



**Journal of Analytic Divinity**  
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/jad>  
E-ISSN: 2602-3792  
6/2 (Aralık/December 2022), 160-173



**Pakistan'daki Din Psikolojisi Çalışmalarına Genel Bir Bakış**  
An Overview of the Psychology of Religion Studies in Pakistan

**Sadia Asghar**

Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,  
Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı  
Graduate Student, Ankara Yıldırım Beyazıt University, Social Sciences Institute,  
Department of Philosophy and Religious Studies  
Ankara/Türkiye  
E-posta: [sadiaasghar@gmail.com](mailto:sadiaasghar@gmail.com)  
ORCID ID: 0000-0003-0524-7013

**Makale Bilgisi | Article Information**

**Makale Türü / Article Type:** Araştırma Makalesi/Research Article  
**Geliş Tarihi / Date Received:** 17 Ağustos/August 2022  
**Kabul Tarihi / Date Accepted:** 26 Kasım/November 2022  
**Yayın Tarihi / Date Published:** 15 Aralık/15 December 2022  
**Yayın Sezonu / Pub Date Season:** Kış-Aralık/Winter-December  
**DOI:** 10.46595/jad.1163481

**Cite as / Atıf:** Asghar, Sadia. "Pakistan'daki Din Psikolojisi Çalışmalarına Genel Bir Bakış".  
*Journal of Analytic Divinity*, (Aralık/December 2022), 160-173.

**İntihal/Plagiarism:** Bu makale, iThenticate yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir. This article has been scanned by iThenticate. No plagiarism detected.

**Etik Beyan/Ethical Statement:** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur/It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Sadia Asghar)

**Finansal Destek / Grant Support:** Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmiştir. / The authors declared that this study has received no financial support.

**CC BY-NC 4.0** | This paper is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial License

**Yazar Katkıları / Author Contributions:** Sadia Asghar % 100

**Web:** <http://dergipark.org.tr/jad> | **e-mail to:** [editorjand@gmail.com](mailto:editorjand@gmail.com)



**Öz**

Pakistan, bağımsızlığını yakın zamanda kazanmış, komşu ülkesi olan Hindistan'la yaşadığı çatışmalar sebebiyle siyasi belirsizlikler yaşayan, oldukça yoğun nüfusa sahip bir Müslüman ülkedir. Bu yoğun nüfus, ülkenin yoksullukla mücadele etmesine sebep olmaktadır. Ülkede yaşanan problemler, insanların ruh sağlığını etkilemektedir. Bireyin bozulmasıyla birlikte toplumda da bozulmalar yaşanmaktadır. Bu anlamda toplumların, daha sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi için içinde buldukları sosyal sorunlarla yüzleşip mücadele etmesi gerekmektedir. İnsanlar, üstesinden gelemeyecekleri problemlerle karşılaştıklarında genellikle kendilerinden daha güçlü gördükleri bir varlığa sığınma ihtiyacı duyarlar. Bu varlık, dinler arasında farklılık göstermektedir. Bu bağlamda bireyin davranışını psikoloji bilimi incelerken inanılan dinin insan davranışlarına yansımaları da din psikolojisi bilimi inceler ve ortaya bazı veriler koyar. Bu çalışma; Pakistan'da din psikolojisi alanında yazılmış çalışmaları incelemek, hangi konular üzerinde yoğunlaştıklarını tespit etmek, aynı zamanda ilgili çalışmaların farklı ülkelerde yapılan çalışmalarla benzerlik ve farklılıklarını ortaya koymak amacıyla yazılmıştır. Nitel araştırma yöntemi takip edilerek yapılan bu çalışma; kitap, makale ve tez literatür taramasıyla incelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Pakistan, Din, Müslüman Psikolojisi, İslam Psikolojisi, Din Psikolojisi

**Abstract**

Pakistan is a heavily populated Muslim country that has just gained its independence and is experiencing political uncertainty due to conflicts with its neighbor country India. This dense population causes the country to struggle with poverty. Problems in the country affect people's mental health. With the deterioration of the individual comes the deterioration of society. In this sense, societies need to face and struggle with their social problems in order to develop in a healthy way. When people face problems they cannot control, they often need to take refuge in a being they believe is stronger than themselves. This entity differs between religions. In this context, while psychology examines individual behaviors, the psychology of religion examines the reflection of religious belief on human behavior and reveals some data. This work; It aims to review the studies written in the field of psychology of religion in Pakistan, to determine which topics they focus on, and to reveal the similarities and differences between studies conducted in multiple countries. This study was carried out following the qualitative research method; books, articles and thesis were evaluated through literature review.

**Keywords:** Pakistan, Religion, Muslim Psychology, İslam Psychology, Psychology of Religion

## Giriş

Pakistan'a dair ilgili literatür incelemesi neticesinde din psikolojisi ismiyle müstakil bir alan bulunmadığı tespit edilmiştir. Mevcut çalışmaların; klinik psikoloji, sosyal psikoloji, psikiyatri, dini ilimler, eğitim psikolojisi gibi farklı alanların altında yer aldığı görülmüştür. Pakistan yerel eğitim sistemlerinde ve akademik camiada yapılan çalışmalarda, din psikolojisi kapsamında değerlendirilen konular yer aldığı için müstakil bir alana ihtiyaç duyulmamıştır. Pakistan toplumunda insanlar kırsalda yaşam sürmektedirler. Kırsaldaki dini grupların toplum üzerindeki etkisi yüksektir (Safdar, 2019, 1). Buradan hareketle toplumun entelektüel düzeyinin düşük ve yapılan akademik çalışmaların sınırlı olduğu söylenilebilir. Bu konu ile ilgili literatür taraması yapılmıştır. Tarama yapılırken Research Repository üzerinden Pakistan'da psikoloji alanıyla ilgili yazılmış yüksek lisans ve doktora tezleri araştırılmıştır. Ayrıca makale, kitap ve dergilerde yer alan konu başlıkları karşılaştırılmış ve elde edilen verilerin, üzerinde araştırma yapılan konuyla bağlantıları tespit edilmeye çalışılmıştır. Bunun sonucunda Pakistan'da yazılmış eserler içerisinde yaklaşık 66 çalışmaya ulaşılmıştır. Çalışmalarda tasnif edilen konu başlıkları aslında Batı kaynaklıdır. Bu çalışmaların konu bağlamında tasnifi şu şekildedir: Manevi (ruhsal) zekâ, pozitif psikoloji, dindarlık ve maneviyat, ibadet psikolojisi, din ve başa çıkma, kişilik ve din, tasavvuf psikolojisi, manevi danışmanlık vb.

## Yöntem

Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan doküman inceleme yöntemi kullanılmıştır. Doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgu ve olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini kapsamaktadır. Geleneksel olarak doküman incelemesi, tarihçilerin, antropologların ve dil bilimcilerin kullandığı bir yöntem olarak bilinir. Oysa sosyologlar ve psikologlar da doküman incelemesini kullanarak önemli kuramların geliştirilmesine imza atmışlardır (Yıldırım & Şimşek, 2018, s. 189). Nitel araştırma yöntemi takip edilerek yapılan bu çalışmada tarama yapılırken Research Repository üzerinden Pakistan'da psikoloji alanıyla ilgili yazılmış yüksek lisans ve doktora tezleri araştırılmıştır. Ayrıca makale, kitap ve dergilerde yer alan konu başlıkları karşılaştırılmış ve elde edilen verilerin, üzerinde araştırma yapılan konuyla bağlantıları tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırma, 10.02.2021, 05.02.2022 tarihleri arasında Pakistan'da din psikolojisi alanıyla ilgili yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlarla sınırlıdır.

### 1. Pakistan'da Psikoloji ve Din Psikoloji Çalışmalarının Tarihçesi

Pakistan'da psikoloji alanı Batı'da olduğu gibi bilimsel ve ekonomik faktörlerden büyük ölçüde etkilenmiştir. İngiliz ve Amerikan üniversitelerinde eğitim alan bazı Pakistanlı psikologlar çoğunlukla davranışçı ve nicel eğilimli psikolojik anlayışı benimsemişlerdir. Ayrıca Pakistan'daki psikoloji alanı Hint felsefesinin etkilerini taşıdığı için Hint felsefi geleneğinin mirasçısı olarak bilinir. Ders kitapları ABD ve Birleşik Krallık



orijinli psikoloji kitapların Urduca diline çevrilmiş şeklidir. Lahor Devlet Koleji Üniversitesi, Pakistan'da psikoloji ile ilgili üst düzey eğitim sunan en eski üniversite olarak bilinir. Ayrıca Federal Eğitim Bakanlığı tarafından 1976'da psikoloji bölümünde araştırma ve öğretime devam etme yetkisine sahip olan bir organizasyon olarak Ulusal Psikoloji Enstitüsü kurulmuş ve 1994 yılında bu enstitü Psikoloji Enstitüsü olarak yeniden isimlendirilmiştir. Psikoloji Enstitüsü ilk yıllarda araştırma merkezi olarak kullanılsa da şimdi lisansüstü eğitim vermektedir. Başlangıçta çalışmalar daha basit ve küçük örneklem gruplarıyla ve genelde Amerika'daki psikoloji çalışmalarından kopyalamayla yapılmıştır. Ölçekler, testler ve anketler bazen Urducaya çevrilmiş olsa da çoğu zaman çevrilmeden kullanılmıştır. 1976-86 yıllarına gelindiğinde Pakistan'da psikoloji ile ilgili kurumların gelişmeye başladığı görülür ve Ulusal Psikoloji Enstitüsü de buna örnektir. İleriki zamanlarda Lahor ve Karaçi'de Klinik Psikoloji Enstitüleri kurulmakla birlikte kütüphaneler ve araştırma fonları da dahil olmak üzere kaynaklar da zenginleştirilir.

Günümüzde kamu sektöründe psikolog unvanı almak ve bu görevi yapabilmek için üniversite temelli bir yüksek lisans diploması almak gerekmektedir. Yerel departmandaki hastalara erişimin yanı sıra bazı bölümlerin, çoğunlukla öğrencilerin katıldığı, kendi danışma merkezleri vardır. Akreditasyon veya kayıt için ulusal bir kuruluş yoktur. Çoğu psikolog, mezun olduktan sonra sivil toplum kuruluşlarına katılır. Bazıları ise devlet hastanelerinin psikiyatri bölümlerine başvurarak "Genel Ruh Sağlığı Çalışanı" unvanıyla polikliniklerde randevu sistemiyle çalışır. Psikologlar Pakistan'da "Pakistan Psikologlar Derneği" ve "Pakistan Klinik Psikologlar Derneği" olmak üzere iki profesyonel kuruluş altında gruplandırılır (Ansari, 2001, 98-105). Pakistan'daki modern klinik psikoloji uygulayıcıları genellikle tedaviye yönelik teorik bir yaklaşımı benimsemektedir. Ancak davranış terapisi ve bilişsel davranış terapisi, kullanılan en popüler modellerdir (Suhail, 2004, 375). Dolayısıyla Pakistanlı psikologların Amerikan ve Avrupa üniversitelerinde aldıkları eğitimi yansıttığı söylenebilir.

Psikoloji alanında araştırılan konular arasında çocuk istismarı ve riskleri (Ali, 2005, 45), toplumsal cinsiyet rolleri ve tecavüz mitleri (Ahmad- Kamal, 2000, 57), evlilik tiplerinin karşılaştırılması (Zadeh, 2003, 109), intihar (Agha, 2001, 163), yeme alışkanlıkları (Muazzam, 2009, 213), kadınların emzirme davranışına yönelik tutumları, çocuklardaki yıkıcı davranışlar ve etkileri (Loona, 2011, 371), hafızlık yapan ve yapmayan bireylerin dini ve nörolojik karşılaştırması (Batoool, 2014, 191) gibi konular yer almaktadır. Bu araştırmalardan biri olan Fayyaz 'ın araştırması kıyafetin dindarlık ve cinsel taciz deneyimleri ile önemli bir ilişkisi olduğunu göstermektedir (Fayyaz, 2015, 219).

Tarihsel olarak Müslüman toplumlarda psikoloji, Arapça bir kavram olan ilmu'n-nefs olarak bilinmektedir (Deuraseh- Talib, 2005, 76). Teorik açıklamaların yanı sıra, ruh sağlığının uygulamalı yönü ise kalp, ruh ve akıl odaklı olarak "el- ilaci nefis, et-tıbbu'r ruhani ve tibbu'l-kalp" olarak isimlendirilmektedir. Ruh, akıl (beyin) ve irade "ruhun"

temel bileşenlerinden oluşmaktadır (Haq, 2004, 358). Mahnazir Riaz, İslami bakış açısının modern psikoloji ile bütünleştirilmesinde önemli bir rol oynamıştır. 1991 ve 1994 yılları arasında Mahnazir Riaz, Müslüman psikolojisi konusunu Peşaver Üniversitesi'nin lisans ve yüksek lisans düzeyinde müfredatına dahil ederek psikoloji alanına önemli bir katkıda bulunmuş ve 1991 yılında Pakistan Psikologlar Derneğinin 8. Uluslararası Konferansında "Ruh Sağlığı: Kur 'anî Perspektif" başlıklı bir bildiri sunmuştur (Saleem- Khalily, 2021, 214-217).

## **2. Din Psikolojisi ve İslam Psikolojisi Kavramlarının İncelenmesi**

Psikoloji bilimi ve dinin amaçları söz konusu olduğunda, her ikisi de insanın nasıl var olduğuna dair bir anlayış sunar ve her ikisi de insanlığın iyiliği için bilgi sağlama iddiasındadır (Haque, 1998, 102). Din psikolojisi, bireyin dini duygu, düşünce ve davranışını bir çalışma alanı olarak görür. Bununla birlikte kişinin inandığı din ile ilgilenmez, dini inancın insan üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerini, yaşamdaki varlığı ve yokluğuyla ortaya çıkan olguları ele alır. (Loewenthal, 2004, 13). Din psikolojisinin asıl amacı, dini fenomenleri ispatlamak değildir. Burada önemli olan belli bir dinin öğretileri esas alınarak o dine inanan kişileri incelemektir.

İslami psikoloji, İslam dinine bağlı olan bir bireyin ruhunun felsefi çalışmasıdır. Müslüman bilim adamları, İslami psikoloji ve psikoterapi kavramını tanımlamak için kendi kendini arındırma, kendi kendini iyileştirme, manevi tıp, öz disiplin ve arınma dahil olmak üzere çeşitli terimler kullanmışlardır (Sham, 2015, 4). Başka bir açıklamaya göre İslam Psikolojisi, ruhun, zihinsel süreçlerinin ve davranışlarının incelenmesidir" (Rassool, 2020, akt. Rassool, 2021, 15-16).

1970'lerin sonlarında Pakistan'da Müslüman psikolojisi, Seyyid Azhar Ali Rizvi tarafından geliştirilip Müslüman Psikoloji Enstitüsünün kurulmasıyla oluşturulmuş ayrıca Pakistan'daki dört üniversitede lisans psikolojisi programında bir modül olarak da öğretilmektedir (Rassool, 2021, 16). İslam psikolojisinin standart bir tanımı yoktur. Önerilen birçok tanım incelenirse tanımlar arasında bazı benzerlikler vardır. Psikoloji, genel olarak uygulandığı şekliyle, bütünü yalnızca bir parçasını temsil eder. Çoğu zaman ruh dikkate alınmaz. Dolayısıyla Pakistan'da İslam psikolojisi, nefsi, nefsin mahiyetini ve nefsin İlahi ile bağlantısını daha iyi anlamaya çalışan bütüncül bir yaklaşımı ifade eder.

## **3. Pakistan'daki Din Psikolojisi Çalışmalarının Konulara Göre Tasnifi**

### **3.1. Manevi (ruhsal) Zekâ**

Pakistan'da manevi zekâ ile ilgili Ergenlerde Duygusal Zekâ ve Kimlik Gelişimi Arasındaki İlişkide Manevi Zekanın Moderatör Rolü adlı çalışmada ergen öğrencilerde duygusal zekâ ve kimlik gelişimi arasındaki ilişkide manevi zekanın denetleme rolü araştırılmıştır. Mevcut çalışmada manevi zekanın duygusal zekâ ve kimlik gelişimi ile yüksek oranda ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Çalışma sonunda, duygusal zekâ ve



kimlik gelişimi arasındaki ilişkiye bakılarak manevi zekanın önemli bir denetleme (arabulucu) rolü oynadığı sonucuna varılmıştır. Duygusal zekâsı düşük, manevi zekâsı yüksek olan ergenlerin, manevi zekâsı daha düşük olan ergenlere göre daha sağlıklı bir kimlik gelişimine sahip olduğu bulunmuştur (Jamala vd. 2017, 77).

Başka bir çalışma ise, manevi zekâ ile liderlik etkinliği arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Deneyime açık kişilik özelliğinin liderlik etkinliği ile pozitif olarak ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur. (Sultan vd., 2017, 599). Zikredilen çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda manevi zekânın bireyin kişiliği üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

### 3.2. Pozitif Psikoloji

Pakistan'da, pozitif psikoloji alanında yapılan çalışmalarda bağışlamanın nesnesi; kişinin kendisi, başka bir kişi veya kişiler olabilir. Bağışlama; kişinin ihlal edene, ihlale ve ihlalin devamına verdiği tepkilerin olumsuzdan olumluya dönüştürülmesi olarak tanımlanır. Minnettarlık ve bağışlama zihinsel ve fiziksel sağlık için olumlu bir etki göstermiştir (Thompson vd., 2005, 313). "Dini yönelim ve iyimserlik konusunda, "Pakistan bağlamında nicel bir değerlendirme" adlı çalışmada, özellikle dindar gruplara (Müslüman ve Hıristiyan) odaklanılmıştır. Pakistan'daki dini grupların dini yönelim ve iyimserliği araştırılmış ve çalışmanın sonucunda iyimserlik konusunda dinsel yönelimin olumlu etkilere sahip olduğu görülmüştür (Younas vd., 2018, 29). Bu konuyla ilgili Pakistan'da yapılmış makaleler ile yabancı araştırmalar arasında benzerlik bulunur. Bireyleri depresyon, stres, kaygı, korkaklık, saldırganlık, intikam alma duygusu, vb. olumsuz psikolojik hastalıklardan ve eylemlerden korur (Ayten, 2016, 117-120).

### 3.3. Dindarlık ve Maneviyat

Pakistan'da "Dindarlık, Obsesif Kompulsif Bozukluğun Benlik Saygısı Üzerindeki Olumsuz Etkisini İyileştirir Mi?" adlı bir çalışma yapılmıştır. Çalışmada, yüksek obsesif-kompulsif bozukluğun düşük benlik saygısı ile yüksek dindarlığın ise yüksek benlik saygısı ile anlamlı olarak ilişkili olduğu saptanmıştır (Mohsin vd., 2018, 1). Çalışma, OKB ile benlik saygısı arasında ters bir ilişki olduğunu ve OKB'nin düşük benlik saygısına yol açabileceğini göstermiştir. Oxford üniversitesinde yapılan bir araştırmaya göre, OKB ile mücadele eden hastalar, genellikle kontrol edilemez olarak deneyimledikleri eylemlerinin neden olduğu zarardan kendilerini sorumlu hissedebilirler. Bu da moral bozukluğuna yol açarak sosyal benlik saygısını düşürebilir (Ehnholt vd.,1999, 771).

Pakistan, dinden ve ilgili inanç sisteminden (farklı mezheplere ait) oldukça etkilenen bir toplumdur. Pakistan'daki nüfusun tahminen %97'si Müslümandır (Cm, Erişim 16 August 2022). Nüfusun çoğunluğunun Müslüman olduğu Pakistan kültüründe ister bireysel ister toplu olsun, dini örgütsel katılım yaygın bir eğilimdir. Pakistanlı Müslümanların çoğu yıl boyunca çeşitli dini bayramlara katılır (Khan- Watson, 2004, 537).

Bu sayede aynı dini topluluğa mensup diğer kişilerle sosyal ilişki kurarlar, sorunlarını paylaşırlar, tavsiyelerde bulunurlar ve toplu olarak en yüksek manevi güçle teselli bulurlar. Naz Qasmi, dindarlık ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve yüksek dini yönelime sahip katılımcıların daha yüksek psikolojik iyi oluş sergilediklerini ortaya koyar. Bu sonuçlar dinin, bireyin ruh sağlığında önemli bir rol oynadığını gösterir (Naz Qasmi, 2012, 98).

### **3.4. İbadet Psikolojisi**

“Namazda Farkındalık ve Ruh Sağlığı ile İlişkisi” üzerine yapılan çalışmanın amacı kendini İslam ile özdeşleştiren bireylerin namaz farkındalığı ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak ve namazları bilinçli kılan ve farkında olmadan kılan Müslümanların ruh sağlığını incelemektir. Bu çalışma, düzenli ve bilinçli olarak ibadet eden bireylerin, düzenli ve bilinçli olarak ibadet etmeyenlere göre ruh sağlığının daha iyi olduğunu göstermektedir (Ijaz vd., 2017, 2297). İbadetler, dini gelişimi destekleyen araçlardır. Dini gelişim büyük oranda bir bilinç gelişimi olup bu bilincin yani farkındalığın oluşması için kutsal şuurun birey açısından aktif hale gelmesi gerekmektedir. İbadetleri yerine getirirken farkındalık ve devamlılık bireyin psikolojik sağlığı üzerinde olumlu etkiyi sahiptir (Tokur, 2020, 114-117).

Dini ibadetler (dua, şükür, namaz vb.), ritüeller ve uygulamalar dini başa çıkma sürecinde bireyin hayatında yaşanan problemleri çözme konusunda büyük bir rol oynamaktadır. Dini uygulamaların rolü, acı çeken kişiye rahatlık vermek, uyum göstermesini sağlayabilmektir. Meydana gelen kriz dönemlerinde duanın insanlara yardımcı ve destek olduğu görülür. (Janssen vd., 1990, 73; Richard- Bergin, 2005, 255-264).

### **3.5. Din ve Başa Çıkma**

“Her şey Allah’tan gelir. Pakistan’da Down Sendromu (DS) ve Doğum Öncesi Testlerin Anlaşılması” makalesinde down sendromunun, bireyin ve ailesinin üzerindeki psikososyal etkisini anlamak, içinde buldukları kültürel bağlamın anlaşılmasını gerektirmektedir. Makalenin sonucuna göre Tanrı’nın iradesi, down sendromlu kişilerin varlığını anlamak için merkezi bir öneme sahiptir. Ancak doğum öncesi testlere ve hamileliğin sonlandırılmasına yönelik tutumlar, down sendromunu Tanrı’nın iradesi ile ilişkili olarak anlamlandırma konusunda farklılaşmaktadır. Bazı anne-babalar Tanrı’nın iradesine olan inançlarından dolayı kürtaja yönelmezken bazıları ise tam aksi bir tutum içine girmektedirler (Raashid vd., 2011, 1393). Ayrıca bu makale, Pakistan’ın dini, kültürel ve ekonomik bağlamını ve o ülkede down sendromlu bir çocuğun yetiştirilmesiyle ilgili sorunları da yansıtmaktadır. Türkiye’de de nitel verilere dayalı benzer bir çalışma yapılmıştır. Çalışma down sendromlu çocuğu olan anne babaların yaşadığı anlamlandırma ve başa çıkma sürecini farklı açılardan ele almaktadır. İlgili araştırmada ailelerin, başlarına



gelen bu durumu "imtihan" kavramıyla ilişkilendirmeleri (Tokur, 2018, 69) dini başa çıkma ve anlamlandırma açısından önemli bir veridir.

### 3.6. Kişilik ve Din

Ghayas ve Batool, Pakistanlı ergenlerde dini kimliğin oluşumu ve gelişimi konusunda araştırma yapmıştır. Sonuçlar dini kimliğin üç temel üzerinde oluştuğunu ortaya koymuştur: İnanç, davranış ve aidiyet. Katılımcıların dini kimliklerini yedi kanal aracılığıyla geliştirdiği ortaya çıkmıştır ve bunlar: Ebeveyn etkisi, büyükanne ve büyükbabanın rolü, akran etkisi, vaizler, medya, öğretmenlerin gücü ve kişisel tercihlerdir (Ghayas- Batool, 2021, 24). Konuyla ilgili şeyh-mürit ilişkisinin incelendiği bir çalışmada ise bu ilişkinin toplumda tarihsel köklere sahip olduğu ortaya konmuş; kültürel geleneklerin yanı sıra, dini inanç ve kişilik gibi faktörlerin bu uygulamaların güçlenmesine katkıda bulunduğu ileri sürülmüştür (Bhatti- Kamal, 2019, 693).

### 3.7. Tasavvuf Psikolojisi

Tasavvuf, Pakistan toplumu üzerinde sosyal, psikolojik, manevi ve politik perspektif bağlamında büyük bir etkiye sahiptir. (Saeed vd., 2021, 38-39). Genel anlamda, kırsal bölgede yaşayanlar, kentsel bölgede yaşayan insanlara kıyasla yüksek düzeyde dindarlığa ve paranormal inançlara sahiptir. Kırsal kesimdeki yetişkinler, dedeleri ve büyükleri ile birlikte yaşadıkları için dini değerleri çocukluklarından itibaren öğrenmişlerdir. Sûfilerin takipçileri, mensubu olduğu Sofilerine veya Pirlerine derin duygusal bağlılık sergilerler. Pirlerin kabrine dokunmak, türbelerde sunulan kutsal tuzu yalamak, dileğinin gerçekleşmesi şartıyla ip bağlamak gibi faaliyetler kırsal kesimde kentlilere göre daha yaygındır (Choudhary, 2010, 2). Konuyla ilgili Türkiye'de yapılan benzer bir çalışmada Ayten ve Köse, insanların türbe ziyaretlerinde bulunması ve onları buraya getiren motivasyonları araştırmıştır. Yapılan çalışmada, Türkiye'de 23 ilde 30 türbe gözlemlenmiş ve 3003 ziyaretçi ile anket yapılmıştır. Araştırma sonucunda türbelerin popüler dindarlığın sergilendiği ve toplumsal hafızayı yansıtan bellekler olduğu tespit edilmiştir (Köse- Ayten, 2018, 8).

### 3.8. Manevi Danışmanlık

"Pakistanlı Müslümanların Ruh Sağlığı Problemlerini Yönetebilmeleri İçin İslami Danışmanlık Protokolünün Geliştirilmesi" adlı çalışmada araştırmacılar ve din bilginleri, danışmanlık sürecinde dini yönleri entegre etmenin çok önemli bir ihtiyaç olduğunu vurgulamaktadır. Bu nitel çalışma, Kur'an-ı Kerim ve Sünnet ışığında Pakistanlı Müslüman yetişkinler için İslami Danışmanlık Protokolünü geliştirmek için yapılmıştır. İkinci olarak, zihinsel sağlık sorunlarının (stres, kaygı ve depresyon) tedavisi ile ilgili olarak Kuran-ı Kerim'den faydalanmıştır. Sonuç olarak İslami danışmanlık protokolleri, dinin Müslümanların temel bir ihtiyacı olduğu fikri üzerine geliştirilmiştir. (Khan- Nadeem, 2021, 13). Bu nedenle, danışma sürecinde dinsel olarak bütünleşmiş İslami danışmanlık



yaklaşımını uygulayarak, insanların psikolojik ve zihinsel acılarını iyileştirebileceği sonucuna varılmıştır.

### **Sonuç**

İslam psikolojisinin birçok psikolog tarafından bireysel düzeyde devam etmesine rağmen sistematik bir bilim haline gelmediği görülmektedir. Pakistan’da 1962’de Muhammed Ajmal tarafından İslam psikolojisi düşüncesi ortaya atılmıştır (Saeed, 2019, 39). Öğrencisi Syed Azhar Ali Rizvi, 1978’de “Yüksek Lisans” müfredatına İslam psikolojisini ders olarak dahil etmiştir. İslam psikolojisi, Pakistan’daki dört üniversitede lisans programında bir modül olarak da öğretilmiştir. Ama psikolog olmayan kişiler (din görevlileri; dindarlık, kutsama ve iyileştirme gücüne sahipler) psikolojik sorunlarının üstesinden gelmek için daha çok alt kıtadaki insanlara odaklanmıştır. Bu sistemin insanlara iyi geldiği düşünülse de bu konuda geniş çaplı bir araştırma yapılmadığı görülmüştür. Pakistan’da İslam psikolojisinin dönüm noktası, Ocak 2019’da Muhammed Tahir Khalily ve Uluslararası İslam Birliği tarafından düzenlenen beş günlük sertifikalı bir fikri mülkiyet kursu olmuştur. Eylül 2019’da G.H Rassool tarafından sertifikalı bir İslam psikolojisi kursu gerçekleştirilmiştir (Saleem- Khalily, 2021, 215-219).

Pakistan’da din psikolojisi çalışmalarına bakıldığında insanların hayatlarında yaşadığı problemler ve sıkıntılı durumlarda (ekonomik, psiko-sosyal, psikolojik vb.) nasıl hareket ettiği ve bunlarla nasıl başa çıktığı önemli yer tutar. Pakistan Müslüman bir ülkedir ve din olarak İslam, Müslüman toplumda ahlaki değerlere önem vermektedir (Kashif, 2017, 429). Din, insan hayatında temel bir unsur olduğu için eğitim kurumlarında da dini eğitime daha fazla ağırlık verildiği görülmektedir (Khan vd., 2017, 2). Dolayısıyla Pakistan’daki bireyler, din ve dini değerleri benimsediği için affetme, hoşgörülü olma, yardımsever olma, minnettar olma gibi erdemler çalışmalarda sıkça karşımıza çıkar (Arif, 2021, 97; Hermaen-Bhutto, 2020, 725).

İnsan doğuştan inanmaya yatkın bir varlıktır (Kılıç, 1991; akt. Tokur, 2014, 261). İnsan inanır ve inandığı şeye göre kendi hayatını inşa etmeye çalışır. İnsanın inandığı şey tanrı olabilir veya olmayabilir. Hayatta karşısına çıkan tüm ruhsal, fiziksel, sosyal problemlerle başa çıkmada bir seviyeye kadar başarılı olabilir ama gücünün yetmediği durumlar da vardır. İşte o durumlarda kendi gücünü ve statüsünü bir kenarı bırakıp Tanrı’ya yönelir, kendinden kat ve kat güçlü, sınırsız erdem sahibi olan Tanrı’ya karşı muhtaç olduğunu bilir ve sığınma, teslim olma davranışı gösterir. Bununla birlikte toplumlar doğduğu kültürlerdeki inanç sistemini de benimser, içselleştir ve sonra uygulamaya başlar. Toplumun inandığı din, bireyin dini tutum ve davranışlarını belirler, kısaca bireyin inancını ve kişiliğini şekillendirir (Ghayas- Batool, 2021, 24-25).

Pakistan’da din psikolojisi alanında yapılan çalışmalar, ayrı bir bölüm veya fakülte içerisinde yer almamıştır. Klinik, eğitim, psikiyatri, tasavvuf, tıp gibi alanlar altında



psikoloji ve dini ele alarak incelenmiştir. Pakistan'da din psikolojisi alanıyla ilgili post cinsiyetçilik, toplumsal cinsiyet, transeksüellik (Jami- Kamal, 2015, 151) ve ergen kızların menstrüel hijyeni (Aflaq- Jami, 2012, 201) gibi cesur çalışmaların yapılmasından da söz etmek gerekir ama kanaatimizce bu çalışmalar çoğunlukla din psikolojisinin, klinik psikoloji adı altında faaliyet sürmesinden kaynaklanmaktadır. Bu durum bu alanlarda daha rahat çalışılmasını sağlamaktadır.

Bilgi teknolojisi çağında, ruhsal şifacılar -dua, zikir gibi dini rahatlatma yöntemlerini kullanan, ruh sağlığı bozuk olan kişilere maddi bir araçla da destek vermek amacıyla muska hazırlayan, kendilerine Hoca da denilen kişiler- ile Batı tarzı terapi tekniklerini uygulayanlar arasında iş birliğine ihtiyaç vardır. Bu iki sistem arasındaki pozitif etkileşim, insanların ruh sağlığını koruma konusunda büyük etkiye sahiptir. Bu etkileşimle ilgilenebilecek, sağlıklı veriler sunabilecek alan ise din psikolojisidir. Bu sebeple Pakistan'da ruh sağlığı ile ilgili farkındalığın artması, din psikolojisine alanına yeterli çalışma alanı açılması gerekmektedir.

### Kaynakça

- Aflaq, Fauzia- Jami, Humaira. "Experiences and Attitudes Related to Menstruation Among Female Students". *Pakistan Journal of psychological Research* 27/2 (2012), 201-224.
- Agha, Sajida. *Suicidal Behaviour as a Function of Psychological Risk Factors in Pakistan*. Karachi: University of Karachi, İnstitute of Clinical Psychology, Thesis Degree of Doctor of Philosophy, 2001.
- Ahmad, Sadaf- Kamal, Anila. "Development of Rape Myths Scale and İts Relation with Gender Role Attitudes". *Pakistan Journal Of Psychological Research* 15/1-2 (2000), 57-74.
- Ali, Arshi. *Adult Psychological Problems as a Determinant of Abused Childhood*. Karachi: University of Karachi, İnstitute of Clinical Psychology, Thesis Degree of Doctor of Philosophy, 2005.
- Ansari, Zafar Afaq. "Development of Psychology in Pakistan". *The State of Social Sciences in Pakistan*. ed. S. H. Hashmi. 97-108. İslamabad: Quaid-i-Azam University, Islamabad, 1. Edition, 2001.
- Ansari, Zafar Afaq. *Teaching And Research in Pakistan*. Islamabad: National Institute Of Psychology, (1967).
- APA, American Psychological Association. "Psikoloji". Erişim 05 Nisan 2020. <https://www.apa.org/search?query=definition%20of%20psychology>
- Arif, Muhammad vd. "Students' Tolerance Level And Their Social And Religious Practices At University Level In Pakistan". *Harf -u- Sukhan* 5/3 (2021), 97-109.
- Ayten, Ali. *Erdeme Dönüş Psikoloji ve Mutluluk Yolu*. İstanbul: İz Yayıncılık. 2. Basım, 2016.

- Batool, Sadia. *Comparison of Hafiz and Non-Hafiz Adolescents on Memory, Intelligence and Personality Traits*. Islamabad: Quaid-i- Azim University, National Institute of Psychology, The Degree of Masters in Philosophy, 2014.
- Bhatti, Asim S- Kamal, Anila. "The Phenomenological Understanding of Piri-Muridi in Pakistan". *Pakistan Journal of Psychological Research* 34/4 (2019), 693-713.<http://dx.doi.org/10.33824/PJPR.2019.34.4.38>
- Choudhary, Muhammad Azam. "Religious Practices at Sufi Shrines in The Punjab". *Pakistan Journal of History and Culture* 31/1 (2010), 2-10.
- Cm, Countrymeter. *Pakistan Population- Religion in Pakistan*. Erişim 16 August 2020.<https://countrymeters.info/en/Pakistan>
- Deuraseh, Nurdeen- Talib, Abu Mansor. "Mental Health İn Islamic Medical Tradition". *The International Medical Journal* 4/2 (2005), 76-79.
- Ehnholt, Kimberly A vd. "Obsessive-Compulsive Disorder, Anxiety Disorders, & Self-Esteem: An Exploratory Study". *Behavior Research and Therapy* 37 (1999), 771-781. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00177-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00177-6)
- Fayyaz, Waseem. *Conditions, Context, and Outcomes of Practicing Veil (Hijab) Among Pakistan's Women*. Islamabad: Quaid-i-Azam University, National Institute of Psychology, The Degree of Doctor of Philosophy in Psychology, 2015.
- Ghayas, Saba- Batool, Syeda Shahida. "Religious Identity Formation and Development in Adolescents of Pakistan, *Foundation University Journal of Psychology* 5/1 (2021), 24-39.
- Haque, Amber. "Psychology And Religion: Their Relationship And İntegration From an Islamic Perspective". *American Journal of Islamic Social Sciences* 15 (1998), 97-116.
- Haque, Amber. "Psychology From Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists". *Journal Of Religion and Health* 43/4 (2004), 357-377.
- Haque, Amber. *Development of Psychology in Pakistan*. (Online Edition). Young Sociologist, 2011.
- Hermaen, Hudaa- Bhutto, Zainab Hussain. "Gratitude and Forgiveness as Predictors of Subjective Well-Being Among Young Adults in Pakistan". *Pakistan Journal of Psychological Research, Pakistan* 35/4 (2020), 725-738.
- Ijaz, Shahid vd. "Mindfulness in Salah Prayer and İts Association with Mental Health". *J Relig Health* 56/6 (2017), 2297-2307.<https://doi.org/10.1007/s10943-017-0413-1>
- Jamala, Badar vd. "The Moderating Role of Spiritual Intelligence on the relationship between Emotional Intelligence and Identity Development in Adolescents".



*Foundation University Journal of Psychology* 1/5 (2017), 77-107. <https://doi.org/10.33897/fujp.v1i1.61>

- Jami, Humaira- Kamal, Anila. "Measuring Attitudes Toward Hijras in Pakistan: Gender and Religiosity in Perspective". *Pakistan Journal of Psychological Research* 30/1 (2015), 151-187.
- Janssen, J vd. "Praying As An Individualized Ritual -Current Studies on Rituals-". Perspectives for The Psychology of Religion. ed. Hans Günter Heimbrock- Barbara Boudewijnse. Amsterdam- Atlanta GA: Rodopi Press, 1990.
- Kashif, Muhammad vd. "The Moderating Effect of Religiosity on Ethical Behavioural Intentions, An Application of The Extended Theory of Planned Behaviour to Pakistani Bank Employees". *Personnel Review* 46/2 (2017), 429-448. <https://doi.org/10.1108/PR-10-2015-0256>
- Khan, Aqeel Ahmad- Nadeem, Masood. "Development of Islamic Counseling Protocol for Pakistani Muslim Adults to Manage their Mental Health Problems". *AL-A JAZ* (2021), 13-21.
- Khan, Ziasma Haneef vd. "Religious Reflection in Pakistan: Further Evidence of Integration between Muslim Faith and Intellect". *Journal of Beliefs & Values* 39/3 (2017), 1-5. <https://doi.org/10.1080/13617672.2017.1292725>
- Khan, Ziasma Haneef-. Watson, P. J. "Religious Orientation and the Experience of Eid-Ul-Azha Among Pakistani Muslims". *Journal for the Scientific Study of Religion* 43/4 (2004), 537-545. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2004.00254.x>
- Köse, Ali- Ayten, Ali. *Popüler Dindarlık*. İstanbul: Timaş Yayınları. 2. Basım, 2018.
- Loewenthal, Kate Miriam. *The Psychology of Religion: A Short Introduction*. Oxford: Oneworld, 2000.
- Loona, Mamoona İsmail. *Psychosocial Functioning of Children with Disruptive Behaviour Disorders*. İslamabad: Quaid-i-Azam University, National İnstitute of Psychology, The Degree of Philosophy in Psychology, 2011.
- Mohsin, Humaira vd. "Does Religiosity Ameliorate the Negative İmpact of Obsessive-Compulsive Disorder on Self-Esteem?". *Mental Health, Religion & Culture* 21/2 (2018), 1-9. <https://doi.org/10.1080/13674676.2018.1458082>
- Muazzam, Amina. *Psychological Factors of Disordered Eating Behaviours in Pakistan Youth*. Lahore: University of Punjab, Department of Psychology and Applied Psychology, Thesis Degree Of Doctor Of Philosophy, 2009.
- Naz Qasmi, F. *Development Of Multidimensional Religiosity Scale*. Peshwar: Üniversity Of Peshawar Pakistan, Department Of Psychology, Ph.D. Thesis, 2012.

- Raashid, Yasmin vd. "‘All is Done By Allah’ Understandings of Down Syndrome and Prenatal Testing in Pakistan". *Elsevier Ltd* 72/8 (2011), 1393-1399.
- Rassool, G. Hassool. *Islamic Psychology, Human Behaviour and Experience from an Islamic Perspective*. New York: Routledge, 1. Edition, 2021.
- Richards, P. Scott- Bergin, Allen. E. *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association, 2. Edition, 2005. <http://dx.doi.org/10.1037/11214-000>
- Saeed, Bareena vd. "Impact of Sufism on Pakistani Society in The 21st Century: A Grounded Theory". *Journal of Humanities, Social and Management Sciences* 2/1 (2019), 38-49. <https://orcid.org/0000-0002-45086245>. <https://ideapublishers.org/index.php/jhsms/article/view/409/196>
- Safdar, Iqra vd. "Paranormal Beliefs Mediate External Locus of Control and Religiosity". *Journal Of Behavioural Science* 29/2 (2019), 1-17.
- Saleem, Tamkeen- Khalily, Muhammad Tahir. "A Journey from Muslim Psychology to Islamic Psychology In Pakistan". *Islamic Psychology Arround the World*. ed. Rothman, Abdallah- Haque, Amber. 376. International Association of Islamic Psychology, 2021.
- Sham, Fariza Md. "Islamic Psychotherapy Approach in Managing Adolescent Hysteria in Malaysia". *Journal of Abnormal Child Psychology* 4/3 (2015), 1-4.
- Suhail, Kausar. "Psychology in Pakistan". *The Psychologist* 7/11 (2004), 632-634.
- Sultan, Sarwat vd. "Spiritual Intelligence Linking to Leadership Effectiveness: Interceding Role of Personality Traits". *International Journal of Social Sciences* 3/2 (2017), 599-613.
- Thompson, Laura Yamhure vd. "Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations". *Journal of Personality* 73/2 (2005), 313-360. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Tokur, Behlül. "Dindarlık sorunu: Psikolojik bir Tahlil". *Atatürk üniversitesi ilahiyat fakültesi Dergisi* 41 (2014), 257-279.
- Tokur, Behlül. *İmtihan Psikolojisi: Var Olmanın Hakkını Vermek: İmtihan*. Ankara: Fecr Yayınları, 1. Basım, 2018.
- Tokur, Behlül. *Klasik ve Güncel Konularıyla Din Psikolojisi*. Ankara: Son çağ Akademi Yayınları, 1. Basım, 2020.
- Yıldırım, Ali- Şimşek, Hasan. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları, 11. Basım, 2018.



Younas, Sana vd. "Religious Orientation and Optimism: A Quantitative Consideration Within Pakistani Context". *Foundation University Journal of Psychology* 3/1 (2018), 29-66. <https://doi.org/10.33897/fujp.v2i1.39>

Zadeh, Fotowwat Zainab. *Marriage Systems and Success in Marriage in Pakistan*. Islamabad: Bahria University, Institute of Professional Psychology, Ph.D. Degree in Professional Psychology with Specialization in Clinical Psychology. 2003.