol oynaması, problem çözme davranış ve çabalarının türünü (aktif, pasif, işbirlikçi başa çıkma ) etkilemesi, yaşandıktan sonra olayın kişi için anlamının değerlendirilmesi (ilahî ikaz, ceza, merhamet, acıma ) ve benlik bütünlüğünü sağlaması yönüyle etkili olmaktadır. (Newman, Pargament, 1990)

Din bağlamında bakıldığında, güvenilen ve ümitle bağlanan, dilerse şerleri hayra çevireceğine inanılan bir Allah'a, dünyanın bir sınav yeri olduğuna, yapılan her davranışın karşılığının ahirette ceza ve mükâfat olarak görüleceğine ve kadere inanmanın; ayrıca şükretme, kanaatkâr olma ve sabır tavsiyesinin bireyi strese karşı koruyacağı ve yaşadığı stres verici durumların olumsuz etkisini azaltacağı kabul edilmektedir (Peker, 1993).

Ross (1990), birey ne kadar dindar ise, yaşadığı stresin de o kadar düşük düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Benzer bulgular inançsızlar için de geçerlidir. Stresi en çok yaşayanlar ise dini inancı zayıf olanlardır. O'na göre bu sonuç, dinin bireyin moralini yükselttiği, ona umut verdiği ve hayatına anlam kazandırdığı yönündeki görüşleri desteklemektedir. Yine O'nun bulgularına göre, inanç sistemlerindeki farklılık, dini grupların streslerindeki farklılığı açıklamamakta, yani, psikolojik stresi açıklarken inancın içeriğinden çok dini inancın güçlü olup olmadığı etkili olmaktadır.

Diğer taraftan son yıllarda, çok fazla olmamakla birlikte, gün geçtikçe sayısı artan bazı teori ve araştırmalar, dinin de bir stres kaynağı olabileceğini veya en azından bazı stres vericilerin yıkıcı etkilerini arttırabileceğini ön plana çıkarmaktadırlar (Brown ve ark. 1992; Sorenson Grindztaff, Turner 1995, Strawbridge ve ark. 1998'den nakl. Ellison ve ark, 2001).

Buna göre din, stresin yıkıcı etkilerini ortadan kaldıracabileceği gibi, dini başa çıkmanın bazı türlerinin, stresin yıkıcı etkilerini daha da artırma yönünde potansiyelleri olabilmektedir (Pargament, 1997, s.307)

Yine yapılan başka araştırmaların bulgularına göre, dini bağlılık, bazı durumlarda suç veya utanma duygusuna yol açabilmekte ve dindaşların bireye verdiği maddî-manevî desteği çekmesi neticesinde stres verici yaşantıların olumsuz etkisini daha da arttırabilmektedir (Brown ve ark. 1992; Sorenson Grindztaff, Turner 1995, Strawbridge ve ark.1998'den nakl. Ellison ve ark, 2001).

Krause ve Wulf (2004), dinin sağlıkla ilgili potansiyel yıkıcı etkisini araştırmış ve bu durumun bireyin bağlı olduğu kilise üyeleri ile negatif etkileşim, negatif dini başa çıkma tepkileri ve dini şüphe şeklinde gerçekleştiğini tespit etmişlerdir. Onlara göre her ne kadar dinin ruh ve beden sağlığı ile ilgili pozitif etkisi olsa da, dini şüphe içerisinde olan birisinden dua etmek gibi bireyi rahatlatan dini davranışlarda bulunmasını bekleyemeyiz. Yine aynı şekilde, dini şüphesi olan birisinin dindar çevre ile ilişkisi bozulacak, hatta onlarla çatışma yaşayacak ve bu durum, yaşadığı stresi daha da arttıracaktır. Aynı zamanda, daha önce inandığı inancı reddetmek onda suçluluk ve utanma duygusuna yol açabilecektir. Bu duygular, büyük ihtimalle bireyin kendilik değeri ve saygısını erozyona uğratacak, onda fiziksel ve ruhsal problemlere, bilişsel çatışmalara sebep olacak, neticede biribiri ile çatışan düşünce ve inançlar, yaşadığı stres durumunun etkisini daha da arttıracaktır.

Johnson ve Hayes (2003), 5472 üniversite öğrencisini örneklem olarak gerçekleştirdikleri bir araştırmada, örneklemin %25 gibi oldukça yüksek bir oranının dini ve manevî konularla ilgili stres yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Yapılan analizler, dini ve manevî konularda stres yaşayanların aynı zamanda çevresi ile ilişkilerini koparma, tecavüz, değerler konusunda kafa karışıklığına ve intihar düşüncesine ilişkin daha güçlü bir eğilime sahip olduklarını ortaya koymuştur. Araştırmada ayrıca, öğrencilerden psikolojik yardım alanlar arasında din kaynaklı stres yaşayanların aynı zamanda değerlerle ilgili kafa karışıklığı da yaşadıkları, arkadaş grubu ve cinsel ilişkilerinde problemlerinin olduğu ve başka birisinin günahı nedeniyle cezalandırıldıkları düşüncesinde oldukları tespit edilmiştir.

Larson ve Larson (2003), din kaynaklı stresin ölümle ilgili potansiyel etkisini inceledikleri çalışmada, konu ile ilgili olarak manevi hoşnutsuzluk (spiritual discontent), bireyler arası dini hoşnutsuzluk, şeytanla ilgili değerlendirmeler (demonic appraisals), Tanrıyı cezalandırıcı (punishing), kudretsiz (powerless), veya terk edici, yüzüstü bırakıcı (abandoning) olarak değerlendirme gibi konuları içeren ölçek maddeleri geliştirdiler. Neticede, üç konunun ölüm ile en yüksek düzeyde ilişkisini tespit ettiler. İlişkinin düzeyine göre bunlar; Tanrı'nın kişiyi terk edip-etmediğine dair şüphe, Tanrı'nın sevgisini sorgulama ve şeytanın bu işi yaptırdığını kabul etmedir.

Diğer taraftan benlik ile ilgili yapılan bazı araştırmalarda, kâdir-i mutlak bir Tanrıya inanmanın benlik saygısı ile negatif ilişkisinin olduğu, özellikle ilahi kontrol altında olduğuna dair güçlü inancın, olayların ve sonuçlarının kişinin kontrolü dışında olduğuna dair inançla birbir örtüştüğüne dair bulgulara ulaşılmıştır. Buna

göre, bireyin stresle karşılaştığında başvurduğu dini başa çıkma yöntemleri, stres yaşantıları ve sonuçları ile ilgili olarak kâdir-i mutlak yaratıcıya yüklemelerde bulunmaya sevk ederek, bireydeki kontrol duygusunu azaltır. Bu durum da neticede, bireyin benlik saygısında erozyona sebep olmaktadır (Scheiman ve ark. 2005).

Eliassen ve arkadaşları (2005), subjektif dindarlık ve psikolojik stres arasındaki ilişkiyi tespit etmek üzere gerçekleştirdikleri çalışmada, dindarlık ve depresyon arasındaki ilişkinin daha önce ifade edilenden daha karmaşık olduğunu tespit etmişlerdir. Onların, orta düzeydeki dindarların diğerlerine göre daha fazla depresif belirtileri olduğu yönündeki bulguları, Ross'un (1990) daha önce yapmış olduğu çalışmanın bulgularıyla genelde örtüşmekteydi. Ross'a göre, gerek inanç ve gerekse inançsızlıkta katı olanlar, psikolojik olarak kararsız olan veya dini bağlılığında dalgalanmalar gösterenlerden daha iyi durumdadırlar. Yani, dini değerler konusunda çatışma veya dalgalanmalar yaşayanlar depresyon konusunda risk grubuna girmektedirler.

Öner'e (1988) göre din, insanı strese karşı korumakta, aynı zamanda yaşadığı stresle başa çıkmasında yardımcı olmaktadır. Bununla birlikte dinin strese sebep olduğuna dair görüşler öne sürülmektedir. O'na göre, bazı dindarlarda stresin görülmesinin sebebi, inandıkları din değil, bilakis dini bilgilerinin yetersizliği ve inançlarının zayıflığıdır. Şayet kişinin Allah inancı, sadece cezalandırıcılık sıfatları üzerine bina edilmiş ve bağışlayıcılık sıfatı ikinci plana düşmüşse, o zaman işlediği herhangi bir günah neticesinde strese girecektir. Bunun yanı sıra batıl inançların dini kisveye bürünmesi ve kişinin bunları din diye kabul etmesi, aslında dini olmayan bir tecrübenin dine mal edilmesine ve neticede dinin strese yol açtığı iddia edilmesine yol açmaktadır. Diğer taraftan, insanın arzularının, isteklerinin, çevrenin baskılarının dine galebe çalması da strese sebep olabilir. Böyle bir durumdaki kişi çatışma yaşayacaktır. Bu çatışmanın sebebi de yine din değil, dini inancın zayıf olmasıdır. Hâlbuki bu kişi hakkıyla iman etmiş olsaydı, bu tür bir çatışma onda söz konusu olmayacaktı (s.61-63).

Ekşi (2001), başa çıkma, dini başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında, olumlu dini başa çıkmanın problem odaklı ve olumlu başa çıkma tarzları ile pozitif yönde ilişkisinin olmasına karşılık, olumsuz dini başa çıkma tarzının etkisiz başa çıkma tarzları ile birlikte daha çok kullanıldığını ve ruhsal rahatsızlıklarla ilişkili olduğunu tespit etmiştir (s.227).

Ok'un (2002), Türkiye'deki İlahiyat fakültesi öğrencilerinin *dini düşünce* bağlamında yaşadıkları stres tecrübelerini araştırdığı ve araştırmamızla da oldukça yakın ilgisi olan çalışmasında, örneklemin %7'sinin hayatlarında en az bir defa orta veya şiddetli düzeyde din kaynaklı stres yaşadıkları tespit edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, dini konularda stres yaşayan öğrencilerin %27'si yaşadıkları stresin önemli, ancak uzlaştırılabilir olduğunu ; %12'si hayatlarında hoşnutsuzluk yarattığını ve %51'i dini konularla ilgili yaşadıkları stresin meydana getirdiği hoşnutsuzluğun, günlük hayatta yaşadıkları diğer stres verici durumların yarattığı hoşnutsuzluklardan çok daha önemli olduğunu kabul etmektedirler (s.324).

Ok, çalışmada deneklere din kaynaklı stresin düşünce düzeyinde yaşandığı konuların neler olduğunu da sormuş ve ilk üç sırada dini ve modern hayat

(%35,1), Kur'an (%27,2) ve bir bütün olarak dini hayatla ilgili konuların geldiğini tespit etmiştir. Öğrencilere göre yaşadıkları din kaynaklı stresin başlıca kaynakları, din konusunda farklı fikirlerle karşılaşmak, dini konularda bilgi eksikliği, dini kaynaklardaki belirsizlikler ve sosyal baskıdır (s.326). Araştırmacının kanatine göre öğrencilerin yaşadıkları din kaynaklı stres, onların dini yaşantılarına olumlu, yapıcı ve ufuk açıcı katkılarda bulunmaktadır.

Bizim gerçekleştirdiğimiz bu çalışmada ise, Ok'un çalışmasından bir adım daha ileri gidilerek, dini hayatla ilgili stres verici durumları kapsayan bir ölçek geliştirilmiş, geliştirilen ölçekten elde edilen verilere dayanılarak din kaynaklı stresin hangi yoğunluk ve sıklıkta yaşandığı ve yaşanan din kaynaklı stresin, bireyi dindarlık yönünde motive edip-etmediği, ayrıca boyutlardan alınan puanların bağımsız değişken gruplarına göre farklılık gösterip göstermediği tespit edilmeye çalışılmıştır.

## METOD

### Veri Toplama Aracının Geliştirilmesi ve Pilot Çalışma

Araştırmada kullanılan ölçeğin geliştirilmesi amacıyla, ilgili konuda daha önce yapılmış çalışmalar gözden geçirilmiş, ancak araştırmanın amacına uygun nitelikte bir ölçek tespit edilememiştir. Bunun üzerine, araştırmacının görev yaptığı Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi öğrencilerinden oluşan bir gruba, stres ve din kaynaklı stres konusunda açıklamalarda bulunulduktan sonra, son bir yıl içerisinde yaşadıkları din kaynaklı stres tecrübelerini cümleler halinde yazmaları istenmiştir. Ulaşılan materyal, konu ile ilgili akademisyenlerin görüşleri de alınarak ayıklanmış ve 88 maddeden oluşan bir din kaynaklı stres listesi oluşturulmuştur. Liste oluşturulurken, stresin türü ile ilgili bir sınırlama getirilmemiştir. Stres kaynağı olan yaşantılar, deneklerin son zamanlarda yaşadığı basit dini gerilimleri kapsayabildiği gibi, kronik, hayat boyu süren, genel ve potansiyel stresleri de içine almaktadır. Bu aşamadan sonra, bir grup öğrenciye tespit edilen bu stres yaşantılarını hangi yoğunlukta yaşadıkları, son bir yıl içerisinde yaşayıp-yaşamadıkları ve şayet yaşadılarsa yaşadıkları din kaynaklı stresin kendilerini daha dindar olma yönünde motive edip-etmediği sorulmuştur. Bu sorulara verilen cevaplar, çalışmada 'yoğunluk', 'yaşama sıklığı' ve 'motivasyon' boyutları olarak geçecektir.

Araştırmanın bir sonraki aşamasında, deneklerin anlamada güçlük çektiği tespit edilen maddeler çıkarılarak, örneklem grubuna uygulanmış ve son olarak gerekli güvenilirlik, geçerlik çalışmaları yapılarak çalışmada kullandığımız ölçek ve verilere ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik analizlerinde, Kuder Richardson 20 formülünün genelleştirilmiş bir formu olan 'Alfa İç Tutarlılık Katsayısı' ve 'Madde-Toplam Puan Korelasyonları' teknikleri kullanılmıştır.

Araştırmada kullandığımız anket formu son şekliyle, bağımsız değişkenleri kapsayan demografik özellikler, din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutu olmak üzere dört bölümden oluşmaktadır.

Araştırmada kullanılan yoğunluk boyutu, bireylerin yaşadıkları din kaynaklı stresin gücünü tespit etmek için sorulan 'listede verilen din kaynaklı stres kaynak-

ları sizde hangi yoğunlukta stres uyandırmaktadır?’ sorusuna alınan cevaplardan oluşmakta ve cevap seçenekleri ‘pek çok’, ‘çok’, ‘kararsız’, ‘biraz’ ve ‘hiç’ seçenekleri üzerinden işaretlenebilmektedir. Boyut, 78 maddeden oluşmakta olup, Alpha İç Tutarlılık Katsayısı, .95’dir. Boyutu oluşturan maddelerin toplam puanla düzeltilmiş korelasyon katsayıları, .28 ve .62 arasında değişmektedir. Boyutun puanlanması pek çok=4, çok=3, kararsız=2 biraz =1 ve hiç=0 şeklinde olup, puan ranjı 0-312’dir.

Din kaynaklı stresin yaşanma sıklığını tespit için ise, deneklere listede geçen stres yaşantılarını son bir yıl içinde yaşayıp yaşamadıkları sorulmuş, verilen cevaplar, evet=1, hayır=0 olarak puanlandırılmıştır. Yaşama sıklığı boyutu, yapılan analizler neticesinde gerekli kriterlere uyan 79 maddeden oluşmakta olup, tespit edilen Kuder- Richardson KR20 iç tutarlık katsayısı .89’dur. Madde toplam korelasyonları ise .10 ve .59 arasında değişmektedir. Boyuttan alınabilecek en yüksek puan 79’dur.

Motivasyon boyutu, yine analizler neticesinde gerekli şartları sağlayan 83 maddeden oluşmaktadır. Boyutun alpha iç tutarlılık katsayısı .95, düzeltilmiş madde-toplam korelasyon katsayıları, .25 ve .61 arasında gerçekleşmiştir. Boyut ‘evet’, ‘kısmen’ ve ‘hayır’ seçeneklerini içermekte ve evet=2, kısmen=1 ve hayır= 0 şeklinde puanlandırılmaktadır. Boyuttan alınabilecek puanlar 0-166 arasında değişmektedir.

Ölçeğin geçerliği ile ilgili olarak, öncelikle güvenilirlik çalışmalarında ulaşılan bulguları ön plana çıkarabiliriz. Nitekim yukarıda verilen analiz sonuçları, ölçeğimizin iç tutarlılığının üst düzeyde olduğunu, ayrıca maddelerin toplam ölçekle korelasyonlarının da yeterli düzeylerde olduğunu göstermektedir. Ölçekle ilgili bir diğer geçerlik çalışması olarak araştırma süresince uzman görüşlerine başvurulmuştur. Konu ile ilgili uzmanlardan alınan görüşler, ölçeğin ölçmek istediği din kaynaklı stresi ifade eden maddelerden oluştuğu yönünde olmuştur. Ayrıca araştırmamızda, bağımsız değişken gruplarının ölçeğin boyutlarından aldıkları puanlar arasında farklılıkların tespit edilmesi, ölçeğin din kaynaklı stresi ölçmek için geçerli bir araç olduğunu göstermektedir.

### Örneklem

SÜİFD / 21  
152

Araştırmamızın örneklemini S.Ü. İlahiyat Fakültesi’nde öğrenim görmekte olan 191 kız (%64,7) ve 104 erkek (s=35,3) olmak üzere 295 öğrenciden oluşmaktadır. İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin örnekleme olarak alınmasında, araştırmacının ilgili fakültede öğretim üyesi olmasının yanısıra, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin dini konularla çok yakından ilgili olması, dolayısıyla din kaynaklı stresi en çok yaşayan gruplardan birisi olarak düşünülmesi etkili olmuştur. Bu düşünceye sevkeden etken, araştırmacının din psikolojisi alanında çalışması sebebiyle, yaşadıkları problemlerle ilgili olarak psikolojik danışmanlık için öğrencilerin araştırmacıya gelmeleri, öğrencilerin yaşadıkları bazı problemlerin din ve dindarlık eksenli olduğunun gözlenmesi ve ayrıca diğer öğretim üyelerinin bu konudaki gözlemleri olmuştur.

Örneklemin demografik özelliklerine baktığımızda, %2'sinin 13-17 yaş (s=6), %63,7'sinin 18-21 yaş (s=188) ve %34,2'sinin 22-26 yaş grubundan (s=101); %64,8'inin kadın (s=191), %35,3'ünün (s=104) erkek; %7,8'inin evli (s=23), %92,2'sinin bekar (s=272); % 88'inin (s=260) İmam-hatip lisesi, %9,5'inin (s=28) Anadolu İmam-hatip Lisesi ve %2,4'ünün (s=28) normal lise mezunu; %48,5'inin (s=143) İlköğretim Öğretmenliği, %51,5'sinin (s=152) İlahiyat Öğrenimi Bölümünden; %21'inin (s=62) binici sınıf, %25,1'inin (s=74) ikinci sınıf, %28,8'inin (s=85) üçüncü sınıf ve %25,1'inin (s=74) dördüncü sınıf öğrencisi; %6,4'ünün (s=19) devlet yurdunda kalırken, %11,5'i (s=34) özel yurttan, %23,4'ü (s=69) öğrenci evi, %5,4'ü (s=16) dini cemaatlere bağlı yurt, %19'u (s=56) dini cemaatlere bağlı evde ve %32,9'u (s=97) ailesinin yanında kaldığı; %2,4'ünün (s=7) ailesinin sosyo-ekonomik durumu düşük iken, %8,1'inin (s=24) ortanın altı, %75,9'unun orta (s=224), %11,2'sinin (s=33) ortanın üstü ve %2'sinin (s=6) yüksek; dindarlık algılarına göre %16,3'ünün (s=48) ailesinin dindarlık düzeyi yüksek, %33,6'sının (s=99) ortanın üstü, %43,1'inin (s=127) orta, %5,1'inin (s=15) ortanın altı ve %2'sinin düşük; %13,6'sının (s=40) hayatının en uzun dönemi köy- kasaba gibi küçük yerleşim birimlerinde geçmişken %27,5'i (s=81) ilçe merkezinde ve %59'unun (s=174) il merkezinde geçtiği; %55,3'ü (s=163) dini hayatının şekillenmesinde en etkili din eğitimini ailesinden aldığını belirtirken, %6,8'i (s=20) Kur'an kursu, %2,4'ü (s=7) ilköğretim ve lise din kültürü ve ahlak bilgisi dersleri, %14,6'sı (s=43) imam hatip lisesi, %1,7'si (s=5) cami hocası, %3,7'si (s=11) dini cemaatler ve %10,5'inin (s=31) ilahiyat eğitimini gösterdiği ve %3,7'sinin (s=11) kendini düşük düzeyde dindar görürken, %8,8'inin (s=26) ortanın altı, %47,5'inin (s=140) orta, %38'inin (s=112) ortanın üstü ve %1,4'ünün (s=4) yüksek düzeyde dindar olarak kabul ettiği görülmektedir.

### Hipotezler

- a) Dindarlık, stres kaynağıdır.
- b) Din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşanma sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır.
- c) Din kaynaklı stres, bireyi dindarlık yönünde motive etmektedir.
- d) Din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutlarının demografik değişkenlerle anlamlı ilişkileri vardır; Buna göre,
  - 1) Yaş ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutu arasında anlamlı ilişki vardır. Yaş ilerledikçe yaşanan din kaynaklı stresin yoğunluğu ve sıklığı düşmekte, buna karşılık dindarlık yönünde motivasyon artmaktadır.
  - 2) Cinsiyet ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki vardır. Kadınlar, din kaynaklı stresi erkeklere göre daha yoğun ve daha sık tecrübe etmekte ve yaşadıkları din kaynaklı stres tecrübeleri onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.
  - 3) Medeni durum ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır. Bekarlar din kaynaklı stresi daha

yoğun ve daha sık yaşamakta, buna karşılık yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmemektedir.

4) Mezun olunan lise ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır. Anadolu İmam-Hatip lisesi mezunları, diğer lise mezunlarından daha yoğun ve sıklıkta din kaynaklı stres yaşamakta ve yaşadıkları din kaynaklı stres, onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.

5) Öğrenim alanı ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki vardır. İlahiyat bölümü öğrencileri ilköğretim bölümü öğrencilerine göre din kaynaklı stresi daha yoğun ve sıklıkta yaşamakta ve yaşadıkları din kaynaklı stres, onları dindarlık yönünde daha çok motive etmektedir.

6) Deneklerin ikamet ettikleri yer ile yaşadıkları din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki vardır. Dini cemaatlere bağlı yurt ve evlerde kalanlar, din kaynaklı stresi diğerlerinden daha yüksek yoğunlukta, ancak daha az sayıda yaşamakta ve yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.

7) Ailenin sosyo-ekonomik düzeyine dair algı ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır. Ailesinin sosyo-ekonomik düzeyini düşük olarak algılayanlar, diğerlerine göre daha yoğun ve daha sık din kaynaklı stres yaşamakta ve yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.

8) Ailenin dindarlık düzeyi algısı ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki vardır. Ailenin dindarlık düzeyi algısı yükseldikçe bireyin yaşadığı din kaynaklı stresin yoğunluğu ve sıklığı artmakta ve bu tecrübeleri onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.

9) Yaşanılan sosyal çevre ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki vardır. Küçük yerleşim birimlerinde yaşayanlar, din kaynaklı stresi daha yoğun ve daha sık tecrübe etmekte, yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde diğer gruplara göre daha fazla motive etmektedir.

10) Bireyin dini hayatının şekillenmesinde etkili olan din eğitimi türü ile din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır. Kuran kursu ve dini cemaatlerden aldığı din eğitiminin dini hayatının şekillenmesinde etkili olduğunu kabul edenler diğerlerinden daha yoğun ve daha sık din kaynaklı stres yaşamakta, ancak yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde diğer gruplara göre daha az motive etmektedir.

11) Kişinin dindarlık seviyesine dair algısı ile yaşadığı din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkiler vardır. Buna göre dindarlık düzeyini yüksek kabul edenler din kaynaklı stresi daha yoğun ve daha sık tecrübe etmekte ve yaşadıkları din kaynaklı stres onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir.



## Verilerin analizi

Araştırmada, yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları bağımlı değişkenler ve bağımlı değişkenlerle ilişkili olduğu varsayılan yaş, cinsiyet, medeni durum, mezun olunan lise, bölüm, sınıf, ikamet edilen yer, ailenin sosyo-ekonomik durumu, ailenin algılanan dindarlık düzeyi, hayatın en uzun süresinin geçtiği yerleşim birimi, dini hayatın şekillenmesinde etkili olan din eğitimi türü, algılanan dindarlık düzeyi bağımsız değişkenler olmak üzere analizlere tabi tutulmuştur.

Araştırmada bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkileri ve ilişkilerin yönünü tespit için Pearson Korelasyon Analizi, iki alt grubu olan bağımsız değişken gruplarının din kaynaklı stresle ilgili boyutlardan aldıkları puanların farklı olup olmadığını tespit için T Testi ve ikiden fazla alt grubu olan bağımsız değişkenlerin gruplarının bağımlı değişkenlerden aldıkları ortalama puanlar açısından farklılığını ve eğer varsa farklılıkların hangi gruplar arasında gerçekleştiğini tespit için Tek Yönlü Varyans Analizi, Tukey HSD ve daha zayıf düzeyde farklılıkların tespit için Fisher LSD Testleri kullanılmıştır

## BULGULAR

Araştırmamızda yapılan korelasyon analizi neticesinde, yoğunluk boyutu ile motivasyon boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunurken ( $r=.52$ ,  $P<.01$ ), her iki boyutun yaşanma sıklığı ile ilişkilerinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, din kaynaklı stresin yoğunluğu arttıkça, bireyleri dindarlık yönünde daha çok motive etmektedir. Diğer taraftan din kaynaklı stresin yaşanma sıklığı ile yoğunluk ve motivasyon boyutunun korelasyonlarının yönü, yaşanma sıklığı arttıkça yoğunluk ve motivasyonun düştüğünü, ancak bu ilişkilerin istatistiksel açıdan anlamlı seviyelere ulaşacak düzeyde olmadığını göstermektedir.

Tablo 1. Din kaynaklı stresin Boyutlarının Korelasyonları

		YOĞUNLUK	YAŞ. SIKLIĞI	MOTIVASYON
YOĞUNLUK	PearsCorrelation	.521		
	Sig. (2-tailed)	,		
	N	295		
YAŞ.SIKLIĞI	Pearson Correlation	-.037	.111	
	Sig. (2-tailed)	,521	,	
	N	295	295	
MOTIVAS	Pearson Correlation	,557**	-.039	.111
	Sig. (2-tailed)	,000	,499	,
	N	295	295	295

\*\*  $P<.01$ 

## Yoğunluk Boyutu İle İlgili Bulgular

Yapılan korelasyon analizleri neticesinde, din kaynaklı stresin yoğunluğu ile cinsiyet ( $r=-.32$ ,  $P<.000$ ), ikamet edilen mekan ( öğrenci evi, özel yurt, vakıf yurdu), ( $r=.12$ ,  $P<.05$ ), ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ( $r=.12$ ,  $P<.05$ ) ve dindarlık düzeyi algısı ( $r=.11$ ,  $P<.05$ ) arasında anlamlı ilişkiler tespit edilirken; yaş ( $r=.06$ ), medeni durum ( $r=.07$ ), mezun olunan lise ( $r=.00$ ), öğrenim alanı ( $r=-.08$ ), sınıf ( $r=.05$ ), ailenin dindarlık düzeyi algısı ( $r=.08$ ), hayatın en uzun süresinin geçtiği

yerleşim birimi ( $r=.08$ ), dini hayatın şekillenmesinde etkili olan din eğitiminin türü ( $r=.01$ ) ile anlamlı ilişkisi saptanamamıştır.

Tablo 2. Cinsiyet , Medeni Durum ve Öğrenim Alanı Açısından Deneklerin Ortalama Yoğunluk Puanları ve T Testi Sonuçları

Değişken	Frekans	Ortalama	Standart Sapma	t değeri
Kadın	191	254,45	39,96	5,85**
Erkek	104	224,83	44,24	
Evli	23	232,04	46,47	-1,34
Bekâr	271	244,83	43,48	
İlköğretim	137	247,52	36,42	1,37
İlahiyat	146	240,34	50,08	

\*\* $P<.001$

Yapılan analizler neticesinde, kadınların din kaynaklı stresin yoğunluk boyutundan aldıkları puanların ( $x=254,45$ ) erkeklerin aldıkları puanlardan ( $x=224,83$ ) anlamlı şekilde yüksek olduğu ( $t=5,85$ ,  $P<.001$ ) tespit edilmiştir. Medeni durum ve öğrenim alanı açısından puanların dağılımına bakıldığında ise bekârların puanlarının ( $x=244,83$ ) evlilerin puanlarından ( $x=232,04$ ); İlköğretim alanı bölümü öğrencilerinin puanlarının ( $x=247,52$ ), İlahiyat bölümü öğrencilerinin puanlarından ( $x=240,34$ ) daha yüksek olduğu, ancak puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 3. Bağımsız Değişken Gruplarının Yoğunluk Boyutundan Aldıkları Puanların Farklılığına Dair Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

YOĞNLK	Kaynak	Kareler toplm	Ser. derec	Kar.ortalaması	F değeri	Anlamlılık
Yaş	Gruplar arası	2409,417	2	1204,709	,626	,536
	Grupları içi	560372,583	291	1925,679		
	Toplam	562782,000	293			
Mez.lise	Gruplar arası	6324,741	2	3162,371	1,655	,193
	Gruplar içi	557907,204	292	1910,641		
	Toplam	564231,946	294			
Sınıf	Gruplar arası	8695,202	3	2898,401	1,522	,209
	Gruplar içi	531438,890	279	1904,799		
	Toplam	540134,092	282			

	Gruplar içi	542127,481	285	1902,202		
	Toplam	555722,605	290			
Ail.sos.ek	Gruplar arası	19826,773	4	4956,693	2,643	,034
	Gruplar içi	541997,339	289	1875,423		
	Toplam	561824,112	293			
Ail.din.algı sı	Gruplar arası	4624,202	4	1156,050	,599	,664
	Gruplar içi	559607,744	290	1929,682		
	Toplam	564231,946	294			
Hay.geç.yer	Gruplar arası	10034,938	2	5017,469	2,644	,073
	Gruplar içi	554197,008	292	1897,935		
	Toplam	564231,946	294			
Etkidineğt	Gruplar arası	1979,508	6	329,918	,168	,985
	Gruplar içi	534647,202	273	1958,415		
	Toplam	536626,711	279			
Dindüzalg ısı	Gruplara rası	12549,	4	3137,399	1,656	,160
	Gruplar içi	545571,817	288	1894,347		
	toplaml	558121,413	292			

SÜİFD / 21

157

Diğer taraftan yapılan tek yönlü varyans analizleri neticesinde, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ve hayatın en uzun süresinin geçtiği yerleşim birimi gruplarının, din kaynaklı stresin yoğunluk boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı farklılıklar olduğu (Sos-eko,  $F_{4,289}=2,64$ ,  $P=0,03$ ; Hay. geç. yer,  $F_{2,292}=2,64$ ,  $P=0,07$ ), bu iki değişkenin dışındaki bağımsız değişken gruplarının puanları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Yoğunluk Boyutu Puanlarının Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyi Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Tukey HSD Testi Sonuçları

Ail.Sos.Ek düzekekekekedüzekekekon.düzeji	Ortalama puanlar	Düşük	Orta altı	Orta	Ortanın üstü	Yüksek
Düşük	219,85					
Ortanın altı	220,29			*		
Ortanın üstü	243,33					
Orta	247,05					
Yüksek	249,16					

\* P<.05

Ailenin sosyo-ekonomik durumu bağımsız değişkeni gruplarının puanlarına baktığımızda, din kaynaklı stresi en yoğun şekilde yaşayan grubun, sosyo-ekonomik düzeyi en yüksek (x=249,16) , en düşük seviyede yaşayanların ise sosyo-ekonomik düzeyi en düşük grubun olduğu (x=219); ancak gruplar arasında anlamlı farklılığın ortanın altı (x=220,29) ve orta (x=247,05) grupları arasında gerçekleştiği görülmektedir.

Tablo 5. Yoğunluk Boyutu Puanlarının Hayatın En Uzun Süresinin Geçtiği Yerleşim Birimi Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Tukey HSD Testi Sonuçları

Yerleşim Birimi birimiyekekon.düzeji	Ortalama puanlar	Köy-kasaba	İl merkezi	İlçe merkezi
Köy-kasaba	229,87			
İl Merkezi	245,03			
İlçe Merkezi	248,80		*	

\*P<.06

Hayatın en uzun süresinin geçtiği yerleşim birimi açısından puanların dağılımı analiz edildiğinde ise, din kaynaklı stresi en yoğun şekilde ilçe merkezinde yaşayanların (x=248,80) tecrübe ettikleri, onları il merkezi (x=245,03) ve köy-kasaba (x=229,87) gruplarının takip ettiği, anlamlı farklılığın ise köy-kasaba ve ilçe merkezi grupları arasında gerçekleştiği tespit edilmiştir.

Diğer taraftan korelasyon analizinde yoğunluk boyutu ile ikamet edilen mekan arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiş olmakla birlikte, yapılan varyans analizi, grupların puanlarının birbirine yakın olduğunu, aralarında anlamlı farklılık olmadığını göstermiştir.

Tablo 6. Yoğunluk Boyutu Ortalama Puanlarının İkamet Edilen Mekan Değişkeni Gruplarına Göre Dağılımı

İkamet	Sayı	Ortalama
--------	------	----------

Devlet yurdu	19	230,42
Öğrenci evi	34	236,21
Özel yurt	69	241,29
Dini cemaatlere bağlı yurt	16	243,56
Aile yanında	56	247,47
Dini cemaat evi	97	252,96
Toplam	291	243,81

Araştırmamız açısından önemli bir değişken olduğu için, fikir vermesi açısından ikamet edilen yere göre puanların dağılımına baktığımızda, en yüksek yoğunluk boyutu puanına dini cemaatlere bağlı evlerde kalanların ulaştığı ( $x=252,96$ ); onları, ailesi ile birlikte kalanlar ( $x=247,47$ ), dini cemaatlere bağlı yurtlarda kalanlar ( $x=243,56$ ), özel yurttaki kalanlar ( $x=241,29$ ), öğrenci evinde kalanlar ( $x=236,21$ ) ve devlet yurdunda kalanlar ( $x=230,42$ ) takip etmektedirler. Bu durumda her ne kadar istatistiksel açıdan desteklenmese de dini cemaat ve evlerde kalanların din kaynaklı stresi daha yoğun şekilde yaşayacakları yönündeki hipotezimizin kısmen desteklendiğini söyleyebiliriz.

#### Yaşama Sıklığı Boyutuyla İlgili Bulgular

Din kaynaklı stresin yaşama sıklığı ile cinsiyet ( $r=.14$ ,  $P<.05$ ), medeni durum ( $r=.12$ ,  $P<.05$ ), ikamet edilen mekan ( $r=-.17$ ,  $P<.01$ ), ailenin dindarlık düzeyi algısı ( $r=-.16$ ,  $P<.01$ ) ve bireyin dindarlık düzeyi algısı arasında ( $r=-.15$ ) anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Tablo 7. Cinsiyet, Medeni Durum ve Öğrenim Alanı Açısından Deneklerin Yaşama Sıklığı Boyutu Ortalama Puanları ve T Testi Sonuçları

Değişken	Frekans	Ortalama	Standart Sapma	t değeri
Kadın	191	35,45	9,04	-2,23**
Erkek	104	38,70	13,22	
Evli	23	31,86	13,24	-1,82
Bekar	271	37,04	10,48	
İlköğretim	137	37,40	9,90	1,04
İlahiyat	146	36,07	11,43	

\*\* $P<.01$

SÜİFD / 21

Uygulanan t testleri, cinsiyet gruplarından erkeklerin ( $x=38,70$ ), kadınlar-  
dan ( $x=35,45$ ); medeni durum gruplarından bekarların ( $x=37,04$ ) evlilerden  
( $x=31,86$ ); öğrenim alanı gruplarından ilköğretim grubunun ( $x=37,40$ ) ilahiyat  
grubundan ( $x=36,07$ ) daha çok sıklıkta din kaynaklı stres yaşadıklarını, ancak  
gruplar arasında anlamlı farklılığın sadece kadınlarla erkekler arasında gerçekleşti-  
ğini göstermektedir.

Tablo 8. Bağımsız Değişken Gruplarının Din kaynaklı stresi Yaşama Sıklığı Boyutundan Aldıkları Puanların Farklılığına Dair Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

YAŞAMASIKLIĞI	Kaynak	KarelerToplam	SerbstlkDer.	Kareler Ort.	F Değeri	Anlamlılık
Yaş	GruplarArası	169,878	2	84,939	,734	,481
	Gruplar İçi	33665,455	291	115,689		
	Toplam	33835,333	293			
Mez.lise	GruplarArası	421,572	2	210,786	1,819	,164
	Gruplar İçi	33839,424	292	115,888		
	Toplam	34260,997	294			
Sınıf	GruplarArası	161,823	3	53,941	,477	,698
	Gruplar İçi	3159,915	279	113,046		
	Toplam	31701,739	282			
İkamet	GruplarArası	1119,307	5	223,861	1,958	,085
	Gruplar İçi	32585,339	285	114,335		
	Toplam	33704,646	290			
Ail. sos-ekoDüz	GruplarArası	1157,183	4	289,296	2,550	,039
	Gruplar İçi	32793,120	289	113,471		
	Toplam	33950,303	293			
Ail.din.düz. alg	GruplarArası	1413,921	4	353,480	3,121	,015
	Gruplar İçi	32847,075	290	113,266		
	Toplam	34260,997	294			
Hay en uz.yaş.yer	Gruplar Arası	146,681	2	73,340	,628	,535
	Gruplar İçi	34114,316	292	116,830		
	Toplam	34260,997	294			
Din eğit	GruplarArası	557,930	6	92,988	,847	,534
	Gruplar İçi	29962,070	273	109,751		
	Toplam	30520,000	279			
Din düz. algısı	GruplarArası	907,039	4	226,760	2,010	,093
	Gruplar İçi	32491,726	288	112,818		
	Toplam	33398,765	292			

İkiden fazla grubu olan bağımsız değişkenlerle ilgili yapılan varyans analizlerinde ise, din kaynaklı stresi yaşama sıklığı puanlarının ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ( $F_{4,289}=2,55$ ,  $P=.03$ ) ve ailenin dindarlık düzeyi algısı ( $F_{4,290}=3,12$ ,  $P=.01$ ) grupları arasında anlamlı şekilde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Diğer taraftan ikamet ( $F_{4,290}=1,95$ ,  $P=.08$ ) ve dindarlık düzeyi algısı ( $F_{4,290}=2,01$ ,  $P=.09$ ) gruplarının puanları arasında da her ne kadar  $P<.05$  düzeyine ulaşmasa da hipotezlerimiz açısından önemli gördüğümüz, anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu sebeple ilgili değişkenlere ait Fisher LSD Testi sonucunda ulaşılan bulguları da burada aktarmayı uygun gördük.

Tablo 9. Yaşama Sıklığı Boyutu Puanlarının Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyi Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Tukey HSD Testi Sonucu

Ail.Sos.Ek.düz kekeküzeyekon.düzeyi	Ortalama puanlar	Düşük	Orta	Orta. üstü	Yüksek	Orta altı
Düşük	26,14					*
Orta	36,51					
Ortanın üstü	36,69					
Yüksek	38,66					
Ortanın altı	40,50					

\* P<.05

Ailenin sosyo ekonomik durumuna göre puanların dağılımına baktığımızda, en düşük puana ailesinin sosyo ekonomik durumunu düşük görenlerin ulaştığı ( $x=26,14$ ), onları yükseğe doğru 'orta' ( $x=36,51$ ), 'ortanın üstü' ( $x=36,69$ ) ve 'yüksek' gruplarının ( $x=38,66$ ) takip ettiği ve en yüksek ortalamaya 'ortanın üstü' grubunun ulaştığını ( $x=40,50$ ) görmekteyiz. Burada, 'ortanın altı' grubunun diğer gruplardan daha yüksek puana ulaşmış olması dikkat çekicidir. Anlamlı farklılık ise, en düşük ortalamaya ulaşan 'düşük' grubu ile en yüksek ortalamaya ulaşan 'ortanın altı' grubu arasında gerçekleşmiştir.

Tablo 10. Yaşama Sıklığı Boyutu Puanlarının İkamet Edilen Yer Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Fisher LSD Testi Sonucu

İkamet	Ortalama puanlar	Aile yanı	Dincevi	Öğrevi	Dincem yur	Özelyurt	Dev yurdu
Aile yanı	34,31						
Dini cem evi	35,94						
Öğrenci evi	37,00						
Din cem yur	38,25						
Özel yurt	39,73	*					
Devlet yurdu	39,89	*					

\* P<.05

Yapılan Fisher LSD Testi sonucu, din kaynaklı stresi en çok sayıda devlet yurdunda yaşayanların tecrübe ettiğini ( $x=39,89$ ), onları sırasıyla özel yurt ( $x=39,73$ ), dini cemaat yurdu ( $x=38,25$ ), öğrenci evi ( $x=37,00$ ), dini cemaat evinde yaşayanların takip ettiği ( $x=35,94$ ), en düşük oranda ise ailesinin yanında ikamet edenlerin yaşadığını ( $x=34,31$ ), ancak istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın ailesi yanında ikamet edenlerle, özel yurt ve devlet yurdunda kalanlar arasında gerçekleştiğini göstermiştir.

Tablo 11. Yaşama Sıklığı Boyutu Puanlarının Ailenin Dindarlık Düzeyi Algısı Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarının Farklılığına Dair Tukey HSD Testi Sonucu

Ail.DinDüz aAlgısı	Ortalama puanlar	Yüksek	Düşük	Ort üstü	Ort altı	Orta
Yüksek	32,64					
Düşük	34,50					
Ortanın üstü	35,76					
Ortanın altı	38,33					
Orta	38,62	*				

\* P<.05

Ailenin dindarlık düzeyine göre din kaynaklı stresin yaşama sıklığına baktığımızda, en çok din kaynaklı stresi ailesinin dindarlık düzeyini 'orta' olarak görenlerin, en az sayıda din kaynaklı stresi ise ailesinin dindarlık düzeyini 'yüksek' görenlerin yaşadığını görmekteyiz. Ancak grupların puanlarının dağılımı, dindarlık düzeyi gruplarının sıralaması ile mantiki bir tutarlılık göstermese de, anlamlı farklılığın en düşük puanı alan yüksek grubu ile en yüksek puanı alan orta grubu arasında gerçekleştiği görülmektedir.

Tablo 12. Yaşama Sıklığı Boyutu Puanlarının Dindarlık Düzeyi Algısı Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Fisher LSD Testi Sonucu

Din Düz Algısı	Ortalama puanlar	Yüksek	Ort üstü	Orta	Ort altı	Düşük
Yüksek	34,00					
Ortanın üstü	35,47					
Orta	36,86					
Ortanın altı	38,84					
Düşük	44,00		*	*		

Dindarlık düzeyi açısından din kaynaklı stresi yaşama sıklığı puanlarının dağılımına baktığımızda, en çok din kaynaklı stres yaşayanların kendini en 'düşük' düzeyde dindar olarak algılayanların olduğu ( $x=44,00$ ); onları 'ortanın altı' ( $x=38,84$ ), 'orta' ( $x=36,86$ ), 'ortanın üstü' ( $x=35,47$ ) gruplarının takip ettiği ve en düşük sıklıkta din kaynaklı stres yaşayanların ise kendini 'yüksek' düzeyde dindar olarak kabul edenlerin olduğu görülmektedir. Ancak anlamlı farklılık, kendini 'düşük' düzeyde dindar olarak kabul edenlerle 'orta' ve 'ortanın üstü' düzeylerinde dindar olarak kabul edenler arasında gerçekleşmiştir.



## Motivasyon Boyutuyla İlgili Bulgular

Motivasyon boyutu ile yaş ( $r=12$ ,  $P<.05$ ), cinsiyet ( $r=-.20$ ,  $P<.01$ ), öğrenim görülen sınıf ( $r=.21$ ,  $P<.01$ ) ve dindarlık algısı arasında ( $r=.19$ ,  $P<.01$ ) anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 13. Cinsiyet, Medeni Durum ve Öğrenim Alanı Açısından Deneklerin Motivasyon Boyutu Ortalama Puanları ve T Testi Sonuçları

Değişken	Frekans	Ortalama	Standart Sapma	t değeri
Kadın	191	132,79	23,23	3,50*
Erkek	104	122,72	24,27	
Evli	23	127,47	21,43	-.39
Bekar	271	129,34	24,32	
İlköğretim	137	130,29	21,84	.86
İlahiyat	146	127,82	26,18	

\* $P<.001$

Yapılan analizler neticesinde, Kadınların motivasyon boyutundan aldıkları puanların ( $x=132,79$ ) erkeklerin puanlarından ( $x=122,72$ ) anlamlı şekilde yüksek olduğu ( $t=3,50$ ,  $P<.001$ ) saptanmıştır. Medeni durum ve öğrenim alanı gruplarının puanlarına bakıldığında ise, din kaynaklı stresin dindarlık yönünde bekârları ( $x=127,47$ ) evlilerden ( $x=129,34$ ); öğrenim alanı gruplarında ise ilköğretim bölümü öğrencilerini ( $x=130,29$ ) ilahiyat bölümü öğrencilerinden ( $x=127,82$ ) daha fazla motive ettiği; ancak her iki bağımsız değişkenin alt gruplarının puanlarının istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar göstermediği tespit edilmiştir.

Tablo 14. Bağımsız Değişken Gruplarının Motivasyon Boyutundan Aldıkları Puanların Farklılığına Dair Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

MOTIVSYN	Kaynak	Kar.Toplm	Ser. Der.	Kare.Ort	F değ.	Anlamlık
Yaş	Gruplar Arası	3425,499	2	1712,749	2,923	,055
	Gruplar İçi	167456,926	291	575,453		
	Toplam	170882,425	293			
Mez.lise	Gruplar Arası	2197,533	2	1098,767	2,030	,133
	Gruplar İçi	168881,463	292	578,361		
	Toplam	171078,997	294			
Sınıf	Gruplar Arası	7503,283	3	2501,094	4,475	,004
	Gruplar İçi	155172,180	279	556,173		
	Toplam	162675,463	282			
İkamet	Gruplar Arası	1803,679	5	360,736	,537	,747
	Gruplar İçi	168468,823	285	591,119		
	Toplam	170272,502	290			
Ail.S.Ed	Gruplar Arası	2239,686	4	559,922	,935	,444
	Gruplar İçi	167936,045	289	581,094		
	Toplam	170175,731	293			
Ail.din düz	Gruplar Arası	3430,327	4	857,582	1,588	,18
	Gruplar İçi	167648,670	290	578,099		
	Toplam	171078,997	294			
Ha.en uz.yaş	Gruplar Arası	512,758	2	256,379	,542	,582
	Gruplar İçi	170566,239	292	584,131		

	Toplam	171078,997	294			
Din eğit	Gruplar Arası	2703,562	6	450,594	,740	,617
	Gruplar İçi	158175,406	273	579,397		
	Toplam	160878,968	279			
Din düz algı	Gruplar Arası	6733,610	4	1683,402	3,067	,017
	Gruplar İçi	163172,527	288	566,571		
	Toplam	169906,137	292			

Diğer taraftan yaş ( $F_{2,291}=2,92$ ,  $P<.05$ ), sınıf ( $F_{3,279}=4,47$ ,  $P<.004$ ) ve dindarlık düzeyi algısı ( $F_{4,288}=3,067$ ,  $P<.01$ ) gruplarının motivasyon boyutu puanları anlamlı farklılık gösterirken, diğer değişkenlerin grupları arasında motivasyon boyutu açısından anlamlı farklılık tespit edilememiştir.

Tablo 15. Motivasyon Boyutu Puanlarının Yaş Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Fisher LSD Testi Sonuçları

Yaş	Ortalama	13-17 yaş	18-21 yaş	22-26 yaş
13-17 yaş	112,83			
18-21 yaş	127,84			
22-26 yaş	132,92	*		

\* $P<.05$

Yaş grupları ile ilgili bulgulara baktığımızda, yaş ilerledikçe din kaynaklı stresin dindarlık yönündeki motivasyonunun arttığı (13-17 yaş,  $x=112,83$ ; 18-21 yaş,  $x=127,84$ ; 22-26 yaş,  $x=132,92$ ); ancak gruplar arasında anlamlı farklılığın 13-17 yaş grubu ile 22-26 yaş grubu arasında gerçekleştiği görülmektedir.

Tablo 16. Motivasyon Boyutu Puanlarının Sınıf Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Tukey HSD Testi Sonuçları

Sınıf birimiyekekon.düzeyi	Ortalama puanlar	1. sınıf	2.sınıf	3. sınıf	4. sınıf
1. sınıf	121,53				
2. sınıf	128,38				
3.sınıf	131,15				
4.sınıf	136,24	*			

\* $P<.05$

Diğer taraftan puanların benzer bir dağılımını, sınıf bağımsız değişkeninde de görmekteyiz. Burada da olumlu yönde motivasyon, sınıf ilerledikçe artmakta (1. sınıf, $x=121,53$ ; 2. sınıf= $128,38$ ; 3. sınıf,  $x=131,15$ ; 4. sınıf, $x=136,24$ ), ancak 4. sınıfların puanları ile 1. sınıfların puanları anlamlı şekilde farklılık göstermektedirler. Buna göre öğrencilerin almış olduğu eğitimin, onların yaşadıkları din kaynaklı stresin dindarlık yönünde motivasyonunda etkili olduğunu söyleyebiliriz.

Tablo 17. Motivasyon Boyutu Puanlarının Dindarlık Algısı Bağımsız Değişkeni Grupları Açısından Dağılımlarına Dair Tukey HSD Testi Sonuçları

DinDüz Algısı	Ortalama puanlar	Düşük	Orta altı	Orta	yüksek	Orta üstü
Düşük	119					
Ortanın altı	123,46					
Orta	131,85					
Yüksek	136,75					
Ortanın üstü	137,40			*		

\*P&lt;.05

Dindarlık algısı açısından baktığımızda, din kaynaklı stresin dindarlık yönünde en fazla motive ettiği kişilerin kendini 'ortanın üstü' ( $x=137,40$ ) ve 'yüksek' ( $x=136,75$ ) düzeyde dindar olarak görenler olduğu görülmektedir. Buna karşılık dindarlık algısını 'düşük' ( $x=119$ ), 'ortanın altı' ( $x=123,46$ ) ve 'orta' ( $x=131,85$ ) görenlerin yaşadığı din kaynaklı stres, onları dindarlık yönünde daha az motive etmekte, ancak istatistiksel açıdan anlamlı farklılık, 'ortanın altı' ve 'ortanın üstü' gruplarında gerçekleşmektedir. Buna göre kendini dindar görenlerin yaşadıkları din kaynaklı stres, onları dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir diyebiliriz.

## DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

Din kaynaklı stres, bir dine inanan hemen hemen herkesin bir şekilde yaşadığı bir tecrübedir. Bu tecrübe bazıları için sıradan bir yaşantı iken, bazıları için hayatın genel akışını, duyu, düşünce, tutum ve davranışlarını derinden etkileyebilmektedir. Nitekim geliştirdiğimiz din kaynaklı stres ölçeği, insanların dilenciye para verememek, sabah namazına kalkamamak, seviyesiz televizyon programları izlemek, Allah'a isyan içeren şarkıları dinlemek gibi ölçeğin hemen başında yer alan konuların dışında bir çok duyu, düşünce ve davranışı din kaynaklı stres olarak algıladıklarını göstermektedir ( bkz, Ek 1.).

Esasen araştırmamızın başında da belirttiğimiz gibi, dindarlık kolayca yaşanan bir olgu olmayıp, Hz. Adem'den beri insanoğlunu zaman zaman varoluşsal sıkıntılara sokan bir süreçtir. Dindar, rahatlık içinde yaşayan bir kişi değil; her an uyanık olan, Allah'la hayatın her anında iletişimde bulunan, dindarlığı seçtiği için bir takım gereklilikleri yerine getirmek zorunda olan, aynı zamanda bütün yapıp ettiklerine rağmen Cennet kendisi için garanti olmayan bir bireydir. O, her an korku (havf) ve ümit (reca) arasındadır. Yaşadığı tecrübe şayet dinin yasakladığı bir şey, yani günah ise veya inandığı şeylerin aksine bir durumla karşı karşıya ise, bilişsel tutarlılığı bozulacaktır. Bu durumda, ya yaşadığı gerginlik devam edecek ve bu durum onu daha büyük sıkıntılara sürükleyecek, ya da yaşadığı stresin üstesinden gelmek için bir takım başa çıkma stratejilerine başvuracaktır. Nitekim yapılan

araştırmalar, dindarların büyük oranda günahkârlık duygusu yaşadıklarını, benlik-ideal benlik algıları arasında çatışmalar olduğunu göstermektedir (Hallahmi, Argyle, 1997,s.176;). Bununla birlikte, din kaynaklı stresin bireyi dindarlık yönünde motive etmek gibi olumlu yönleri de vardır (Hökeleki, 1993,s.104-106).

Araştırmamızda, din kaynaklı stres yaşantılarını ifade eden maddelerden oluşan bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin güvenirlik-geçerlik analizleri, iç tutarlılığının ve ayrıca maddelerin toplam ölçekle korelasyonlarının yeterli düzeylerde olduğunu göstermektedir. Yine yapılan analizler, ölçeğin yoğunluk ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişkini olduğunu, birey ne kadar yoğun din kaynaklı stres yaşarsa, yaşadığı din kaynaklı stresin onu dindarlık yönünde daha fazla motive ettiğini göstermiştir. Yaşama sıklığının ise hem yoğunluk, hem de motivasyon boyutu ile anlamlı ilişkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Diğer taraftan bağımsız değişken gruplarının bazılarının her üç boyutla anlamlı ilişkilerinin olduğu ve bağımsız değişken gruplarının boyutlardan aldıkları puanların farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu bulguların, araştırmamızın dindarlığın bir stres kaynağı olabileceği yönündeki temel hipotezini desteklediğini; buna karşılık, boyutlar arasında ve boyutlarla bağımsız değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin olduğu yönündeki hipotezlerin bazılarının desteklendiğini, bazılarının ise kısmen desteklendiğini ya da hiç desteklenmediğini söyleyebiliriz.

#### Yoğunluk Boyutuyla İlgili Değerlendirme ve Sonuç

Araştırmamızda, yaşanan din kaynaklı stresin yoğunluğu ile cinsiyet, ikamet edilen mekân (öğrenci evi, özel yurt, vakıf yurdu), ailenin sosyo- ekonomik durumu ve dindarlık düzeyi algısı arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Cinsiyetle ilgili hipotezimiz, yoğunluk boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve kadınların din kaynaklı stresi erkeklerden daha yoğun şekilde yaşadıkları yönündeydi. Bulgulara baktığımızda, kadınların din kaynaklı stresi erkeklere göre daha yoğun şekilde yaşadıkları görülmektedir. İstatistiksel açıdan da bu farklılık teyit edilmektedir. Bu durumda, ilgili hipotezin desteklendiğini söyleyebiliriz.

Din psikolojisi literatüründe cinsiyet, önemli bir bağımsız değişken olarak kabul edilmektedir. Batı'da yapılan çalışmaların bulgularına göre, dini hayatla ilgili değişik konularda kadınlarla erkekler arasında dikkat çekici farklılıklar mevcuttur. Buna göre dini inançlar konusunda kadınlar erkeklere göre daha ortodoks ya da tutucu olup, bağlı oldukları dinin merkezî, geleneksel Tanrı ve ahiret inancına daha çok meyletmektedirler. Erkekler, Tanrıyı insanı yönlendiren (driving force), kadiri mutlak (supreme power), planlayan (Planner) ve kontrol eden (controller) bir güç olarak algılamakta iken kadınlar, daha çok iyileştirici, ıslah edici (healer), seven, rahatlatan (comforting), affeden sıfatlarıyla algılamakta ve ibadetlere daha çok katılmaktadırlar (Beit-Hallahmi, Argyle, 1997, s.139-142).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda ise, dindarlık konusunda kadınlarla erkekler arasındaki farklığa dair bulguların çok belirgin bir tablo çizmediği görülmektedir. Fırat (1977) yaptığı araştırmada, kızların genel kanaatin aksine, daha çok rasyonel inanç, inançsızlık ve kararsızlıkta yoğunlaştığını ve erkeklere göre daha az

dini duyguya sahip olduklarını tespit etmiştir. Diğer taraftan Bayyigit (1987) ve Köktaş (1993) tarafından yapılan araştırmalarda kadınlarla erkekler arasında dindarlık açısından belirgin bir farklılık tespit edilemez iken, Yıldız (1998) ve Kaya (1998) araştırmalarında erkeklerin kızlardan daha dindar oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Bizim yaptığımız doktora çalışmasında da kızlarla erkekler arasında dindarlık açısından anlamlı bir farklılık yok iken, dindarlığın duygu boyutundan kızların aldıkları puanların erkeklerin puanlarından anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Şahin, 1999, s.105).

Diğer taraftan bulgular, kadınların günahkarlık duygularını erkeklere oranla daha çok tecrübe ettiklerini ve içsel olarak kendilerini daha çok cezalandırdıklarını (intro-punitive), bu durumun özellikle gençlik döneminde belirginlik kazandığını; şayet din bireyin yaşadığı bu durumu atlatmada yardımcı mekanizmaları sağlamıyorsa, yaşanan din kaynaklı stresin daha da arttığını (Beit-Hallahmi, Argyle, 1997, s.176-177), ölüm korkusunu daha çok yaşadıklarını (Harding ve diğ.,2005), depresyona daha açık olduklarını, dindarlıklar ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı ilişki olduğunu; yüksek ve düşük düzeyde dindar kadınlarda depresyon daha düşük iken, orta düzeyde dindar kadınlarda daha yüksek olduğunu göstermektedir (Eliassen ve Diğ. 2005).

Acaba kadınlarla erkekler arasındaki gerek dindarlık ve gerekse din kaynaklı stres açısından tespit edilen bu farklılık nasıl açıklanabilir?

Farklılıkla ilgili işaret edilen ilk konu kişiliktir. Daha çocukken, aşağı yukarı bütün kültürlerde gözlendiği kadıyla, erkekler daha agresif ve rekabetçi, kızlar ise daha sosyal, yardımsever, insanlarla ilişki kurmayı ve kendini ifade etmeyi daha çok tercih eder şekilde yetiştirilmektedir. (Beit Hallahmi, Argyle, 1997, s.142-143).

Ganefski ve arkadaşları yaptıkları çalışmada (2004), depresyon açısından kadınlarla erkekler arasındaki farklılığı açıklayan görüşleri aktarmışlardır. Bu konudaki birinci görüşe göre, kadınlarla erkekler arasındaki depresyon farklılığı, onlar arasındaki sosyo-ekonomik statü, eğitim düzeyi, depresif olduğunu kabul etme ve depresyondan kurtulmak için yardım talebinde bulunma konularındaki farklılığının bir sonucudur. İkinci görüş, kadınların hormonal ve genetik olarak depresyona daha açık olmalarını ön plana çıkarırken üçüncü görüş, kadınların negatif hayat olaylarına daha fazla maruz kaldıklarını, bunun da onların depresif rahatsızlıklarını tetiklediğini savunmaktadır. Bu konudaki dördüncü görüş, kadınların kişilik olarak depresyona açık olan nörotik kişilik özellikleri ve yüklenme şekillerine daha çok yatkın olduklarını öne sürmektedir. Beşinci görüşe göre ise, kadınların erkeklerle göre depresyona daha çok maruz kalmaları, stres ve sıkıntı durumlarında daha çok pasif ve duygu merkezli (emotion focused) başa çıkma yollarına başvurmaları sebebiyledir.

Yine Ganefski ve arkadaşlarının bulgularına (2004) göre, kadınlarla erkeklerin kullandıkları bilişsel başa çıkma stratejileri de farklılık göstermekte ve bu durum her iki grubun depresif semptomları ifadelerinde önemli rol oynamaktadır. Kadınlarla erkekler arasındaki en önemli farklılık, bilişsel duygu düzenleme stratejilerinden (cognitive emotion regulation) *problem üzerinde uzun uzadıya düşünme* (rumination) ve *felaketleştirmede* (catastrophizing) ortaya çıkmaktadır.

Buna göre kadınlar erkeklere göre duygusal tecrübelerine daha çok odaklaşmakta, stresi duygusal düzeyde daha fazla yaşamakta ve üzüntü halinde daha fazla kalmaktadırlar. Bu durum da onları depresif semptomlara daha açık hale getirmektedir.

Deneklerin ikamet ettikleri mekân ile ilgili hipotezimiz, din kaynaklı stresin, dini baskının daha fazla olduğunu düşündüğümüz cemaat yurdu ve cemaat evinde kalan bireylerde daha yoğun yaşanacağı; buna karşılık kendilerini ifade etmede daha rahat hissedeceğini düşündüğümüz ailesinin yanında, devlet yurdu, özel yurt ve özel evde yaşayanlarda daha az tecrübe edileceği yönünde idi. Bulgulara baktığımızda, devlet yurdu, özel yurt ve öğrenci evinde ikamet edenler din kaynaklı stresi daha az yoğunlukta yaşarlarken, ailesinin yanında, dini cemaatlere bağlı yurt ve evlerde kalanların daha yoğun yaşadıkları, grupların aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı görülmektedir. Bu bulgular, varsayımımızın kısmen desteklendiğini göstermektedir.

Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi ile din kaynaklı stresin yoğunluğu arasında da anlamlı bir ilişki olduğunu, ailesinin sosyo-ekonomik düzeyini düşük görenlerin din kaynaklı stresi diğerlerine göre daha yoğun şekilde yaşadıklarını varsaymıştık. Yaptığımız korelasyon analizleri, ailesinin sosyo-ekonomik düzeyi yükseldikçe bireylerin din kaynaklı stresi daha yoğun şekilde yaşadıklarını göstermektedir. Puanların dağılımına baktığımızda, en yüksek yoğunluk puanına ailesinin sosyo-ekonomik düzeyi 'yüksek' deneklerin ulaştığı ( $x=249,16$ ), onları 'orta' ( $x=247,05$ ), 'ortanın üstü' ( $x=243,33$ ), 'ortanın altı' ( $x=220,29$ ) gruplarının takip ettiği ve en düşük puanı alanların ise ailesinin sosyo-ekonomik düzeyini 'düşük' olarak görenlerin olduğu ( $x=219,85$ ), ancak gruplar arasındaki farklılığın 'ortanın altı' ve 'orta' sosyo-ekonomik grupları arasında gerçekleştiği görülmektedir. Bu durumda ilgili hipotezin desteklenmediğini söyleyebiliriz.

Sosyo-ekonomik düzey, günümüz sosyal bilim çalışmalarında genellikle bireyin gelir düzeyi, eğitim düzeyi ve iş durumunu içine alan bir şemsiye kavram olarak kullanılmaktadır. Araştırmamızın örnekleme üniversite öğrencileri olduğu için, henüz sosyo-ekonomik statüleri belirginleşmediğinden, ailelerinin bu konudaki durumuna dair algıları dikkate alınmıştır. Burada amacımız, ailenin sosyo-ekonomik düzeyine dair algının bireyin tecrübe ettiği din kaynaklı strese etkisini tespit etmektir.

Sosyo-ekonomik statü, gerek din psikolojisi ve gerekse diğer sosyal bilimlerde dindarlıkla ilgili bir bağımsız değişken olarak sıklıkla ele alınmıştır. Bulgulara göre, sosyo-ekonomik düzeyi düşük bireylerin hayatlarındaki düzensizlik ve sıkıntılar, onların dindarlığına da yansımaktadır. Sosyo-ekonomik gruplar, 'ortanın üstü', 'orta' ve 'ortanın altı' 'düşük' şeklinde sınıflandırıldığında, 'düşük' grubun diğer ikisinden daha yüksek dindarlık puanlarına ulaştığını göstermektedir. Diğer taraftan, bir takım radikal dini akımların düşük sosyo-ekonomik düzeyden insanlar arasında taraftar bulduğu da araştırmacılar tarafından tespit edilmiştir. Bu gruplar, daha çok küçük yerleşim yerlerinden kişileri kendilerine çekmekte ve bir nevi protestocu dini akımlar haline gelmektedirler (Almqvist, 1966'dan nakl. Beit-Hallahmi, Argyle, 1997, s.155-157)

Bu durumda, din kaynaklı stresle ilgili bulgularımızla daha önce tespit edilen dindarlığa dair bulgular arasında ters yönde bir ilişki olduğunu görmekteyiz. Sosyo-ekonomik durumu yüksek bireyler, daha az dindar iken din kaynaklı stresi daha yoğun yaşamakta, buna karşılık düşük sosyo-ekonomik düzeyden bireyler daha dindar ve din kaynaklı stresi daha az yaşamaktadırlar. Bu sonucun da bizim 'dindarlar din kaynaklı stresi dindar olmayanlara göre daha yoğun şekilde yaşarlar' şeklindeki hipotezimizi desteklemediği görülmektedir. Bu tenakuz üzerinde araştırmamızın ilerleyen bölümlerinde durulacaktır.

Araştırmamızda, hayatın en uzun süresinin geçtiği yerleşim birimi ile din kaynaklı stresin yoğunluğu arasında anlamlı ilişki olduğunu, küçük yerleşim birimlerinde hayatının büyük bölümünü geçirenlerin din kaynaklı stresi diğerlerine göre daha yoğun yaşayacaklarını varsaymıştık. Ulaşılan bulgular, varsayımımızın desteklenmediğini göstermektedir. Puanların dağılımına baktığımızda, din kaynaklı stresi en yoğun şekilde ilçe merkezinde yaşayanların ( $x=248,80$ ) tecrübe ettikleri, onları il merkezi ( $x=245,03$ ) ve köy- kasaba ( $x=229,87$ ) gruplarının takip ettiği görülmektedir. Bu durumda küçük yerleşim birimlerinden büyüğe doğru ya da büyük yerleşim birimlerinden küçüğe doğru puanların dağılımında bir artış bulunmamakla birlikte, küçük yerleşim birimlerinde yaşayanların daha az yoğunlukta din kaynaklı stres yaşadıkları tespit edilmiştir. Ancak puanların dağılımına baktığımızda istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın köy-kasaba ve ilçe merkezi grupları arasında gerçekleştiği görülmektedir.

Literatüre baktığımızda, küçük yerleşim birimlerinde yaşayanların daha dindar olduğu yönünde verilerin olduğunu görmekteyiz. Bulgulara göre, küçük yerleşim birimlerinde yaşayanların daha dindar olmasının sebeplerinden birisi, kırsal kesimde daha etkin bir sosyalleşmenin olmasıdır. Batı'da yapılan araştırmalarda, nüfusu 50.000'in altında olan yerleşim bölgelerinde dini aktivitelere katılımın daha çok olduğu, buralarda yaşayanların geleneksel dini inançlara daha çok inandığı ve daha tutucu oldukları tespit edilmiştir. Bunun sebebi olarak ise, kırsal kesimin modern yaşantıdan uzak olması, yeniliklerin oralara daha geç ulaşması, mahrumiyetlerin daha çok olması, eğitim düzeyinin düşük olması gösterilmiştir (Beit-Hallahmi, Argyle, 1997, s.160-161). Bu durumda yine din kaynaklı stresin yoğunluğu ile ilgili bulgularımızın dindarlıkla ilgili bulgularla örtüşmediğini söyleyebiliriz. Literatürdeki bulgulardan anlaşıldığı kadarıyla küçük yerleşim birimlerinde yaşayanlar daha dindar iken bizim bulgularımıza göre, hipotezimizin tersine daha az yoğunlukta din kaynaklı stres yaşamaktadırlar. Bu durum, kırsal kesimdeki insanların daha homojen bir çevrede yaşaması, bireyi strese sokacak farklılık, çeşitlilik, zıtlık, tenakuz ve çelişkilerin olmamasının bir yansıması olabilir.

Dindarlık düzeyi algısı ile ilgili hipotezimiz, dindarlık düzeyi algısı ile din kaynaklı stresin yoğunluğu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, dindarlık düzeyi yükseldikçe din kaynaklı stresin daha yoğun şekilde yaşanacağı yönündeydi. Ulaşılan bulgular, dindarlık algısı ile yoğunluk boyutu arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu, dindarlık algısı yükseldikçe, yaşanan din kaynaklı stresin yoğunluğunun da arttığını göstermektedir. Ancak yapılan tek yönlü varyans analizi ve çoklu karşılaştırma testleri neticesinde, her ne kadar din kaynaklı stres dindarlık arttıkça artsa

da, dindarlık algısı gruplarının puanları arasındaki farklılığın anlamlılık düzeyine ulaşmadığı tespit edilmiştir. Bu durumda ilgili hipotezimizin kısmen desteklendiğini söyleyebiliriz. Diğer taraftan dindarlık düzeyi algısıyla ilgili olarak, gerek din kaynaklı stresin yaşanma sıklığı ve gerekse motivasyon boyutunda dikkat çekici sonuçlara ulaşılmıştır.

#### Yaşama Sıklığı Boyutu ile İlgili Değerlendirme ve Sonuç

Araştırmamızda, din kaynaklı stresin yaşanma sıklığı ile cinsiyet, medeni durum, ikamet edilen mekân, dindarlık düzeyi algısı ve ailenin dindarlık düzeyi algısı arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca korelasyon analizinde anlamlı ilişki bulunmamakla birlikte, ikamet edilen mekan gruplarının puanları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır.

Yoğunluk boyutu ile ilgili analizlerimizde, kadınların din kaynaklı stresi erkeklerden daha yoğun şekilde yaşadıkları tespit edilmişti. Yaşama sıklığı boyutunda ise erkeklerin kadınlara oranla daha sık din kaynaklı stres yaşadıkları tespit edilmiştir. Bulgulara göre, kadınlar son bir yıl içerisinde ortalama olarak  $x=35,5$  din kaynaklı stres tecrübesi yaşarlarken, erkekler,  $x=38,70$  ortalamaya ulaşmışlardır. Yapılan istatistiksel analizler, iki grup arasındaki farklılığın anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu durumda, kadınların din kaynaklı stresi erkeklere göre sık yaşadıkları yönündeki hipotezimiz desteklenmemiştir.

Elimizde bu konuda daha önce yapılan bir çalışma olmadığı için bulgularımızı karşılaştırma imkânı bulamadık. Ancak erkeklerin kadınlara göre daha sık din kaynaklı stres yaşamalarını, onların kadınlardan daha çok sosyal hayatın içinde olmaları, kadınlardan daha çok problemlerle karşılaşmalarına bağlayabiliriz. Şöyle ki, literatür, kadınların daha duygusal olduğunu, etkilere daha açık olduğunu, daha az rekabetçi yetiştirildiğini ve bütün kültürlerde daha çok korunduğunu göstermektedir. Bu durumda daha duygusal olan kadın, dindarlıkta olduğu gibi daha yoğun bir şekilde din kaynaklı stres tecrübe ederken, buna karşılık da daha az sayıda din kaynaklı stres yaşayabilir. Çünkü onun sosyal çevresi, ilişkileri, korunma üzerine bina edilmişken, erkekler daha az duygusal, dışı daha açık, aynı zamanda da dış etkilere karşı daha mukavemetli durumdadırlar. Ayrıca toplumumuz sorumluluk ödevini de erkeklere kadınlara oranla daha çok vermektedir. Erkeğin sorumluluğu varsa hanımı ve çocuklarından başlamak üzere ebeveyni, kardeşleri, yakın akrabaları, uzak akrabaları, mahallesi, bütün Türkiye, İslam Âlemi ve hatta dünyanın diğer topluluklarına kadar uzanabilir. Bu durum da erkeklerin daha çok din kaynaklı stres yaşamalarına yol açabilir. Buna karşılık kadının geleneksel sosyal yapımız içerisinde, eşi, çocukları, ailesinin dışında çok dar bir çevrenin ötesine geçmeyen bir sorumluluk alanı vardır ve bu grupların dışında insanlarla çok fazla ilgilenmeyebilir ya da başkalarının meseleleri birinci derecede onları ilgilendiremeyebilir şeklinde düşünülebilir.

Ailenin sosyo-ekonomik düzeyi açısından yaşanma sıklığı puanlarına baktığımızda, din kaynaklı stresi en fazla sayıda 'ortanın altı' grubu yaşarken ( $x=40,50$ ), onları 'yüksek' ( $x=38,66$ ), 'ortanın üstü' ( $x=36,69$ ) ve 'orta' ( $x=36,51$ ) gruplarının takip ettiğini, en düşük yaşanma sıklığına ise 'düşük' sosyo-ekonomik grubun ( $x=26,14$ ) ulaştığını görmekteyiz. Burada ortanın altı grubunun en yüksek puanla-



ra ulaşması dikkat çekmektedir. Zaten korelasyon analizi de anlamlı sonuç vermemiştir. Diğer taraftan yapılan varyans analizi ve çoklu karşılaştırma testleri grupların puanları arasında anlamlı farklılık olduğunu ve bu farklılığın en yüksek sıklıkta din kaynaklı stres yaşayan 'ortanın altı' grubunun puanları ile en az sıklıkta din kaynaklı stresi yaşayan 'düşük' sosyo-ekonomik grubun puanları arasında gerçekleştiğini göstermektedir.

Yoğunluk boyutu ile ilgili veriler, din kaynaklı stresi en yoğun şekilde, sosyo-ekonomik durumu 'yüksek' bireylerin, en düşük seviyede ise sosyo-ekonomik durumu 'düşük' olanların yaşadığını göstermişti. Yaşama sıklığı boyutunda da yine en az sıklıkta din kaynaklı stres yaşayanların sosyo-ekonomik durumu 'düşük' olanların olduğunu, buna karşılık yoğunluk boyutunda en yüksek puan alan 'yüksek' sosyo-ekonomik grubun ikinci sıraya düştüğünü görmekteyiz. Buradan hareketle, her ne kadar ara grupların yerleri değişse de, 'yüksek' sosyo-ekonomik grupla 'düşük' sosyo-ekonomik grupların yerlerinin kısmen korunduğunu söyleyebiliriz. Buna göre, sosyo-ekonomik durumu yüksek olanlar din kaynaklı stresi kısmen daha güçlü ve daha sık yaşarlarken; düşük ekonomik düzeyde olanlar, daha az yoğunlukta ve daha az sayıda yaşamaktadırlar. Bu durumda ilgili hipotezimizin desteklenmediğini görmekteyiz. Ulaştığımız bulguları, literatürdeki dindarlık ve sosyo-ekonomik durum ilişkisine dair bulguları da dikkate alarak tekrar değerlendirirsek, sosyo-ekonomik durumu düşük bireylerin daha dindar iken din kaynaklı stresi daha az yoğunlukta ve daha az sayıda tecrübe ettikleri görülmektedir. Buna karşılık 'Orta', 'ortanın altı' ve 'ortanın üstü' gruplarında çok belirgin bir tablo ortaya çıkmamaktadır.

Araştırmamızda ailenin dindarlık düzeyi algısı ile bireyin yaşadığı din kaynaklı stresin yoğunluk, yaşama sıklığı ve motivasyon boyutları arasında anlamlı ilişki olduğu, dindarlık yükseldikçe boyutlardan alınan puanların artacağı varsayılmış, ancak yoğunluk boyutunda ailenin dindarlık düzeyi algısı ile deneklerin yaşadığı din kaynaklı stresin yoğunluğu arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Din kaynaklı stresin yaşanma sıklığında ise değişkenler arasında anlamlı korelasyon tespit edilmiştir. Gruplarının puanlarına baktığımızda ailesinin dindarlığını 'yüksek' olarak kabul edenlerin, en düşük yaşama sıklığına ulaştığı ( $x=32,64$ ), onları 'düşük' ( $x=34,50$ ), 'ortanın üstü' ( $x=35,76$ ) ve 'ortanın altı' ( $x=38,33$ ) gruplarının takip ettiği, en yüksek ortalamaya ise ailesinin dindarlığını 'orta' düzeyde görenlerin ulaştığı, anlamlı farklılığın ise en düşük ortalamaya ulaşan 'yüksek' grubu ile en yüksek puana ulaşan 'orta' grubu arasında gerçekleştiği görülmektedir. Bu sonuç, ilgili hipotezimizin desteklenmediğini göstermektedir.

Yapılan araştırmaların bulguları, çocukların dini hayatının ve ahiret inancının şekillenmesinde anne-baba tutumlarının, özellikle de annenin pozitif yönde olumlu etkisinin olduğunu göstermektedir. Yine bulgulara göre, çocuk ve ailenin dini konulardaki tutum benzerliği, diğer tutum ve davranışlara göre daha yüksek olmakta, çocukların Tanrı inancının daha çok babaya ait özellikleri (güçlü, koruyucu) içerdiği görülmektedir (Beit-Hallahmi, Argyle, 1997, s.99-100).

Acaba ebeveyn çocuklarını nasıl etkilemektedirler? Çocukların etkilenmesinde, anne babanın onları evde, kilisede, camide dini aktivitelere katması, dini

konuları onlarla konuşması, gündemlerine dini sokması ve din eğitimi veren kurumlara çocuklarını yollanması etkili olmaktadır.

Din kaynaklı stres konusuna gelince, ebeveynin dindarlığının yanı sıra kişiliklerinin de çocukların yaşadıkları din kaynaklı stresin gücü ve sıklığında etkili olabileceğini düşünmekteyiz. Şayet anne-baba baskıcı, katı dindar ise, bu baskı çocuğa stres olarak yansiyabilir. Ancak bulgularımız, en düşük din kaynaklı stres sıklığı puanlarına, ailesinin dindarlığını yüksek ve tam ters uçtaki düşük dindar görenlerin ulaştığını göstermektedir. Bu bulgu, en az stres yaşayanların yüksek düzeyde dindarlar ve inançsızlar olduğu yönündeki bulgulara uygunluk göstermektedir (Ross, 1990). Bununla birlikte bu sonuç, ailenin dindarlık algısının dışındaki başka bir faktör ya da faktörlerin, çocuğun yaşadığı din kaynaklı streste etkili olabileceği izlenimini vermektedir. Mesela, anne babanın demokratik tutum sergilemeleri, her iki uçtan grupların daha az sayıda din kaynaklı stres yaşamalarına katkı sağlamış olabilir. Esasen bu sorunun başka bir araştırmada incelenmesinin gerektiğini ve böylece meseleye daha sıhhatli açıklamalar yapılabileceğini düşünmekteyiz.

Araştırmamızda, din kaynaklı stresin yaşanma sıklığı ile dindarlık algısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki ( $r=-.15$ ) olduğu, bireyin dindarlık algısı yükseldikçe, yaşadığı din kaynaklı stresin sıklığının düştüğü tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, dindarlık düzeyi algısı yüksek olanların daha sık din kaynaklı stres yaşayacakları yönündeki hipotezimizin desteklenmediğini görmekteyiz. Diğer taraftan, dindarlık algısı gruplarının puanları arasındaki farklılık istatistiksel açıdan kabul edilebilir sınırların altındadır ( $P<.09$ ). Ancak araştırmamız açısından önemli bir değişken olduğu için bulguları değerlendirmeye almayı uygun gördük. Tukey HSD testine göre daha düşük seviyedeki bir çoklu karşılaştırma testi olan fisher LSD testi sonucuna göre, dindarlığını 'düşük' düzeyde görenler en çok sayıda din kaynaklı stres tecrübe ederlerken ( $x=44,00$ ), onları 'ortanın altı' ( $x=38,84$ ), 'orta' ( $x=36,86$ ), 'ortanın üstü' gruplarının ( $x=35,47$ ) takip ettiği, en düşük sayıda din kaynaklı stresi ise kendini 'yüksek' düzeyde dindar olarak algılayanların yaşadıkları ( $x=34,00$ ), ancak istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın 'düşük' dindarlık algısı grubu ile 'orta' ve 'ortanın altı' grupları arasında gerçekleştiği tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, dindarlıkla din kaynaklı stresi yaşama sıklığı ters yönde gelişmektedir. Yani dindarlığına dair algısı yüksek olanlar, din kaynaklı stresi daha az sıklıkta tecrübe etmektedirler.

İkamet edilen mekanla ilgili bulgularımız ise, ara gruplar yer değiştirmekle birlikte, en yüksek sıklıkta din kaynaklı stres yaşayanların ilk iki sırasını devlet yurdu ve özel yurtda kalanların oluşturduğunu, onları dini cemaat yurdu, öğrenci evi ve dini cemaat evinde kalanlar takip ettiğini, en düşük sıklık puanına ise ailesinin yanında yaşayanların ulaştığını göstermiştir. Burada, yoğunluk boyutunun aşağı yukarı tam tersi bir durumun söz konusudur. Yoğunluk boyutunda, devlet yurdu, özel yurt ve öğrenci evinde kalanlar en düşük düzeyde din kaynaklı stres tecrübe ederlerken, yaşama sıklığında en yüksek puanlara ulaşmışlardır. Ancak gruplar arasındaki farklılığın çok belirgin olmamakla birlikte, en düşük sıklıkta din kaynaklı

stres tecrübe eden aile yanında yaşayanlarla, en yüksek ilk iki sırayı alan devlet yurdu ve özel yurt grupları arasında gerçekleşmiştir.

#### Motivasyon Boyutuyla İlgili Değerlendirme ve Sonuç

Araştırmamızda, yaşanan din kaynaklı stresin bireyi dindarlık yönünde motive edeceği varsayılmıştı. Korelasyon analizi bulguları, bu hipotezimizi desteklemiştir. Buna göre, bireyin yaşadığı din kaynaklı stresin yoğunluğu arttıkça, yaşadığı stres onu dindarlık yönünde daha fazla motive etmektedir. Diğer taraftan yaşama sıklığı ile ilgili korelasyon analizi ise, birey ne kadar çok sıklıkta din kaynaklı stres yaşarsa, yaşadığı stresin onu dindarlık yönünde motive etme gücünün de o derecede düştüğünü, ancak bu ilişkinin anlamlılık düzeyine ulaşmadığını göstermektedir.

Araştırmamızda motivasyon boyutunun cinsiyet, yaş, sınıf ve dindarlık algısı düzeyi ile anlamlı ilişkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyetle ilgili daha önceki bulgularımız, kadınların din kaynaklı stresi erkeklere göre daha yoğun, ancak daha az sayıda tecrübe ettikleri yönündeydi. Motivasyon boyutunda ise yaşanan din kaynaklı stresin kadınları dindarlık yönünde erkeklerden daha fazla motive ettiğini varsaymıştık. Bulgularımız bu hipotezimizi desteklemiştir. Gerek yoğunluk ve gerekse yaşama sıklığı boyutunun bulgularını değerlendirirken cinsiyet, dindarlık ve din kaynaklı stresle ilgili yapılan araştırmaların bulgularına değindiğimiz için burada cinsiyet ve din kaynaklı stres ilişkisinin teorik temellerine tekrar dönmeyeceğiz.

Daha önce ele aldığımız yoğunluk ve yaşama sıklığı boyutlarında yaş ile ilgili bir ilişki tespit edilememişti. Motivasyon boyutunda ise yaşı yüksek olanların yaşadıkları din kaynaklı stresin onları dindarlık yönünde daha çok motive ettiğini görmekteyiz. Puanların dağılımına baktığımızda en yüksek motivasyon puanına 22-26 yaş grubunun ulaştığı ( $x=132,92$ ), bu grubu 18-21 yaş ( $x=127,84$ ) grubunun takip ettiği en düşük puanı ise 13-17 yaş grubunun aldığı ( $x=112,83$ ) ancak 13-17 yaş grubu ile 22-26 yaş grubunun puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu durumda yoğunluk ve yaşama sıklığı boyutları ile ilgili hipotezimiz desteklenmez iken motivasyon boyutu ve yaş ilişkisi ile ilgili hipotezimizin desteklendiğini söyleyebiliriz.

SÜİFD / 21

173

Yaş, sosyal bilimlerde, özellikle Din psikolojisi literatüründe, önemli bir değişkendir. Gerek Batı'da ve gerekse ülkemizde yapılan araştırmaların bulguları, ergenliğin ilk dönemi olan 12-14 yaş grubunda güçlü bir dini inanç ve davranış gözlenirken, daha sonraki dönemlerde tipik bir düşüş yaşandığını göstermektedir. Bu düşüş, inancın daha çok irdelendiği, tartışıldığı 16 yaşa gelince zirveye ulaşmaktadır. Dini şüphe, tereddüt ve sorgulamaların, ergenin en karakteristik özelliği olduğu bu dönem, aynı zamanda din değiştirmenin de en üst düzeye ulaştığı bir yaşam evresidir. Ancak ergenliğin son döneminde şüphe, tereddüt ve arayışlarla karakterize olan fırtına diner ve gençlerin büyük çoğunluğu, dine daha olumlu yaklaşmaya başlarlar. Bununla birlikte, her ne kadar ergenlik döneminden sonra bir denge oluşsa da bireylerin dindarlığındaki düşüş ve dine karşı ilgisizliğin

30 yaşına kadar devam ettiği tespitleri yapılmıştır. (Beit Hallahmi, Argyle, 1997, s.150-152; Hökekeleli, 1993,s. 267-280).

Motivasyon boyutu ve yaş arasındaki ilişkiye dair bulgularımız dindarlıkla ilgili bulgularla karşılaştırıldığında, yorum yapacak çok belirgin bir tablo çıkmamaktadır. Boyutlarla ilgili korelasyon analizinde, din kaynaklı stresin yoğunluğu arttıkça dindarlığa yönelik motivasyonun da arttığı görülmektedir. Burada da yaş arttıkça dindarlık yönünde motivasyon artmaktadır. Ancak yaş ile gerek yoğunluk ve gerekse yaşama sıklığı arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Örneklemeimize baktığımızda, her ne kadar ergenlik dönemi diğerlerinden farklılık gösterse de, dindarlık açısından çok belirgin farklılık göstermeyen yakın yaş gruplarından oluştuğu görülmektedir. Buna rağmen acaba din kaynaklı stres konusundaki bu farklılık nereden kaynaklanmaktadır? Motivasyon boyutu puanlarının yaş ilerledikçe yükselmesinin sebebinin üçüncü bir faktörün yani İlahiyat eğitiminin bir sonucu olabileceğini düşünebiliriz. Nitekim sınıfla ilgili bulgulara bakıldığında, deneklerin sınıfları yükseldikçe motivasyon puanları artmakta ve birinci sınıflarla dördüncü sınıfların puanları arasında anlamlı farklılık gerçekleşmektedir.

Yoğunluk boyutundaki bulgularımız, dindarlık algısı ile yoğunluk boyutu arasında anlamlı bir ilişki olduğu, dindarlık algısı düzeyi yükseldikçe yoğunluk boyutundan alınan puanların da yükseldiğini; ancak dindarlık algısı gruplarının puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın bulunmadığını göstermişti.. Yaşama sıklığı boyutunda ise dindarlık algısı düzeyi yükseldikçe, din kaynaklı stres yaşama sıklığının düştüğü ve çok güçlü olmamakla birlikte, 'düşük' dindarlık düzeyi grubunun puanları ile 'orta' ve 'ortanın üstü' grupları arasında anlamlı farklılıkların gerçekleştiği tespit edilmişti. Motivasyon boyutu ile ilgili bulgularımız ise, dindarlık algısı yükseldikçe din kaynaklı stresin dindarlık yönündeki motive edici etkisinin yükseldiği ve gruplar arasındaki farklılığın 'ortanın altı' ile en yüksek puana ulaşan 'ortanın üstü' grupları arasında gerçekleştiği tespit edilmiştir. Bu durumda, dindarların yaşadığı din kaynaklı stresin onları yine dindarlık yönünde motive edeceği yönündeki hipotezimizin kısmen desteklendiğini söyleyebiliriz.

Araştırmamız neticesinde ulaşılan, gerek yoğunluk ve gerekse yaşama sıklığı ve motivasyon boyutlarına dair bulgulara baktığımızda, ana hipotezinin kısmen desteklendiğini görmekteyiz. Şöyle ki, teorik çerçeveyi oluştururken, literatürde çoğunlukla dinin strese karşı önleyici ve yaşanan din kaynaklı stresin etkisini azaltıcı fonksiyonunun araştırıldığı ve çoğunlukla bu konularda dinin olumlu etkisine dair bulgulara ulaşıldığını gözlemlemiştik. Bununla birlikte, bunun tersinin olabileceğini, yani esasında dindarlığın aynı zamanda bir stres kaynağı da olabileceğini varsaymıştık. Nitekim daha önce farklı konularda yapılan araştırmaların bulguları arasında hipotezimizi destekler yönde veriler mevcut idi. Ancak dindarlıkla doğrudan ilgili olan bağımsız değişkenlerden dindarlık düzeyi algısı ile ilgili olarak hipotezimiz yönünde bulgulara ulaşılmış iken, literatürde dindarlık konusunda belirginleşmiş olan düşük sosyo-ekonomik düzey, küçük yerleşim birimi gibi bazı bağımsız değişken gruplarının, din kaynaklı stresini daha düşük düzeyde veya daha az sayıda yaşadıkları dikkat çekmektedir. Bu tutarsızlığın çözülmesinin araştırma-

mızın mevcut dizaynı içinde mümkün olmadığını görmekteyiz. Burada bizim amacımız, din kaynaklı stres kavramının operasyonel bir tanımını yapmak ve ilgili olduğunu varsaydığımız bağımsız değişkenlerle ilişki düzeyini, bu ilişkilerin yönünü ve din kaynaklı stresin boyutları açısından bağımsız değişken grupları arasında bir farklılık olup olmadığını tespit etmek idi. Bu konularla ilgili olarak araştırmamızın başarılı olduğunu söyleyebiliriz. Ancak din kaynaklı stresin dindarlıkla ilişkisinin ele alınacağı müstakil bir çalışmanın yapılması gerektiğine dair kanaatimizi burada bir kez daha ifade etmek istiyoruz.

Din kaynaklı stresin dindarlıkla ilişkisine gelince, eğer birey için din kaynaklı stresi diğer stres kaynakları gibi bir stres kaynağı olarak düşünürsek, gerek dini ve gerekse dini olmayan bir takım başa çıkma stratejilerinin bireyin yaşadığı din kaynaklı stresle başa çıkmada etkili olabileceğini söyleyebiliriz. Konuyu biraz daha daraltırsak, bizzat dini başa çıkma stratejilerinin bireyin yaşadığı din kaynaklı stresle başa çıkmasında etkili olabileceğini varsayabiliriz. Bu bağlamda din kaynaklı stres ve başa çıkma stratejileri ve ayrıca daha da dar kapsamlı olarak din kaynaklı stres ve dini başa çıkma stratejilerini konu edinen iki araştırmanın yapılmasının bu araştırmayı tamamlayacağını, araştırmamız neticesinde ulaşılan bulguların daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunacağını düşünmekteyiz.

#### KAYNAKÇA

- AYDIN, Mehmet, S. (1992). *Din Felsefesi*, Selçuk Yayınları, İzmir.
- ALMQUIST E., M., (1966). *Social Class and Religiosity*, Kansas Journal of Sociology,2, s.990-999.
- BALTAŞ, Acar , BALTAŞ, Zuhul (1997). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- BAYYİĞİT, Mehmet (1987). *Üniversite gençliğinin Dini İnanç, Tutum ve Davranışları Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- BEIT-HALLAHMI, Benjamin, ARGYLE, Michael (1997). *The Psychology of Religious Behaviour, Belief and Experience*, Routledge, London.
- ELIASSEN, Henry, A., TAYLOR, John, LLYOD, Donald, A.,(2005). *Subjective Religiosity and Depression in the Transition to Adulthood*, Journal for the Scientific Study of Religion,44 (2), s.187-199.
- ELLISON, Christopher, G., BOARDMAN, Jason, D., WILLIAMS, David, R., JACKSON, James, S. (2001). *Religious Involvement, Stress, and Mental Health: Findings from the 1995 Detroit Area Study*, Social Forces, Vol.80 .
- FIRAT, Erdoğan (1977). *Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Ankara.
- EKŞİ, Halil (2001). *Başarıklıkma, Dini Başarıklıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- GARNEFSKI, Nadia, TEERDS, Jan, KRAAIJ, Vivian, LEGERSTEE, Tessa van den Kommer (2004). *Cognitive Emotion Regulation Strategies and Depressive Symtoms: Differences Between Males and Females*, Personality and Individual Differences, 36, s. 267-276.
- HARDING, Stephen R., FLANNELLY, Kevin J., WEAVER, Andrew J, COSTA, Karen G., (2005). *The Influence of Religion on Death Anxiety and Death Acceptance*, Mental Health, Religion and Culture, 8, 4, s. 253-261.
- HALLAHMI, Benjamin-Beit, ARGYLE, Michael (1997). *The Psychology of Religious Behaviour, Belief and Experience*, Routledge, London and New York.
- HÖKELEKLİ, Hayati, (1993). *Din Psikolojisi*, Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara.
- JOHNSON, V. Chad, HAYES, Jeffrey, A. (2003). *Troubled Sprits: Prevalence and Predictors of Religious and Spiritual Concerns Among University Students and Counseling Center Clients*, Journal of Counseling Psychology, 50, s.409-420.
- KRAUSE, Neal, WULF, Keith M. (2004). *Religious Doubt and Health: Exploring The Potential Dark Side of Religion*, Sociology of Religion, 65.
- KAYA, Mevlüt (1998). *Din Eğitiminde İletişim ve Dini Tutum*, Etüt Yayınları, Samsun.
- KÖKTAŞ, M., Emin (1993). *Türkiye'de Dini Hayat*, İşaret Yayınları, İstanbul.

- LARSON, David B., LARSON, Susan S.,(2003). *Spirituality's Potential Relevance to Psysical and Emotional Health: A Brief Review of Quantitative Research*, Journal of Psychology and Theology, 31,s.37.
- LAZARUS, R. S., MONAT, Alan (1977). *Stress and Coping: An Anthology* (Edit), Columbia University Pres, New York.
- ÖNER, Necati (1988). *Stres ve Dini İnanç*, TDV Yayınları, Ankara.
- PARGAMENT, Kenneth, I., NEWMAN, Jon, S., (1990). *The Role of Religion in the Problem-Solving Process*, Review of Religious Research, 31.
- PARGAMENT, Kenneth I. (1997). *Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, Guilford Press, New York.
- PEKER, Hüseyin, (1993). *Dini İnanç ve Stres İlişkisi*, Din Öğretimi Dergisi, 1993, 38, s.53-57.
- PRADHAN, Shara (2001). *The Association Between Religion and Self-esteem in Students at Princeton University*, Thesis for Bachelor of Arts in Psychology, Princeton University.
- ROSS, Katherine E.,(1990). *Religion and Psychological Distress*, The Journal for the Scientific Study of Religion,29, s. 236-246.
- SCHIEFMAN, Scott, PUDROVSKA ,Tetyana, MILKIE, Melissa A. (2005). *The Sense of Divine Control and the Self-Concept: A Study of Race Differences in Late Life*, Research on aging, 27, 2, s. 165-196
- ŞAHİN, Adem (1999). *İlahiyat, Tıp ve Mühendislik Fakültelerinde Okuyan Öğrencilerde Dini Hayatın Boyutları Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, D.E.Ü. Sosyal Bilimler Ünstitüsü, İzmir.
- YILDIZ, Murat (1998). *Dini Hayat ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

## Ek I. ANKET FORMU

Değerli Katılımcı,

Aşağıda, günlük yaşantıda karşılaştığı düşünülen bir takım stres yapıcı dini yaşantılar verilmiştir. Bu durumlardan bazılarını yaşamış, bazılarını yaşamamış olabilirsiniz. Sizden öncelikle, **yaşayıp yaşamadığınıza bakmaksızın** bu durumların sizde hangi yoğunlukta stres uyandırdığını/ uyandıracağını, yaşadığınız stresin sizi daha dindar olma yönünde motive edip etmediğini ve son bir yıl içerisinde bunlardan hangilerini yaşadığınız sorulmaktadır.

Anket çalışmasından elde edilen veriler, bilimsel bir çalışmada değerlendirilecek, başka herhangi bir amaçla kullanılmayacaktır. Anket formuna isminizi yazmanız **gerekmemektedir**. Araştırmamızın başarısı sizlerin vereceği samimi cevaplara bağlıdır. Katkılarınızdan dolayı şimdiden teşekkür ederiz.

Yrd. Doç. Dr. Adem ŞAHİN  
S.Ü. İlahiyat Fakültesi  
Din Psikolojisi A.B.D.

Yaş:.....

**Cinsiyet:** Kadın  Erkek

Medenî Durum:

Evli  Bekar  Boşanmış  Eşinden ayrı  Diğer

Mezun olunan Lise:.....

**Öğrenim Alanı ve Sınıf:** .....

Konya'da nerede ikamet etmektesiniz?

Devlet yurdu  Özel yurt  Öğrenci evi  Dini cemaatlere bağlı Yurt

Dini cemaatlere bağlı ev  Ailenin yanında

Ailenizin Sosyo-Ekonomik Düzeyi :

Düşük  Ortanın altı  Orta  Ortanın üstü  Yüksek

Sizce ailenizin dindarlık düzeyi nedir?

Düşük  Ortanın altı  Orta  Ortanın üstü  Yüksek

Hayatınızın en uzun süresi nerede geçti?

Köy – Kasaba  İlçe Mer.  İl Mer.

Dini hayatınızın şekillenmesinde en etkili olan üç din eğitimi türünü, önem sırasına göre kütucuklar içine 1,2,3 şeklinde yazarak belirtiniz

Aile  Kur'an kursu  İlköğretim ve lise Din Kültürü Dersleri

İmam-Hatip Lisesi Eğitimi  Cami Hocası  Dini Cemaatler  İlahiyat eğitimi

Kendinizi dindarlık açısından hangi seviyede görüyorsunuz?

Düşük  Ortanın altı  Orta  Ortanın üstü  Yüksek

STRES KAYNAĞI	Bu yaşantı sizde hangi yoğunlukta stres uyandırmaktadır?				Bu stres yaşantısı sizi daha dindar olma yönünde motive eder mi?			Son bir yıl içerisinde bu stresi yaşadınız mı?	
	Pek Çok	Çok	Biraz	Hiç	Evet	Kısmen	Hayır	Evet	Hayır
1-Sabah namazına kalkamamak									
2-Dilenciye para verememek	iptal				iptal				
3-Bir arkadaşla küs olmak								iptal	
4- Cimrilik yapmak									
5-Alınmaması gerektiğine inanılan bir markadan eşya almak									
6-Namazda hata yapan birisini uyarmamak									
7. Seviyesiz televizyon programları izlemek									
8. İsrafa kaçacak oranda tıka basa yemek içmek									
9. Allah'a isyan içeren şarkılar dinlemek									
10. Şeffaf kumaştan (saçı gösterecek) eşarp örtünmek (kızlar)									
11. Gusul abdesti gerektiği halde yapmamak									
12. Okunan Kur'anı dinlememek									
13.Kuran okumamak									
14. Binleri dine ve dini değerlere küfrederken müdahale edememek									
15. Cuma namazını kılmamak (erkekler)	iptal								
16. Bayram namazını kılmamak (erkekler)	iptal							iptal	
17. Beş vakit namazı kılmamak									
18. İhtiyaç sahiplerine yeterli yardımda bulunamamak									
19. Zulüm gören Müslümanlara yardım edememek								iptal	

20. Aile bireylerinin İslam'a uymayan yaşantılarının olması									
21. Ahireti düşünmek									
22. Dini yeterince tebliğ edememek (diğer insanlara anlatamamak).									
23. Hadis okumamak.									
24. İslam'ı tam anlamıyla öğrenememek									
25. Dini tam anlamıyla yaşayamamak									
26. Ezan okunurken namaz kılmadan caminin yanından geçip gitmek									
27. Birisini istemeden kırmak									
28. Kötülük yapan birisini uyarmamak									
29. Yalan söylemek									
30. Soğuk havalarda soğuk su ile abdest almak zorunda kalmak	iptal				iptal				
31. Aile fertlerini dini konularda yeterince eğitememek									
32. Camide ya da mescitte imam olmak zorunda kalmak (erkekler)	iptal				iptal				
33. Namazı yeterince itina ile kılmamak									
34. Yeterince dua ve zikirde bulunmamak									
35. Bile bile günah işlemek									
36. Fakire sadaka vermeme									
37. Oruç tutmamak									
38. Televizyon seyrederken namaz vaktinin daralması									
39. Namazı vaktinde kılmamak									
40. İçki içilen bir ortamda bulunmak									
41. Nafile ibadet yapamamak									
42. Aile büyüklerinin sözünü tutmamak									
43. Pomo filim seyretmek									
44. Çok fazla tv izleyip zamanı boşa harcamak									
45. Kaza oruçlarını tutamamak									
46. Herkesin başının açık olduğu bir ortamda tesettürlü olarak bulunmak	iptal				iptal			iptal	
47. Ebeveynin kalbini kırmak									
48. Karşı cinsle iletişim kurarken ölçsüz davranmak									



49. Eğitim ya da başka bir zorunluluk sebebiyle başörtüsünü çıkarmak zorunda kalmak								iptal	
50. Dedikodu yapmak									
51. İslam'a uymayan kıyafetler giymek									
52. Verilen sözde duramamak									
53. Cehenneme girme korkusu									
54. Faize bulaşmak									
55. Kötü örnek olma korkusu									
56. Haram olduğunu bildiği halde karşı cinsten arkadaş edinmek									
57. Mübarek gün ve geceleri değerlendirememek									
58. Tesettürlü olduğu halde disko tarzı bir yere gitmek									
59. Ramazan orucunu bilerek bozmak								iptal	
60. İmkani olduğu halde anne babanın huzurunda kalmasına razı olmak									
61. Ütülü yeni bir elbise ile namaz kılmak.	iptal				iptal			iptal	
62. Otobüsle yolculuk yaparken vakit namazını kılamamak									
63. Komşu ya da tanıdık birisinin cenazesine gidememek									
64. Akraba ve yakınları ihmal etmek									
65. Haram yediğini fark etmek									
66. Yemin bozmak									
69. Kurban kesememek									
70. Sigara içmek									
71. Alkollü içki içmek									
72. Karşı cinsten birisine göz zinası olacak şekilde bakmak									
73. İmkani olduğu halde zekat vermemek									
74. Hacca gidememek									
75. Aldığı maaşın karşılığını verememe düşüncesi									
76. Çocuğunu İslam'a uygun şekilde yetiştiremememe düşüncesi									
77. Kazanca haram kaşma tehlikesi									
78. Kul hakkı yemek									
79. Allah hakkındaki şüpheler									
80. Hz. Muhammet hakkındaki şüpheler									
81. Ahiret hakkındaki şüpheler									

82. Kur'an ayetlerini anlayamamak									
83. Nikahsız birliktelik									
84. Müezzinlik yapmak zorunda kalmak	iptal								
85. Bir toplulukta Kuran okumak zorunda kalmak	iptal								
86. Bir toplulukta açıktan dua okumak zorunda kalmak	iptal							iptal	
87. Ölüm düşüncesi								iptal	
88. Son nefeste imansız ölme düşüncesi									

## DİN KAYNAKLI STRES ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

## A STUDY ON RELIGIOUS-ORIGINATED STRESS

Yrd.Doç.Dr.Adem ŞAHİN

The aim of this study is to find out whether the individual really experiences stress in his/her religious life, if he does, to measure its intensity and frequency and identify whether this kind of stress motivates the individual to religiosity. The sample group of the study consists of 259 undergraduate Muslim students who are randomly selected from Divinit Faculty of Selçuk University, in Konya, Turkey. 191 of the students are female and 104 of them are male. In conclusion, we detected that religious stress is experienced by the individual in different intensity and frequency; it also motivates the individual to religiousness. In addition, such aspects of religious-originated stress as intensity, frequency and motivation have a meaningful relationship with certain independent variables such as gender, grade level, socio-economic status of family, the perception of religiosity level.

Keywords: Religious originaled stres, psychology, religion, religiosity

## بحث عن التوتر الديني

اصطلاح التوتر الديني يشمل العوائق والحواجز التي تضغط على انسجام حياة الشخص الدينية وتفسدها، كما يشمل الردود على هذه الحالة ومراحلها النفسية الأخرى. هدف بحثنا هو الوصول إلى وجود تجربة الشخص التوتيرية في المواضيع الدينية أو عدم وجودها، وإذا كانت موجودة فعلى أي مستوى وكثافة يعيشها، وهل يحفز هذه التجربة التوتيرية الدينية نحو التدين أو عدم حفزه عليه؟ وهذا البحث أجري على طالبات جامعة سلجوق، وعددهن 191 طالبة (7,64%)، وطلاباً وعددهم 104 طالب (3,35%)، وبمجموعهم عبارة عن 295 طالباً. فوصلنا في البحث إلى وجود تجربة الشخص التوتيرية لدى المتدينين على مستوى وكثافة المختلفين، وحفزهم هذه التجربة نحو التدين.